

# **PROYECTO MÚSICA Y SALUD**

## **MUSICOTERAPIA**

**Materia: Música.**

**Curso 2015-2016**

**Profesora: Paloma Manau.**

**IES CASTEJÓN DE SOS**

## **Finalidad del proyecto**

El proyecto Música y salud surge para dar a conocer a los alumnos de 4º de ESO la música y sus aplicaciones terapéuticas además de dar a conocer el uso de esta terapia en los distintos campos profesionales como: Diplomados y/o Graduados universitarios en áreas de la salud, la educación y las artes: Magisterio, Logopedia, Educación Social, Enfermería, Fisioterapia, etc. Graduados en Psicología, Musicología, Pedagogía, Medicina, Titulados Superiores de Conservatorio.

La finalidad del proyecto es ampliar y profundizar los conocimientos en la aplicación de la música a colectivos de personas distintos y en circunstancias de carácter diverso que necesiten el logro de determinados objetivos educativos y/o terapéuticos.

La naturaleza no verbal de la música la convierte en un medio de comunicación universal. El estímulo sonoro tiene un gran poder para penetrar en la mente y en el cuerpo. Estimula los sentidos, evoca sentimientos, despierta emociones.

El empleo de la música en los contextos terapéuticos permite que se abran nuevas vías de investigación en el campo de las discapacidades, de los contextos hospitalarios o para la comunicación en general.

Las sociedades primitivas ya tenían conocimiento de las cualidades terapéuticas de la música y la incluían como un elemento más en sus rituales de sanación. Pitágoras es considerado el padre de la musicoterapia y la utiliza para tratar enfermedades mentales. Platón habla de los efectos de la música para crear distintos estados morales en los pacientes. Aristóteles, por su parte, cree que la música sirve para ayudar en la educación, ya que influye en el carácter de la persona.

### **Objetivos curriculares de la Educación Secundaria:**

- a) Asumir con responsabilidad sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres.

- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.
- e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.
- f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.
- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.
- l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

## Objetivos de la materia de música en 4º ESO

La enseñanza de la Música en esta etapa tendrá como objetivo el desarrollo de las capacidades siguientes:

1. Utilizar la voz, el cuerpo, los instrumentos y los recursos tecnológicos para expresar ideas y sentimientos enriqueciendo las posibilidades de comunicación y respetando formas distintas de expresión.
2. Desarrollar y aplicar las habilidades técnicas básicas de la expresión vocal, instrumental y corporal que posibiliten la interpretación y la creación musical de forma individual o en grupo.
3. Escuchar y analizar una amplia variedad de obras musicales de distintos géneros, tendencias y culturas musicales, apreciando su valor como fuente de conocimiento, enriquecimiento cultural y personal e interesándose por ampliar y diversificar las preferencias musicales propias.
4. Valorar las obras musicales como ejemplos de creación artística y parte del patrimonio cultural, reconociendo sus funciones y características y aplicando la tecnología adecuada para describirlas.
5. Utilizar de forma progresiva y autónoma diversas formas de información, textos, partituras, musicogramas, medios audiovisuales e informáticos, Internet, todo ello para el disfrute de la música.
6. Valorar el papel de las tecnologías de la información y la comunicación en el acceso a la música y utilizarlas cuando sean necesarias en las distintas actividades musicales: creación, interpretación y comprensión de la obra musical.
7. Participar con respeto y disposición para superar estereotipos y prejuicios en las diferentes actividades musicales y contribuir en lo posible con actuaciones propias ya sea de manera individual o grupal. Todo ello como materialización de la función comunicativa de la música y del enriquecimiento que produce la participación con los demás.

## Contribución a la adquisición de competencias básicas

La materia de Música contribuye de forma directa a **la adquisición de la competencia cultural y artística**. El **conocimiento del lenguaje musical y de los principales recursos** compositivos y elementos constitutivos de la música, logrado a través de las actividades de audición, interpretación, análisis y creación, permite a los alumnos apreciar y valorar críticamente manifestaciones musicales de distintas culturas, épocas, géneros y estilos, así como relacionarlas con su contexto sociocultural y artístico.

La participación en actividades de interpretación y creación desarrolla la sensibilidad hacia **la música como forma de expresión artística y vehículo de comunicación de ideas y sentimientos**, y permite tomar conciencia de la importante función que ha desempeñado y desempeña en todas las sociedades.

Al desarrollo de **la competencia en autonomía e iniciativa personal** contribuyen todas las actividades propias de la materia que implican la **toma de decisiones individualmente o en grupo**, especialmente las relacionadas con los bloques de contenidos de Interpretación, Creación y Contextos Musicales. **La planificación** y realización adecuada de las tareas, la capacidad de **defender las propias ideas** y de **valorar su contribución al trabajo en equipo**, el conocimiento de las propias **habilidades técnicas y expresivas** y el interés en mejorarlas; en definitiva, todo lo que **implica la responsabilidad individual en la tarea colectiva**, contribuye al desarrollo de la confianza en las propias capacidades y por tanto de la autoestima. Las actividades, como **este proyecto** contribuyen a desarrollar esta competencia ya que **requieren una serie de capacidades como la perseverancia, el aprender de los errores, el control emocional etc.** En las actividades de **Creación** es **necesaria la habilidad personal de proponerse objetivos, planificar, gestionar y mostrar iniciativas propias y el sentido crítico.**

En una materia básicamente procedimental como es Música, la contribución a la adquisición de la **competencia social y ciudadana** se concreta mediante el refuerzo de **actitudes positivas durante el desarrollo de las actividades cooperativas realizadas en el aula o fuera de ella**, siendo fundamental el cumplimiento de las normas de convivencia y de las que rigen la interpretación musical. Prepararemos a los alumnos para **participar de forma constructiva** en las actividades grupales, teniendo comportamientos responsables, participativos y solidarios. **La toma de contacto con una amplia variedad de estilos musicales, tanto del pasado como del presente, favorece la apertura y la comprensión hacia la cultura** en la que han nacido y el **respeto hacia las preferencias musicales de los demás**, a la vez que refleja la realidad multicultural de la sociedad actual.

Al igual que en otras materias, las **tecnologías de la información y la comunicación** pueden utilizarse en Música para facilitar **el acceso a la información, para realizar pequeñas tareas de investigación o para realizar un trabajo creativo**, por lo que la **competencia digital** se desarrolla en estas tres vertientes. Su capacidad multimedia las hace especialmente interesantes y atractivas, por la posibilidad de reunir en un solo soporte imagen, texto y sonido y por la de acceder instantáneamente a partituras y archivos sonoros. En las actividades que utilizan las **tecnologías como fuente de información** se persigue que los alumnos **aprendan a buscar, seleccionar, analizar críticamente, contrastar y transformar dicha información en conocimiento, así como a respetar el código ético que rige su utilización y tratamiento en el entorno digital**. A la competencia en el tratamiento de la información contribuyen, además de las anteriores, todas aquellas tareas relacionadas con la utilización de diversos materiales en soportes tradicionales (textos, partituras, musicogramas, etc.) para la comprensión de la obra musical.

La música también contribuye al desarrollo de la **competencia para aprender a aprender potenciando capacidades y destrezas fundamentales para el aprendizaje autónomo, como la atención, la concentración y la memoria**. En las actividades de **audición musical** y en las de interpretación se busca el desarrollo de las capacidades iniciales de los alumnos mediante la utilización de estrategias específicas del aprendizaje musical: **escucha activa, análisis**, proponiendo siempre metas realistas que sean capaces de mantener motivado al alumno durante el proceso. El alumno se conoce a sí mismo, toma conciencia de lo que sabe o no sabe, de sus propias capacidades, etc. Además, el alumno aprenderá la **habilidad de organizar perfectamente el tiempo, la perseverancia en el aprendizaje y el esfuerzo en el trabajo**.

Aunque sin ser una de las materias más relevantes para la adquisición de la **competencia matemática**, la música contribuye también a su desarrollo mediante el manejo habitual de algunos de sus conceptos básicos; Ritmo, compás. Además, la Música ayuda a **formular razonamientos desde el pensamiento abstracto**.

La música contribuye al desarrollo de la **competencia en comunicación lingüística** de varias maneras: por una parte, mediante la **adquisición y el uso de una terminología musical** básica que permita **expresar adecuadamente las propias ideas en contextos comunicativos de análisis, creación** ; Como cualquier otra materia, la Música ayudará a mejorar la capacidad de comunicación en la lengua materna a través de las actividades que impliquen búsqueda, selección, procesamiento de la información y trabajo cooperativo.

Desde el punto de vista de la competencia en el **conocimiento y la interacción con el mundo físico**, la música realiza su aportación a la mejora de la calidad del medio ambiente identificando el exceso de ruido y reflexionando sobre sus causas, sobre la contaminación acústica y sobre el uso indiscriminado del sonido, con el fin de desarrollar un espíritu crítico y de adquirir hábitos saludables de consumo. Contribuye también a la **educación para la salud**; como a través de la música y sus aplicaciones la música es parte importante de la **rehabilitación en las terapias alternativas**, además del **crecimiento emocional** en el paciente y en las personas de su entorno. La música aplicada a los cuidados de salud mejora el bienestar de los pacientes y de sus familiares. La música y su aplicación en la salud **hace uso de sonidos, trozos musicales y estructuras rítmicas para conseguir diferentes efectos terapéuticos directos e indirectos a nivel fisiológico, social, psicológico e intelectual.**

### **Contenidos propios del proyecto**

- Musicoterapia
- Cuidados paliativos
- Patologías varias.
- Parámetros del sonido; altura, timbre, duración, intensidad.
- Música y educación en la sociedad griega
- Aspectos biológicos; dolor, síntomas, inmunología.
- Expresión y emociones.

### **Secuenciación**

4 semanas aproximadamente.

1ª sesión: Búsqueda y selección de información para su lectura posterior.

2º sesión: Lectura y selección de información.

3ª sesión: Elaboración del esquema a seguir y distribución de tareas para la elaboración del proyecto.

4ª sesión: Aplicación Práctica en el La Residencia de ancianos de Castejón de SOS.

Conclusión.

## **Metodología**

El departamento de Música considera el desarrollo de las capacidades afectivas y de interacción social como la dimensión formativa más importante de la música.

El trabajo práctico en el aula será nuestro principio fundamental ya que sólo a través de la práctica y su aplicación se pueden desarrollar en el alumno aquellos valores que pueden transmitirle una cultura entendida como una forma de ver el mundo y relacionarse con los demás. Mediante el trabajo práctico queremos conseguir que el alumno tenga autonomía, es decir, fomentar la libertad responsable, procurando que haya siempre un equilibrio entre las tareas dirigidas por los profesores y el trabajo de los alumnos.

El método didáctico del departamento de música es el aprendizaje a través del descubrimiento, a través de la percepción y de la expresión. Por otro lado, el alumno descubre la música como fuente de placer y como objeto de análisis y aplicación terapéutica. El objetivo es que nuestros alumnos sean capaces de analizar música sin perder el goce de la audición y para ello deberán saber aplicar los contenidos teóricos a las audiciones trabajadas.

Por otro lado, queremos conseguir que nuestros alumnos tengan un aprendizaje creativo, constructivo y significativo. A partir de sus conocimientos previos iremos desarrollando contenidos de forma estructurada para transformar el conocimiento a través del pensamiento activo y original del alumno. Así, nos centraremos en el progreso de los alumnos respecto a los elementos musicales y en el desarrollo de sus destrezas interpretativas, creativas y auditivas, reconociendo siempre el desarrollo de las destrezas de cada uno. Todo ello está estrechamente relacionado con las Competencias Básicas.

De igual forma se trabajará de manera interdisciplinar con otros Departamentos como el de Orientación y Lengua Castellana

Dentro de nuestra metodología incluimos además las TIC como otro instrumento de la tarea docente.

Por último, destacaremos nuestro pensamiento de que la materia de Música es fundamental el trabajo cooperativo como parte del progreso del aprendizaje.

## **Materiales y recursos didácticos**

- Artículos especializados en salud y enfermería.
- Estudios y tesis sobre terapias y cuidados paliativos.
- Artículos de Musicoterapia.
- Historia de La música en Grecia.
- Artículos sobre música en la sociedad griega.

- La música como enseñanza y desarrollo del individuo desde el punto de vista de los filósofos griegos como Platón y Aristóteles.
- Psicología: comunicación y expresión de emociones.
- Audiciones
- Equipo de música para las audiciones.
- Recursos visuales.
- Recursos informáticos.
- Instrumental Orff.
- Instrumentos de pequeña percusión.
- Ejercicios rítmicos.

### Evaluación

Interdisciplinar. Se llevará a cabo por los Departamentos de Música, Orientación y Lengua Castellana.

### DEPARTAMENTO DE MÚSICA

Objetivos curriculares del Área de Música	Criterios de evaluación
a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos. Ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.	Muestra respeto hacia los demás, es tolerante con las opiniones y situaciones de los demás. Valora la comunicación y el diálogo.
b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.	Organiza su tarea. Realiza esquemas de trabajo, guiones. Establece prioridades y pautas en la realización de sus tareas, tanto de manera individual como en grupo.
d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de	Muestra respeto hacia los demás, es tolerante con las opiniones y situaciones de los demás. Es capaz de escuchar. Expresa sentimientos y emociones

cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.	experimentados en sus vivencias musicales.
e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.	Sabe buscar e investigar con autonomía, a través de diferentes canales de comunicación.  Argumenta sobre distintos acontecimientos y razona sus opiniones haciendo referencia a las fuentes consultadas.
f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.	Busca, analiza, hace hipótesis, aplica, resuelve, establece diferencias y semejanzas y realiza propuestas de mejora.
k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales para favorecer el desarrollo personal y social. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.	Valora y aprecia los hábitos saludables y es consciente de la importancia del cuidado del cuerpo humano.  Establece criterios para el cuidado del cuerpo y sabe aplicarlos a cada situación personal.

1. Utilizar la voz, el cuerpo, los instrumentos y los recursos musicales para expresar ideas y sentimientos enriqueciendo las posibilidades de comunicación y aplicación terapéutica y respeta las formas distintas de expresión.	Sabe identificar los elementos básicos musicales y es capaz de utilizarlos como medio de expresión y comunicación. Así como su aplicación en las diversas situaciones.  Participa con desinhibición en los juegos musicales .  Propone secuencias sencillas de movimientos o ritmos asociados a una obra musical.
3. Escuchar y analizar una amplia variedad de obras musicales de distintos géneros, tendencias y culturas musicales, apreciando su valor como fuente de conocimiento, enriquecimiento cultural y	Identifica las diferencias y similitudes en los géneros y estilos musicales a través de la audición. La sitúa en su contexto social y periodo.

personal e interesándose por ampliar y diversificar las preferencias musicales propias.	
4. Valorar las obras musicales como ejemplos de creación artística y parte del patrimonio cultural, reconociendo sus funciones y características y aplicando la tecnología adecuada para describirlas.	Sabe evaluar el papel de la música en diferentes situaciones y contextos, conciertos, espectáculos, publicidad, aplicación terapéutica. Y conoce los elementos más importantes de cada una de ellas.
5. Utilizar de forma progresiva y autónoma diversas formas de información, textos, partituras, musicogramas, medios audiovisuales e informáticos, Internet, todo ello para el disfrute de la música.	Sabe buscar e investigar, a través de diferentes canales de comunicación. Argumenta sobre distintos acontecimientos y razona sus opiniones haciendo referencia a las fuentes consultadas.
6. Valorar el papel de las tecnologías de la información y la comunicación en el acceso a la música y utilizarlas cuando sean necesarias en las distintas actividades musicales.	Es capaz de utilizar la tecnología en las actividades musicales y conoce los elementos más importantes de cada una de ellas.
7. Participar con respeto y disposición para superar estereotipos y prejuicios en las diferentes actividades musicales y contribuir en lo posible con actuaciones propias ya sea de manera individual o grupal. Todo ello como materialización de la función comunicativa de la música y del enriquecimiento que produce la participación con los demás.	Valora el trabajo musical en equipo,. Es respetuoso con los demás. Expresa sentimientos y emociones experimentados en sus vivencias musicales. Es capaz de escuchar y valora el silencio como marco indispensable en la comunicación y el diálogo.

## **DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN y ÉTICA**

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN**

- Establecer una relación del tema trabajado abordando problemas, situaciones y acontecimientos dentro de un contexto y su globalidad.
- Aplicar pautas que permitan la confrontación y modificación de puntos de vista, coordinación de intereses, toma de decisiones colectiva, ayuda mutua y superación de conflictos mediante el diálogo y la cooperación.
- Organizar el proceso de trabajo realizado de manera clara y estructurada.
- Relacionar el tema trabajado con sus opciones profesionales futuras, comprendiendo la interdisciplinariedad existente y necesaria en la realidad laboral.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE EDUCACIÓN ÉTICO-CÍVICA**

- Descubrir sus sentimientos en las relaciones interpersonales, razonar las motivaciones de sus conductas y elecciones y practicar el diálogo en las situaciones de conflicto.
- Justificar las propias posiciones utilizando sistemáticamente la argumentación y el diálogo y participar de forma democrática y cooperativa en las actividades del centro y del entorno.
- Mostrar iniciativas y actitudes de respeto y cuidado a personas mayores y a personas en situación de enfermedad.
- Desarrollar la capacidad empática como clave para manifestar actitudes a favor del ejercicio activo y el cumplimiento de los derechos humanos

## **DEPARTAMENTO DE LENGUA CASTELLANA**

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA**

#### **ORGANIZACIÓN DE LA EXPOSICIÓN:**

- Estructurar las ideas de forma ordenada y clara.
- Realizar la síntesis de la exposición.
- Expresarse con rigor y objetividad.

#### **ADECUACIÓN AL CONTEXTO COMUNICATIVO Y CALIDAD DEL CONTENIDO**

- Dominio del tema.
- Empleo de ejemplos y detalles interesantes.
- Uso de lengua formal (estándar o culto).
- Expresarse con precisión léxica y sin interferencias lingüísticas (sin términos de otros idiomas).
- Definición de los términos nuevos o la terminología más técnica.

#### **CORRECCIÓN LINGÜÍSTICA**

- Uso del léxico propio del tema.
- Coherencia del discurso sintáctica y morfológicamente (Sujeto-Verbo-Complementos).
- Pronunciación correcta.

#### **EFICACIA COMUNICATIVA**

- Expresión con un discurso fluido, ágil, con ritmo y pausas adecuadas
- Uso de un volumen y tono de voz adecuados, con las modulaciones necesarias
- Resultar convincente

- Uso de soportes visuales (pizarra digital, ...), claros y organizados
- Establecer turno de preguntas y las responde satisfactoriamente.

## PROCESO Y PLAN DE EVALUACIÓN

### VALORACIÓN DE LOS CONTENIDOS

	4	3	2	1
Contenido	Cubre los temas con profundidad.  El conocimiento del tema es excelente	Incluye conocimiento básico sobre el tema.  El contenido parece ser bueno.	Incluye información esencial sobre el tema, pero tiene 1-2 errores en los hechos.	El contenido es mínimo y tiene varios errores en los hechos.
Organización	Contenido bien organizado usando títulos y listas para agrupar el material relacionado.	Uso de títulos y listas para organizar, pero en su conjunto aparenta debilidad.	La mayor parte del contenido está organizado gráficamente	La organización no estuvo clara o fue lógica.
Originalidad	Demuestra gran originalidad. Las ideas son creativas e ingeniosas.	Demuestra cierta originalidad. El trabajo demuestra el uso de nuevas ideas y perspicacia.	Usa las ideas de otras personas (dándoles crédito), pero no hay evidencia de ideas originales.	Usa ideas de otras personas, pero no les da crédito.
Requisitos	Cumplió con los requisitos. Excedió las expectativas.	Todos los requisitos fueron cumplidos.	No cumple satisfactoriamente con un requisito.	Más de un requisito no fue cumplido satisfactoriamente.
Puntuación	No hay faltas de ortografía ni errores gramaticales.	Tres o menos faltas de ortografía y/ o errores de puntuación.	Cuatro errores de ortografía y/o errores gramaticales.	Más de cuatro errores de ortografía y de gramática.

### VALORACIÓN DE LA EXPOSICIÓN

ASPECTOS OBSERVADOS	Excelente	Bueno	Necesita mejorar
Utiliza vocabulario adecuado			
Durante la exposición / conferencia evita el uso de muletillas			
Evidencia conocimiento y dominio del tema			
Logra atraer la atención de los receptores			
Se evidencia un orden y secuencia en la exposición del tema			

Hay interacción con los receptores durante la exposición			
Emplea tiempo para aclarar dudas			
Finaliza el tema y hay conclusión del tema			
Utiliza material de apoyo para la exposición, imágenes, vídeos u otros			

### VALORACIÓN DEL TRABAJO EN GRUPO

	2	3	2	1
Trabajando en grupo	Casi siempre escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros. Trata de mantener la unión de los miembros trabajando en grupo.	Usualmente escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros. No causa problemas en el grupo.	A veces escucha, comparte y apoya el esfuerzo de otros, pero algunas veces no es un buen miembro en el grupo.	Frecuentemente no es un buen miembro en el grupo.
Resolución de problemas	Busca y sugiere soluciones a los problemas.	Apoya soluciones sugeridas por otros.	No sugiere o apoya soluciones, pero está dispuesto a tratar soluciones propuestas por otros.	No trata de resolver problemas o ayudar a otros a resolverlos. Deja a otros hacer el trabajo.
Manejo del tiempo	Utiliza bien el tiempo para asegurar que las cosas estén hechas a tiempo.	Utiliza bien el tiempo durante todo el proyecto, pero suele demorarse en algunos aspectos.	Tiende a demorarse, pero siempre tiene las cosas hechas para la fecha límite.	Rara vez tiene las cosas hechas para la fecha límite y el grupo tiene que ajustar la fecha límite.
Calidad del trabajo	Proporciona trabajo de la más alta calidad.	Proporciona trabajo de calidad.	Proporciona trabajo que, ocasionalmente, necesita ser comprobado o rehecho por otros miembros del grupo para asegurar su calidad.	Proporciona trabajo que, por lo general, necesita ser comprobado o rehecho por otros miembros del grupo para asegurar su calidad.
Contribuciones	Proporciona siempre ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en clase.	Por lo general proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en	Algunas veces proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en	Rara vez proporciona ideas útiles cuando participa en el grupo y en la discusión en

	Es un "líder" definido que contribuye en clase con mucho esfuerzo.	clase. Es un miembro fuerte en el grupo y se esfuerza.	clase.	clase. Puede / suele rehusar su participación.
Actitud	Nunca critica públicamente el trabajo o proyecto de otros. Siempre tiene una actitud positiva hacia el trabajo.	Rara vez critica públicamente el trabajo o proyecto de otros. A menudo tiene una actitud positiva hacia el trabajo.	Ocasionalmente critica en público el proyecto o el trabajo de otros miembros del grupo.	Con frecuencia critica el trabajo o proyecto de otros miembros del grupo.
Preparación	Trae el material siempre a clase y está siempre listo para trabajar.	Casi siempre trae el material necesario a clase y está listo para trabajar.	Casi siempre trae el material necesario pero algunas veces no está preparado para trabajar.	A menudo olvida el material necesario o no está listo para trabajar.

**Anexo**

# **MÚSICA Y SALUD**

## **MUSICOTERAPIA**

Alumnos: Rafa García.  
Marcelo Choquetopa.

# Introducción

## Musicoterapia

### 1.1 ¿Qué es?, ¿Qué función tiene?.

La musicoterapia es el empleo de la música y sus componentes (melodía, armonía, ritmo y sonido). Esto nos ayuda a nuestra salud a través de mejoras en diferentes ámbitos personales tales como el físico, el emocional, social o cognitivo.

Esta terapia tiene dos formas de aplicación:

**-Activa:** cantar y escuchar música, tocar instrumentos, etc.

**-Receptiva:** es la relajación a través de la música, mediante dos terapia complementarias, las verbales, en las que se habla con el paciente, y las no verbales, que implican la expresión del paciente a través de gestos y sonidos.

Con la música, el terapeuta trabaja nuestras habilidades personales, que son:

**Sensoriales:** aumenta nuestra capacidad de respuesta ante los estímulos sensoriales recibidos.

**Cognitivas:** aprendizaje, memoria, imaginativo.

**Socio-emocionales:** permite un mayor auto-conocimiento y facilita la manera de expresar y compartir nuestros sentimientos y emociones.

**Motrices:** equilibrio, movilidad y coordinación, entre otras.

### 1.2 Orígenes

A lo largo del tiempo, prácticamente en todas las civilizaciones y culturas han destacado las características tranquilizantes y calmantes de la música. Su primer empleo terapéutico consta de la época de los griegos y los egipcios asta la actualidad.

Si vamos al pasado más fresco, en el siglo XIX, el psiquiatra francés Esquirol usaba la música para tratar pacientes con enfermedades mentales, aunque no será hasta el comienzo del siglo XX cuando se alcé la Musicoterapia como especialidad científica. El suizo Emile Jacques Dalcroze entre los años 1900 y 1950, el fue el aventajado en

declarar que el organismo es apto de ser atento a través de impulsos musicales.

En el año 1950 comenzara a surgir globalmente asociaciones de Musicoterapia cuyo fin será investigar esta patología, fundar material divulgativo, estructurar congresos y fomentar la creación de la carrera universitaria de Musicoterapia.

## **2. Musicoterapia actual.**

### **2.1 Aplicaciones de la musicoterapia.**

#### **2.1.1 Pediatría.**

Las sesiones de musicoterapia son muy estructuradas, puesto que cuanto más lo son más ayudamos al niño a sentirse cómodo en un ambiente no conocido para él. Por esto, en musicoterapia infantil son muy importantes las llamadas “canciones de bienvenida”, que son canciones sencillas que incluyen un saludo personalizado con el nombre del pequeño. Estas canciones son más o menos simples según la edad y desarrollo del niño. Después se proponen varias actividades:

**Cantar:** las canciones son una fuente de aprendizaje de vocabulario, y les ayuda a trabajar el habla. Una canción adecuada para cada actividad dependerá del objetivo a conseguir, la edad y la capacidad del niño.

**Audición musical:** fomenta principalmente la atención, el reconocimiento de sonidos, y puede servir para conseguir momentos de relajación durante la sesión.

**Juegos musicales:** son todas aquellas actividades que tienen como protagonista un instrumento o una acción musical, que está regidas por unas normas que se deben cumplir, y que tienen un objetivo a conseguir. Las más deseadas entre estos pacientes.

**Improvisación vocal e instrumental:** permite un ambiente en el que el niño es libre de tocar o cantar lo que quiere, siempre dentro de unos límites y normas. Este espacio es muy importante para los niños acostumbrados a un ambiente de aprendizaje muy formal, y fomenta la expresión espontánea y la creatividad.

**Composición de canciones:** aumenta la creatividad y la imaginación. El niño puede componer una canción cambiando la letra de una canción conocida o inventando una nueva melodía.

**Viajes musicales:** con ayuda de una audición, guiamos la imaginación del niño hacia otro lugar, como si lo metiéramos dentro de un cuento en el que él es el protagonista y pasan cosas increíbles.

**Tocar instrumentos:** la habilidad necesaria para tocar un instrumento implica un desarrollo de ciertas funciones complejas que pueden ser un objetivo en sí mismo. Pero también tocar en grupo o junto con el musicoterapeuta implica trabajar la relación con el otro, la espera, la escucha del otro o la coordinación con éste, las relaciones personales...

Finalmente, la sesión acaba con un final previsible y conocido para el niño, ya sea con una canción o con una actividad, que normalmente, será siempre la misma.

### **2.1.2 Geriatría.**

En Geriatría, siguiendo a Mateos (2004), expuso a una propuesta de secuencia de actividades dentro de una intervención de musicoterapia en la que nos podemos basar a la hora de desarrollar las diferentes sesiones.

Constaría de dos fases preparatorias y de otras cinco fases de actividades. Todas ellas articuladas por estos cuatro criterios de metodología:

- Alternar las fases de exteriorización de sentimientos (fases expresivas) con las fases de interiorización de los mismos (fases receptivas).
- Desarrollar primero la conciencia de sí mismo y de lo que le pasa (desarrollo corporal y perceptivo) para pasar a la conciencia de otra persona (desarrollo emocional-comunicativo-social).
- Mantener la atención, motivación y afecto de los pacientes a lo largo de las diferentes fases mediante la escucha mantenida de la música.
- Encadenamiento de actividades buscando la unidad y la variedad.

Las 8 ventajas que Poch (2008) tuvo en cuenta para la musicoterapia geriátrica, y que ahora se tienen siempre en cuenta son las siguientes;

- Llega a cualquier persona, independientemente de sus capacidades motrices, ya que no siempre requiere una participación activa
- Proporciona una vía de comunicación, incluso en aquellas personas más deprimidas, pues escuchar canciones del pasado suele traer buenos recuerdos.
- Motiva al paciente a la actividad física, estirando la musculatura y mejorando la coordinación motora.

- Renueva el interés para participar en otras actividades
- Aumenta la capacidad de atención, centrándose y dirigiendo los pensamientos del paciente hacia una actividad específicamente orientada a la realidad
- Ayuda a sentirse mejor consigo mismo, mejorando su auto-imagen.
- Enseña una manera creativa de expresarse mediante el movimiento físico actividades rítmicas
- Invita a expresar adecuadamente sus sentimientos más escondidos, etc.

## **2.2 Aceptación social**

La musicoterapia es un método usado en algunos países como una terapia ya obligatoria, en otros simplemente al paciente se le da la opción de tenerla, debido a que aun no se tiene aceptada como una terapia oficial.

Hay muchas voces críticas al respecto, unos que opinan positivamente, diciendo que la musicoterapia trae muchos beneficios y que debería ser admitida cuanto antes, mientras tanto, otras voces no piensan lo mismo, y lo ven como algo inútil, ya que piensan que si la medicina no puede curarlos (aunque la función de la musicoterapia no es curar, si no disminuir los efectos secundarios), la música no lo hará.

Otras voces más parciales, lo ven como una terapia mágica, debido a que no tiene una base científica cierta.

## **3. Patologías y Musicoterapia**

- **Alzheimer**

Es una patología neurológica que afecta al cerebro produciendo la muerte de las neuronas. Es la causa más frecuente de todas las demencias, produciendo un deterioro de todas las funciones cognitivas. Suele aparecer a partir de los 65 años, aunque también puede presentarse entre gente más joven. Cuando una persona padece la enfermedad de Alzheimer, experimenta cambios microscópicos en el tejido de ciertas partes de su cerebro.

Los síntomas de alzhéimer

Los pacientes que padecen de alzhéimer van olvidando recuerdos y su identidad has no observar la existencia que les rodea. La patología dura entre 7 y 15 años. Durante este período, la afectación y dependencia del afectado es cada vez superior.

Los síntomas son: pérdida de memoria, problemas de lenguaje, dificultad para hacer tareas simple, desorientación en tiempo y espacio, pérdida en capacidad de juzgar, dificultad para tener pensamientos elaborados, pérdida de objetos, cambios en el estado de ánimo, cambios de conducta y pérdida de iniciativa.

### El alzhéimer y la música

La música es una de las escasas armas que tienen los terapeutas contra el alzhéimer, aunque el alzhéimer provoque una importante devastación en nuestro cerebro, una inmensa mayoría de los pacientes que la padece aún conserva sus recuerdos musicales. Se dice que la música la almacenamos en un lugar diferente al de nuestros recuerdos.

### El alzhéimer no tiene cura

Cada día se diagnostican miles de nuevos casos de demencia, en la mayoría de los casos es Alzheimer. Estamos ante una enfermedad de efectos devastadores y, de momento, sin curación. La ausencia de tratamientos efectivos y el aumento de la esperanza de vida convertirán a estas enfermedades en la epidemia de nuestro siglo.

- **46 millones**

Actualmente hay más de 46 millones de personas afectadas en el mundo.

- **3 segundos**

Cada 3 segundos se diagnostica un nuevo caso de demencia en el mundo.

- **Año 2050**

Si no se encuentra una cura efectiva, en el año 2050 el número de casos se habrá triplicado.

- **Cáncer.**

La gente escucha música en el metro, al ir a casa, en el trabajo, e incluso ahora, al recibir quimioterapia. Varias revisiones del “*Cochrane Library*” (Una institución médica) demuestran que la musicoterapia ayuda a reducir la ansiedad en las personas con cáncer y además tiene efectos positivos en el dolor, el humor y la calidad de vida. Lo bueno de esta terapia, es que puede aplicarse en los estados más primarios, como en los avanzados de la enfermedad.

En resumen, la musicoterapia es una herramienta eficaz a la hora de “*aliviar*” síntomas y efectos secundarios de la quimioterapia, e incluso, reduce el ritmo cardiaco, según estudios recientes de la universidad de Filadelfia. Según el Instituto Nacional del Cáncer de Estados Unidos, a nivel estadístico, el riesgo de padecer cualquier tipo de cáncer es de un 44% para los hombres y de un 38% para las mujeres

Todo cabe decir, hay muchos tratamientos para aliviar los síntomas y la eficacia de esta enfermedad en nuestro cuerpo, como son, la quimioterapia, la radioterapia, la cirugía y por último, el trasplante de medula ósea.

Lo negativo de estos tratamientos, es que todos tienen efectos secundarios que pueden mermar y hacer sufrir al paciente.

No solo los síntomas físicos, como el dolor, si no los síntomas psicológicos, a la hora de no poder llevar una vida como la de cualquier otra persona, y eso mismo, llevarles al aislamiento, e incluso, a un estado de hostilidad con la gente de su alrededor, por no poder exteriorizar lo que él siente. Aquí es donde entra la musicoterapia, para ayudar a estos pacientes a sentirse mejor después de los agresivos tratamientos, la enfermera o medico experto en musicoterapia abordara los problemas del paciente dependiendo de sus síntomas, esto, se lleva a cabo a través de la taxonomía descrita por la sociedad científica de enfermería NANDA. Siempre valorando tanto el dolor físico como el dolor psicológico del paciente, y su gusto musical. La sesión intentara disuadir varios aspectos:

- **EL DOLOR:** Presente en casi todas las etapas y en casi todos los pacientes con todo tipo de tumores. Usan la música como remedio sencillo para aliviar ese dolor y evitar que haya efectos secundarios gracias a la liberación de endorfinas (Neurotransmisores que enmascaran al dolor) en el cerebro. También puede usarse como estímulo visual, ayudándole con la música, a recordar una imagen

placentera para esa persona. Un estudio que corrobora su funcionalidad es el que “*The Cochrane Library*” realizó a un número de pacientes quirúrgicos. Los pacientes que escucharon música tras ser operados se quejaron menos del dolor y no se les administró tanta dosis de calmantes, tras un día de espera, los pacientes que recibieron musicoterapia necesitaban 6mg de morfina menos.

- **SINTOMAS DIGESTIVOS:** La quimioterapia y radioterapia pueden causar efectos secundarios muy comunes, entre ellos están las náuseas y vómitos. Debido a que no existe una manera de parar esto, la musicoterapia trata de evitarlo, junto con diferentes fármacos y este tratamiento musical, se han disminuido las náuseas y el número de vómitos en estos pacientes. Ezzone et Al, en 1998, hizo un estudio con 17 grupos, llamados Grupos control, y otro grupo aparte llamado Grupo experimental. Los 17 grupos tuvieron menor número de episodios y vómitos, que el grupo experimental, que estaba siendo tratado con fármacos.

- **SINTOMAS INMUNOLÓGICOS:** Los tratamientos para el cáncer generan en nuestro cuerpo una sobrecarga tóxica que supera la capacidad de nuestro sistema inmunológico, haciéndonos inmunes a las infecciones y complicaciones. Un estudio que demuestra que la musicoterapia ayuda a reducir la efectividad de estos síntomas es el que se le hizo a 32 personas. 16 cantaban y las otras 16 escuchaban música de forma pasiva. Al acabar el estudio, se vio que los niveles de Inmunoglobina A y G de las personas que habían cantado eran mayores que los que no. Incluso está demostrado, que escuchar música durante 15 minutos, aumenta los valores de Interleuquina 1.

- **ASPECTOS PSICONEUROLÓGICOS:** El diagnóstico y la evolución del paciente con cáncer suele repercutir también psicológicamente al portador de la enfermedad. Los 3 síntomas psiconeurológicos más comunes en los pacientes con cáncer son la ansiedad, el insomnio y la depresión. La dificultad del propio cuerpo para dormir, debilitará más al sistema inmune y además creará un estado de irritabilidad en la persona. La ansiedad por las dudas de la propia enfermedad está casi presente en todas las etapas, pero estudios han demostrado que al final este tipo de pacientes aprende a vivir con la ansiedad en su cuerpo. La depresión es posiblemente el peor síntoma de estos, llegando incluso a casos en los que el paciente, pide morir. La música, como demuestra un estudio de Louisville, potencia

los niveles de Melatonina, una hormona ligada al sueño, para esto, usaron música como *“Música acuática”* de Haendel o *“Las cuatro estaciones”* de Antonio Vivaldi. También son buenas *“Los nocturnos”* de Chopin o *“Preludio para la siesta de un fauno”* de Debussy.

- **COMUNICACIÓN Y INEXPRESION DE EMOCIONES:** El silencio, o la comunicación no verbal, es usado muchas veces por los pacientes oncológicos como defensa. Crean una barrera de comunicación, para no cerrar asuntos importantes que se deberían resolver, como el testamento., esto muchas veces, entorpece de gran manera, la fase de duelo del paciente con cáncer. Por lo que en ocasiones, el cuidador ofrece al paciente, que elija la música con la que ese momento se sienta identificado, para así de alguna manera, expresar sus sentimientos.

### 3.3 Psiquiatría

La música en el campo de la psiquiatría tiene cada vez mas una gran utilidad en los centros psiquiátricos para ayudar a los pacientes a comprender su condición emocional y a manifestar lo que les preocupa. Según los especialistas de este campo que tratan con esquizofrénicos, criminales con patologías e individuos con trastornos de personalidad y de ansiedad, cantar sobre como es sentirse feliz, asiste a muchos a aquellos que no lo recuerdan.

La música ayuda mucho a los pacientes a sentirse más seguros de sí mismos y menos aislados, les brinda un sentido de dominio sobre su mente y su vida. Muchos de los estudios llevados a cabo muestran que la música puede reducir algunos de los síntomas que muestra el paciente, sobre todo en los que padecen esquizofrenia.

El doctor Bumanis, director de comunicaciones para la American Music Therapy Association (Asociación Americana de Musicoterapia), relató que las letras violentas de ciertas canciones resultan tener cierto valor terapéutico para ayudar a un paciente a expresarse sobre sus impulsos violentos. También noto que los pacientes solían estar mas a gusto hablando de sus sentimientos con el contexto de una audición de música, por ende, la música hace más sencilla la interacción entre los pacientes.

Bumanis esclareció que un paciente que padece de ansiedad tenía un comportamiento compulsivo al sentarse al piano, que tocaba la misma nota

reiteradamente. Pero Bumanis le enseñó nuevas notas y noto que el nivel de ansiedad del paciente disminuía considerablemente.

### **3.4 Psicología.**

La música también influye en nuestros estados de ánimo, como demostró Roberto Valderrama Hernández, profesor de la Facultad de psicología BUAP (México). El autor estudió a 137 sujetos, 31 hombres, y 106 mujeres, con una edad media de 20 años y estudiantes de la facultad de psicología. A estos 137 sujetos se les puso diferentes tipos de música, acompañadas de distintas preguntas.

Para medir el estado de ansiedad, por ejemplo, les hacían preguntas muy rápidas, y todas tenían que ser contestadas con “Sí” o “No”, o para medir la alegría, les ponían ritmos rápidos y les sacaban a bailar, quien se movía menos, mostraba menos euforia, y quien realizaba movimientos constantes, parecía más alegre.

## **4. Metodología aplicada.**

La musicoterapia es una herramienta muy versátil, y que depende totalmente del tipo de paciente que se esté tratando, es distinto en niños que en personas mayores.

### **4.1 Geriatría**

En personas mayores, se suelen aplicar terapias grupales, aunque también puede hacerse individualmente, pero los terapeutas prefieren las primeras, para que noten que no están solos. Una de las terapias más frecuentes es darle a cada miembro del grupo un instrumento y realizar siguientes actividades como:

- Se interactúa con él, tienen que descubrir o aprender cómo se usa.
- Se entrenan las capacidades rítmicas, cada persona o cada grupo interpreta una parte de la melodía, por ejemplo en forma de respuesta o combinando los diferentes instrumentos con diferentes ritmos.
- Se canta para recordar la expresión oral, y las relaciones personales, junto a la cohesión del grupo.

También se usa la música grabada, ya sea de su juventud o música popular, para hacerles recordar la letra, se trabaja lo siguiente y con las siguientes pautas:

- Invitar a las personas o personas a identificar una canción tras escuchar los primeros acordes, así como a cantar la letra.
- Se les pide también que den los mayores datos posibles sobre la obra que están escuchando. El intérprete, el año en el que salió, y que expresen la emoción que sienten al oír esa canción.
- El solo escuchar temas musicales produce sensaciones y situaciones habitualmente relacionadas con diferentes recuerdos. Esto obliga a los participantes a recordar esas sensaciones vividas, que traen emociones positivas.
- Así, también se puede emplear la música como elemento de <http://gruposanyres.es/tecnicas-de-relajacion-para-personas-mayores/> relajación contra el estrés o la tensión física y mental a la que muchas personas suelen estar sometidas.

#### **4.2 Pediatría**

En la pediatría, los métodos aplicados son en grandes proporciones los mismos, pero a diferencia de las personas mayores, estos pacientes, que disponen de una mayor movilidad, son incitados a hacer juegos, como seguir el ritmo de una canción pasándose una pelota, o con bailes más animados que los que se puede hacer a un paciente geriátrico.

Esta si suele ser normalmente aplicada en grupos, para así mejorar también las relaciones sociales, y no hacer ver a los pacientes pediátricos que están solos.

- **Aplicación a pacientes con cáncer.**

La aplicación a un paciente con cáncer es totalmente distinta a una sesión normal de musicoterapia, ya sea paciente pediátrico o una persona mayor, dependiendo de los síntomas y el tipo de cáncer, se actúa de una manera u otra.

El número de personas que conformen el grupo dependerá del estado del paciente, si el paciente es crítico o no puede andar la sesión será individual, en cambio, si el estado del paciente no es tan grave, pueden aplicarse sesiones de grupo. Estas siempre van acompañadas de un psicoterapeuta.

## **5. Código Ético**

La musicoterapia es el proceso en el que el terapeuta profesional ayuda al paciente o pacientes en sesiones de musicoterapia a conseguir llegar a su salud, utilizando experiencias musicales.

Objetivos:

1. El musicoterapeuta sólo debe realizar las funciones para las que está calificado y técnicamente.
2. El musicoterapeuta no debe discriminar con respecto a los clientes en términos de raza, género, color, origen nacional, edad, orientación sexual, clase social, enfermedad, discapacidad, secuelas y necesidades especiales.
3. El musicoterapeuta debe desarrollar constantemente su competencia profesional a través de una continua actualización de conocimientos y habilidades.
4. El musicoterapeuta debe tratar de mantener la salud física y mental y observar las limitaciones personales que pueden afectar a la calidad de su trabajo.
5. El musicoterapeuta deberá indicar su título profesional en los informes y otros documentos, junto con el número de inscripción en la Asociación regional de Musicoterapia.

## **6. Conclusiones.**

La musicoterapia es una terapia médica aun en desarrollo, se debe aclarar que no sustituye a los fármacos, si no que es una terapia complementaria que trata de aliviar los síntomas y los efectos secundarios.

Es una salida laboral a parte de las que ya se tenían, ya que es dependiente de estudios y de un título oficial. Es una terapia regulada en muchos países, pero no en España, algunos ejemplos donde la musicoterapia es una terapia obligatoria es el Reino

Unido o Alemania.

Está indicada siempre para todo paciente oncológico, ya que está científicamente demostrado que puede reducir sus dolores.

## 7. Sesión práctica

Peviamente a la sesión práctica se realizó una encuesta para conocer los gustos musicales de los “pacientes”.

Para el **primer ejercicio** usaremos la canción “Aquellos ojos verdes” de Antonio Machín. La actividad consistirá en usar instrumentos como las maracas o las claves para que puedan percibir y marcar el ritmo, a la vez que intentan recordar la letra.

El **segundo ejercicio** consistirá en trabajar la memoria. Con ayuda de cartulinas pintadas con frases y dibujos, la persona tendrá que levantar las cartulinas cuando escuche la frase o palabra que destaca en la cartulina. La canción usada será “Camino verde” de Los Panchos.

El **tercer y último ejercicio** se dividirá en dos partes, en una se usará la canción “Mi carro me lo robaron” de Manolo Escobar y en la otra parte se usara “El tractor amarillo” de Zapato veloz.

En la primera parte se pondrá El tractor amarillo, cuando la canción este sonando se parará, y las personas deberán decir la última palabra que han oído, y una palabra con la letra por la que empezaba.

La segunda parte, para finalizar, será canto libre, para que intenten recordar la famosa canción “Mi carro me lo robaron” de Manolo Escobar.

## **Bibliografía:**

Artículos científicos: "*La música alivia los efectos de la quimioterapia*": EL MUNDO.ES  
"*El alzhéimer no puede con la música*". EI PAIS.ES-Ciencia.  
"*La música sana el corazón y alivia el cerebro*". ABC.ES  
"*¿Qué hace la música en nuestro cerebro?*". EI PAIS.ES-Neurociencia.

Revistas científicas: "*La música tiene efectos beneficiosos en los pacientes con cancer*".  
CIENCIA Y TECNOLOGÍA.  
"*Musicoterapia para niños*". INNATIA.  
"*Ejercicios de Musicoterapia*". INNATIA.  
"*Ejercicios de Musicoterapia*". GRUPO SANYRES.

Tesis: "*Cultura y cuidados*". BEATRÍZ YAÑEZ AMORÓS. Diplomada en enfermería.

