



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE BELLAS ARTES  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN MUSICAL  
LICENCIATURA EN MÚSICA

## ACTA DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE GRADO

Los profesores abajo firmantes, constituidos como Jurado Calificador para presenciar y evaluar la sustentación del trabajo de grado titulado:

**Ritmo y Canto para intervenir Atención y Emoción**

Presentado por el estudiante:

**David Antonio Jurado Gutierrez**

**CC: 1016034059**

**Código: 2010275018**

Consideramos que dicho trabajo cumple con los requisitos y condiciones necesarias para su aprobación por las siguientes razones:

1. Demuestra un grado alto de comprensión, rigor y apropiación del tema
2. Aborda espacios que van más allá de la práctica pedagógica musical escolar y genera la posibilidad de intercambio con otras disciplinas
3. Establece una excelente relación entre la escuela y la vida en la medida que conecta conocimiento musical con saber pedagógico, compromiso con la práctica y una postura hacia la inclusión.

|                   | NOMBRE                         | FIRMA | NOTA |
|-------------------|--------------------------------|-------|------|
| Jurado 1 - lector | María Teresa Martínez Azcárate |       | 50   |
| Jurado 2- Lector  | Angélica Vanegas Caballero     |       | 50   |
| Jurado 3 - asesor | Héctor W. Ramón Rojas          |       | 50   |
| Jurado 4 - asesor | Esperanza Londoño La Rotta     |       | 50   |

**NOTA FINAL: 50**

**OBSERVACIONES:**

Dado en Bogotá D.C a los 04 días del mes de junio de 2015

# Ritmo y canto para intervenir atención y emoción

---


David Antonio Jurado Gutiérrez

Asesor metodológico: Profesora Esperanza Londoño La Rotta

Asesor específico: Profesor Héctor Ramón Rojas

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE BELLAS ARTES  
DEPARTAMENTO LICENCIATURA EN MÚSICA

Bogotá - Colombia  
Mayo de 2015

|                                                                                   |                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
|  | <b>FORMATO</b>                              |
|                                                                                   | <b>RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE</b> |
| Código: FOR020GIB                                                                 | Versión: 01                                 |
| Fecha de Aprobación: 10-10-2012                                                   | Página 1 de 2                               |

| 1. Información General |                                                                                                                                             |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipo de documento      | TRABAJO DE GRADO                                                                                                                            |
| Acceso al documento    | UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. BIBLIOTECA FACULTAD DE BELLAS ARTES                                                                        |
| Título del documento   | RITMO Y CANTO PARA INTERVENIR ATENCIÓN Y EMOCIÓN                                                                                            |
| Autor(es)              | JURADO GUTIÉRREZ, DAVID ANTONIO                                                                                                             |
| Director               | LONDOÑO LA ROTTA, ESPERANZA; RAMÓN ROJAS, HÉCTOR WOLFGANG                                                                                   |
| Publicación            | Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2015. 114 p.                                                                                       |
| Unidad Patrocinante    | UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. UPN                                                                                                        |
| Palabras Claves        | PERCUSIÓN CORPORAL, ATENCIÓN, LATERALIDAD, CANTO, EMOCIÓN, INTELIGENCIA EMOCIONAL, INTERVENCIÓN, ESQUIZOFRENIA, TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR. |

| 2. Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Trabajo de grado que se propone en el marco de la práctica pedagógica de la Universidad Pedagógica Nacional, para intervenir la atención y la emocionalidad de las adultas adscritas en el Centro Femenino José Joaquín Vargas, a través de expresiones musicales como la percusión corporal y el canto. Además, también propone la intervención sintomatológica de la esquizofrenia y el trastorno afectivo bipolar a partir de las mismas expresiones musicales nombradas anteriormente. |

| 3. Fuentes                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Romero J. (2014). Los métodos didáctico musicales y la atención en relación al movimiento. Universidad de Alicante. Vicerrectorado de Estudios, Formación y Calidad.                                                         |
| Romero J. (2008). Método BAPNE. Alicante, España: Editorial Musicalis S.A.                                                                                                                                                   |
| Romero J. (2012). Percusión corporal y lateralidad. Método BAPNE, Madrid: Editorial Musicalis S.A.                                                                                                                           |
| Rubenstein, J. (1982). Principios de Psicología General. México D.F.: Grijalbo.                                                                                                                                              |
| García, J. (1997). Psicología de la Atención. Madrid: Síntesis Psicológica.                                                                                                                                                  |
| LICHTENSZTEIN M. (2009). Música y medicina: la aplicación especializada de la música en el ámbito de la salud. Buenos Aires: Elemento.                                                                                       |
| CASTILLO A. y PATERNINA A. (2006). REDES ATENCIONALES Y SISTEMA VISUAL SELECTIVO. UNIVERSIDAD DEL NORTE, BARRANQUILLA. Univ. Psychol. vol.5 no.2.                                                                            |
| LELORD F. (1995). Del otro lado del espejo: Casos de un psiquiatra. Ediciones Urano S.A. Barcelona.                                                                                                                          |
| Dr.Romeu y Asociadas (2012). Blog. Psiquiatría: Trastorno Bipolar. Barcelona. <a href="http://www.drromeu.net/trastorno-bipolar/">http://www.drromeu.net/trastorno-bipolar/</a> Consultado en la primera mitad del año 2015. |
| Lacárcel J. (2003). Psicología de la música y emoción musical. Universidad de Murcia. Educatio, n.º 20-21.                                                                                                                   |

| 4. Contenidos                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Capítulo I: Relación entre la percusión corporal y la atención.                                                                                                                                |
| Capítulo II: Relación entre el canto y la emoción.                                                                                                                                             |
| Capítulo III: Relación entre la experiencia musical y las particularidades mentales de la población (esquizofrenia – trastorno afectivo bipolar) a través de la percusión corporal y el canto. |
| Capítulo IV: Historias de vida de las adultas con las que se trabajó a propósito de la vivencia que tuvieron a partir de trabajo realizado.                                                    |



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL

## FORMATO

### RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE

Código: FOR020GIB

Versión: 01

Fecha de Aprobación: 10-10-2012

Página 2 de 2

#### 5. Metodología

El enfoque de este trabajo de grado es mixto porque tiene un componente cuantitativo y otro cualitativo. En el primero de ellos se echó mano de la teoría de las redes atencionales de Posner y de una adaptación musical al test de continuo performance. Respecto al componente cualitativo se parte del auto reporte de las adultas del Centro Femenino en contraste con lo observado por el profesor y los psicólogos del Centro. Por último también se apoya en la inteligencia emocional referenciada desde la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner. Los instrumentos de recolección de datos fueron la observación a los diferentes talleres que se propusieron, enfocándose en procesos atencionales de la población y todo lo respectivo a la esfera emocional de las adultas, además también se apoyó en entrevistas a ellas y a un psicólogo a cargo del proceso de cada una.

#### 6. Conclusiones

La percusión corporal ayuda a intervenir pedagógicamente problemas de atenciones en particularidades mentales como la esquizofrenia y el trastorno afectivo bipolaridad. Refiere además un trabajo de lateralidad que involucra características de la atención como la amplitud y la intensidad. Además ayudó a intervenir y mejorar procesos de atención sostenida y selectiva; atenciones afectadas en esas particularidades mentales.

El canto propicia momentos para el reconocimiento emocional y todo lo relacionado con el control de las emociones, la expresividad, la empatía y el establecer vínculos afectivos con los demás. Propone una sana exteriorización de las emociones por medio del canto.

Elaborado por:

JURADO GUTIÉRREZ DAVID ANTONIO

Revisado por:

Fecha de elaboración del Resumen:

06

JUNIO

2015

## TABLA DE CONTENIDO

|                                                                                                                                                  |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| INTRODUCCIÓN.....                                                                                                                                | 7  |
| AGRADECIMIENTOS .....                                                                                                                            | 8  |
| PROBLEMÁTICA.....                                                                                                                                | 9  |
| PREGUNTA PROBLEMA: .....                                                                                                                         | 11 |
| OBJETIVO GENERAL.....                                                                                                                            | 11 |
| OBJETIVOS ESPECÍFICOS: .....                                                                                                                     | 11 |
| JUSTIFICACIÓN .....                                                                                                                              | 11 |
| CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN. ....                                                                                                            | 13 |
| METODOLOGÍA .....                                                                                                                                | 14 |
| INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN. ....                                                                                            | 17 |
| I. Observación de talleres y entrevistas. ....                                                                                                   | 17 |
| II. Entrevistas (formatos): .....                                                                                                                | 17 |
| III. Tabla de talleres: .....                                                                                                                    | 18 |
| CRONOGRAMA DE TALLERES. ....                                                                                                                     | 30 |
| REFERENTES TEÓRICOS Y CONCEPTUALES .....                                                                                                         | 31 |
| CAPÍTULO I: PERCUSIÓN CORPORAL Y ATENCIÓN.....                                                                                                   | 31 |
| 1. Etapas de la percusión corporal. ....                                                                                                         | 38 |
| 1.1. Primera etapa de la percusión corporal. Su relación con la lateralidad, la amplitud y la intensidad.....                                    | 38 |
| 1.2. Segunda etapa de la percusión corporal. Su relación con el oscilamiento. ....                                                               | 42 |
| 1.3. Tercera etapa de la percusión corporal. Su relación con el control. ....                                                                    | 43 |
| 2. Condiciones de la atención. Su relación con la percusión corporal y la incidencia directa sobre los talleres trabajados con las adultas. .... | 45 |
| 2.1. Determinantes externos.....                                                                                                                 | 45 |
| 2.2. Determinantes Internos. ....                                                                                                                | 50 |
| 3. Clasificación de la atención. ....                                                                                                            | 52 |
| CAPÍTULO II: CANTO Y CAMBIO EMOCIONAL.....                                                                                                       | 55 |
| 1. Inteligencia emocional y el canto. ....                                                                                                       | 57 |

|                                                                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2. Educación emocional.....                                                                                               | 63  |
| CAPÍTULO III: A PROPÓSITO DE LAS PARTICULARIDADES MENTALES DE LA POBLACIÓN .....                                          | 66  |
| 1. Percusión corporal, canto y esquizofrenia.....                                                                         | 66  |
| 2. Percusión corporal, canto y trastorno afectivo bipolar. ....                                                           | 72  |
| CAPÍTULO IV: HISTORIAS DE VIDA .....                                                                                      | 79  |
| 1. AZALEA:.....                                                                                                           | 79  |
| 2. DALIA:.....                                                                                                            | 81  |
| 3. ESTRELICIA:.....                                                                                                       | 83  |
| 4. GIRASOL: .....                                                                                                         | 85  |
| 5. LAVANDA:.....                                                                                                          | 88  |
| 6. MADREPERLA: .....                                                                                                      | 91  |
| CONCLUSIONES.....                                                                                                         | 93  |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....                                                                                          | 96  |
| ANEXOS.....                                                                                                               | 99  |
| TABLA DE REFERENCIA PARA LA PERCUSIÓN CORPORAL.....                                                                       | 99  |
| PARTITURAS .....                                                                                                          | 101 |
| ENTREVISTA A UN PROFESIONAL DE LA SALUD MENTAL (PSICÓLOGO) ACTIVO EN EL CENTRO ESPECIAL FEMENINO JOSÉ JOAQUÍN VARGAS..... | 106 |
| ENTREVISTA A AZALEA .....                                                                                                 | 110 |
| ENTREVISTA A DALIA .....                                                                                                  | 112 |
| ENTREVISTA A ESTRELICIA .....                                                                                             | 114 |
| ENTREVISTA A GIRASOL.....                                                                                                 | 116 |
| ENTREVISTA A LAVANDA .....                                                                                                | 118 |
| ENTREVISTA A MADREPERLA .....                                                                                             | 120 |

## INTRODUCCIÓN

Desde muy pequeño he estado involucrado en actividades artísticas musicales como, estudiantinas, orquestas tropicales, bandas sinfónicas, coros e incluso proyectos alternos un poco más relacionados con la escena rock nacional. Sin embargo, de forma muy temprana además, llegó a mí la curiosidad de indagar sobre la incidencia de la música en la salud de las personas. De tal modo que estando en el colegio, en los albores del año 2007, se me pedía como requisito previo a mi graduación, un proyecto de investigación que estuviera relacionado con lo que quería estudiar estando en la universidad. Fue más que obvio para mí inclinarme por la música como carrera profesional a futuro y también fue más que obvio para mí en ese entonces, aprovechar esa oportunidad para por fin incursionar un poco en lo relacionado a la incidencia de la música en la salud. También con miras a salir un tanto de ese círculo musical de la música por la música únicamente, claro, sin negar el placer que brinda el hacer musical como tal.

Ad portas de graduarme de la Universidad Pedagógica Nacional, vuelve a mi ese deseo de seguir incursionando en la incidencia de la música en las distintas dimensiones del ser humano, y de ahí que ese deseo me lleve a dedicar mi proyecto de grado a ese fin último. Por tanto, el presente documento girará en torno a las posibilidades de la música en espacios pedagógicos no convencionales para intervenir problemas atencionales y brindar herramientas que permitan el reconocimiento emocional para un posterior control de las emociones.

El texto se moverá a través de cuatro capítulos donde en el primero de ellos se hablará de la relación percusión corporal y atención; cómo se puede intervenir ésta última a partir de la primera y cómo se vio reflejado en la experiencia trabajando con la población escogida.

Pasando a un segundo capítulo, se entrará a hablar ahora de la relación canto y emoción, donde se expone la incidencia del canto sobre distintos procesos emocionales característicos de las adultas del Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas; población con la que se trabajó durante el presente proyecto de grado. Nuevamente este capítulo será atravesado por la experiencia que suscitó el trabajo con la población involucrada.

En un tercer capítulo se hablará nuevamente de la influencia de la música pero ahora en un aspecto muy particular de la población; particularidades relacionadas con la salud mental tales como la esquizofrenia y el trastorno afectivo bipolar. Vislumbrando el término de lo que se verá en las próximas páginas, en el capítulo número cuatro se mostrarán algunas historias de vida de las adultas con las que se trabajó. Este capítulo, me atrevería a decir, es el compendio de todo lo recogido en la investigación y por tanto, uno de los más significativos para la misma.

## AGRADECIMIENTOS

En primera estancia quiero agradecer a las adultas del Centro Femenino José Joaquín Vargas con las que tuve el placer de compartir, aprender y disfrutar durante el tiempo que tomé realizar este proyecto de grado. De igual manera los agradecimientos a dicha institución no se hacen esperar. Gracias por permitirme trabajar sin ningún inconveniente y con la mayor de las comodidades en la institución y sobre todo por brindarme siempre la ayuda que necesité facilitándome espacios físicos dentro de la institución, información y asesorías.

También es acertado agradecer a la Universidad Pedagógica Nacional por posibilitar este tipo de espacios investigativos donde se puede plasmar de una mejor manera lo aprendido, lo reaprendido y lo que falta por aprender en este camino que jamás se termina de recorrer.

## PROBLEMÁTICA

La música ha evolucionado mucho a lo largo de la historia. Cada civilización ha creado sus propias manifestaciones, como fenómeno artístico, estético y social (Palacios, 2004). El sonido, y la música en sí, han tenido gran valor siendo utilizados para transmitir ideas, emociones, para unificar personas dándoles una identidad social cultural específica. Así también como señales culturales que permitían estar alertas o cambiar de actividad, como por ejemplo las alarmas que se hacían sonar al momento de entrar una ciudad completa en estado de guerra o cuando en la actualidad se está frente al riesgo eminente de algún suceso climático; tsunamis, tornados, etcétera.

*“Parece que hace un tiempo muy remoto las canciones de los hombres estaban asociadas a diversos ritos para los momentos más importantes de la vida: danza, momentos de caza, funerarios, para el nacimiento, las cosechas, para las celebraciones nupciales, para la curación, etc. Hay numerosos grupos de pinturas rupestres que han plasmado algunas escenas de este tipo, que, con toda probabilidad, tenían un carácter mágico. Los médicos de la antigüedad practicaban gran número de cantos, gritos y recursos vocales, unidos al movimiento, con el fin de mitigar los efectos malignos y atraer los efectos benignos implorados (sirva de botón de muestra algunas danzas del mundo celta relacionadas con ritos de la prosperidad, lluvia y fecundidad).” (Ibíd.).*

En ese sentido, Serafina Poch (1999) argumenta que para poder comprender el significado profundo en esos ritos, se precisa detenerse a pensar en la filosofía particular de los pueblos. Las culturas indoeuropeas han dejado importantes elementos tales como el concepto divino de la música, procedimientos terapéuticos de ésta, la connotación maligna y ofensiva a los dioses que posee cualquier tipo de enfermedad y nada mejor que la música para obtener favores divinos y ahuyentar a los espíritus malignos (Palacios, 2004). En la civilización hindú emiten sonidos varias veces al día en fracciones inferiores de cuarto de tono con alcances médicos, a fin de desarrollar las facultades mentales y místicas, en cualquiera de las tres variedades: alegre, solemne y triste (Scott, 1969). Para los egipcios la música actuaba directamente sobre las emociones y sobre la salud del hombre.

De allí el interés por realizar más a fondo estudios y propuestas que indiquen el poder reestructurador de la música en las personas en pro de un mejor estado de salud. Desligándola del concepto de curar y ubicándola en un sitio más apropiado que es el de intervenir<sup>1</sup> (en este caso desde una intervención pedagógica) ciertas afecciones del cuerpo y de la esencia humana para así brindarle a las personas un mejor estado de salud<sup>2</sup>.

En ese orden de ideas, en este proyecto de grado en curso se pretende tomar elementos de la música para intervenir procesos de atención y de reconocimiento emocional en una población que

---

<sup>1</sup> Intervención pedagógica es la acción intencional que desarrollamos en la tarea educativa en orden a realizar con, por y para el educando los fines y medios que se justifican con fundamento en el conocimiento de la educación y del funcionamiento del sistema educativo (Touriñán, 1987). El proceso de intervención pedagógica podría esquematizarse del siguiente modo: “A” (agente educador) hace “X” (lo que el conocimiento de la educación explica y justifica) para conseguir el resultado “R” (que “B” -agente educando- efectúe las conductas “Y” -explicitadas en la intervención pedagógica de “A”- y alcance el objetivo “Z” -destreza, hábito, actitud o conocimiento educativo (Touriñán, 2010).

<sup>2</sup> La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (Organización mundial de la salud, 1948)

por sus particularidades mentales, ha experimentado el deterioro de dichos procesos afectando de manera significativa su diario vivir.

Aquellas particularidades mentales mencionadas en el párrafo anterior tienen nombre propio; esquizofrenia y trastorno bipolar afectivo. Cada uno de estos cuadros clínicos mentales tiene síntomas específicos y características que sirven como gatillo para disparar problemas de atención y problemas comportamentales afectando así la esfera emocional de la persona. Dicho de este modo, la persona que experimenta esta realidad, con el paso del tiempo podría dejar de ser funcional en la sociedad, podría necesitar de cuidado y atención vitalicia y probablemente perdería conexión con el mundo exterior al no poder socializar con las demás personas.

Son las adultas<sup>3</sup> del Centro femenino especial José Joaquín Vargas un vivo y perfecto ejemplo de este tipo de situación. Donde en muchos casos, a causa de sus particularidades mentales y cognitivas, han sido abandonadas desde muy temprana edad en la institución, convirtiéndose ésta en su hogar y convirtiéndose en su familia las personas que diariamente trabajan y están de forma activa en la institución.

Siendo entonces los problemas de atención y algunos desórdenes emocionales los temas a trabajar, la música nos presenta elementos muy propios de ella para intervenir y dar herramientas para el buen accionar frente a esas problemáticas. Dicho en palabras más enfocadas a la presente investigación tendríamos: ¿Qué herramientas pedagógicas se pueden tomar del canto y de la percusión corporal, que permitan intervenir problemas de atención y de reconocimiento de un cambio emocional en las adultas adscritas al Centro femenino especial J. J. Vargas?

El ritmo, siendo el elemento que organiza el resto de elementos musicales (melodía y armonía), está presente en todas las expresiones musicales del hombre. El tempo (cantidad de pulsos en relación al tiempo cronológico), es la base sobre la cual se define la velocidad del ritmo. Tanto el tempo como el ritmo son funciones sobre las cuales se construyen las capacidades expresivas y comunicativas de las personas, como por ejemplo la acción de hablar se ve matizada con diferentes velocidades e intensidades al momento de gesticular, dependiendo de las necesidades de la persona; expresar ira, tristeza, inconformismo, serenidad o alegría. Ello denota variaciones en la forma del habla la cual está sujeta además al ritmo biológico de la persona.

En ese respecto la profesora Melanie Ruth Nevis<sup>4</sup>, especialista en Musicoterapia, refiere que sus alumnos solían llegar al aula muy tensos y estresados por el agitado modo de vida de la gran urbe. Sin embargo, luego de terminar la práctica docente haciendo uso de tumbadoras, tambores y claves, entre otros instrumentos, los propios muchachos decían sentirse relajados, con el ánimo bien por arriba y llenos de energía.

Esta experiencia la llevó a reflexionar sobre los posibles beneficios de la práctica musical para la salud en general. Habla con especial interés de su uso en la terapia del autismo infantil, donde a los efectos mencionados, se une el ayudar de manera significativa a mejorar las relaciones

---

<sup>3</sup> Término por el cual se refieren a ellas en el Centro femenino especial J. J. Vargas.

<sup>4</sup> Psicóloga Norteamericana. Directora del Healing Connections Internacional Music Therapy Center. Cita tomada del Taller de Arterapia para la Región de Centroamérica y el Caribe, celebrado dentro del evento científico Salumec Regla 2003.

interpersonales y grupales de estos muchachos, su capacidad de atención y motivación y reducir niveles de agresividad.

Otro elemento que viene unido al ritmo es el canto, y encontramos la unión de estos dos en el método Bapne del cual se tomarán recursos para el desarrollo metodológico del presente trabajo. La Percusión Corporal Terapéutica que corresponde al método mencionado anteriormente, recoge de la musicoterapia la conexión entre música y emoción utilizando el canto, la melodía y la percusión. La voz humana en sus diversas formas es el producto de las necesidades sociales y emocionales de las personas. Es causada por la necesidad de comunicar y ésta a su vez surge de la energía que experimentamos como un estado de ánimo (alegría, entusiasmo, determinación, humildad, miedo). La voz expresa a una persona, es decir, oímos una persona, no una voz (Llic, 2014)

### PREGUNTA PROBLEMA:

¿Qué herramientas pedagógicas se pueden tomar del canto y de la percusión corporal, que permitan intervenir problemas de atención y de reconocimiento de un cambio emocional en las adultas adscritas al Centro femenino especial J. J. Vargas?

## OBJETIVO GENERAL

Intervenir problemas de atención y el cambio emocional de las adultas adscritas al Centro Femenino J. J. Vargas a través del canto y la percusión corporal.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar condiciones mentales, cognitivas y afectivas que determinan los problemas de atención y los cambios emocionales.
- Identificar las posibilidades transformadoras de la música en espacios pedagógicos no convencionales.
- Proponer otras formas de ver la práctica musical más allá del espectáculo o del entretenimiento de un público.
- Brindar una opción distinta a la farmacológica para la intervención de problemas de atención y desorden emocional.
- Apoyar y promulgar la labor del Centro femenino especial J. J. Vargas en su esfuerzo por brindar una mejor calidad de vida a las adultas.

## JUSTIFICACIÓN

La problemática citada anteriormente daría aportes significativos a diferentes campos teóricos como lo son la música, la pedagogía, la medicina alternativa y el desarrollo psico/afectivo para garantizar personas de bien para la sociedad.

En primera estancia tenemos entonces la música referida desde la musicoterapia, con el fin de mostrar las diferentes posibilidades que la misma tiene más allá del entretenimiento, la partitura y

la academia. De este modo la música tendría otra mirada aparte del deleite para los sentidos y se mostraría como una alternativa en pro del bienestar físico y mental de las personas.

Por otro lado, se estaría fortaleciendo el componente pedagógico que está intrínseco en la música. La enseñanza de algunos contenidos de la educación musical han tomado un rumbo cíclico y repetitivo generando que se estén enseñando de la misma manera que hace muchos años atrás, de modo que se conservan paradigmas que imposibilitan salidas para la innovación. Entonces, al apoyarse en propuestas de enseñanza musical a través de la sensibilización, se está renovando el hecho de transmitirla de otra manera.

En cuanto a los problemas de atención y de no reconocimiento emocional, se propone una forma diferente de fortalecer las intervenciones que se realizan desde la psiquiatría o desde la psicología. Si bien probablemente no se van a quitar de raíz dichos problemas, lo que se desea es darle al sujeto implicado en el proceso, herramientas que pueda utilizar para interiorizar una solución distinta a la farmacológica, para que eventualmente, si se presenta un episodio característico de la enfermedad, pueda usarlas a su favor generando mejores resultados enfocando esas energías en un solo punto, o bien, pueda controlar sus emociones para que éstas le pertenezcan y no al contrario. Que tenga control sobre su mente y cuerpo.

Hay dos expresiones musicales que se tomarán para el desarrollo de este proyecto; el canto y la percusión corporal. Si bien estas dos han ido repensándose y reevaluándose en muestras como el beatboxing o el performance tipo stomp, en esta investigación se propone otra forma de usarlas en espacios pedagógicos no convencionales.

El canto por ejemplo, se usará desde una mirada menos técnica, es decir que se verá como la capacidad que tenemos todos y de la que podemos echar mano para conocernos a nosotros mismos, expresarnos, comunicarnos, darnos confianza y establecer vínculos con otras personas. En este caso, ayudará a la persona a poder ordenar ideas concretas, impregnándolas de su mismo ser y en ese sentido, poderlas expresar y compartir con su entorno. Ayudará a exaltar las propiedades naturales que el canto ha tenido desde siempre, reconectándolo con esa intimidad que representa el comunicarse con alguien y entenderse en un contexto.

Por el lado de la percusión, aunque en algunos casos por carecer (a excepción de las placas y los instrumentos con pedales) de un registro específico, se le ha relegado como la encargada de mantener un pulso cuando se suma a otras expresiones musicales, a partir de la multipercusión ha demostrado tener una coherencia en la sintaxis de ideas que propone y de este modo, qué mejor que el mismo cuerpo para hacer percusión, siendo que es el instrumento con el que siempre se podrá trabajar.

Ahora bien, el desarrollo psico/afectivo tiene mucho que ver con todo lo que se ha tratado hasta el momento. Todo lo concerniente a la expresión, a la focalización, a la inteligencia emocional, se va a ver bien retribuido en este proyecto y de forma más significativa dadas las particularidades mentales de las adultas con las que se trabajará.

Durante la evolución de los cuadros clínicos como la esquizofrenia y el trastorno afectivo bipolar, las personas van experimentando paulatinamente un descontrol de sus emociones. Pueden entrar en una depresión muy fuerte como también pueden saltar de una emoción a otra. Pueden pasar de la euforia extrema a la tristeza absoluta.

Debido a esto, progresivamente van desapareciendo habilidades sociales como intimar con otra persona, crear un vínculo o simplemente relacionarse con alguien. Muchas de las veces la persona es consciente de este desorden emocional complejizando la situación al no saber cómo controlar dicho desequilibrio.

Es por esto que crear una consciencia de las emociones es tan importante en una población como esta. El hacerlos comprenderse a ellos mismos y dentro de un contexto será crucial para aminorar los síntomas de cada una de las particularidades mentales de las que hablamos. Y sobre todo en las adultas del J. J. Vargas, quienes son integrantes de familias disfuncionales (las que aún tienen como tal familiares) donde el maltrato, el abandono y la violación no se han hecho esperar.

Es aquí donde podemos ver la unión entre música, pedagogía, medicina alternativa en pro de un desarrollo psico/afectivo óptimo en señoras y jóvenes adultas del Centro Femenino, a través del canto y la percusión corporal, donde también este último se verá favorecido con esta investigación dada su visión y misión social con ellas.

### CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN.

A partir de dos visitas que se realizaron al Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas con fines de conocer un poco más a la población, se pudo observar que allí se encuentran adultas jóvenes y de la tercera edad en condición de abandono y con discapacidad cognitiva como retraso mental. También figuran adultas que presentan desórdenes emocionales y mentales como esquizofrenia o trastorno afectivo bipolar.

Más que necesitar de una educación musical específica, las adultas adscritas al centro necesitan sentirse funcionales en la sociedad, respetadas, recordadas y queridas. Son una población con unos vacíos emocionales muy grandes y dadas sus particularidades cognitivas y mentales, requieren de un personal humanamente capacitado para proceder sobre una población como esta.

Según el portafolio de servicios del Centro Femenino (Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas, 2013) ellos se dan a conocer con un alto sentido de humanismo y compromiso cristiano. El Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas está comprometido a elevar el bienestar y calidad de vida, de toda la población de usuarias de sexo femenino, con discapacidad de leve a profunda, con trastorno de conducta y trastornos psiquiátricos asociados, en estado de vulnerabilidad a través de la prestación de servicios en protección social integral ofertado por un personal idóneo, sensible, solidario, que busca conservar el nivel de funcionalidad de las usuarias.

Se proyecta como una institución líder en la prestación de servicios en protección social integral a mujeres con discapacidad cognitiva institucionalizadas con eficiencia y eficacia en el manejo humanitario y digno por medio de un equipo interdisciplinario idóneo capaz de responder a las necesidades y expectativas de las usuarias, familia y comunidad.

El Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas tiene entre sus objetivos, tres ítems fundamentales en los que basa toda su postura (Ibid).

- **Desarrollo Personal:** Abordar de manera integral a la persona con discapacidad. Mantener y generar competencias que incidan en el desarrollo personal de la persona con discapacidad, de acuerdo a su nivel de funcionalidad. Brindar y ajustar los sistemas de apoyo de tal manera que fortalezcan su integración e inclusión en las diferentes etapas del proceso de atención. Brindar condiciones para que la Secretaría de Salud de Bogotá o del Municipio en el que resida la población, pueda garantizar la atención en salud que la persona con discapacidad requiera.
- **Desarrollo Familiar:** Identificar y potenciar las habilidades y destrezas de las familias, con el propósito de fortalecer el proyecto de vida familiar. Lograr el reconocimiento del rol del miembro con discapacidad al interior de los sistemas familiares. Ajustar los sistemas de apoyos y fortalecer la red familiar, garantizando la sostenibilidad de los procesos desarrollados. Involucrar a los referentes familiares y sociales en la construcción del proyecto de vida de la persona con discapacidad a partir del marco de la corresponsabilidad para la inclusión social y familiar. Promover el reintegro de las personas atendidas a su medio familiar.
- **Desarrollo Comunitario:** Identificar, caracterizar y potencializar en la comunidad los recursos y las Redes de Apoyo (Públicas y Privadas) que favorezcan la participación de las personas atendidas en los contextos sociales. Promover la inclusión social de la persona con discapacidad y su sistema familiar en los espacios comunitarios. Fortalecer las redes sociales, familiares e institucionales de tal manera que faciliten y fortalezcan el proceso de atención.

*“Se define como un centro de protección que alberga mujeres en situación de discapacidad, cognitiva y mental. La población alberga, alrededor de 500 mujeres adultas y adultas mayores, proviene del antiguo Hospital Neuropsiquiátrico Julio Manrique, ubicado en el municipio de Sibaté, Cundinamarca. En contraste con la visión asistencialista que se impuso durante gran parte de los siglos pasados, incluyendo casi todo el siglo XX, el Centro J. J. Vargas propone una postura desde la inclusión social y de la necesidad de ofrecer a las personas, la capacidad de recuperar y ejercer sus derechos, más allá de las situaciones de discapacidad cognitiva o mental en la que estén viviendo.” (Héctor Ramón<sup>5</sup>, 2014)*

El proceso de trabajo con las adultas de la institución se dividió en dos; todo el año 2014 se trabajó con el grupo general de adultas quienes reciben clase de música en el Centro Femenino y la primera mitad del año 2015, se trabajó únicamente con un grupo de seis adultas. Para proteger la integridad de estas seis adultas durante el contenido de este trabajo de grado, sus nombres serán reemplazados por nombres de flores (Azalea, Girasol, Dalia, Lavanda, Estrelia, Madreperla).

## METODOLOGÍA

El enfoque de esta investigación es mixto porque tiene un componente cuantitativo y uno cualitativo. En el primero de ellos se podrá medir la atención a través de elementos tomados de la

---

<sup>5</sup> Músico, Musicoterapeuta y Profesor Ocasional en la Universidad Pedagógica Nacional.

teoría atencional de Posner (1994) y a partir de una adaptación del Test de Continuo Performance propuesto por el Doctor C. Keith Conner<sup>6</sup>.

La teoría de las redes atencionales de Posner se basa en la observación a la mirada de la persona, el objetivo en dónde está enfocada su mirada y cómo responde ante los estímulos visuales que recibe del objetivo como tal. Se tomarán elementos de esta teoría dado que es la que más se ajusta a los requerimientos observables de la atención en particularidades mentales propias de la población, como la esquizofrenia y el trastorno bipolar afectivo. Esta teoría, aunque no se pensó con el fin de entender cómo la atención se ve afectada en esas dos particularidades mentales, se enfoca en gran medida a evidenciar el funcionamiento de la atención sostenida y la selectiva, las cuales se ven comprometidas en personas con esquizofrenia y bipolaridad.

En la esquizofrenia se ven afectadas ambas atenciones mencionadas en el párrafo anterior (Nuechterlein y Dawson, 1970) las cuales referencian acciones como la concentración sobre una tarea por un período prolongado de tiempo y la capacidad de actuar y reaccionar frente a un estímulo. En cuanto al trastorno afectivo bipolar, aunque aún está en discusión, estudios han dado como resultado que en este caso se da una inatención sostenida y selectiva (Bedoya, Pineda y Aguirre, 2011). Por tanto, poder usar la observación de la mirada, a partir de la teoría de las redes atencionales de Posner, permitirá evidenciar el funcionamiento de dichas atenciones y cómo van evolucionando esos procesos en el transcurrir de los talleres propuestos.

Ahora bien, el médico psiquiatra Vicente Pardo propone tras hacer una revisión dedicada, que el test de continuo performance<sup>7</sup> (CPT por sus siglas en inglés) es una de las mejores formas de medir la evolución en procesos atencionales como la atención sostenida y la atención selectiva. Sin embargo, este test en mención no responde del todo con lo planteado en este proyecto desde la parte pedagógica musical, dado que no involucra ninguno de estos dos aspectos en su implementación, por tanto, se propone hacer una adaptación del mismo para este proyecto tomando de él elementos tales como sostener la mirada sobre un objetivo o tarea por un tiempo prolongado y el reaccionar corporalmente ante el estímulo recibido a través de la mirada.

En términos de este proyecto, lo propuesto hasta este momento es; a la hora de proponer el docente una actividad de percusión corporal podrá evaluar en tiempo real, sobre cada adulta, el foco de su atención y la durabilidad, si la mirada de la adulta está enfocada sobre los movimientos propuestos por el docente o no (atención sostenida, Kirby y Grimley, 1992), si su reacción es intentar imitarlos (atención selectiva, *Ibíd.*) o si por el contrario prefiere dejarlos pasar por alto. En últimas, algo que podrá dar cuenta de que la adulta en efecto ha ido paulatinamente enfocando su atención a la práctica musical corporal, es que luego de algunas sesiones podrá realizar con mayor fluidez las actividades propuestas por el docente, de no ser así, la adulta no podría realizar las diferentes secuencias rítmicas que se han propuesto. Claro, esto responde también a las capacidades cognitivas de cada una, sin embargo, al ser también un proceso en constante

---

<sup>6</sup> Autoridad puntera en el campo del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.

<sup>7</sup> El objetivo del test es que los sujetos respondan ante una letra que se van mostrando o diciendo, permitiendo medir el tiempo de respuesta, aciertos, variables en la velocidad de reacción y velocidad de procesamiento. Se escoge una letra en particular, por ejemplo la X. En una pantalla se van mostrando diferentes letras, una a la vez, o una persona va diciendo letras, una a la vez también y el sujeto tendrá que golpear ligeramente sobre una superficie cada vez que aparezca en la pantalla la letra X o cada vez que la persona que realiza el test mencione dicha letra.

evaluación y evolución, se podrá definir si el hecho de no lograr lo propuesto en el taller es un problema atencional o es un problema cognitivo.

A propósito del componente cualitativo, se diseñaron unos juegos de roles y se proponen unas canciones acumulativas que incorporan la percusión corporal en la canción y de los cuales se dará razón más adelante.

En este punto se echará mano del auto reporte para poder medir la atención de manera cualitativa a partir de dichas actividades. Éste empezará por cada una de las adultas, haciendo uso de constante reflexión verbal al momento de finalizar los talleres. Se les preguntará cómo creen que dichas actividades favorecen tener una mejor atención en cada una de ellas o cómo favorecen a intervenir los diferentes cambios emocionales que se den en cada una. En últimas, el auto reporte refiere al cómo cada adulta se siente frente a cada una de las actividades musicales con las que se trabaje, si ha percibido alguna mejoría, si en definitiva no ha notado nada novedoso en ella a partir de la práctica musical. Se refiere a un proceso reflexivo en donde las adultas darán cuenta de la incidencia de los talleres sobre su estado emocional en general.

Esto se podrá contrastar con lo observado por el docente a cargo en cada uno de los talleres y esa relación tendría que ser consistente entre lo que ellas expresan y lo que el docente observa en cada una de ellas. Recordemos que, poder usar la observación de la mirada, a partir de la teoría de las redes atencionales de Posner, permitirá evidenciar el funcionamiento y evolución de las atenciones involucradas porque al estar relegada esta evaluación a la direccionalidad y enfoque de la mirada del sujeto, el docente a cargo podrá centrarse en observar en tiempo real en dónde está el objetivo de dicha focalización visual, cuánto dura su atención en la tarea a partir del foco de la mirada y cómo reacciona ante el estímulo visual.

Es clave el auto reporte por parte de las adultas porque también evidenciaría si en verdad la actividad musical, la percusión corporal y el canto son herramientas que las ayuda a mejorar esos problemas de atención y a intervenir los cambios emocionales que cada una pueda tener de manera deliberada por su particularidad mental.

Esta monografía además va a echar mano de la inteligencia emocional referenciada por Daniel Goleman basándose en la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner. Apoyándose entonces en lo que postula David Wechsler<sup>8</sup>, quien describe la influencia de factores no intelectivos (motivación, expectativas, afectos) sobre el comportamiento inteligente, esto implica, tanto el conocimiento como el manejo de sus emociones; y su importancia radica en que le permite expresar sus emociones de forma sana y satisfactoria. Por tanto al ser este un proyecto donde se quiere intervenir para lograr un reconocimiento emocional como antecedente a una auto regulación, será de gran ayuda echar mano de esta teoría en cuanto ayude a las adultas a regular sus emociones y a entenderlas para así darles un mejor empleo.

Dicha inteligencia de la que echará mano esta monografía a su vez está compuesta de dos constructos que son la inteligencia interpersonal; la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas, y la inteligencia intrapersonal; la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios.

---

<sup>8</sup> Psicólogo estadounidense. Desarrolló escalas de inteligencia bien conocidas, como la Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS) y la Wechsler Intelligence Scale for Children (WISC).

La inteligencia emocional es un concepto acuñado por Goleman (1995) quien lo explica como el catalizador que nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal. Todo esto viene a ser de gran aporte para esta monografía.

## INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

### **I. Observación de talleres y entrevistas.**

Observación a:

- a.** Todo lo referente a la atención (Tiempos de atención, concentración, retención de información, captos de la atención, intereses). Adaptación Test de Continuo Performance.
- b.** Todo lo referente al ser emocional de la adulta (Relaciones afectivas, intra e interpersonales, capacidad de expresión, articulación verbal, apatía, simpatía) a través del auto reporte.

### **II. Entrevistas (formatos):**

- c.** A las adultas entre del J. J. Vargas que estén participando de los talleres propuestos (Historias de vida).
  - i.** ¿Cómo es tu nombre?
  - ii.** ¿Cuánto años tienes?.
  - iii.** ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?
  - iv.** ¿Conoces la razón por la que estás aquí?
  - v.** ¿De qué servicio eres?
  - vi.** ¿Qué familiares tienes?
  - vii.** ¿Recibe visitas? ¿De quién?
  - viii.** ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?
  - ix.** ¿Cómo te sentiste con esa experiencia?
  - x.** ¿Alguna experiencia musical en la familia?
  - xi.** ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?
  - xii.** ¿Te gusta bailar? Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?
  - xiii.** ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?
  - xiv.** ¿Hay algo que te aburra de la música?
  - xv.** ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?
  - xvi.** ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?
  - xvii.** ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?

- d.** A un psicólogo profesional que esté trabajando de forma activa con las adultas.
- i.** Describa cómo es un día normal desde que se despiertan hasta que se duermen de nuevo las adultas.
  - ii.** Específicamente ¿Cómo es su trabajo con las adultas? ¿Cómo a través de la psicología trabaja con ellas?
  - iii.** ¿Qué tipo de actividades realizan las adultas en el J. J. Vargas? ¿Qué tipo de actividades desde lo psicológico realizan ellas?
  - iv.** ¿Cómo percibe usted a las adultas?
  - v.** ¿Qué sabe de los gustos y actividades musicales que realizan las adultas?
  - vi.** ¿Reciben visitas las adultas? ¿Cada cuánto? ¿Quiénes las visitan?
  - vii.** ¿Podría hablarme de los casos clínicos de algunas adultas en particular? ¿Qué particularidad mental tiene? ¿Cómo ha sido el proceso evolutivo de dicha particularidad y cómo ha progresado la adulta?<sup>9</sup>
  - viii.** Desde su posición profesional ¿De qué modo esas particularidades mentales podrían o afectan la actividad musical que ellas desarrollen?
  - ix.** ¿De qué modo esas particularidades mentales pueden presentar problemas de atención o desordenes emocionales?
  - x.** ¿Cree que la actividad musical, el canto y el trabajo corporal ayudan a generar una mejor calidad de vida para las adultas a propósito de los cuadros clínicos? ¿Cómo afecta la actividad musical cada cuadro clínico? ¿De qué modo?
  - xi.** En específico ¿Las clases de música dadas en el J. J. Vargas. han ayudado a las adultas a tener una mejor calidad de vida?
  - xii.** ¿Cómo ve usted el trabajo hecho por los profesores de música teniendo en cuenta que no son profesionales de la salud? ¿Cómo calificaría usted el proceder de ellos en las actividades realizadas en las clases?

### **III. Tabla de talleres:**

En un principio los talleres se hicieron en el marco de las clases de música propuestas en el J. J. Vargas en convenio con la práctica docente de la Universidad Pedagógica Nacional, de ese modo se empezó trabajando con grupos compuestos por quince o veinte adultas. Luego de un año completo trabajando de esa forma se escogieron seis adultas para trabajar más personalmente sobre actividades nuevas y algunas ya trabajadas con el grupo grande. La tabla de talleres próxima a mostrarse, contiene de cada taller su ítem a observar, objetivos, mecanismos de evaluación (auto reporte, observación del profesor, adaptación del CPT), la descripción como tal del taller, el proceso que se llevó a cabo para trabajar con cada uno, clasificación del taller (si se pensó para trabajar atención o emoción) y ejes temáticos.

---

<sup>9</sup> Esta pregunta se refiere al pequeño grupo de adultas con el que se vaya a trabajar

|                                                                | <b>ÍTEM A OBSERVAR</b>                                                                          | <b>OBJETIVOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>MECANISMOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                 | <b>DESCRIPCIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>PROCESO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>CLASIFICACIÓN Y EJES TEMÁTICOS</b>                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>E<br/>L<br/>M<br/>O<br/>R<br/>A<br/>L<br/>I<br/>T<br/>O</b> | Atención sobre la canción acumulativa para interiorizar la historia y la coreografía propuesta. | <p>Mantener la atención de las adultas sobre la canción.</p> <p>Motivar a las adultas a que logren cantar la canción acumulativa lo mejor posible.</p> <p>Atraer su atención con la historia que allí se presenta.</p> <p>Ejercitar la memoria a corto y largo plazo.</p> | Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase. | <p>El Moralito es una canción acumulativa compuesta por Javier de Lucas a principios de los setenta y con un ritmo de blues. Es una canción acumulativa en la cual se van presentando diferentes situaciones alrededor de un protagonista que es la mora.</p> <p>Dado que el blues no es género muy oído por las adultas se optó por cambiarlo a su versión Bambuco, género que tiene un arraigo cultural muy fuerte en ellas.</p> | <p>Se hace la presentación de la primera estrofa de la canción en aras de que las adultas vayan intuyendo la dinámica de la actividad. Se repite una vez más y luego, antes de empezar a cantar se les va pidiendo a las adultas que participen en la actividad diciendo qué animal u objeto o persona o personaje podría seguir a continuación en la historia de la canción.</p> <p>Al momento de cantar todos los elementos acumulativos de la canción, se baja en principio un poco la velocidad de la misma y el volumen del acompañamiento, esto con el fin de que la dicción sea más clara y precisa así también para verificar que el ejercicio de memorizar la secuencia se estuviera dando paulatinamente.</p> | <p>Este taller se enfocó en trabajar la atención de las adultas referenciada desde la memoria para el orden de los elementos acumulativos de la canción.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Memoria.</p> <p>Pulso.</p> <p>Canto (proyección vocal, respiración)</p> |

|                                                                                             |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>E<br/>L<br/>A<br/>L<br/>D<br/>E<br/>A<br/>N<br/>O</b></p> | <p>Atención sobre lo acumulativo de la canción y sobre los movimientos propuestos en la percusión corporal.</p> | <p>Mantener la atención de las adultas sobre la canción.</p> <p>Generar un espacio de expresión emocional al momento de representar un animal.</p> <p>Estimular su atención sostenida y selectiva.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase.</p> | <p>El Aldeano es una canción acumulativa elaborada por Luis Pescetti (1996). A esta canción también se le hizo una adaptación en orden de darle participación al grupo tan amplio de adultas asistentes a las clases. Eso permitió que los elementos acumulativos fueran mayores y por tanto las adultas debían ejercitar mucho más su memoria y sobre todo hacer un mayor uso de su atención sostenida y selectiva.</p> | <p>Se hace la presentación de la primera estrofa de la canción en aras de que las adultas vayan intuyendo la dinámica de la actividad. Se repite una vez más y luego, antes de cantar una vez más, se le pide a cada una de las adultas que escoja un animal (de este no puede haber dos en la canción) y que le asigne un sonido característico del animal el cual tendrá que hacer al momento de presentarlo.</p> <p>Al momento de empezar la canción, al llegar a “de repente un...”, el profesor daba el nombre del animal aleatoriamente y así daba espacio para que la adulta asignada a ese personaje se prepara para hacer su sonido al llegar al término de “Ujú ujú...”. Las adultas debían hacer su sonido de la forma más expresiva que pudieran; reconocible auditivamente, un sonido con la personalidad del animal que escogían. Debían respetar el turno de aparición de su personaje y estar atentas a la señal dada por el profesor.</p> | <p>Con este taller se pudo trabajar la atención de las adultas, tanto la sostenida como la selectiva. Esto a partir de la unión entre canto y percusión corporal. De igual forma se trabajaron las relaciones interpersonales en la medida en la que respetaban los turnos para hacer presente la expresión de su personaje. También se pudo trabajar la expresividad de cada una al ser ellas conscientes y autónomas de la escogencia del sonido y de su interpretación.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b><br/>         Memoria.<br/>         Pulso.<br/>         Coordinación.<br/>         Canto (proyección vocal, respiración).<br/>         Expresión.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>P<br/>A<br/>Q<br/>U<br/>É<br/>T<br/>U<br/>M<br/>É<br/>T<br/>A<br/>T<br/>A</b></p> | <p>Atención sobre los movimientos corporales percutidos propuestos.</p> | <p>Mantener la atención de las adultas sobre la canción.</p> <p>Atraerlas con la historia que allí se presenta.<br/>Ejercitar la coordinación motriz.</p> <p>Motivarlas a cantar y a moverse con ánimo.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase.</p> | <p>Paqué tumé tata es un juego propuesto por Pescetti (2005) aunque él aclara haberlo aprendido de unos animadores de La Coruña (España). Es un juego que en principio solo tiene coreografía y no involucra percusión corporal pero al momento de compartirla con las adultas se dio la posibilidad de hacerlo.<br/>Este juego narra una historia que también se modificó para ser un poco más consecuente con las experiencias propias de las adultas.</p> | <p>Se hace la presentación de la historia mientras se van cantando estrofa por estrofa. En la narración de la historia se intenta hacer que las adultas intuyan primero los movimientos coreográficos y luego sí se les muestra cómo hacerlos. Al terminar la narración se cantan dos veces más una estrofa a la vez. La primera para afianzar auditivamente la estrofa y para que ellas enfoquen su atención a cómo debe ser la dinámica de la actividad y en la segunda vez ya se empieza a cantar y hacer la coreografía junto con ellas. Esto para cada una de las estrofas.</p> | <p>Este taller permite trabajar sobre problemas atencionales en la medida en la que prestan atención sobre los movimientos incluidos sobre la percusión corporal, por otro lado es útil a la hora de trabajar tanto expresividad vocal como corporal mientras se hace más propia la narración de la historia por parte de las adultas.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b><br/>Pulso.<br/>Coordinación (Percusión corporal).<br/>Expresión vocal y corporal.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                          |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>K<br/>O<br/>K<br/>O<br/>L<br/>E<br/>O<br/>K<br/>O</p> | <p>Atención sobre los movimientos propuestos en la percusión corporal.</p> | <p>Trabajar con la percusión corporal en grado mayor de dificultad.</p> <p>Lograr en las adultas gusto por la percusión corporal.</p> <p>Enfocar la atención sostenida y selectiva de ellas sobre la canción.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase y con los resultados del CPT.</p> | <p>Esta es un juego de percusión corporal sobre una canción africana infantil llamada Kokoleoko. Los ritmos desde la percusión corporal son propuestos por Javier Romero en su método BAPNE.</p> | <p>Se empieza por trabajar corporalmente cada una de las secuencias. Primero se muestra un ejemplo a partir de la realización del juego por dos profesores. Luego de ello se trabaja individualmente para asegurar que los movimientos sean claros para cada adulta. Posteriormente sí se designan las parejas y el profesor a cargo va pasando por cada pareja con fines de aclarar movimientos o simplemente de observar cómo se va dando la actividad.</p> <p>Mientras las adultas están haciendo los movimientos, primero muy despacio, el profesor va cantando la canción sin importar que las adultas no las canten. Esto con el fin de que en ellas vaya quedando inconscientemente el referente auditivo de la canción y que a su vez se concentren en los movimientos propuestos. Luego de finalizar la práctica de los movimientos en cada estrofa ahí sí se invita a las adultas a cantar la canción mientras realizan el juego corporal.</p> | <p>Este juego es muy propicio para trabajar tanto la atención como la expresividad de la persona. Cantar se puede hacer de varias formas al igual que mover el cuerpo y eso va dependiendo de cómo se esté sintiendo la persona en ese instante. La atención será clave en este taller porque de ella dependerá en gran medida el aprendizaje e interiorización de los movimientos corporales.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Atención sostenida y selectiva.<br/>Coordinación.<br/>Pulso.<br/>Subdivisión del pulso.<br/>Expresión corporal y vocal.</p> |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>D</b></p> <p><b>O</b></p> <p><b>N</b></p><br><p><b>P</b></p> <p><b>E</b></p> <p><b>P</b></p> <p><b>I</b></p> <p><b>T</b></p> <p><b>O</b></p> | <p>Atención sobre los movimientos corporales percutidos propuestos. Atención al momento de decir los elementos acumulativos en la historia.</p> | <p>Trabajar con la percusión corporal más a fondo.</p> <p>Lograr en las adultas gusto por la percusión corporal.</p> <p>Enfocar la atención sostenida y selectiva de ellas sobre la canción.</p> <p>Unir sobre el trabajo la percusión corporal y el canto concretamente.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase y con los resultados del CPT.</p> | <p>Este es un juego propuesto por Pescetti de percusión corporal a partir de unas rimas cantadas. Luis invitó a Roberto “Comas” González a sus programas en la televisión. Le propuso hacer fusión, algo urbano (percusión corporal, percusión urbana) para palmas tradicionales. Comas, junto a Luciano Rosso crearon este juego.</p> <p>Se trabaja por parejas y mientras se realizan los movimientos corporales y coreográficos se va cantando la rima que se propone que en este caso es Don Pepito, sin embargo se puede tomar cualquier tipo de rima y adecuarle un ritmo de palmas.</p> | <p>Se partió desde la enseñanza de la rima cantada. Se trabajó por estrofas y para verificar que tan comprendida había quedado la historia se hacían preguntas tipo: “¿Qué era Don Pepito? ¿Dónde se cayó? ¿El sombrero era de qué material?”</p> <p>Luego de afianzar gran parte del elemento canto, se comenzó a trabajar sobre el juego rítmico.</p> | <p>Este taller sirve para trabajar fuertemente la atención desde diferentes concepciones de este concepto tan amplio. Sirve para trabajar la atención sostenida y selectiva en principio pero abarca muchos otros tipos de atención. En cuanto a la emoción y al cambio que se podría dar en la oscilación de la expresión, el canto de la rima entre sus diferentes secciones, se presta para impostar la voz para representar personajes como Don Juan Barrigón o Doña Catalina.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Atención sostenida y selectiva.<br/>     Coordinación.<br/>     Pulso.<br/>     Subdivisión del pulso.<br/>     Expresión corporal y vocal.<br/>     Concentración.<br/>     Memoria.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                       |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>S<br/>E<br/>G<br/>U<br/>I<br/>R<br/><br/>A<br/>L<br/>L<br/>Í<br/>D<br/>E<br/>R</b> | <p>Atención sobre todos y cada uno de los movimientos y acciones propuestas por el líder.</p> | <p>Centrar la atención de las adultas sobre un objetivo y actividad específica.</p> <p>Fortalecer en las adultas la atención sostenida y la atención selectiva.</p> <p>Ayudar a las adultas a tener una mayor velocidad de reacción.</p> <p>Invitar a las adultas a tener una mejor consciencia corporal.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase y con los resultados del CPT.</p> | <p>Se define un líder, que puede ser el profesor o alguno de los participantes. El líder tiene la función de proponer secuencias rítmicas corporales que pueden incluir sonidos con onomatopeyas.</p> <p>Luego de mostrar la secuencia rítmica, inmediatamente termina de ejecutarla, los demás participantes deben imitarlo exactamente igual. El orden de sonidos debe ser el mismo como también la cantidad de golpes. Dichos golpes deben ser exactamente sobre la misma parte del cuerpo que proponga el líder. La idea es que se una especie de eco corpóreo sonoro entre el líder y los participante.</p> | <p>El líder proponía un pulso que se llevaba con los pies. Este pulso empezaba siendo muy suave en volumen y mientras se establecía el pulso y se hacía homogéneo en todas se iba aumentando su volumen. Las adultas debían mantener este pulso con el fin de crear entre todas un Groove y así poder realizar de forma óptimas las secuencias rítmicas.</p> <p>Posterior a establecer el Groove el líder empieza a realizar los movimientos. Estos podían variar en cantidad; primero dos golpes no más o uno solo, luego tres, dos golpes y un sonido, dos sonidos y un golpe, las posibilidades de combinación son varias así que el líder disponía de una gama alta de alternativas sonoras.</p> <p>Las adultas procedían a repetir el patrón rítmico vocal y conforme pasaba el tiempo, estos patrones se iban complejizando más hasta ver que ya difícilmente las adultas podían responder apropiadamente. En ese caso, se bajaba un poco a la dificultad de los ejercicios hasta llegar nuevamente a solo dar un golpe o un sonido.</p> | <p>Este juego apunta específicamente a trabajar problemas atencionales o mejor, a estimular la atención de diferentes maneras, en la repetición exacta de un patrón rítmico y en la memorización del orden preciso.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Atención sostenida y selectiva.<br/>Pulso.<br/>Subdivisión del pulso.<br/>Concentración.<br/>Coordinación.<br/>Memoria a corto plazo.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                       |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>Q<br/>U<br/>E<br/><br/>T<br/>E<br/><br/>M<br/>U<br/>E<br/>V<br/>A<br/><br/>L<br/>A<br/><br/>M<br/>Ú<br/>S<br/>I<br/>C<br/>A</b></p> | <p>Expresividad corporal.</p> | <p>Propiciar momentos de creatividad expresiva para los participantes.</p> <p>Lograr que la música atraviese la corporeidad de la persona exteriorizándola mediante el movimiento corporal.</p> <p>Evidenciar los procesos atencionales que implican un cambio en el estímulo auditivo presente en el ambiente.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase.</p> | <p>Este taller no entra entre la categoría de juego sino que más bien es una actividad que invita a la expresividad, a la relajación, a dejarse atravesar sensorialmente por la música con todas sus cualidades.</p> <p>Se dispone el grupo por parejas y cada pareja es responsable de una bomba ya inflada. Se preparan canciones de diferentes géneros (preferiblemente que sean del gusto de los participantes) y con respecto a la canción y la sensación que les transmita ésta, los participantes deben mover la bomba con su cuerpo sin dejar que se caiga. Pueden dar giros, ondear la bomba por el aire, lo que sea con tal de que muestren cómo están percibiendo la música y los cambios sensitivos que les produce al pasar a otro género musical.</p> | <p>Se comienza la actividad con una obra clásica y se cambia por un fandango, luego ésta evoluciona a otra obra clásica y finaliza con la mutación a un bambuco.</p> <p>Como se mencionó anteriormente es importante hacer este tipo de actividades aprovechando el bagaje cultural musical de los participantes. En este caso las adultas con mujeres que en su gran mayoría provienen del campo y géneros como pasillo, bambuco, contradanza, son muy reconocidos por ellas.</p> <p>La idea es permitir que la expresión corporal sea a su vez un ejercicio creativo y entre menos cohíba esto la persona que está dirigiendo la actividad, mucho mejor.</p> | <p>Este taller aunque en principio se implementó para ser usado con fines de ejercitar y evidenciar los cambios que presentaba la atención en las adultas con diferentes cambios estimuladores auditivos, también es una herramienta muy útil para trabajar las emociones y la expresión a través de la escucha atenta y sentida de la música.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Expresividad.<br/>Creatividad.<br/>Atención sostenida y selectiva.<br/>Escucha.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                             |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>A<br/>G<br/>U<br/>A<br/>L<br/>E<br/>G<br/>R<br/>E</b></p> | <p>Cambios en el movimiento corporal a través de un estímulo sonoro.</p> | <p>Mantener la atención de las adultas centrada en posibles cambios sonoros.</p> <p>Incrementar la agilidad y la velocidad de reacción en actividades cotidianas.</p> <p>Propiciar momentos para reconocimiento y expresión corporal.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase y con los resultados del CPT.</p> | <p>Es un taller que permite evidenciar a partir de la observación inmediata cómo son los procesos de atención sostenida y selectiva en una población específica.</p> <p>Se trabaja sobre la discriminación de alturas, pueden ser dos sonidos en principio o más. Se le asigna un movimiento u acción corporal a cada sonido y de ese modo, cada vez que el sonido cambia o evoluciona en otro, los movimientos corporales y la expresividad cambiarán.</p> | <p>Se usaron dos timbres, uno agudo y uno grave dados por un palo de agua y un alegre. Al sonar el alegre, las adultas debían mover la parte derecha del cuerpo, ya fuera tanto pierna derecha como brazo derecho o solo una extremidad, y al sonar el palo de agua debían cruzar la palma derecha sobre la rodilla izquierda.</p> | <p>La aplicación de este taller en este proyecto respondió a necesidades para trabajar con la atención, el cuerpo y la coordinación para futuros trabajos de percusión corporal, sin embargo tal como se expuso en el proceso, también se pueden hacer modificaciones para que sea la creatividad, la expresión y cambio emocional a través del canto o del cuerpo el eje central del taller.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Atención sostenida y selectiva.<br/>Coordinación.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;">C<br/>A<br/>M<br/>P<br/>A<br/>N<br/>A</p> <p style="text-align: center;">S<br/>O<br/>B<br/>R<br/>E</p> <p style="text-align: center;">C<br/>A<br/>M<br/>P<br/>A<br/>N<br/>A</p> | <p>Memoria auditiva y atención sonora espacial.</p> | <p>Brindar un espacio para el reconocimiento tímbrico.</p> <p>Ofrecer una alternativa para intervenir alucinaciones auditivas.</p> <p>Ejercitar la atención sostenida y selectiva a partir del cambio sonoro en el ambiente.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase y con los resultados del CPT.</p> | <p>De este taller se podría decir que es la adaptación del juego de campanas de Willems propuesto en principio para el desarrollo auditivo del niño, solo que en este caso se está implementando para intervenir un síntoma en específico de la esquizofrenia; las alucinaciones auditivas, y por otro lado se implementa para trabajar un poco más la atención, esta vez referenciándola desde lo auditivo y no desde lo corporal visual.</p> | <p>Se tienen dos tipos de actividades que se desprenden de los procedimientos metodológicos propuestos por Willems. Por un lado se tenía la propuesta original, trabajar con secuencias de timbres y que la adulta reconociera en qué orden y cuáles instrumentos sonaron.</p> <p>Como una variación del ejercicio de discriminación tímbrica, se propuso uno en el que la adulta tuviese que escuchar atentamente el sonido de una campana en alguna parte del salón, reconocer quien la había hecho sonar (identificándola por su nombre), en dónde sonó (sitio espacial del salón) y por último verificar si estaba en lo correcto.</p> | <p>De los dos tipos de talleres que se han planteado para este proyecto, los dirigidos hacia la atención y los dirigidos hacia la emoción, este taller; campana sobre campana, se ajusta a las características específicas de los talleres dirigidos hacia la atención.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Discriminación auditiva tímbrica.<br/>Identificación espacial del sonido.<br/>Atención selectiva.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;">C<br/>A<br/>N<br/>T<br/>E<br/>M<br/>O<br/>S</p> <p style="text-align: center;">C<br/>O<br/>M<br/>O</p> <p style="text-align: center;">C<br/>A<br/>N<br/>T<br/>A<br/>R<br/>Í<br/>A<br/>M<br/>O<br/>S</p> | <p>Expresividad emocional a través del canto.<br/>Reconocimiento emocional.</p> | <p>Dirigir a las adultas al reconocimiento emocional propio y ajeno.</p> <p>Invitar a las adultas a la sana expresión de sus emociones.</p> <p>Generar espacios para el cambio emocional controlado.</p> <p>Procurar un espacio de expresión emocional libre y consciente.</p> | <p>Auto reporte por parte de las adultas contrastado con lo observado por el profesor en la clase.</p> | <p>De este taller se puede decir que es una especie de juego de rol emocional. Se propuso con el fin de generar un espacio donde los participantes pudiesen expresar libremente el sentimiento por el cual estaban siendo atravesados en ese momento y mediante una dinámica controlada cambiar ese sentimiento a su opuesto.</p> <p>Se trabaja mediante el canto en principio aunque se podrían dar adaptaciones para trabajarlo desde el movimiento corporal también.</p> | <p>Se les propuso a las adultas escoger una canción de su gusto, no importaba el género ni de qué tratara la letra de la canción, lo importante era que las adultas disfrutaran del acto de cantar.</p> <p>Luego de ello, el profesor acompañaba a cada una en la guitarra y antes de empezar a cantar se le preguntaba a cada adulta cómo se sentía en ese momento (alegre, triste, etcétera) y de ese modo se le pedía que cantara la canción. Se pasaba a un segundo momento el cual consistía en que el profesor le decía en secreto una emoción de su escogencia a la adulta y ella debía cantar la canción con esa emoción. El resto de adultas debían prestar mucha atención a la emoción que quería expresar la adulta que estaba cantando en ese momento. Al finalizar la interpretación las adultas debían decir con qué emoción cantó su compañera y esta respuesta debía coincidir con la emoción que el profesor le dijo en secreto.</p> | <p>Es claro que este taller apuntaba a trabajar la dimensión emocional de la adulta, procurar una mejor expresividad, un mejor control y reconocimiento de sus emociones.</p> <p><b>Ejes temáticos:</b></p> <p>Canto.<br/>Emoción.<br/>Expresión.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                   |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>A<br/>Q<br/>U<br/>Í<br/>Y<br/>A<br/>H<br/>O<br/>R<br/>A</b></p> | <p>Progreso en los aciertos al recibir el estímulo sonoro.</p> | <p>Lograr que las adultas tengan una mejor atención sostenida y selectiva.</p> <p>Incrementar la agilidad y la velocidad de reacción en las adultas.</p> <p>Procurar que a través del taller las adultas experimenten la rápida toma de decisiones.</p> | <p>Resultado de la adaptación del CPT.</p> | <p>Este taller se diseñó como una adaptación del Test de Continuo Performance (CPT) del cual ya se habló en capítulos anteriores. Esta adaptación consiste en que por medio de la percusión corporal se podrán medir cuantitativamente la cantidad de aciertos ante un estímulo visual, tal como se propone en el CPT solo que este caso es por medio de la percusión corporal.</p> <p>El diseño de este taller apunta a trabajar la atención sostenida y selectiva mediante el establecimiento de un pulso constante, mediante la expresividad corporal y vocal del participante. Además ayuda a trabajar problemas de toma de decisiones y a generar más seguridad en la persona a la hora de tomar alguna decisión.</p> | <p>Se dispuso del grupo de adultas en un círculo grande para que cada una pudiera tener en su rango visual a todas sus compañeras. Se les invita a escoger una seña corporal (palmada, chasquido de dedos, pisada fuerte en el suelo, etcétera) y una onomatopeya para que acompañe dicha seña corporal. Con ésta, cada adulta pasará el sonido a otra adulta y ese sonido seguirá pasando por todas hasta que alguna decida terminar con la actividad quedándose con el sonido para ella misma.</p> <p>. De este modo se trabaja sobre la atención sostenida al estar la adulta enfocada en el lugar espacial del sonido y sobre la atención selectiva al anular cualquier otro estímulo externo con el fin de atender esta única tarea, verificar dónde está el sonido, al recibirlo escoger rápidamente un nuevo dueño y enviarle el sonido con prontitud y eficacia.</p> | <p>Este taller apunta enfáticamente a trabajar la atención aunque tiene en menor medida un componente expresivo al realizar el paso del sonido con la unión entre una onomatopeya y un gesto corporal.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## CRONOGRAMA DE TALLERES.

| <b>Actividad a realizar</b>                | <b>Tiempo estimado en sesiones</b> |
|--------------------------------------------|------------------------------------|
| Introducción al grupo                      | Dos sesiones                       |
| Realización de entrevistas                 | Tres sesiones                      |
| Taller inteligencia interpersonal          | Siete sesiones                     |
| Taller inteligencia intrapersonal          | Siete sesiones                     |
| Taller manejo de los problemas de atención | Siete sesiones                     |
| Taller regulación de emociones             | Cuatro sesiones                    |

## REFERENTES TEÓRICOS Y CONCEPTUALES

### CAPÍTULO I: PERCUSIÓN CORPORAL Y ATENCIÓN

La práctica y la vivencia musical, referenciada desde la percusión corporal, podrían ayudar a las adultas adscritas al Centro femenino especial José Joaquín Vargas, a mejorar su atención, ya que teniendo en cuenta el perfil mental de la población<sup>10</sup>, es un aspecto que se ha visto comprometido en el transcurso de sus vidas y que a su vez, es importante fortalecer para brindarles una mejor calidad de vida.

*“La percusión corporal es la producción de sonidos con “golpeos sobre el cuerpo propio, ajeno y otros elementos” usando movimientos corporales como aplaudir, usar la boca utilizando sonidos y/o guturales, silbar, chasquear los dedos, brazos, manos; aprovechando los muslos, el pecho, utilizando los pies, los dedos y otras partes de nuestro cuerpo. A veces, también podemos hacer uso de los materiales a nuestro alrededor, como pueden ser sillas, palos, conos, papeles, etc.” (Huete, 2008)*

Puede involucrar o no desplazamiento espacial en la ejecución de los ejercicios, y en esa medida, la concentración y el desarrollo de una mayor atención son importantes a la hora de intervenir un ejercicio musical con la percusión corporal, teniendo en cuenta que al percutir sobre alguna parte de nuestro cuerpo, se debe ser muy preciso con la direccionalidad del movimiento, la coordinación y de igual forma con la intensidad del mismo.

Pueden ocurrir accidentes no deseados en cuanto a que, si no se es preciso con los movimientos, las personas involucradas pueden salir lastimadas físicamente, sobre todo si se involucran objetos contundentes como palos de escoba, canecas, pelotas, etcétera. Es allí donde el prestar atención y el estar muy concentrado en la dirección de cada movimiento y la intensidad de los mismos, se convierte de vital importancia para tener una buena práctica musical usando la percusión corporal como herramienta pedagógica, y el desarrollo de unos niveles más altos de atención por medio de la práctica corporal musical.

Ahora bien, aunque este proyecto de grado se apoyó en el método BAPNE en gran medida, es importante mencionar cómo se ha hecho presente la percusión corporal y la atención en las diferentes propuestas pedagógicas musicales. En ese respecto, los autores Trives Martínez<sup>11</sup> y Vicente Nicolás<sup>12</sup> (2000) realizaron una investigación titulada “Percusión corporal y los métodos didácticos musicales” en la cual muestran una visión global de la percusión corporal en los métodos didácticos vinculados a la enseñanza musical. Dicha investigación muestra de qué modo y en qué medida la percusión corporal se hace presente en dichas propuestas, mostrando así que independientemente del enfoque de la didáctica, el cuerpo, la expresión corporal a través de la música y la percusión corporal, son herramientas fuertes y muy útiles de las que se puede echar mano a la hora de querer proponer una experiencia musical.

---

<sup>10</sup> Como por ejemplo retraso mental, esquizofrenia y bipolaridad. Sobre estas particularidades se hablará con más detenimiento en el capítulo siguiente.

<sup>11</sup> Departamento de Innovación y Formación Didáctica. Universidad de Alicante.

<sup>12</sup> Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica, Musical y Dinámica. Universidad de Murcia.

En el año 2014, Javier Romero<sup>13</sup>, en el marco del grupo de investigación de percusión corporal sobre el método BAPNE en la Universidad de Alicante, decide ampliar y complementar el trabajo citado en el párrafo anterior exponiendo un nuevo documento titulado “Los métodos didácticos musicales y la atención en relación al movimiento” (2014). Citando directamente desde el documento en cuestión:

*“... ésta investigación, se centra en realizar de forma panorámica, una visión en la que pone de relieve el grado de implementación de la atención en los distintos métodos didácticos musicales más relacionados con la docencia musical general, desde las propuestas taxonómicas diseñadas por el iniciador Émile Jacques-Dalcroze, pasando por diferentes proposiciones metodológicas, hasta los planteamientos considerados en el reciente método BAPNE.”* (Romero, 2014)

Justamente al ser este un capítulo dedicado al binomio; percusión corporal y atención, es de gran utilidad mostrar qué han propuesto distintos autores al respecto y sobre todo, revelar qué postura plantea el método BAPNE (del que se tomaron elementos metodológicos para el desarrollo de este trabajo de grado) con relación a las diferentes propuestas metodológicas musicales.

En ese sentido y a partir de la investigación realizada por Romero, en un primer momento se tiene a Dalcroze quien fue de los precursores en el hecho de sistematizar las actividades relacionadas al movimiento (con o sin percusión corporal) y a su vez con el desarrollo de la atención. Dalcroze articula sus ejercicios a través del uso de recursos psicomotores como pasos y palmadas en relación a enfatizar compases, pulsos y tiempos con el fin de resaltar los tiempos fuertes y débiles a la vez que otros aspectos musicales. Esto denota el uso de dos herramientas de la percusión corporal (palmas y pasos) en los ejercicios propuestos por este autor.

*“Jaques-Dalcroze veía en la interacción entre audición y movimiento el método ideal para lograr la consciencia de las estructuras musicales y sus potencialidades expresivas. En la base de ésta idea de libre expresión a través del movimiento y el desplazamiento se encuentra la marcha. La acción de las piernas determina la relación con el ritmo. Las variaciones de velocidad, acento, estructuras melódico-rítmicas, se transmiten sin duda al resto del cuerpo, de forma más adecuada, si están asociadas a la acción de los miembros inferiores. Por tanto, la especial importancia otorgada al movimiento en el método, hace que los distintos timbres (pasos, pisadas, palmadas) y gestos de la percusión corporal sean integrados en el mismo a modo de recurso (al igual que pelotas, aros, pañuelos, etc.) de forma no sistematizada.”* (Ibíd)

Desde Dalcroze, la atención está relacionada con las capacidades perceptivas de la persona ya que se trabaja con la sensibilidad (sentir la música) y el cómo comprende y analiza lo que está sintiendo. De modo que en esta propuesta se activa la atención arousal (aquella que nos permite estar despiertos y alerta), la dividida; puesto que se tienen que coordinar aspectos musicales con el movimiento y la selectiva, dado que tiene que actuar frente al estímulo auditivo para poderlo representar en un movimiento específico.

---

<sup>13</sup> Fundador del método BAPNE y director del departamento de innovación y formación didáctica de la Universidad de Alicante.

Por otro lado Kodaly (1971; Citado por Martínez y Vicente, 2014), en lo que respecta al uso de la percusión corporal es mucho más moderado y reservado. Aunque el canto es su objetivo, además del trabajo melódico considera un trabajo rítmico previo antes del solfeo silábico. Más que emplear la percusión corporal como tal, tiene una propuesta clara desde la motricidad a partir de la fonomimia, como dispositivo de pre-escritura mediante gestos de la mano asociados a los sonidos de la escala. Sin embargo, aborda el ritmo apoyado en el movimiento y algunas percusiones corporales (pisadas, palmadas principalmente) para resaltar pulso, acento, inicio de compás, etc. Por tanto, la presencia del movimiento y la percusión corporal tiene carácter de recurso en este método (Romero, 2014).

Respecto al trabajo que se hace con la atención desde Kodaly, es muy similar a la propuesta en Dalcroze dado que sigue estando muy centrada a la percepción y al cómo reacciona ante esa percepción, de modo que se vuelve a hablar de la atención arousal, la dividida, la selectiva y además, a diferencia del método Dalcroze, se empieza a tener en cuenta la atención alternante (es la capacidad que permite cambiar el foco de atención entre las tareas que implica requerimientos cognitivos diferentes, controlando qué información es procesada en cada momento) cuando el canto entra a ser el eje central de la propuesta sobre todo si es a dos o más voces, proponiendo diferentes tareas de entonación, dicción, ritmo y/o movimiento con o sin percusión corporal.

Es Carl Orff (1963; Citado por Martínez y Vicente, 2000) quien comienza a emplear la percusión corporal de forma más clara y precisa al unificar palabra y movimiento mediante la progresión de diferentes planos sonoros que incluyen chasquidos, palmadas, golpes sobre los muslos y pisadas en principio. Es el primer autor que utiliza el cuerpo como un gran abanico de sonidos de los que puede hacer uso la persona. En cuanto a la voz, la incluye como un timbre más que ayuda a interiorizar las estructuras rítmicas a trabajar a partir de las onomatopeyas.

En conclusión, los recursos del movimiento y la percusión corporal son empleados de forma sistematizada, a diferencia de los métodos anteriores. Pero, de nuevo la atención no es categorizada como integrante de la propuesta metodológica, sino como sinónimo de interés, percepción, curiosidad, aplicación, identificación, reflexión etc. (Romero 2014). Podemos señalar, atendiendo a los tipos de atención anteriormente vistos, que en este método se activa la atención arousal, la dividida y la selectiva por razones similares al autor anterior, pero con mayor amplitud dado el aumento de la diversidad de posibilidades de los recursos de instrumentación, de movimiento y de percusiones corporales.

En cuanto a Willems (1981; Citado por Martínez y Vicente, 2000), aunque no hace un trabajo como tal de percusión corporal, sí referencia el ritmo como elemento estructurador del ser humano. Él considera que el ritmo precede a la melodía (Willems, 2001), no obstante, los ejercicios rítmicos deberían realizarse al mismo tiempo que los de audición. Como tributo a su admirado Jaques-Dalcroze, considera que la base del ritmo está en el movimiento corporal, es lo que denomina ritmo viviente expresado con el cuerpo pero con finalidad diferente a la de la danza o la gimnasia (Romero, 2014). Pero, para Willems la melodía es el elemento musical que tiene la primacía por ser la característica esencial de la música. Se centra en la formación auditiva con base en la discriminación de las principales características del sonido (altura, timbre, intensidad y duración), él por ejemplo para trabajar discriminaciones de la duración en cuestiones rítmicas parte de la escucha, el reconocimiento y la reproducción mediante onomatopeyas y chasquidos.

Respecto a la cuestión de la atención, no forma parte como núcleo central de la propuesta. Por ello, se puede decir que en Willems se activa la atención arousal, la dividida dada la selección o las selecciones a realizar en los procesos de discriminación auditiva, que a su vez activa la atención focal y sostenida, al fijar el centro de interés en una o dos cualidades del sonido en un tiempo determinado (Ibíd).

Martenot (1970; Citado por Martínez y Vicente, 2000), aunque es quien menos emplea la percusión corporal es quien considera el sentido rítmico como primera función en la educación musical al compararlo con el ritmo puro propio de cada ser humano. Para él, el ritmo debe marcarse con leves movimientos de la mano. En lugar de la palmada se emplea un golpe del dedo índice sobre la palma de la mano para reforzar el pulso y sobre ese pulso, reforzar las estructuras rítmicas. Desde los tipos de atención que hemos hablado, al igual que en los métodos anteriores se activa la atención arousal así como la sostenida, dividida y focal con mayor énfasis en los procesos de discriminación auditiva, exactitud métrica y entonación perfectamente afinada; sin embargo siguen sin ser centro de la propuesta.

De este modo y a partir de las investigaciones a las cuales nos estábamos refiriendo anteriormente (Martínez y Vicente, 2000; Romero 2014), se pudo tomar como conclusión que aunque en todos los métodos didácticos musicales el ritmo y la percusión corporal están presentes de algún modo, así también como la intervención de diferentes procesos atencionales, no son el eje central en el que se fundamentan dichas metodologías sino que son un recurso del cual se echa mano para el trabajo musical.

Sin embargo, el método BAPNE<sup>14</sup> desde la óptica de las metodologías activas anteriormente referenciadas, ofrece un planteamiento fundamentado en el desarrollo de las inteligencias múltiples (Gardner, 1985) mediante el movimiento y la percusión corporal, y en ese sentido, está centrado entorno al ritmo vivido y a esta última de forma sistematizada (Romero 2014). En dicha sistematización se da una secuencia de actividades ordenadas sobre una base biomecánica y neurológica con el fin de que la persona desarrolle independencia de las extremidades inferiores, frente a las superiores y además posibilite al mismo tiempo la verbalización mediante el canto y las rimas.

*“Es una sistematización fundamentada con arreglo a diferentes puntos de mira: psicomotriz, neurológico, psicológico y etnográfico. Desde el punto de vista psicomotriz, se proponen actividades de imitación, disociación psicomotora, desarrollo del sistema propioceptivo, alternancias motoras, diferentes tipos de Coordinación, etc. En el ángulo neurológico, se proponen actividades de: desarrollo y activación de la atención (focal, sostenida, selectiva, dividida y alternante), desarrollo de la memoria, etc. Desde la óptica psicológica, se proponen tareas de trabajo comunitario, de desarrollo de la inteligencia, de mejora de la motivación, de transmisión de valores, y actividades específicas para déficit cognitivo leve. Bajo el prisma etnográfico, se proponen tareas entorno al conocimiento de la percusión corporal en las diferentes culturas, timbres sonoros relacionados con aspectos antropológicos, etc.” (Ibíd).*

---

<sup>14</sup> Método referenciado en gran parte de este capítulo y del proyecto en sí. Supone un diseño bajo el aporte de varias disciplinas como la Biomecánica, la Anatomía, la Psicología, la Neurociencia y la Etnomusicología.

De este modo, podemos observar que el método BAPNE, del cual se echará mano en el presente trabajo de grado, retoma el elemento movimiento de las propuestas pedagógicas musicales mencionadas anteriormente y además, presenta la percusión corporal como uno de los ejes de su metodología. De igual forma, hace más énfasis en el desarrollo y activación de diferentes tipos de atención como la sostenida y la selectiva; que a su vez son las más involucradas en las particularidades mentales de la población, siendo así una propuesta metodológica muy acorde con lo que se plantea en esta investigación.

Ahora bien, entiéndase atención como la capacidad de percibir estímulos externos y ordenarlos prioritariamente para luego sí, actuar de manera consciente por medio de la concentración sobre un accionar específico, haciendo uso del aprendizaje por imitación en principio hasta el razonamiento complejo<sup>15</sup>, dándole sentido al ritmo ordenado de cada movimiento que se realiza en la música corporal.

O como postula Reategui (1999), quien señala que la atención es un proceso discriminativo y complejo que acompaña todo el procesamiento cognitivo, además es el responsable de filtrar información e ir asignando los recursos para permitir la adaptación interna del organismo en relación a las demandas externas. De este modo, el hecho de que las adultas estén involucradas en actividades que las lleve a centrar su atención en acciones concretas, permitirá que puedan ordenar de una mejor forma sus capacidades físicas y cognitivas, que probablemente antes desconocían, y que a fin de cuentas logren estar más atentas en el objetivo y la tarea. Esto último se podría evaluar no por un resultado artístico en particular (puesta en escena), sino más bien a partir de un auto reporte por parte de las adultas en orden de saber si han experimentado mejorías en su atención a través de la práctica musical o si son conscientes del porqué, el para qué y el cómo de cada una de las actividades.

Ahora bien, como se mencionó en la metodología, para medir la atención de forma cuantificable se echará mano de observar el elemento mirada propuesto en la teoría de las redes atencionales de Posner (1994). Para no extendernos en todo lo que se refiere a esa teoría, simplemente vamos a resaltar que en ésta la atención reside en la posición del campo visual (la mirada de la adulta) y que ésta a su vez tendría que estar donde está situado el estímulo objetivo. Es decir, la atención estará centrada en la tarea a realizar, que en este caso serían las actividades corporales y vocales propuestas en los talleres y que son dirigidas en principio por el músico a cargo.

La manera en la que se medirá la atención a partir de este modelo será la adaptación del Test de Continuo Performance (CPT) a este proyecto de grado (del cual ya se habló en la metodología), donde a partir de la observación a la mirada de la adulta en el transcurrir de los talleres, se podrá evidenciar la evolución en los tiempos de atención sobre una actividad propuesta y la evolución en tiempos de reacción ante cada actividad; atención sostenida y atención selectiva respectivamente. Esta adaptación consiste en verificar aciertos y desaciertos y qué tan rápido reacciona la adulta ante una didáctica corporal musical.

Para ello podemos tomar como ejemplo uno de los talleres que se diseñó el cual lleva por nombre "Aquí y ahora". En él, las adultas debían estar ubicadas de pies y en círculo permitiendo que todas

---

<sup>15</sup> Entiéndase el razonamiento complejo como la capacidad de enlazar varios elementos cognitivos en pro de entender el porqué de las cosas. Es importante desarrollarlo porque es allí donde se dan las conexiones entre las diferentes cosas que conoce y domina el sujeto.

podrían tener en su campo visual al resto de sus compañeras. Cada una escoge un sonido que puede ser una onomatopeya y lo acompaña con algún gesto percutido corporal. Ejemplo; la onomatopeya Bang y un chasquido con los dedos. Posteriormente se procedía a establecer un pulso entre todas llevándolo con la alternancia de los pies sobre el suelo dando inicio a la dinámica de este taller. La idea es que mediante la onomatopeya y el gesto percutido corporal, una a una se vaya pasando aleatoriamente el sonido. Lo pueden devolver y mantenerlo en una misma pareja por el tiempo que quieran y nuevamente dirigirlo a otra adulta. Todo depende de cómo ellas dispongan de la actividad.

Este es uno de los ejemplos más claros entre los talleres a realizar en el cual se aplica la adaptación del CPT. Recordemos que dicho test se basa en que la persona debe hacer un sonido, u oprimir una tecla o hacer algún tipo de indicación siempre que cierta letra sea dicha por la persona a cargo de hacer el test, o siempre que una letra en específico aparezca en la pantalla de algún ordenador. Se puede decir entonces que para este proyecto de grado el estímulo visual extraído de dicho test sería el momento en el que se le es pasado el sonido a una de las adultas. Ella tendrá que estar primero, atenta a la ubicación del sonido, en cuál de las adultas está, y segundo, atenta al momento en que el sonido se le es pasado a ella.

¿Qué se evalúa en este proceso y por qué? Se evaluará la atención sostenida y atención selectiva (aciertos y desaciertos). Se evaluará esto debido a que, el hecho de evidenciar cuántas veces la adulta recibió y reaccionó apropiadamente al sonido, denotaría que su atención estaba enfocada a seguir a éste mientras pasaba por todas las adultas es decir, su atención estaba enfocada en la tarea, y el hecho de que ella reaccione correctamente enviándolo una vez más a otra adulta habiéndolo recibido ella, denotaría que está suprimiendo voluntariamente el resto de estímulos del ambiente, enfocándose sobre ese y sobre todo reaccionando de manera apropiada enviándolo una vez más a otra adulta; atención sostenida y atención selectiva.

Mientras se fue implementando este taller se les dificultaba a las adultas primero, mantener el pulso constantemente, segundo, seguir el sonido y estar atentas a quién lo tenía en un momento específico y tercero, se les dificultaba la toma de decisiones a la hora de lanzar el sonido a otra adulta. Su reacción era dudosa y sin contundencia.

Poco a poco se fue haciendo más natural el taller y su dinámica. Las adultas mostraban más apropiación tanto de la ejecución corporal como de la proyección de la onomatopeya. De igual forma era más fluido y dinámico el paso del sonido, era más ágil la toma de decisiones y por tanto estaban más atentas a la ubicación espacial del sonido y de quién tenía el sonido. Esto se podría explicar mediante los patrones de acción fijos (PAF) y su incidencia y en la agilidad al realizar varias acciones a la vez. Según Rodolfo Llinás (2002):

*Se podría considerar que los PAF son módulos de actividad motora que liberan al "sí mismo" de gastar tiempo y atención innecesarios, en todos y cada uno de los aspectos del movimiento en curso. Es así como podremos haber caminado kilómetros enteros absortos en una interesante conversación con un amigo. En retrospectiva, lo que más se recuerda es el contenido de la conversación y nuestros sentimientos al respecto. La memoria visual almacenará sólo algunos detalles que llamaron la atención, como quizás el breve tropezón con una raíz o piedra, antes de recobrar el equilibrio y reanudar la marcha. Entonces, la conciencia de lo que pensamos y hablamos se dirige brevemente a la marcha. Es decir, por*

*el tropiezo con la raíz, los sentidos hacen que el foco de la conciencia se oriente de dentro hacia fuera, de los pensamientos al cuerpo y al entorno en el cual nos movemos.*

Al hacerse mecánico el hecho de pasar el sonido de una adulta a otra por medio del gesto corporal y la onomatopeya, la atención y todos los recursos cognitivos de la adulta están enfocados en seguir el sonido para poder realizar una correcta recepción de este y sobre todo, una toma de decisión más ágil para enviarlo a otra adulta. La memoria muscular y la práctica constante hace que el gesto corporal se convierta en algo memorístico permitiendo que la persona pueda atender más estímulos a la vez, dejando atrás la preocupación del cómo reaccionar y centrándose en acciones que le permitan alcanzar con mayor diligencia y eficacia la meta propuesta, que en este caso es pasar con mayor rapidez el sonido. De igual forma, así como el ejemplo que presenta Llinás, pueden presentarse tropiezos al momento de hacer el gesto corporal haciendo que por un breve instante la adulta deba hacer consciente de nuevo dicho gesto, recordarlo de nuevo y así continuar con la dinámica del taller.

Lo recientemente expuesto sobre el taller “Aquí y ahora”, muestra el resultado general que se pudo evidenciar a partir de la observación en caliente por parte del profesor. Se pudo evidenciar que las adultas mientras más vivenciaban esta y otras prácticas musicales, podían enfocar de una mejor forma su atención siendo más eficaces en todo lo que realizaban. Como en el caso de Estrelicia<sup>16</sup> quien en muchas ocasiones tenía su mirada perdida por el salón haciendo que el compartir de los movimientos corporales fuera complicado de hacer dado que no los podía interiorizar adecuadamente al no tener la mirada fija sobre estos. En ese sentido, el reto con Estrelicia fue invitarla a siempre estar fijando su mirada a la actividad o a la acción, lo cual se pudo lograr muy al final del año trabajando con ella a partir de la música.

Ahora bien, la implementación del CPT debe ser de forma individual y por eso, la muestra de los resultados específicos de cada adulta se reservará para el capítulo destinado a hablar de las historias de vida de cada una. Allí se hablará del proceso desde el inicio hasta el final de los talleres y en esa medida, se podrá apoyar con una gráfica el progreso que tuvo cada una en cuanto a la atención se refiere.

Retomando entonces el tema principal de este capítulo, al realizar la percusión corporal se debe tener en cuenta el tipo de población al que se dirigirá la práctica en cuanto a qué capacidades cognitivas tiene. En este caso, las adultas del Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas (del cual, como ya se aclaró anteriormente, se hablará con más detalle en el capítulo número tres y en el capítulo dedicado a las historias de vida de las adultas) por tanto, la complejidad de los ejercicios debe ser la adecuada, claro está, sin escatimar el hecho de que cada una pueda tener un empoderamiento de sus capacidades cognitivas. La idea está entonces en lograr que pese a sus condiciones particulares puedan tener una mayor atención haciéndolas enfocar sus pensamientos y acciones en la práctica de la percusión corporal, dirigiendo su atención hacia los movimientos en sí.

En ese respecto Freddy Vásquez<sup>17</sup> (2015)<sup>18</sup> afirma que las particularidades mentales propias de las adultas en la institución, dificultan mantener los periodos de atención, la memorización de

---

<sup>16</sup> Como se verá en el capítulo “Historias de Vida” cuando se hable específicamente de Estrelicia.

<sup>17</sup> Psicólogo activo en el Centro Femenino y quien además tiene conocimiento concreto de las adultas adscritas a la institución.

canciones y la combinación de las anteriores con la motricidad, el seguimiento del ritmo y en aquellas estrategias que implican coreografía. Teniendo este referente claro por parte de un profesional en la salud mental, se podrá corroborar de una mejor forma la incidencia de la música en el constructo a trabajar que es la atención.

## **1. Etapas de la percusión corporal.**

Al hacer uso de la percusión corporal se presentan tres momentos o etapas claves (Romero, 2008) (Lobo, 2011), por las que no habría necesidad de ser tan minuciosos a la hora de preparar un montaje académico o profesional con fines comerciales que impliquen un público específico y que haya dado un aporte económico voluntario, sin embargo como ejercicio musical que ayude a aumentar la atención en una población específica, se debe hacer hincapié en respetar cada una de las tres etapas que la percusión corporal propone, en orden de que la mejoría en la atención sea un proceso paulatino natural y no un accionar deliberado con el fin de mostrar un producto final como lo sería un performance.

Encontraremos que en cada una de las etapas propositivas de la percusión corporal se ve el desarrollo de características básicas<sup>19</sup> que en la atención se ven implícitas, como lo son la amplitud, la intensidad, el oscilamiento y el control.

### **1.1. Primera etapa de la percusión corporal. Su relación con la lateralidad, la amplitud y la intensidad.**

En la primera de ellas se tiene la percusión corporal pasiva, en la cual se realiza el trabajo de percusión pero sin ejecutar ningún desplazamiento corporal espacial. Es decir, acá se presentan los movimientos de las extremidades superiores e inferiores pero en un mismo punto espacial. Se puede presentar una alternancia en los movimientos si se dan de la siguiente manera; mano derecha y luego mano izquierda o viceversa. Lo mismo con los pies. Es aquí donde el trabajo y el desarrollo de la lateralidad son imprescindibles para el ejercicio de la percusión corporal, viéndola en acción desde el momento en que se está en la primera etapa, y no solo por su relación con los tipos de movimientos corporales, sino también por su relación directa con las dos primeras características de la atención que se mencionaron anteriormente.

La lateralidad implica un trabajo de coordinación, que como bien se mencionó en las primeras líneas de este capítulo, es importante en la práctica de la música corporal. Según Le Boulch<sup>20</sup> (1986), es la expresión de un predominio motor realizado con las partes del cuerpo que integran sus mitades derecha e izquierda. Por otro lado, para Javier Romero (2012) la lateralidad está

---

<sup>18</sup> Tomado de la entrevista que se le realizó a él en la primera mitad del año 2015 la cual se puede encontrar transcrita en los anexos de este proyecto.

<sup>19</sup> Aunque actualmente existe un debate continuo entre psicólogos respecto a la definición exacta de las características de la atención y la cantidad de ellas como tal, se puede hablar de un pequeño compendio definido por algunos de los autores mencionados en este capítulo.

<sup>20</sup> Crea el método psicocinético (método general de educación que utiliza como material pedagógico el movimiento humano en todas sus formas). Se caracteriza por una filosofía de la educación que busca para el hombre un mayor conocimiento sobre sí mismo, mejor ajuste de su conducta, autonomía y acceso a responsabilidades en el marco de la vida social.

claramente diferenciadas en tres partes viéndolas representadas desde el plano sagital del cuerpo<sup>21</sup>:

- Coordinación óculo/audio-manual: Este tipo de coordinación requiere la coordinación de las extremidades superiores (brazo derecho e izquierdo) con capacidades perceptivas, auditivas y visuales de evaluación de la trayectoria del movimiento, de la evaluación de la distancia y de la precisión del golpe.
- Coordinación óculo/audio-pedal: Este tipo de coordinación requiere la coordinación de las extremidades inferiores (pierna derecha e izquierda) con capacidades perceptivas, auditivas y visuales de evaluación de la trayectoria del movimiento, de la evaluación de la distancia y de la precisión del golpe.
- Coordinación óculo/audio-disociativa: Fundamentada en la alternancia entre la coordinación manual y pedal.

Así mismo la lateralidad puede verse clasificada en unilateral y bilateral para el propósito del actual trabajo de investigación que nos compete. En ese sentido la lateralidad unilateral se da cuando hay movimiento de un solo lado del cuerpo, por ejemplo se pueden realizar ejercicios donde solo mueva la parte derecha del cuerpo (tanto brazo como pierna). Por otro lado, la lateralidad bilateral se da cuando se emplean ambos brazos o ambas piernas y existe una alternancia en el movimiento (derecha-izquierda). Por ejemplo en ejercicios donde se tengan que mover el brazo derecho y la pierna izquierda.

Habiéndose visto entonces la relación entre lateralidad y percusión corporal, específicamente en la primera etapa de ésta última, se puede pasar a ver su relación directa con las dos primeras características de la atención, tal como se mencionó en líneas anteriores. Para ello es necesario definir estas dos primeras características de la atención:

- Amplitud: Hace referencia a la cantidad de información a la que podemos atender al mismo tiempo y al número de tareas que podemos realizar simultáneamente (Rubenstein, 1982).
- Intensidad: La cantidad de atención que le prestamos a un objeto o tarea y está directamente relacionada con el nivel de vigilia y alerta de un individuo (Kahneman, 1973), que en el caso de las adultas del Centro Femenino Especial J. J. Vargas es importante tener en cuenta ya que pueden existir momentos en que deban estar sedadas o medicadas para contrarrestar los resultados físicos de sus aflicciones médicas.

En esta primera etapa se tienen entonces una cantidad de movimientos precisos y controlados que refieren ejecutar varias tareas a la vez, sin descuidar una de la otra dado que al ser movimientos en secuencia, unos tienen relación directa con otros. Es allí donde la amplitud referenciada desde la atención, hace su aparición en la medida en que seguramente se tendrán que realizar más de dos movimientos a la vez. Por ejemplo, en un trabajo por parejas con la

---

<sup>21</sup> Este plano es el que divide al cuerpo, imaginariamente, en sentido antero-posterior a lo largo de la línea media (es decir, de delante hacia atrás), dividiéndolo en dos partes iguales, derecha e izquierda.

canción *Kokoleoko*<sup>22</sup>, donde se debe sujetar la mano izquierda del compañero con la mano izquierda de quien ejecuta la acción, y al mismo tiempo, chocar la palma de la mano derecha del ejecutante contra la palma de la mano derecha del compañero y por encima del punto donde se sujetaron las manos izquierda de los participantes en la actividad. Este ejemplo referencia dos tareas ejecutadas al mismo tiempo, el hecho de sujetar una mano con la otra y a la vez dar una palmada por encima de la intersección. Eso sin mencionar el hecho de que se pueda estar llevando el pulso con los pies o cantando una melodía al mismo tiempo.

De este modo, al ser quizás ésta la primera experiencia musical de las adultas, en un contexto donde lo primordial es la atención en una secuencia de movimientos específica, no existirá como tal un hilo conductor entre cada uno de los movimientos que la canción *Kokoleoko* propone, dado que como cualquier actividad nueva que se realice, se debe tener un entrenamiento donde la constancia en los ejercicios será quien defina que al final de los talleres, las adultas puedan tener control y atención sobre todos sus movimientos.

A la hora de implementar esta canción con el grupo de adultas, se pudo observar que a pesar de haber entendido la lógica del ejercicio, expresándolo verbalmente y demostrativamente, se les dificultaba el accionar de los movimientos, mostrando en la gran mayoría de los casos dificultades a la hora de la direccionalidad y desplazamiento de los mismos. Paulatinamente el ejercicio va arrojando resultados más claros en cuanto a la claridad de los movimientos; pueden mantener la atención, el pulso, ejecutar los movimientos del ejercicio con fluidez y controlar los movimientos corporales involuntarios aproximadamente durante quince segundos.

En este respecto se puede tomar como ejemplo el proceso de Madreperla<sup>23</sup> a través de este tipo de actividades corporales. A ella le tomaba un poco más de tiempo aprender diferentes secuencias de movimientos en los ejercicios de percusión corporal; primero tuvo que tomar consciencia del pulso, de mantenerlo para luego sí poder realizar más secuencias rítmicas corporales. En efecto logró todos esos objetivos e incluso con ella se pudo hacer en una clase un pequeño montaje instrumental de un bambuco, pero para ello se tuvo que tener en cuenta la amplitud de su atención de modo que pudiera atender al mismo tiempo varias tareas.

Ahora bien, la intensidad de la atención que debe existir en esta primera etapa de la percusión corporal es evidente. Es probable que dicha intensidad disminuya un poco en el primer movimiento del ejemplo anterior, dado que se va a pasar a la ejecución del segundo movimiento, sin embargo eso no quiere decir que se deje de percibir la finalidad del primero, que en este caso es sujetar.

Teniendo en cuenta la población y la particularidad de ésta que ya se mencionó, la intensidad de la atención se verá con mayor claridad al ser una realidad el hecho de que probablemente las adultas estén sedadas, y siendo la intensidad de la atención una variable sujeta a la vigilia y alerta de la persona, se podrá observar cualitativamente la intensidad de la atención en cuanto a su disposición corporal ante la actividad, a partir del auto reporte y haciendo un contraste con lo arrojado en la adaptación del CPT. Es el caso de Lavanda<sup>24</sup> quien debido a un cambio en su

---

<sup>22</sup> Canción africana de Liberia, usada en uno de los talleres con las adultas. En esta canción infantil un niño le dice a su madre que está oyendo cantar al gallo y es hora de levantarse.

<sup>23</sup> Como se verá en el capítulo "Historias de Vida" cuando se hable específicamente de Madreperla.

<sup>24</sup> Como se verá en el capítulo "Historias de Vida" cuando se hable específicamente de Lavanda.

medicamento empezó a llegar somnolienta a clases o con crisis bipolares, afectando de sobremanera la intensidad de su atención y de hecho viéndose representado en una disminución notoria en la disposición a las clases siendo que antes de este cambio, Lavanda era de las adultas más activas y despiertas en las clases.

Es importante entonces ser constante en la realización de estas actividades, no solo para que en ellas se estimule la memoria muscular y la memoria en general sino para que sean conscientes del propósito de cada uno de los movimientos, del propósito de cada una de las actividades; aumentar los niveles de atención en cada una de ellas.

Cabe aclarar que, a pesar de referirse a repeticiones en los movimientos o a un entrenamiento muscular leve, no se está haciendo énfasis en una postura conductista dado que para la implementación de las actividades se está teniendo en cuenta la realidad cultural de cada adulta y sobre todo, la particularidad clínica que presente. Por tanto, no se está mediando inapropiadamente en sus procesos cognitivos con tal de intervenir sus niveles de atención, sino que, se está tomando en cuenta la postura física, comportamental y actitudinal de cada adulta en el aquí y ahora para la realización de los talleres y de este modo, que sea un aprendizaje bidireccional entre las adultas y el tallerista.

Incluso en ese respecto el Doctor Freddy Vásquez de quien ya se habló anteriormente, soporta este constructo desde su punto de vista profesional y desde lo que ha evidenciado en su trabajo diario con las adultas:

*“En cuanto a la ejecución de ejercicios que implican aspectos musicales, los niveles de atención requieren de sobreaprendizaje para lograr mantenerlos por periodos largos de tiempo. En términos de memoria, esta se ve afectada en ocasiones por el deterioro que causan las diferentes patologías y por condiciones como el retraso mental en sus diferentes niveles”. (Freddy Vásquez, 2015)<sup>25</sup>*

En el momento de evaluar la atención sobre este taller usando la canción Kokoleoko, se pudo observar que en un principio las adultas desplazaban su atención con facilidad a estímulos sensoriales diferentes a la tarea que se estaba realizando en ese momento; la secuencia corporal rítmica. Por ello fue necesario cambiar la dinámica de la actividad para poder captar la atención de ellas sobre el estímulo sensorial como lo propone Posner.

Esta estrategia de dinamizar las clases y de intentar encontrar algo para que las adultas se engancharan con las actividades corporales fue clave a la hora de compartir la vivencia musical con ellas. Aunque era muy pequeño el número de adultas que al final expresaron cierto aburrimiento frente a la percusión corporal porque no encontraban la misma conexión que sí veían en el canto por ejemplo, fue igual muy importante generar esta conexión que sí veían en el canto para que la experiencia con la percusión corporal fuera igual de enriquecedora para todas.

La señora Estrelia y la señora Girasol expresaban su gusto particular con la percusión corporal porque la asociaban a actividades que promueven la salud o la recreación. En ese caso, como se verá en su historia de vida, Estrelia expresaba:

---

<sup>25</sup> Tomado de la entrevista que se le realizó a él en la primera mitad del año 2015 la cual se puede encontrar transcrita en los anexos de este proyecto.

*“Me gustan los discos que cantamos y los aeróbicos<sup>26</sup> que hacemos, me parecen ricos, sirven para adelgazar y si no uno se pone gordo hay que bajar de peso para la salud. La persona gorda se puede enfermar del corazón” (Estrelicia, 2015).*

Por otro lado Girasol<sup>27</sup>, relaciona la percusión corporal con el baile que por cierto es lo que más le gusta de la música, y en ese sentido llevar un pulso o hacer palmas lo toma más como bailar alguna de las canciones que más le gusta y por ello, la percusión corporal le llega de una forma más personal.

En contraste con el resto de adultas de ese grupo, expresan que la percusión corporal no es de gran agrado para ellas. Al igual que Estrelicia, Lavanda relaciona la actividad músico corporal como aeróbicos y hacer ejercicio para lo cual ella dice: “para hacer ejercicio soy como malita”. Por otro lado Dalia<sup>28</sup> es una adulta muy pasiva corporalmente y por ello el baile y todo lo que sea relacionado a mover el cuerpo no es de su agrado.

Por tanto, fue de gran importancia pensar en la dinámica de cada actividad para que la música conectara con todas las adultas sin importar si su gusto por la percusión corporal era poco o mucho, lo importante era que todas las adultas pudieran conectarse con esta.

Ahora bien, luego de hacer los ajustes respectivos se pudo observar que ahora las adultas estaban más pendientes visual y comportamentalmente de las indicaciones mostradas por el tallerista. Podían mantener fija la mirada sobre la tarea y lo más importante, podían reaccionar ante los movimientos propuestos en clase. Esta reacción denota la atención selectiva haciendo un procesamiento ante la resolución del conflicto estimular, permitiendo que la adulta procure hacer los movimientos más parecidos a como se los presentan en la clase, anulando así la percepción de otros estímulos visuales o de cualquier tipo presentes en ese instante.

Por otro lado, esto último genera otra hipótesis y es si las adultas están realizando los ejercicios rítmicos corporales porque están haciendo uso de la atención o porque se han vuelto movimientos mecanizados. Esto se podría responder nuevamente con lo mencionado anteriormente acerca de los PAF (Llinás, 2002).

## **1.2. Segunda etapa de la percusión corporal. Su relación con el oscilamiento.**

Pasando a la segunda etapa de la percusión corporal se tiene la percusión corporal intermedia (semi-estática) donde ya se involucra un leve desplazamiento espacial dentro de los ejercicios de percusión realizados y a su vez, aumentando la complejidad sonora. En otras palabras, aparte de mover ambos tipos de extremidades (superior e inferior) el cuerpo ahora se desplazará de su centro espacial, a diferencia de la primera etapa donde el cuerpo siempre estaba estático en un solo sitio.

En esta segunda etapa hace su aparición la tercera característica de la atención que es la oscilación:

---

<sup>26</sup> Se refiere a la percusión corporal

<sup>27</sup> Como se verá en el capítulo “Historias de Vida” cuando se hable específicamente de Girasol.

<sup>28</sup> Como se verá en el capítulo “Historias de Vida” cuando se hable específicamente de Dalia.

- Oscilamiento: La atención cambia y oscila continuamente, ya sea porque procesamos dos o más fuentes de información (estímulos atendidos) o bien porque nos encontramos realizando dos tareas y la atención se va dirigiendo alternativamente de una a otra. El tiempo de las oscilaciones de la atención puede ser variable. (García, 1997)

Esta etapa de la percusión corporal podría generar un reto bastante grande para las adultas, tanto físico como cognitivo si lo hablamos desde la atención. Al no estar acostumbradas a llevar un pulso con palmas o con pies, es probable que dicho pulso se pierda en el transcurso del desplazamiento o incluso mientras están en el mismo lugar. Esto podría representar perder un poco lo musical de los ejercicios pues no habría una base en la cual se moviera la música; el ritmo.

Se puede ver a grandes rasgos que el simple hecho de estar cambiando el centro espacial del cuerpo (desplazamiento corporal) implica una nueva y quizás más compleja tarea a la cual la persona tendrá que fijar su atención para poderla realizar correctamente. Eso implica también que la atención a las demás tareas que se están realizando disminuirá un poco (intensidad) sin querer decir que desaparecerá del todo. Continuaremos con el ejemplo de la canción *Kokoleoko*. Teniendo en cuenta las tareas que de por sí ya deben realizar las personas involucradas en la actividad (sujetar, chocar palmas, cruzar las extremidades superiores) habrá que sumarle la idea de mover su cuerpo (hacia adelante, hacia atrás, hacia la derecha o hacia la izquierda) para pasar a hacer los mismos movimientos pero con otra pareja, aclarando que todo eso se debe hacer sin perder el hilo conductor de los movimientos y sobre todo de la melodía que se esté cantando, además de tampoco perder el pulso que se debe estar marcando con los pies.

En cuanto a lo observado en este taller con la canción *Kokoleoko*, se pudo evidenciar que en un principio las adultas difícilmente podían desplazarse espacialmente mientras realizaban los movimientos mencionados anteriormente, sin embargo, luego de ellas ir haciendo más propios cada movimiento se fue observando una pequeña fluidez en el desplazamiento espacial, que aunque mínimo (de cuarenta a cincuenta centímetros aproximadamente), se podrá acrecentar más al hacer de los movimientos de la canción algo más natural en ellas.

### **1.3. Tercera etapa de la percusión corporal. Su relación con el control.**

Finalizando las etapas de la percusión corporal, tenemos la tercera y última que es entonces donde se compactan las dos etapas anteriores en la percusión corporal activa, la cual consiste en dar mayor importancia al movimiento dentro de los ejercicios realizados. Es decir un mayor movimiento espacial, ya no bastaría con dar simplemente un paso hacia adelante o hacia atrás sino que se da la necesidad de desplazarse completamente. Y este incremento del movimiento espacial propondrá posiblemente el uso de más partes del cuerpo o de más objetos cotidianos, lo cual promueve mayor tímbrica al ejercicio musical en cuanto a que se vinculan nuevos sonidos pertenecientes a nuevos objetos (campanas, silbidos, diferentes texturas como la madera, la tela, etcétera).

Esto a su vez estaría aumentando el espectro de posibilidades sonoras lo cual genera un reto para la atención de las adultas, teniendo en cuenta que las condiciones de la atención, de las que se hablará a continuación, pueden ser determinantes externos o determinantes internos. En este caso en particular de la etapa final de la percusión corporal, se estaría hablando de un

determinante externo, al cual las adultas podrían desviar complemente su atención dejando atrás las etapas uno y dos de la percusión corporal y por ende, la canción *Kokoleoko* que es el ejemplo que se estuvo utilizando para la explicación de la relación entre percusión corporal y atención.<sup>29</sup>

En ese orden de ideas se tiene la última característica de la atención que es el control de la misma, la cual se define así:

- Control: Supone dirigir la atención y poner en marcha sus mecanismos de funcionamiento en función de las demandas del ambiente y de la tarea que vamos a realizar, hablamos en este caso de atención controlada. La atención controlada a diferencia de la no controlada requiere un esfuerzo por parte del sujeto para mantenerla. Muchos autores afirman que es ésta, la característica más importante de la atención. (Rosselló, 1998)

Está claro hasta aquí que el control de la atención es quizás lo más importante de la misma y sobre todo en esta etapa final de la percusión corporal, tal y como se mencionó antes de definir qué era el control de la atención. Sin embargo, por las condiciones propias de la población, y al ser este un proceso musical pedagógico que demanda quizás un poco más de tiempo que lo habitual, es probable que no se llegue hasta esta etapa, de todos modos el control de la atención se vería reflejado en las dos primeras etapas, no se necesita de una gran cantidad de tareas por atender para demostrar que la atención, por parte de las adultas, está siendo controlada.

En cuanto a lo observado al taller con la canción *Kokoleoko*, luego de tres sesiones trabajando sobre los mismos movimientos se empezaron a notar pequeños visos de control en sus movimientos y desplazamientos. Como se dijo anteriormente, se incrementó el control de la atención en quince segundos, una cifra mínima pero es un aspecto que se desconocía al inicio de las sesiones del taller *Kokoleoko*.

Ahora bien, se hace menester reiterar que para efectos de una buena interiorización de cada movimiento, es muy necesaria la constancia (Reategui, 1999) debido a que luego de un período de 3 sesiones (cada sesión de una hora) donde no se trabajó con la canción, sino con otro tipo de actividades referentes a la exploración sensorial en las adultas, mostraron una disminución en los tiempos de atención que ya habían ganado y de igual forma, el hecho de desplazarse sobre su eje espacial se convirtió en ese momento en algo totalmente nuevo otra vez, por ende, fue menester devolverse a la primera etapa de la percusión corporal, en orden de afianzar nuevamente lo ya aprendido.

Este hecho suscitado en el desarrollo de los talleres puede dar algunos visos de respuesta a la hipótesis que planteábamos anteriormente respecto a si en verdad la adultas prestaban atención a los movimientos o si los movimientos, a raíz de las repeticiones, se habían convertido ahora en movimientos mecanizados. El no poder realizar los movimientos tal y como los habían hecho antes, puede indicar problemas de memoria más que problemas de atención y si los problemas son de memoria querría decir que al presentarlos nuevamente, ellas podrían reaprenderlos, hacerlos o recordarlos mediante el uso de la atención sobre el objetivo, indicándonos que la

---

<sup>29</sup> Vale aclarar que para la población correspondiente a este trabajo de investigación, es muy probable que no se pueda llegar a la etapa final de la percusión corporal, no por problemas en atención sino por las particularidades físicas.

repetición de los movimientos no hizo de ellos una mecanización, así como sucede con la acción de caminar por ejemplo.

## 2. Condiciones de la atención. Su relación con la percusión corporal y la incidencia directa sobre los talleres trabajados con las adultas.

Habiendo hecho la relación percusión corporal/atención, centrándola en algunas de las características de la atención, se pasará a hablar ahora de algunas condiciones que hay intrínsecas en la atención (a propósito de la percusión corporal), aspecto expuesto en la última etapa de la percusión corporal, y una vez más referenciándolas también con esta última.

Entre las condiciones o determinantes de la atención se tiene entonces que puede haber de dos tipos; Externos e internos. Comenzaremos hablando de los externos.

**2.1. Determinantes externos.** Son todos aquellos que provienen del medio ambiente y que posibilitan el hecho de que el sujeto enfoque su atención a ellos (Rubenstein, 1982). A su vez estos tienen sus propias características:

- **Potencia del estímulo:** En términos musicales se podría hablar en este caso de lo fuerte de un sonido. Inmediatamente la atención se ve enfocada en el objeto que produzca este sonido sobresaliente de entre otros.

Este tipo de determinantes representará un reto muy grande para las adultas puesto que en clase, siempre se da que hay doctores entrando y saliendo del salón, o practicantes de psicología guiando a otras adultas que deambulaban por los pasillos del Centro femenino. Es un hecho inamovible que siempre habrá estímulos externos, ya sean sonidos o personas, y por ello, será un reto en las adultas enfocar su atención en las actividades.

En el taller *Agualegre* (Ver tabla de talleres) trabajado en las sesiones con las adultas, se pretendía evidenciar qué tan atentas estaban de este tipo de estímulos. En ese orden de ideas se planteó que las adultas debían realizar ciertos movimientos corporal unilaterales al escuchar un sonido, luego se cambiaría ese sonido y ellas debían responder haciendo otro movimiento, ahora este bilateral.

Para ello, como se expuso en la tabla de talleres, se utilizaron en principio dos timbres; agudo y bajo. El agudo fue implementado con un instrumento conocido como palo de agua<sup>30</sup> y el bajo con un alegre<sup>31</sup>. Al sonar el alegre, las adultas debían mover la parte derecha (unilateralidad) del cuerpo y al sonar el palo de agua debían cruzar la palma derecha sobre la rodilla izquierda (bilateralidad). De la observación a este taller se pudo notar que al hacer el cambio del alegre al

---

<sup>30</sup>Un palo de lluvia o palo de agua es un tubo largo y hueco relleno con piedrecillas o con semillas, en cuyo interior se clavan palitos de bambú o de madera, formando una espiral que se extiende a todo lo largo. Cuando el tubo se inclina suavemente las piedrecillas o las semillas caen y su golpeteo con los palitos produce un sonido que se asemeja a la lluvia o agua cayendo.

<sup>31</sup>El tambor alegre es un instrumento de percusión del folclor colombiano, el cual se elabora con tronco de árbol, cuero de la piel de animal como parche y se ensambla con ataduras o aros de alambre. Se tensiona con cuerdas y cuñas de madera. Se toca con las manos y baquetas con borlas abullonadas en un extremo para un mejor sonido.

palo de agua, las adultas difícilmente notaban el cambio y no realizaban los movimientos respectivos, mientras que al contrario (del palo de agua al alegre) el cambio generaba mayor atención y percepción en ellas, debido al sonido grueso y compacto del alegre. Esto se dio debido a la potencia del estímulo que generaba el sonido del alegre. Éste es un sonido robusto, penetrante, definido y que en definitiva marcaba un pulso, un ritmo, y esto es algo con lo que al parecer, las adultas tienen mayor afinidad, un sonido o un algo/alguien que las invite al movimiento, a la fluidez corporal, al no quedarse estáticas en un solo punto.

Evidentemente todo lo anterior difícilmente se podría generar con un palo de agua, la potencia del estímulo que daba este instrumento no llenaba las expectativas en las adultas a tal punto de dejar pasar por alto este nuevo estímulo externo. El sonido del palo de agua es indefinido, no es constante, es ligero y por ello a veces se pierde con el resto de sonidos del ambiente. Esto quizás no lograba llamar la atención en las adultas porque no era un hecho constante sino un hecho intermitente, por tanto, no sabían si el estímulo ya había terminado o aún estaba presente, a diferencia del sonido del alegre que siempre es constante.

A la hora de evaluar la atención en este punto de los talleres, había que trasladar la observación de la mirada a la audición. La idea era estimular un movimiento de acuerdo a un sonido específico y si las adultas usaban la mirada en este caso, podrían verificar más fácilmente cuál era el instrumento que estaba sonando en ese momento y por tanto qué movimiento realizar, pero no precisamente por una atención auditiva.

De todos modos se pudo evaluar la atención a partir de este taller y se pudo obtener que en lo auditivo, depende mucho de la potencia del estímulo al cual se fije la atención, que como se habló anteriormente fue un determinante a la hora de ver el cambio en los movimientos de las adultas. Por tanto, al proceder con estímulos auditivos, y para efectos de una mejor evaluación atencional es mejor escoger dos timbres que tengan un impacto significativo auditivamente, siendo que la escucha es uno de los sentidos menos desarrollados por las personas que no han tenido un entrenamiento auditivo previo.

Ahora bien, todo esto con relación a la percusión corporal, se ve representado en la última etapa de la misma. Al hacer más complejas las secuencias de movimientos, en cuanto a la cantidad de los mismos, es necesario crear en el ejercicio ciertas señales (no siempre tendrán que ser sonoras) que permitan llamar la atención de las adultas en pro de prepararlas y que se dispongan a realizar el siguiente movimiento en secuencia. Por ende, si no se logra que el estímulo externo tenga la suficiente claridad o potencia, probablemente las adultas no notarán el cambio perdiéndose así la secuencia de los movimientos. Es lo que se necesitaría para pasar de la atención sostenida a la atención de selectiva, los dos tipos de atención involucrados en las particularidades mentales que atañan este proyecto de grado.

Otro determinante externo es el cambio.

- **Cambio:** Siempre que hay un cambio en el ambiente que modifique nuestra forma de percepción, nuestra mente se moldea a esa nueva percepción, haciéndola el nuevo foco de atención.

Podríamos volver al mismo ejemplo del taller *Agualegre*. Si bien como se mencionó en la característica pasada, al hacer la transición entre el alegre y el palo de agua, no se evidenciaba un

cambio en el movimiento por parte de las adultas, lo que sí se podía notar era que la velocidad con la que hacían los movimientos rítmicos disminuía, esto debido a que el contraste entre ambas sonoridades es muy notorio por todo lo que se mencionó anteriormente respecto a las particularidades sonoras de cada instrumento. Y más allá de ser el contraste muy notorio, se podría decir que el determinante externo; potencia del estímulo, va de la mano con el determinante externo; cambio, en la medida en que dicho cambio debe ser lo suficientemente representativo para que las adultas puedan sentirlo y responder al mismo. De no ser así, difícilmente las adultas podrán notar el cambio, por más atentas que estén, sabiendo que no será la única acción a la cual deberán dirigir su atención. Hay que recordar que el cuerpo debe estar activo resolviendo los retos que propone la percusión corporal en las diferentes actividades que se realicen, en este caso y por hacer un poco de remembranza en lo que ya se ha dicho, no solo deberán estar pendientes de los cambios y de la potencia de los estímulos sino también de los movimientos que propone la actividad *Kokoleoko*.

La premisa de que el cambio en el ambiente como determinante externo fuese más evidente, llevó a diseñar otro taller llamado *Que te mueva la música* (Ver tabla de talleres), el cual fue diseñado para trabajar la atención pero en el que no se involucraría la percusión. Este consistió en utilizar diferentes tipos de géneros musicales con los cuales las adultas debían bailar en parejas o de forma individual, pero sosteniendo una bomba con sus manos. La idea se pensó con el fin de que dibujaran en el aire, junto con la bomba, lo que la música les proponía a cada una en ese momento.

Para notar el cambio de percepción en cada adulta a partir del estímulo de la música y para notar los diferentes niveles de atención sobre cada cambio, fue menester usar géneros completamente diferentes unos de otros, sin embargo se pensó también en las vivencias y experiencias musicales con las que ya venía cada adulta. Hay que tener en cuenta que es una población que en su gran mayoría viene del campo, que el contacto con la ciudad ha sido mínimo, así que por ello se pensó en usar bambucos y fandangos entre los géneros musicales usados. Así como lo expone el Doctor Freddy Vásquez:

*“Los gustos de las adultas giran en torno a la música popular, la ranchera, carranga yailable, esto derivado principalmente del contexto rural de origen de la mayoría de adultas. La música romántica (plancha) también está presente. En ocasiones de acuerdo a los gustos de ellas, bailan y cantan de acuerdo a la música que escuchan en la emisora”.*  
(Freddy Vásquez, 2015)<sup>32</sup>

De este modo se pudo evidenciar en la observación del taller, que gracias a la potencia del estímulo sonoro, ya fuese por el volumen de la música o la intensidad sonora de la misma, el cambio entre cada música fue percibido por las adultas. Mientras sonaba el *Arabesque #1* de Debussy, las adultas mantenían pinceladas aéreas controladas y calmadas, en algunos casos había que ayudarlas a comprender qué tipo de sonoridad era esa; tranquila, serena y demás, pero luego de ello pudieron tener criterios de evaluación en el cambio del determinante externo, en este caso la diferencia musical de cada género, y en ese orden de ideas, pintar con la bomba una representación más apropiada de la música.

---

<sup>32</sup> Tomado de la entrevista que se le realizó a él en la primera mitad del año 2015 la cual se puede encontrar transcrita en los anexos de este proyecto.

Luego de terminar el Arabesque, sonó un fandango y de inmediato las adultas empezaron a bailar con sus bombas, se levantaron del puesto y la vivencia fue más natural en ellas debido a lo que se mencionó anteriormente; este tipo de género musical va más a fin con la procedencia de ellas; el campo. Fue muy evidente el cambio, no solo por los movimientos sino también por la actitud frente a la escucha de este género musical.

Nos regresamos a otra obra clásica y las adultas percibieron el cambio y de ese mismo modo actuaron distinto. Se termina el taller pasando a un bambuco el cual generó el mismo efecto que en ellas tuvo pasar del Arabesque al fandango.

En este taller es mucho más evidente la forma de la evaluación. Nuevamente es auditiva pero vemos que en definitiva la potencia en el estímulo auditivo es importante a la hora de realizar la evaluación de este tipo.

Ahora pasaremos a hablar de otro estímulo externo; la repetición.

- **Repetición:** Un estímulo débil pero que se repita constantemente puede tener repercusiones grandes en la atención. Elemento básico para la buena memoria.

Es el caso de una de los talleres llamado *Seguir al líder* (Ver tabla de talleres), que se usó a la hora de calentar el cuerpo antes de empezar las sesiones con las adultas. Esta actividad se refiere a que la persona que juega el papel de líder, mientras lleva el pulso alternando los pies, va elaborando secuencias rítmicas simples usando las palmas y golpeando con las mismas sobre su cuerpo, una vez terminaba la secuencia, las adultas debían repetirlo exactamente igual o por lo menos una aproximación, también llevando el pulso con los pies.

En un principio no tenían conciencia de la cantidad de golpes que se debían ejecutar, ejemplo; si el líder hacía dos palmadas y luego una en los muslos, las adultas realizaban una palmada y una en los muslos, repetidamente y sin dar espacio para que el líder hiciera una nueva secuencia. No había noción de silencios entre los sonidos. De ahí que se diera la necesidad de repetir la misma secuencia varias veces hasta que fuera un procedimiento natural en ellas.

Este determinante externo es de gran ayuda a la hora de ubicarse en la primera etapa de la percusión corporal, la estática, donde no se debe hacer hincapié en un desplazamiento espacial sino en lo fino de los movimientos. De allí que la repetición sea una herramienta muy fuerte, tanto para asegurarlos internamente como para fortalecer la memoria en ellas, pasando desde la kinestesia (memoria muscular) hasta el razonamiento complejo. Tal como se mencionó anteriormente citando un fragmento de la entrevista que se le realizó al Doctor Freddy Vásquez (Ibid), quien decía que en cuanto a la ejecución de ejercicios que implican aspectos musicales, los niveles de atención requieren de sobreaprendizaje para lograr mantenerlos por períodos largos de tiempo.

Aunque en principio, esta actividad se diseñó con el fin de calentar el cuerpo, a partir de la observación anteriormente descrita, hubo la intención y el deseo de comenzar a implementarla junto con los demás talleres debido a que reunía con facilidad muchas de las cosas que se quieren trabajar con la atención desde la percusión corporal; el control de los movimientos, el desplazamiento de los mismos, la atención dirigida a las secuencias corporales, la concentración sobre la atención para saber cuál fue la secuencia propuesta por el líder, en fin.

Se veía como ciertas secuencias eran más fáciles de memorizar y ejecutar para las adultas, estas eran aquellas que involucraban entre dos y tres movimientos y sobre la mitad superior del cuerpo<sup>33</sup> o sobre la mitad inferior, un ejemplo de ello es: Una palmada al aire y dos en el pecho. Cuando se unían en una sola secuencia ambas mitades del cuerpo; ejemplo: Una palmada al aire, una sobre el pecho y la última sobre los muslo, las adultas mostraban dificultad en realizarla, probablemente por el hecho de que el desplazamiento de los movimientos sobre el cuerpo es mayor y esto incide en que deban recordar en qué parte del cuerpo el líder dio la palmada, o porque mientras estaban concentradas en el sitio donde fue la segunda palmada, olvidaron el lugar de la primera y al intentar recordarla no prestaron atención al sitio de la tercera palmada.

Estos interrogantes llevaron a realizar cada vez más lentas las secuencias y hacerlas de forma repetitivas hasta que las adultas mostraran con eficacia la secuencia propuesta, demostrando así que la repetición como un determinante externo de la atención, tiene grandes repercusiones sobre esta última, mejorando la memoria a corto y largo plazo permitiendo que recuerden con facilidad lo trabajado en distintos talleres y que puedan prestar más atención a lo nuevo de cada taller y no a lo ya trabajado anteriormente.

De igual forma, estos interrogantes y en sí este taller permite que la evaluación a partir de las redes atencionales de Posner sea mucho más evidente. Se tendrá muy claro en la observación el punto donde tiene fija la mirada la adulta, el desplazamiento espacial ocular que debe hacer para seguir el estímulo visual y ver ahora a dónde dirige los movimientos el líder y por último, reaccionar frente al estímulo con una acción concreta, seguir al líder.

Este tipo de actividades también fue clave de realizar con Estrelicia o con Madreperla. Recordemos que a Estrelicia se le dificultaba mantener su mirada en un punto fijo y el hecho de estar el líder frente a ella, proponiendo secuencias rítmicas una y otra vez, lentamente cautivaba su atención hasta el punto en que después de un rato de haber empezado la actividad ya podía realizar todas las secuencias a partir de fijar su mirada en los movimientos del líder. Por otro lado, a Madreperla se le dificultaba realizar varias acciones a la vez y este tipo de actividades la invitaban a resolver de uno u otro modo el hecho de llevar un pulso constante y además, fijarse detenidamente en los movimientos del líder para después repetirlos llevando siempre el pulso con los pies.

- **Movimiento:** Es el simple desplazamiento de una imagen a la cual se le ha prestado la atención.

Se podría referencia también con el ejemplo de *Seguir al líder* en la medida en que para poder imitar los movimientos se debe tener consciencia de la direccionalidad de los mismos, si es hacia arriba, si es hacia abajo, hacia los lados, etcétera. También se puede ver su funcionalidad en la actividad *Kokoleoko*, la cual involucra las dos primeras etapas de la percusión corporal como se explicó en párrafos anteriores. Sobre ambas actividades, el propósito y las hipótesis que arrojaron cada observación, ya se habló en párrafos anteriores.

- **Contraste:** De dos tipos; por aparición y por extinción. El primero refiere a que la atención se centra en ese estímulo debido a que antes no estaba presente, y el segundo, refiere a

---

<sup>33</sup> Entiéndase mitad superior del cuerpo como la región que va desde la cintura hasta la cabeza, y entiéndase mitad inferior del cuerpo como la región que va de la cintura hasta los pies.

que el estímulo ahora ha desaparecido. Para el caso de esta monografía nos referiremos a sonidos y movimiento.

Se puede ver notoriamente en el taller *Agualegre* así también como en el taller *Que te mueva la música*.

**2.2. Determinantes Internos.** O también conocidos como propios del individuo. Son los que dependen del sujeto. Condicionan no solo la capacidad y desarrollo de la atención sino también el desempeño de las actividades. Y en el caso de la población que nos compete en este trabajo de grado es más notorio, teniendo en cuenta que, por poner un solo ejemplo, el retraso mental es una realidad que atañe a la población de estudio de este trabajo y que no solo hay de un tipo sino que allí hay presentes distintos niveles de retraso mental.

También tienen a su vez características:

- **Estado orgánico:** Se refiere a las pulsiones<sup>34</sup> que experimenta el sujeto a la hora de recibir un estímulo. Por ejemplo si tiene hambre su atención se irá hacia lo que sacie su necesidad de alimentarse.

Para los términos de este trabajo de grado, se puede hablar de lo observado en las diferentes sesiones con las adultas. Hay sesiones en las que quieren hacer más el taller *Que te mueva la música* porque las invita al baile y a la expresividad corporal, tanto individual como grupal, como hay sesiones en las que simplemente quieren cantar canciones del repertorio que se ha trabajado allí.

- **Intereses:** Se refiere precisamente a los intereses que tenga el individuo. En este caso aplica perfectamente el mismo ejemplo del estado orgánico que se presentó en el párrafo anterior.
- **Curso del pensamiento:** Independientemente de los intereses de la persona o de las pulsiones, si su pensamiento y actuar se ve conectado con los nuevos estímulos que llegan a su cuerpo y mente, la persona se vinculará inmediatamente a estos.

Se observaba en las sesiones en las que se trabajaba únicamente canto y baile por ejemplo. Se podía estar cantando una canción y pasar a la actividad *Que te mueva la música* y las adultas responderían óptimamente. Lo mismo sucedía con las sesiones en las que solo se trabajaba atención sobre la percusión corporal, siempre y cuando se mantuviera ese hilo conductor entre las actividades, esa característica de los determinantes internos aplicaría perfectamente para esta población.

- **Estado físico:** Es necesario un buen estado físico para afrontar cualquier actividad, sobre todo una como la referenciada en este trabajo, percusión corporal, en la cual siempre se estará en constante movimiento en orden de suplir la secuencia de los movimientos, los

---

<sup>34</sup> Término que se utiliza en psicoanálisis para designar aquel tipo de impulso psíquico característico de los sujetos de la especie humana que tiene su fuente en una excitación interna (un estado de tensión percibida como corporal) y que se dirige a un único fin preciso: suprimir o calmar ese estado de tensión.

cuales al verse alterados en su ritmo continuo podrían afectar notoriamente el resultado de una puesta en escena.

El cansancio, la fatiga, el sueño, o en particular los casos de sedación<sup>35</sup> en las adultas de esta población, pueden afectar este estado físico, perturbando en parte también la capacidad de percepción de cada una y de igual forma los niveles de atención.

Las adultas además de recibir clases de música y de otro tipo, también tienen un espacio diario para hacer aeróbicos y otros ejercicios para trabajar cardio y otro tipo de ejercicios de resistencia física. En ese sentido, fue un hecho fortuito y agradable poder complementar la actividad musical con los aeróbicos y viceversa. Las clases de música se vieron favorecidas en la medida en que las adultas paulatinamente iban teniendo un mejor desempeño físico a partir de los aeróbicos, permitiendo que las actividades de percusión corporal no demandaran un desgaste físico en ellas.

Por otro lado, los aeróbicos se vieron favorecidos mediante los trabajos musicales de intervención sobre la atención. El principio de los aeróbicos es repetir los movimientos en secuencia propuestos por el instructor y para ello se necesita enfocar la atención y todas las cosas que de esta se han hablado en este capítulo.

- **Motivación y afectos<sup>36</sup>:** La motivación refiere a las necesidades e intereses de los sujetos (García, 1997), que en este caso son adultas que en la mayoría de los casos han sido abandonadas desde muy temprana edad en el centro femenino. En algunos casos reciben visita de familiares, pero en otros, desafortunadamente mueren sin haber tenido la experiencia de ser visitadas por alguien. Por tanto se vuelve una necesidad para ellas el hecho de ser reconocidas, y aquí es donde entra a jugar su parte los afectos, necesitan sentir que a pesar de sus discapacidades y que probablemente no entiendan qué pasa a su alrededor, son útiles para los demás o incluso para ellas mismas. Por eso se procura organizar distintas presentaciones con público en frente para que ellas puedan recuperar esa confianza en sí mismas y de paso, sentirse nuevamente parte del mundo y no excluidas de él. Así que las puestas en escena son el catalizador que permite una asistencia constante a las sesiones y el gusto por eso, hace que ellas presten mayor atención a lo que sucede en el aula; se le presta mayor atención a lo que nos gusta.

Se ha podido observar hasta el momento la relación directa entre algunos de los componentes de la atención y su incidencia en la percusión corporal. Si bien no se está ondeando completamente en lo referente a la atención, se procura tomar lo pertinente para el trabajo que se está presentando en estas líneas, mostrando con ejemplos sobre cada uno de los talleres y actividades trabajadas en las sesiones con las adultas. En ese orden de ideas queda un ítem más que tiene incidencia directa al trabajo de percusión corporal y atención; la clasificación de la misma.

---

<sup>35</sup> Debido a que en algunos casos llegan sedadas o medicadas las adultas a las sesiones, este determinante (estado físico) que en principio es interno, puede también llegar a ser externo en la medida en que los medicamentos suministrados no son inherentes a las adultas, sin escatimar que sean en algunos casos necesarios para procurar un mejor desempeño en su vivir cotidiano.

<sup>36</sup> Aunque estas dos se presentan de forma individual en el estudio de la atención, para los efectos de este trabajo cabe hacer una unión entre ellas.

### 3. Clasificación de la atención.

Puede ser de tres tipos:

- **Activa y voluntaria:** Es aquel tipo de atención que es consciente y tiene un fin de utilidad práctico. Una vez las adultas han tenido sentido de pertenencia de su cuerpo y sobre todo de sus movimientos, estas acciones se vuelven conscientes en la medida en que para poder continuar con la siguiente se debe realizar de forma óptima la actual. También se le puede llamar atención deliberada.

En este tipo de atención entrarían tanto la atención sostenida como la selectiva, en cuanto a que las adultas enfocan su atención en una actividad y sobre todo reaccionan ante esa actividad entrando en la dinámica de la percusión corporal y el canto.

En el centro femenino procuran realizar actividades al aire libre como lo son olimpiadas físicas, festivales o celebraciones de algunas festividades. Es por ello que las adultas siempre tienen la mejor de las disposiciones a la hora de ir a la clase de música, saben que en algún punto del mes o del año, podrán pararse frente al resto de sus compañeras y mostrar lo que han estado practicando durante tanto tiempo. No hay necesidad de obligarlas a algo que no quieren hacer.

A propósito de los talleres que se diseñaron, se podría referenciar en este momento uno que fue muy importante a la hora de trabajar la atención con la percusión corporal y el canto. Del taller que se habla es *Don Pepito*<sup>37</sup>, en este se ve el compendio de muchos trabajos corporales previos con ritmo donde fue de mucha importancia que las adultas pudieran ser conscientes de las posibilidades motoras de su cuerpo.

Como se expuso en la tabla de talleres, este juego consiste en la adaptación de una rima popular con elementos de la percusión corporal como palmas, chasquidos, golpes en el pecho o en los muslos. Los movimientos propuestos originalmente, resultaron ser de una complejidad mayor a la que se tenía en mente, por tanto, fue necesario reducir un poco la cantidad de movimientos nuevos, en orden de poder avanzar con la actividad. Sin embargo, a pesar de que en un principio las adultas expresaban que este juego era mucho más difícil que el resto, al cabo de un par de sesiones trabajando con *Don Pepito*, las adultas tenían una mayor apropiación de todo el juego, es decir, podían cantar la rima con la coherencia adecuada de la letra y al mismo tiempo realizar gran parte de los movimientos corporales propuestos y a una velocidad muy cercana a la original. Expresaban verbalmente un particular gusto por este juego de rimas y percusión corporal.

Esto en términos de atención se refiere a que, aunque las adultas ya habían tenido hasta ese momento un acercamiento a la conciencia corpórea mediante la percusión corporal, de igual forma siguen dándose la necesidad de hacer uso de una atención activa no solo para realizar nuevos movimientos, sino para recordar los anteriores y en esa medida poder potencializar más la gama de movimientos o la gama de acciones ejecutadas al mismo tiempo.

- **Activa e involuntaria:** Es la atención que es producida mediante un estímulo o percepción. Gran parte de los talleres realizados en un inicio comienzan de este modo. El propósito de

---

<sup>37</sup> Rima popular argentina.

este tipo de atención es fortalecer a las adultas en eso que no es muy claro para ellas, prestar atención a los cambios en el ambiente de la clase o de los talleres (Luria, 1988).

- **Pasiva:** Es aquella a la que se es atraída sin esfuerzo (Ibid). El hecho de que las adultas puedan prestar atención simplemente por el hecho de estar atentas, más allá de los intereses o de los determinantes internos de cada una. De hecho este último párrafo es la motivación mayor de todo este trabajo, lograr que las adultas del Centro Femenino puedan llegar a ser más atentas de lo que son hoy en día.

La diferencia entre el primer tipo de atención y las dos siguientes referenciadas en este índice, respecto a las atenciones que se están interviniendo en la esquizofrenia y el trastorno bipolar (sostenida y selectiva), deriva en la intensidad que deba poner cada una de las adultas por mantener la atención. En la activa y voluntaria se requiere más disposición por parte de las adultas para atender a las actividades de los talleres mientras que en las otras dos; involuntaria y pasiva, la atención está presente, tanto la sostenida y la selectiva pero su intensidad es menor.

Para dejar un poco más claro lo anterior se podría comparar quizás con el momento que vive todo músico en su vida profesional. En el momento de tocar frente a un público y mostrar el trabajo final, su atención debe ser más intensa, debe ser más cuidadosa debido a que el más mínimo error podría significar el empobrecimiento del show. Por otro lado, al momento del estudio musical o del ensayo de la presentación, la atención debe estar presente pero con menos intensidad dado que se puede dar lugar a uno u otro error y corregirlo en el momento, pero esos errores no representarían una pérdida de lo impecable del show.

El día que se finalizaron los talleres con el grupo de adultas escogido, se estuvo hablando con ellas de la experiencia que tuvieron a través de las clases de música y en sí, de las vivencias corporales musicales. Se habló en términos de expresar si sintieron una mejora en su atención a partir de lo realizado en los talleres y no solo en lo musical sino en lo cotidiano. Se habló en términos de un reconocimiento y un control emocional. Para todo eso las adultas respondieron con un sí rotundo. Decían que no solo notaron que en el transcurrir de los talleres se sentían más despiertas y receptivas a las indicaciones dadas por el profesor, sino que a partir de esas mejoras podían realizar con mayor eficacia las actividades propuestas en los talleres y las actividades cotidianas que realizan en el J. J. Vargas.

Por otro lado, referenciaban el cantar de las canciones aprendidas en los talleres como una forma de canalizar las diferentes emociones que les suscitaban las vivencias diarias. Afirmaban que a veces al sentirse tristes o desanimadas recordaban canciones como El Aldeano o los movimientos corporales de la canción Kokoleoko y de inmediato se sentían con más energía y todos esos sentimientos depresivos se transformaban en emociones positivas como la alegría o la serenidad.

Entre los diferentes temas que se hablaron con las adultas el día del cierre salió a relucir la sesión anterior a ese cierre. Dicha sesión fue muy particular y enriquecedora tanto para las adultas, como para el profesor y en sí para este proyecto de grado. Esa semana habían empezado la fumigación de ciertos sectores del Centro Femenino y entre ellos estaba el sitio donde se realizaban los talleres, de modo que se nos fue adaptado otro espacio muy retirado del habitual y donde las distracciones serían mayores. Era un salón bastante amplio donde estaba otro grupo de adultas en otro tipo de terapias y a razón de ello, la entrada y salida tanto de adultas como de profesionales de la salud mental fue muy notoria y retardadora siendo que se había acostumbrado a la realización

de los talleres en espacios tranquilos, de poca concurrencia y muy propicios para que las adultas no se distrajeran con otros estímulos y que a su vez pudiesen expresarse con más libertad siendo que el ambiente era de un carácter más íntimo.

Al inicio de la sesión, las adultas se mostraban dispersas e intimidadas por la cantidad de personas que había en el lugar y así mismo lo expresaron verbalmente el día del cierre. Decían que fue muy complicado sentirse a gusto cantando y expresando emociones frente a un grupo de personas desconocido para ellas y que a razón de ello, y de la cantidad de personas, se les dificultaba estar atentas a las indicaciones del profesor. Actividades de los talleres que ya realizaban con una atención activa e involuntaria o una atención pasiva, pasaron a tener que realizarse de nuevo con una atención activa y voluntaria. Sin embargo, luego de haber pasado un tiempo desde el inicio de esa sesión, expresaban que pudieron hacerse cargo de su atención y enfocarla a los talleres y a las actividades que se realizaban en el momento, además de perder la pena y sentirse más cómodas consigo mismas a la hora de expresar sus emociones. Nuevamente pudieron pasar a una atención pasiva.

Esta última sesión fue la más enriquecedora para todos los involucrados en este proyecto. Dado que esta sería como una prueba de fuego en donde se podría evidenciar si todo a lo que se apuntó en los talleres realizados hasta el momento daría frutos o si en definitiva no fue lo más acertado del mundo. Afortunadamente fue como se esperó. Las adultas pudieron enfocar su atención a pesar de las condiciones externas y controlar sus emociones incluso cuando frente a una situación como ésta simplemente resolverían por retraerse y centrarse en sí mismas.

De este modo se puede ver entonces con ejemplos e información sacada de la observación a los talleres y sesiones con las adultas, que la práctica musical, referenciada desde la percusión corporal, es una herramienta bastante útil en lo que se refiere a mejorar los niveles de atención en una población que ha sido afectada en este aspecto de forma involuntaria. Se pudo evidenciar que la percusión corporal beneficia el enfocar la atención durante un tiempo prolongado con el propósito de una realización adecuada de diferentes actividades.

Ayuda a tomar control sobre la atención utilizando diferentes recursos como centrarse en estímulos específicos e ignorando todos aquellos que no le permitan enfocar la atención sobre una actividad. Además de eso permite a la persona estar más atenta a un seguimiento de instrucciones para lograr objetivos propuestos. Por otro lado ayuda a tener una mayor consciencia corporal a través de la atención sobre los movimientos realizados en este tipo de ejercicios musicales, donde la direccionalidad y la intensidad del movimiento corporal determinarán que en efecto las secuencias rítmicas se puedan dar. De igual forma, el trabajo de atención con la percusión corporal favorece a que el cuerpo y la mente trabajen en conjunto para realizar más de una acción al tiempo (dependiendo de las exigencias de la actividad) y sin necesidad de descuidar ninguna de ellas. También brinda posibilidades de enseñanza musical a partir de la sensibilización en espacios pedagógicos no convencionales, donde la atención va a determinar que la persona, en este caso las adultas, sean más disciplinadas y constantes, no solo en lo que se refiere a lo musical sino en general en cualquiera de las dimensiones humanas.

## CAPÍTULO II: CANTO Y CAMBIO EMOCIONAL

La práctica y la vivencia musical, referenciada desde el canto, podrían ayudar a las adultas adscritas al Centro femenino especial José Joaquín Vargas, a mejorar el control y reconocimiento de un cambio emocional presente en ellas debido a las particularidades mentales de la población. Este es un aspecto que se ha visto comprometido en el transcurso de sus vidas no solo por la particularidad mental sino por cualquier tipo de experiencia que hayan tenido y que las haya marcado considerablemente.

Según el diccionario de la música de Hugo Riemann (1882) el canto no es más que la palabra tornada música por la exageración de las diversas inflexiones de la voz. En contraste, Madeline Manson (1947) sostiene que todo el que tiene una voz hablada, puede por consiguiente, desarrollarla con miras a cantar. Por otro lado Josefa Lacárcel (2003) sostiene:

*“El canto es uno de los medios de expresión más completo y máximo de la actividad musical, que lleva al ser humano a descubrir la imagen del propio cuerpo. La melodía cantada contiene una fuerza propulsiva que despierta nuestra actividad motriz y emocional, propiciando sentimientos de gran diversidad. Constituye un lenguaje emotivo y afectivo, pudiendo modificar el estado de ánimo de un sujeto. Es fuente de alegría, serenidad y un sin fin de sentimientos que producen satisfacción y autorrealización”.*

De ese modo, el canto es un instrumento innato del ser humano y cantar es una acción que puede realizar cualquier persona. Cabe aclarar que no se está haciendo énfasis en el canto como una práctica musical profesional sino precisamente, en esa habilidad que tienen las personas de producir diversas inflexiones en la voz. De lo contrario nuestras voces carecerían de un fin expresivo situándola en una línea continua sin posibilidad de transformación, sin posibilidad a que sea melodía.

Todo ello nos lleva a plantear que independientemente de las condiciones mentales de una persona, ésta se puede expresar mediante la voz y por tanto, parafraseando a Madeline Manson, mediante el canto. Además dicha expresividad encierra toda la esencia de lo que se es como persona, el cómo nos reconocemos a nosotros mismos y ante el mundo, sus alegrías, tristezas, decepciones, motivaciones, etcétera. La voz expresa a una persona, es decir, oímos una persona, no una voz (Llic, 2014).

Las adultas del J. J. Vargas, además de ser personas con ciertas particularidades mentales, son personas que en la gran mayoría de veces han vivido de forma muy cercana el maltrato físico y emocional, así también como el abandono y el rechazo por parte de sus familiares. A su vez han encontrado en las diferentes personas que trabajan en el centro femenino, esa figura familiar y amigable que quizás creían ya irreconocible ante sus ojos, por tanto, las adultas del centro femenino tienen gran tensión emocional dentro de ellas y la necesidad de exteriorizarla ante el mundo y con el mundo se vuelve la orden del día.

En ese sentido, el canto ayudaría a ser esa forma de arte liberador para las adultas en la medida en que comiencen a reconocer en ellas capacidades expresivas antes no utilizadas. También a que reconozcan en ellas un mundo emocional quizás no explorado, que lo comprendan, lo identifiquen y sobre todo puedan tener un leve o un mayor control sobre esa emocionalidad y sobre un posible cambio en ella.

Por otro lado y a propósito de las propuestas pedagógicas musicales, Willems (1981) estableció lazos muy profundos entre la música y el ser humano, dándole una visión más humanista a la misma. Según él, elementos fundamentales de la música como el ritmo, la melodía y la armonía respondían a la naturaleza fisiológica, afectiva y mental de la persona.

Precisamente se puede ver relación entre este constructo y un enfoque psicofisiológico en el que se habla de la existente relación entre las diferentes zonas cerebrales y las características psicológicas de la música y la audición, dándole así un soporte más fuerte a lo que plantea dicha propuesta pedagógica musical. Según lo propone Josefa Lacárcel (2003) en su libro *Psicología de la música y emoción musical*, la manifestación de la visión humanista de Willems desde la psicofisiología podría ser de este modo:

*“• La actividad sensorial de la música, estaría localizada predominantemente en la zona bulbar donde se encuentra el centro de las reacciones físicas. Podríamos hablar del estadio de la predominancia rítmica. El ritmo afecta sobre todo a la vida fisiológica y con él se tiende a la acción.*

*• El mensaje afectivo de la música lo localizamos en el diencefalo, zona profunda del cerebro asiento de las emociones. La melodía afecta a la vida emocional y afectiva y es el diencefalo el que recibe los motivos y diseños melódicos, adquiriendo éstos significación, despertando así todo un mundo interior de sentimientos y emociones.*

*• La actividad intelectual queda localizada en el nivel cortical. Es la música eminentemente armónica la que representa el mayor nivel de representaciones intelectuales y, siendo éstas complejas, precisan de una actividad psíquica y mental más evolucionada y estructurada.”* (Lacárcel, 2003)

Además de todo esto Willems no considera la música como un fin último sino que es mediante ella que se da un desarrollo del ser humano en todas sus dimensiones. Mediante ella se pueden desarrollar facultades sensoriales, motrices, afectivas y creativas de la persona. De ese modo en la pedagogía propuesta por Willems se da un desarrollo armonioso como persona y aunque él apoya la alfabetización musical, en el presente trabajo nos enfocaremos en esa visión humanista de dicha propuesta más allá de pretender que las adultas puedan leer una partitura o tengan conocimientos teóricos musicales. Esto sin desconocer el hecho de que mediante la experiencia musical que ellas van teniendo, se está generando un espacio pedagógico de educación musical, me explico, Kodaly afirma que antes de que el niño escriba, aprende a hablar, y desde la experiencia adquirida obtiene las reglas y nociones del lenguaje, lo mismo sucede con la enseñanza de la música (en el caso de Kodaly; del solfeo como tal). Él parte de canciones populares porque son la lengua materna musical del niño, de modo que al usar estas canciones

folclóricas que ya están en el arraigo cultural del niño, enseña el solfeo reconociéndolo en ellas para así llegar a la alfabetización musical.

De ahí que en el presente proyecto se tenga como propósito que las adultas, a partir de esa sensibilización musical no alfabetizable, puedan tener un mejor desarrollo emocional y un control emocional o simplemente hacer exterior un sentimiento interior mediante su voz.

## 1. Inteligencia emocional y el canto.

Para centrar lo referente a la emoción y cómo se pretende intervenir desde el canto, se propone ahondar un poco en la concepción del término inteligencia emocional propuesto por Goleman (1995), pasando por el contexto del concepto y sus antecedentes, así también como explicando los ítems que componen este constructo propuesto por él. De igual forma se propone mostrar de qué modo entonces el canto, a partir de lo observado en los talleres con las adultas y a partir de sus auto reportes, ayudó a intervenir los cambios emocionales que cada una pudiera experimentar debido a su particularidad mental o debido simplemente a que dichos cambios son inherentes al ser humano.

La inteligencia emocional constituye un vínculo entre los sentimientos, el carácter y los impulsos morales. El impulso es el vehículo de la emoción y, la semilla de todo impulso, es un sentimiento expansivo que busca expresarse en la acción (Lacárcel, 2003). Este concepto acuñado por Daniel Goleman (Ibíd.) es uno que tomó mucha fuerza en un momento clave de la historia donde se empezaba a dar una discusión muy novedosa entre razón y emoción. Sin embargo sobre este concepto ya se hablaba años atrás con los autores Salovey y Mayer (1990). Según estos dos autores:

*“La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”*(Salovey y Mayer, 1997).

Es una concepción de inteligencia emocional muy similar a la que propone Goleman en 1995, sin embargo ya desde antes se hablaba sobre ello y él reconoce que su trabajo está basado en los postulados de sus contemporáneos, solo que en el momento en que Goleman difunde este constructo se referenciaba lo cognitivo con la razón, con el cerebro y por tanto con la inteligencia, y por otro lado la emoción era supeditada asociándola con el corazón y los sentimientos. La razón siempre había tenido un lugar más alto que la emoción hasta que Goleman le da un giro interesante a esta jerarquía, proponiendo el constructo justo cuando se daba la discusión entre razón y emoción y donde ésta última desde enfoques biológicos y cognitivos comenzaba a tomar cada vez más fuerza (Bisquerra<sup>38</sup>, 2015).

De este modo para Goleman la inteligencia emocional consiste en:

---

<sup>38</sup> Master en Inteligencia emocional en las Organizaciones. Postgrado en Coaching en el entorno laboral (CEL). Postgrado en Inteligencia emocional en las Organizaciones (PIE). Postgrado en Educación emocional y Bienestar. Trabajó y estudió en Universidad de Barcelona.

- **Conocer las propias emociones.** Esto es tener consciencia de nuestras propias emociones y de reconocerlas en el momento en que ocurren. Al no existir dicha consciencia se podría quedar a merced de las emociones incontroladas (Ibíd.).
- **Manejar las emociones.** Al lograr la consciencia de las emociones se podrán manejar los sentimientos que susciten internamente para poderlos expresar de forma adecuada. Este ítem también apunta a lograr matizar las emociones a nivel general para poder tener una mejor calidad en las relaciones interpersonales (Ibíd.).

Por lo general siempre al inicio de las clases, el profesor procuraba crear un espacio íntimo de diálogo donde las adultas puedan expresarse de forma más coloquial y sin pensar que la clase de música era únicamente para hacer música, sino para que poco a poco fueran sintiéndose más a gusto dentro de las mismas. En ese sentido el profesor hacía preguntas como por ejemplo: “¿Sí desayunaron? ¿Qué desayunaron? ¿Quién pudo dormir bien, quién no? ¿Quién ya tuvo visitas en los últimos días? ¿Cómo se sienten de ánimo en ese momento? ¿Están alegres, serenas, nostálgicas, con rabia, tristes?”

Las respuestas siempre eran variadas. Azalea solía estar aburrida al inicio de las clases. Dalia mencionaba estar “normal” aunque ese normal a veces se camuflaba con tristeza o con aburrimiento, sin embargo en el transcurso de la clase y en sí de las sesiones, Dalia ya sonreía en clase, hacía chistes y expresaba más abiertamente sus emociones, lo mismo que Azalea. Lavanda y Madreperla a veces llegaban a clase con crisis y expresaban tener ganas de irse del Centro Femenino, de estar con su familia, de trabajar, de ganar su propio dinero. Lavanda, debido a su particularidad mental, cuando presentaba crisis podía variar entre la manía, es decir una euforia excesiva o la depresión, acompañada esta última con pensamientos muy nostálgicos de su mamá y de su hija.

Por otro lado, y en contraste, Estrelicia y Girasol siempre expresaban estar con la mejor disposición para las clases y en general para la vida. A Estrelicia muy rara vez se le escuchaba hablar de estar triste, por el contrario decía estar tranquila o feliz, mientras que Girasol, también por su particularidad mental, se mostraba siempre como una niña pequeña, de aquellas que todo le agrada o todo la hace feliz.

Este tipo de acercamientos verbales con las adultas, permitía que ellas exteriorizaran sus emociones en el marco introductorio de las clases de música que se dieron en el Centro Femenino y de eso modo, que pudieran conocer y sobre todo reconocer las emociones que las tocaba en ese momento y cómo manejarlas para lograr tener una experiencia musical mucho más agradable para todas ellas siendo que, muchas de las actividades diseñadas para el trabajo con ellas se basaron en el trabajo por parejas, lo que refiere una cooperación por parte de cada una para una mejor experiencia musical grupal.

- **Motivarse a sí mismo.** Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados (Ibíd.).

Cuando se decidió trabajar emoción y expresividad a través del canto se pensó que sería una herramienta muy útil trabajar con el bagaje cultural musical de las adultas. En ese orden de ideas se pensó en trabajar con canciones de géneros como bambuco o vals o canciones que relacionaran eventos del campo. Canciones como *Piel canela* o *Pueblito viejo* fueron muy útiles al momento de motivarlas dentro de una actividad expresiva emocional. En ellas las adultas bailaban, cantaban

más fuerte, marcaban el pulso con las palmas más fuerte que de costumbre sin ser ésta una indicación dada por el profesor. A diferencia de cuando se usaban canciones que no las enganchaba mucho expresivamente por el contenido lírico, como por ejemplo *Kokoleoko*.

Cuando se trabaja con canciones acumulativas, la motivación en ellas consiste en poder cantar todos los elementos acumulativos de la canción sin detenerse o equivocarse. De igual forma en canciones como *El Aldeano* o *El Moralito* donde ellas debían adoptar voluntariamente la característica sonora de un animal, ellas expresaban el agrado por escoger un animal de su gusto y darle una característica sonora a su comodidad y antojo, lo que facilitaba la dinámica de la actividad al momento de realizarla junto con ellas.

Otro modo de motivación para las adultas llegó en el momento de ver que algunos juegos y canciones de una y otra forma no llenaban sus expectativas a la hora de ir a la clase de música. Es el caso de *Paqué tumé tata*<sup>39</sup>, un juego coreográfico que más que tener una letra en la melodía, narra una historia en particular. Para cautivar la atención y emoción en las adultas se dio la necesidad de adaptar la historia a las vivencias propias de ellas, es decir, historias del campo y cosas que podrían suceder sin ningún inconveniente en el Centro Femenino.

La historia original propuesta por Pescetti, habla de dos amigos que querían irse de vacaciones pero no tenían dinero para hacerlo, así que entraron a trabajar en una empresa para hacer paquetes. Luego de recolectar el dinero se fueron de vacaciones a la playa pero no querían gastarlo en pasajes de bus así que pidieron aventón en la carretera a ver si alguien los llevaba. En efecto así fue y al llegar a la playa corrieron hacia ella no sin antes seguir las indicaciones del doctor y aplicarse crema y bloqueador en los brazos si se iban a exponer al sol.

Como es de saberse, algunas adultas no conocen el mar o no saben qué es trabajar haciendo paquetes o quizás nunca han pedido en aventón en un bus y en ese sentido, la historia original no tiene mucho sentido emocional para ellas, no evoca ninguna experiencia en sus vidas, de modo que fue necesario cambiar la historia para que fuera más atractiva a sus oídos. En ese sentido la historia ahora hablaba de dos personas; dos profesores que compartían con ellas las clases de música, salieron del J. J. Vargas ya para dirigirse hacia Bogotá, así que salieron a la carretera a ver qué conseguían de transporte. Notaron que no tenían dinero para pagar el pasaje así que comenzaron a hacer la señal de pedir aventón en dirección a Bogotá (derecha), sin embargo nadie los ayudó. Al ver esto decidieron intentar ir hacia el pueblo de Sibaté y quizás allá poder llamar a alguien que los auxiliara, así que comenzaron a hacer ahora la señal de aventón hacia Sibaté (izquierda).

El auxilio jamás llegó y en ese momento uno de los profesores recordó que en su maleta llevaba masa para hacer arepas y buñuelos, como también aceite y unos instrumentos de cocina para poder hacer la comida. Se les ocurrió hacer arepas y buñuelos para vender y así recolectar el dinero y poder pagar el pasaje.

Eran ya las doce del mediodía y el sol los acariciaba con mucha fuerza directo en sus caras y en sus brazos, además el aceite caliente saltaba de la sartén y les quemaba la piel. El otro profesor recordó que cargaba crema humectante y bloqueador solar en su maleta así que se dispusieron a ungir su piel con eso.

---

<sup>39</sup> Canción usada por animadores en La Coruña, España.

De ese modo las adultas se vieron más identificadas con el hecho de salir del Centro Femenino y pararse en la carretera a esperar un bus y el hecho de hacer arepas o buñuelos las llevó a experiencias propias de su vida en el campo, en las casas y con su familia. Aplicarse crema fue algo que les recordó a algunas y les generó consciencia a otras sobre el cuidado de la piel.

La coreografía original del juego cambio, se ajustó a esta nueva historia y una vez las adultas se gozaban la canción y la hacían de forma muy natural, se quiso motivarlas un poco más adecuándole un pequeño juego de palmas a la canción. Esto con el fin de que las canciones y los juegos no fueran estáticos sino que por el contrario se estuvieran re significando cada vez más conforme las nuevas posibilidades y metas de las adultas lo pedían.

El resultado de la motivación en las adultas siempre se vio reflejado en las clases, a veces en menor medida pero en otras de forma muy sorpresiva y admirable. Por citar algunos casos, una de las adultas con la que se trabajó en la primera etapa de los talleres, es decir cuando el grupo era mayor a las seis adultas que se escogieron para las últimas sesiones, su estado de salud se centra en una parálisis corporal así que sus movimientos son muy limitados y necesita estar siempre en constante auxilio para desplazarse, para comer, e incluso para moverse dentro de su camilla. Sin embargo, a la hora de cantar, ella era una de las que más fuerte cantaba las canciones y de hecho era una de las adultas más propositivas en las clases, proponía trabajos con canciones acumulativas e incluso trabajos que contenían percusión corporal. Cuando se trabaja con maracas u otro tipo de instrumentos para llevar el pulso, ella expresaba que no iba a poder o que se le dificultaría mucho, sin embargo, con un poco de ayuda por parte de los profesores, el instrumento era ubicado en su mano y ella podía sujetarlo con mucha fuerza y darle movimiento que aunque mínimo, le permitía llevar el pulso, hacer ritmos combinando primera o segunda subdivisión del pulso, en fin. Claro, y todo esto de forma muy intuitiva además, pero lo importante acá era que a pesar de su condición física y demás, la música, el canto, la impulsaban a intentar dar más de ella misma para siempre poder estar involucrada en la experiencia musical. Cuando ella faltaba a alguna clase se notaba un vacío grande.

Otro ejemplo que se dio en las últimas sesiones con las seis adultas escogidas, llegó de manera sorpresiva y fue inevitable quedar sin palabras cuando eso sucedió. Como se mencionó en el capítulo de Percusión corporal y atención, a Lavanda<sup>40</sup> meses atrás le habían cambiado el medicamento y eso influyó fuertemente en su desempeño en las clases. Antes de dicho cambio ella era una de las más despiertas y atentas, luego del cambio era muy habitual verla somnolienta, sin ánimos, con la mirada perdida y por supuesto sin ningún ápice de disposición corporal ante los talleres. Claramente esto afectó en demasía el cómo vivenciaría ella la música desde ese momento en adelante. Sin embargo en uno de los talleres; *Don Pepito*<sup>41</sup>, llegó el momento en el que el profesor trabajaría de forma individual con ella, pero ese día en específico, fue el único en el que ella se quedó dormida sentada en la silla. El resto de personas que estábamos en el salón optamos por trabajar en una dinámica más suave para dejar que ella pudiera dormir un poco, pero aun así, cuando llegó el momento de trabajar con ella, se despertó y aun estando muy dormida y dopada por los nuevos medicamentos expresó que quería hacer la actividad. Se levantó muy lentamente de la silla y se paró justo en frente del profesor. Aun con los ojos entre cerrados y el tronco un poco encorvado, hizo de principio a fin el taller, declamó la rima e hizo los movimientos corporales

---

<sup>40</sup> Como se verá en el capítulo “Historias de Vida” cuando se hable específicamente de Lavanda.

<sup>41</sup> El cual aunque es más un taller de percusión corporal y atención que de canto y expresividad, la rima se presta mucho para que la adulta se exprese tanto como ella quiera.

propuestos. Aunque fue a una velocidad mucho menor a la que estaban acostumbradas, el punto acá es que la vivencia musical y el hecho de moverse mediante la música y mediante todo lo que se trabajó, fue de mayor peso para ella haciendo que diera más allá de lo que era posible en ese momento para poder cantar, moverse y hacer música, incluso cuando Lavanda expresaba que los movimientos corporales no eran de su agrado porque los tomaba como ejercicio, para lo que ella no se sentía muy dispuesta a realizar.

- **Reconocer las emociones de los demás.** Un don de gentes fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones (Ibíd.).
- **Establecer relaciones.** Quizás este ítem propuesto por Goleman es el compendio de los demás ítems. El hecho de relacionarse de buena forma con los demás denota un control sobre las emociones en la medida en la que se es consciente de lo que podría generar un descontrol de ellas y en ese caso se procede a matizarlas controlándolas a la hora de relacionarse con los demás.

Al momento de la implementación de los talleres con las adultas se podía observar un desequilibrio emocional en ellas por diferentes causas. Algunas veces era debido a cambios en los medicamentos. Algunas podían mostrar episodios de depresión o manía que disminuían en la medida en la que al finalizar los talleres, el docente se acercaba simplemente a dialogar con la adulta del porqué de su estado actual. A veces por el hecho de compartir en un mismo espacio había momentos en los que se evidenciaban choques verbales entre algunas de ellas. Estos choques respondían a problemáticas en la convivencia interna de los servicios en los cuales está dividido el J. J. Vargas.

Viendo el panorama de la situación en los talleres se propuso un taller enfocado al reconocimiento emocional intrapersonal y el reconocimiento intrapersonal emocional. El taller llevó por nombre *Cantemos como cantaríamos* (Ver tabla de talleres). Este consiste en que cada una cantaría una canción de su escogencia y preferencia. El profesor debía cumplir la función de acompañarla en un instrumento armónico que en este caso fue la guitarra. Tras escoger la canción la adulta debía cantarla de acuerdo a como se sintiera ese día; alegre, triste, aburrida, con rabia, en fin. Todos seríamos previos conocedores del sentimiento con el que la adulta cantaría la canción. Luego de ello, el profesor le diría en secreto a la misma adulta que la cantara con un sentimiento de la escogencia de él, así que las demás adultas no sabrían cuál sería el sentimiento esta vez. Luego de cantar la canción, las adultas debían identificar con qué sentimiento cantó la adulta la canción y la respuesta debería coincidir con lo dicho en secreto por el profe a la adulta que cantó.

*Cantemos como cantaríamos* es un taller que se hizo para lograr tres objetivos principalmente. El primero de ellos era que las adultas pudieran controlar a su gusto un cambio emocional, empezando por uno de su cotidiano vivir y terminando con uno escogido deliberadamente. El segundo, apuntaba a que pudieran reconocer una emoción en particular, controlarla y de ese modo expresarla al exterior y no guardarla en su interior. Para finalizar, en el tercer objetivo se pretendía que de igual forma ellas pudieran reconocer la manifestación de emociones ajenas en sus compañeras.

Los tres objetivos se lograron en la gran mayoría de ellas. Se dio el caso de algunas adultas que su emocionalidad a la hora de cantar era neutral, incluso cuando primero se cantara con rabia y luego con alegría, pero eso respondió a un estado de sedación por el cual estaba pasando la adulta o las

adultas en algunos casos. Sin embargo al continuar con este taller, que a propósito las adultas expresaban en el auto reporte que lo disfrutaban bastante, se vio cómo se les facilitaba el cambio emocional y cómo lo controlaban de una mejor manera. Incluso algunas manifestaban empatía entre ellas mismas cuando la emoción las conectaba de una forma más íntima.

Lavanda fue de esas adultas que varias veces no mostró una transición emocional en esta actividad, sin embargo, en las últimas sesiones a pesar de estar bajo efectos farmacéuticos podía cantar con mucha claridad la canción siendo atravesada por la emoción que se le pedía o que quería expresar. Su estado emocional era tan evidente que Azalea incluso le preguntaba “¿Por qué está triste/aburrida?”. Tal vez Azalea no entendía en ese momento que la disposición emocional de Lavanda respondía también a efectos de los medicamentos.

Por otro lado Azalea expresaba que muchas veces llegaba aburrida a las clases, sin ánimos de hacer nada y con ganas de estarse quieta y sentada en su silla y de ese modo cantaba las canciones en un primer momento cuando se trabajaba con el taller *Cantemos como cantaríamos*, sin embargo el profesor por lo general procuraba pedirle a Azalea que cantara en un segundo momento la canción con una emoción positiva (alegría, euforia, serenidad, etcétera), de modo que inmediatamente terminara de cantar, su ánimo cambiara para tener una mejor disposición frente a la clase y frente a muchas cosas, lo que en efecto siempre se lograba con ella; se le veía más alegre, contenta, dispuesta y con mayor motivación para hacer empatía con las demás adultas.

Al finalizar los talleres de expresión basados en el canto, en el reconocimiento emocional propio y ajeno, las adultas se mostraban más estables emocionalmente. Las discusiones verbales no se volvieron a presentar luego de un par de sesiones de trabajar en la empatía entre ellas. Por otro lado las adultas que llegaban con la manifestación de algún episodio emocional característico de la particularidad mental, al momento de cantar expresaban en el auto reporte alivio al estrés que les causaba. No les importaba la manera en la que cantaban, si eran afinadas o no, simplemente lo hacían casi que en forma de desahogo. Como también lo expresa Ángeles Sanz<sup>42</sup> (2014) quien afirma que no es importante si cantas bien o cantas ‘mal’, lo importante es que gracias al canto podrás mostrar y sanar tus emociones.

Algunas veces había euforia como emoción dominante en el grupo y era muy difícil mantener tanto la atención como una dinámica apropiada sobre las actividades, sin embargo luego de hacer constantes las expresiones emocionales verbales y mediante el canto, las adultas mostraban mayor control de esa euforia y de hecho la enfocaban en realizar las actividades de la mejor manera posible. Quizás enfocaban dicha euforia como algún tipo de motivación.

La gran mayoría de los talleres, se pensó para que se pudiera trabajar en parejas o en grupos de tal modo que se generaran espacios para compartir, para dialogar, conocerse y reconocerse. Un taller que en un principio demostró ser difícil de implementar aunque no pareciera, fue el taller *Que te mueva la música* (Ver tabla de talleres al término de la caracterización de la población). Como ya se ha hablado de este taller anteriormente, en éste se trabaja por parejas y la dinámica consiste en dibujar por el aire, sujetando entre las parejas una bomba inflada, todo lo que la música emocionalmente les suscite en ese momento. A causa de una falta de reconocimiento emocional propio y ajeno, algunas adultas expresaban que no querían trabajar con su pareja por diferentes

---

<sup>42</sup> Especializada en acompañamiento en el parto con terapia floral, masaje metamórfico, terapia de sonido, cantoterapia y canto prenatal según el método de Marie-Louise Aucher, por Marilo P. Fundadora de la asociación Acantarte.

razones así que se sentaban y no participaban de la actividad. Otras parejas se quedaban estáticas sin mover la bomba y cuando el profesor se acerca a preguntarles por qué no se mueven, ellas expresan que es debido a que su compañera tampoco se mueve.

No se podía evidenciar ni mediante la observación ni mediante el auto reporte que existiese una conexión o un entendimiento emocional entre las adultas, de modo que este aspecto se convirtió en algo importante a trabajar; la empatía se volvió un ítem importante en los talleres. Luego del proceso con los estos, del trabajo en grupo y demás, las adultas ya no solo procuraban compenetrarse más emocionalmente unas con otras en clase, sino que además, cuando se iba a dar inicio a estas y alguna de ellas no estaba, se preguntaban unas a otras el porqué de la ausencia de cierta adulta. Salían a relucir comentarios como que está trabajando en la terapia ocupacional, o que ha estado enferma, o que la han notado triste, o que hace unos días no habla con nadie, en fin.

Además de esto, siempre al término de las veces que se hizo el taller *Cantemos como cantaríamos*, se le preguntaba a las adultas si entendían la finalidad del taller. Ellas expresaban en el auto reporte que este tipo de actividades les permitía conocer y entender mucho mejor a sus compañeras. Expresaban que de uno u otro modo, todas se encontraban en el Centro Femenino porque estaban enfermas o porque las habían abandonado y de ese modo, entre ellas mismas debían darse apoyo para sobrellevar ciertas situaciones emocionales que además por las particularidades mentales se intensificaban.

## **2. Educación emocional.**

Para futuros estudios implementando la inteligencia emocional, ya sea con una población similar u otro tipo de población pero tomando como referencia el canto, se podría incursionar en el concepto de educación emocional.

*“Los conceptos complejos, como la educación emocional, no pueden describirse en una definición breve. Teniendo esto presente, y solamente con la intención de tener un punto de referencia, nos atrevemos a resumir la educación emocional en los siguientes términos: proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.”*  
(Bisquerra. 2015)

Por tiempo, disponibilidad, enfoque y herramientas no sería muy apropiada la adaptación de una educación emocional en este proyecto, sin mencionar la complejidad que representaría la aplicación del término y que ésta fue planteada para la aplicabilidad desde la niñez en colegios (Ibíd.). Sin embargo dados los objetivos de este tipo de educación cabría perfecto en un proyecto como este. Por mencionar algunos está adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, identificar las emociones en los demás, desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones, prevenir los efectos perjudiciales de emociones negativas, desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.

Aunque la gran mayoría de esos objetivos se alcanzaron después de la aplicabilidad de los talleres enfocados a la expresión emocional, se podría decir que el canto y la experiencia musical son una herramienta para la educación emocional más no el eje de la misma. Por tanto no se podría afirmar que en este proyecto se realizó este tipo de educación. De ahí que se deje abierta la posibilidad de una futura adaptación de una educación emocional a partir de una experiencia musical.

De este modo se puede ver entonces con ejemplos e información sacada de la observación a los talleres y el auto reporte<sup>43</sup> de las adultas, que la práctica musical, referenciada desde el canto, es una herramienta bastante útil en lo que se refiere a mejorar el reconocimiento emocional y los posibles cambios emocionales que se puedan presentar en una población que ha sido afectada en este aspecto de forma involuntaria.

En la sesión de cierre, se habló con cada una de las adultas preguntándoles si después de estas experiencias a través de los talleres ellas sentían algún cambio, o mejoría, o si en definitiva no notaron nada nuevo en ellas. En efecto todas afirmaban, muy a su manera, que sentían que ahora eran más dueñas de sus emociones a comparación del inicio de la experiencia musical, un año atrás. Al respecto Madreperla decía:

*“Todos los días uno no se levanta igual. A veces con el pie izquierdo, a veces con el pie derecho. Se levanta uno a veces como que no quisiera nada, que nadie le hablara, como no ir a trabajar, como que el día tan apagado..., se levanta uno peleando hasta con el día; que qué día tan frío, que qué día tan caluroso. Con Chuchito uno tiene que tener paciencia. Los talleres ayudan a que por ejemplo uno acá encerrado todo el día, hasta malos pensamientos llegan, que por qué no ha venido la familia, que me robaron en el servicio, entonces yendo a la musicoterapia uno se dispersa de todos esos malos pensamientos.”*  
(Madreperla, 2015)

Hacían énfasis en que pudieron conocer un poco mejor y entender sobre todo, a algunas de sus compañeras cuando antes no se habrían atrevido a compartir el saludo. Por otro lado expresaban que más que cantar y desahogarse pudieron sentirse útiles nuevamente, no solo para ellas mismas sino para algunas de sus nuevas amigas por así decirlo.

En esta última sesión, Estrelia mencionaba que en una clase de carpintería en la que estuvo con Lavanda y con Madreperla, comenzaron a usar máquinas para cortar la madera que en su opinión pueden ser muy peligrosas para la salud física. En ese respecto mencionaba que ellas tres decidieron trabajar juntas en una sola máquina para estar atentas en un solo punto y poder ayudar a la adulta que manipulara la máquina. “Ese es un trabajo pesado. Esas máquinas pueden quitarle un dedo a uno y es mejor trabajar todas para estar pendientes una de la otra” (Madreperla, 2015). El resto de adultas trabajaban de forma individual pero ellas decidieron hacerlo en grupo para poderse ayudar unas a otras tal y como lo hacían en los talleres de música. De una u otra forma en esa última sesión abrieron sus corazones de una forma que jamás se vio en el transcurso del año trabajando con ellas, expresaron verbal y claramente la gratitud, incluso aquellas que aún eran un poco penosas como por ejemplo Dalia<sup>44</sup>.

---

<sup>43</sup> En el capítulo “Historias de vida” se verá más concretamente el auto reporte de cada adulta.

<sup>44</sup> Como se verá en el capítulo “Historias de Vida” cuando se hable específicamente de Dalia.

A partir del auto reporte se podría decir que más que el canto en sí, toda la experiencia musical fue de gran ayuda para que las adultas pudieran reconocerse y reconocer emocionalmente a las demás personas, reconocer un cambio emocional y sobre todo controlarlo como un antecedente a la regulación emocional. Lo que se puede extraer del canto, como ya se ha venido diciendo, es esa capacidad de exteriorizar verbalmente con un componente melódico, todo lo que es la persona en sí. Como ya se había citado anteriormente la voz expresa a una persona, es decir, oímos una persona, no una voz (Llic, 2014).

Pero ¿qué sucede cuando una persona con esquizofrenia o trastorno bipolar (realidades clínicas de esta población) resultan teniendo experiencias musicales a través de las herramientas musicales pedagógicas mencionadas anteriormente? ¿Tendrá alguna incidencia positiva en ellas esta práctica además de intervenir problemas atencionales y de cambios emocionales?

Para responder a estos interrogantes procederemos a hablar sobre cada una de esas particularidades mentales y su relación con las actividades propuestas en este trabajo de grado. Esto con el fin de ir centrando un poco más la incidencia que tiene la música referenciada desde la percusión corporal y el canto sobre la atención o sobre diferentes procesos cognitivos y afectivos en una población como la escogida, donde sobresalen aspectos clínicos como la esquizofrenia y el trastorno bipolar afectivo.

## CAPÍTULO III: A PROPÓSITO DE LAS PARTICULARIDADES MENTALES DE LA POBLACIÓN

### 1. Percusión corporal, canto y esquizofrenia.

Una persona con esquizofrenia, por lo general, muestra un lenguaje y pensamientos desorganizados, delirios, alucinaciones, trastornos afectivos y/o conducta inadecuada. Se le puede describir clasificando sus síntomas en dos tipos; los síntomas positivos y los síntomas negativos (Lelord, 1995).

Los síntomas llamados positivos son el delirio y las alucinaciones<sup>45</sup>. También se puede dar el caso que la persona quien tiene esta particularidad clínica tenga la impresión de que alguien manda en sus pensamientos. Es uno de los síntomas más frecuentes de la esquizofrenia y quizás uno de los más aterradores. Por un momento imagine que usted no es dueño de sus pensamientos, allí podrá encontrar un pequeño ejemplo del terror que puede pasar alguien con esquizofrenia. Los delirios son ideas erróneas. Una serie de acontecimientos que no poseen un hilo conductor coherente ni mucho menos un contexto donde se pueda ubicar dicha historia (Ibíd.).

Por otro lado está el segundo grupo de síntomas de la esquizofrenia denominados negativos. Son negativos porque se refieren a todo aquello que no se encuentra presente en la persona; falta de energía, poca concentración, menos capacidad para razonar, menos intensidad emocional y/o pérdida del interés por el mundo exterior (Ibíd.).

Respondiendo a los cuestionamientos que se plantearon anteriormente, la percusión corporal, el canto y la música en sí, provee de herramientas para que estos síntomas se vean de cierta forma aminorados. La persona con esquizofrenia al estar en constante tensión se puede beneficiar a partir de esa sensación de resolución que da la música. Tal como lo menciona la Doctora Marcela Lichtensztein (2009):

*“En el marco de la perspectiva músico-centrada la música es una forma de arte que funciona en el contexto de una terapia tal como funciona en otros contextos. La música es efectiva por sus cualidades únicas que residen en sus cualidades dinámicas. Éstas a su vez, no tienen que ver con cualidades acústicas de los tonos, sino con las estrictamente musicales, o sea, con la relación de tensiones y resoluciones dentro de un contexto y qué sentido le encontramos a esa relación. Es decir que la música para ser utilizada en el marco de una terapia, primero debe ser música. De acuerdo con esta perspectiva, la música es un agente de cambio y el foco central donde ocurre la terapia.”*

Dicho de ese modo, la música utilizada en los talleres con las adultas permitiría que experimenten de otro modo los estados de tensión y reposo, los cuales son sensaciones que da la música al pasar

---

<sup>45</sup>Las alucinaciones de los pacientes esquizofrénicos son esencialmente auditivas (de manera característica, son voces que comentan los actos del individuo, o que le recriminan u ordenan hacer cosas, aunque ocasionalmente pueden hacer comentarios agradables, contar chistes, etc.). Las alucinaciones visuales, y más todavía, las olfativas o las gustativas son raras en la esquizofrenia (estas alucinaciones son más frecuentes en psicosis asociadas a enfermedades neurológicas como tumores cerebrales, etc.)

por la relación armónica tónica-dominante y que en el caso de la esquizofrenia, podría llegar a ser significativo en la medida en que se está dando un alivio alterno a ese estado de tensión.

Por otro lado, las alucinaciones auditivas suelen carecer de conocimiento por parte del esquizofrénico, es decir, sabe que los sonidos están allí pero no puede definir en dónde están y qué son. Al realizar un taller enfocado en los timbres sonoros y la ubicación espacial de los mismos, las adultas podrán identificar con nombre, característica y lugar del que proviene el sonido para con ello poder verificar su existencia, algo que no pueden realizar con las alucinaciones auditivas generando en ellas la impotencia de no poder definir si un sonido es real o no. Además, tendrán que prestar atención a la procedencia y ubicación espacial de esos sonidos, haciendo así uso de la atención activa y voluntaria.

Es así cómo se podrían intervenir los síntomas positivos de la esquizofrenia con la utilización de las cualidades de la música. Sin embargo aún faltan por intervenir los síntomas negativos (la falta de energía, concentración, etcétera) y para ello la percusión corporal y el canto son herramientas muy apropiadas porque más que emplear un fin técnico de la música, simplemente está usando la música desde lo más elemental de ella, el ritmo y la melodía, el movimiento y la expresión.

Al referirnos a la percusión corporal, nos estamos remitiendo al movimiento y a un posible desplazamiento en un eje espacial, que a su vez podría ser un catalizador para que la adulta con esquizofrenia renueve sus energías en pro del movimiento. Por otro lado, en los síntomas negativos de esta particularidad clínica, se tiene que la adulta podría encerrarse en sí misma, podría pensar que todos los que la rodean están opinando sobre ella o simplemente que la están observando y de ese modo, ir reduciendo paulatinamente su capacidad de socializar con sus compañeras y con el mundo exterior en sí, aumentando la atención centrada en sí misma. Es así como el canto, entendido como un catalizador expresivo del ser interior hacia el exterior, hace su aparición.

En ese respecto, Azalea y Dalia, dos de las adultas diagnosticadas en la institución con esquizofrenia, expresan que la percusión corporal hace que ellas se sientan más activas porque siempre las invita al movimiento. Azalea, como se verá en su historia de vida, relaciona la percusión corporal con el baile lo cual es muy provechoso porque permite que tenga un acercamiento más íntimo con ésta al ser el baile algo que en verdad disfruta. Por otro lado Dalia no es amante del movimiento y de la expresividad corporal sin embargo comenta que le ha ayudado a sentirse “más despierta y llena de energías”.

Al hablar de canto podemos hablar de dinámicas, fraseo, expresividad, respiración. Todo eso conjugado en una línea melódica dueña de una letra la cual tendrá un significado más enriquecedor a la expresión que la sola línea melódica. Cuando la adulta tome consciencia de sus emociones, se apropie de ellas y no tema expresarlas al exterior podrá ir saliendo de ese estado incubado emocional. Aumentará su autoestima ayudando a tener mayor dominio y conocimiento de su cuerpo tal como lo expuso Martenot (1970), cuyo método partía también de la música como liberadora de la expresión, por lo tanto, la manifestación de todo el ser.

De ese modo los síntomas tanto positivos como negativos de la esquizofrenia podrían intervenir y aminorarse a partir de la percusión corporal y el canto. Podrá tener una relación alternativa de la tensión y el reposo. Podría comenzar a discernir entre una alucinación auditiva y una verdadera. Aumentaría su concentración. Pasaría de ese estado corporal pasivo a un estado activo donde el

movimiento tanto corporal como musical activaría y renovarían sus ganas de expresarse y realizar actividades en pro de no estar estática. La adulta trasladará la atención centrada en sí misma, la cual podría ser un síntoma de su esquizofrenia, a una atención activa y voluntaria, en la medida en que se esfuerce por expresarse a sí misma frente al mundo, aumentando por tanto su autoestima y su relación con las demás adultas.

Al momento de implementar los talleres con las adultas, se pensó en diseñarlos de tal modo que pudieran intervenir los síntomas tanto positivos como negativos en aquellas diagnosticadas con esquizofrenia. Si bien el foco de este trabajo de grado ha sido desde sus inicios la intervención de problemas atencionales y de cambios emocionales, se dio la posibilidad de ver de qué modo la experiencia musical también podría servir para intervenir cada una de las particularidades mentales más allá de solo la esfera atencional y emocional.

Desde la percusión corporal se hicieron adaptaciones de juegos propuestos por Pescetti<sup>46</sup> los cuales como se pudo evidenciar en la tabla de talleres, consisten en rimas muy de la cultura Argentina pero con adecuaciones a la percusión corporal. Involucran movimientos bilaterales y unilaterales pasando por palmas, chasquidos, golpes sobre los muslos o el pecho y palmas por detrás de cuerpo en el caso de la canción *Kokoleoko* (de la cual ya se ha hablado de su dinámica y procedencia).

Este tipo de adaptaciones se hizo con el fin de atender y responder al bagaje cultural de las adultas. A partir de las entrevistas a cada una de ellas, es común escuchar historias del campo, historias que no tienen un arraigo con la ciudad, historias del cotidiano vivir de una persona que no vive en el ajetreo diario de la ciudad, historias de hacer arepas y buñuelos y de acostarse y levantarse al mismo tiempo que los gallos. Este tipo de adaptaciones permitió que las adultas se sintieran más identificadas con las canciones y actividades propuestas en los talleres y en ese sentido, que hubiera un enganche motivacional para ellas en ser partícipes de las actividades.

Partiendo de allí, hay un antes y un después de esas adaptaciones. Al comienzo las adultas con esquizofrenia no mostraban interés en llevar el pulso con ninguna parte del cuerpo. Incluso al proponer la actividad estando de pies, ellas se quedaban estáticas, a veces con los brazos cruzados y otras veces con la mirada perdida. Eran capaces de realizar la actividad únicamente cuando el docente las invitaba directamente a cada una de ellas con frases como: “No las escucho ni las veo presentes en la actividad”. Claro, este tipo de llamados de atención, por decirlo de alguna forma, se daban dentro de un marco del respeto y el afecto para y por cada una de ellas.

Luego de las modificaciones a las canciones, las adultas paulatinamente iban mostrándose más activas e involucradas con las actividades, al punto de corregirse ellas mismas o al profesor o sus compañeras cuando no lo hacían de la forma indicada. Además también se daban días en los que, a pesar de tener un plan de clase para los talleres, ellas pedían que se hiciera alguna actividad corporal del repertorio de clases pasadas.

En ese sentido la percusión corporal y la música en general, al funcionar bajo el elemento tiempo, le da una constancia y movimiento a todo lo que en él se haga y que por su puesto tenga que ver con lo musical en este caso. Las adultas se mostraban y de hecho así lo expresaban con el auto reporte, más enérgicas, concentradas, dispuestas e interesadas por lo que sucedía más allá de su

---

<sup>46</sup> Escritor, músico y cantante argentino. Ha publicado obras para niños y adultos.

propio ser, es decir el mundo exterior. Ya no había necesidad de hacerles ese particular llamado de atención sino que por el contrario los comentarios por parte del profesor se tornaron a felicitar, a poner de ejemplo, a exaltar la energía con la que hacían las actividades.

Con la práctica de la percusión corporal, a propósito de invitar al movimiento y a propósito de la esquizofrenia y el trastorno bipolar, se pudo notar que si bien es muy útil tanto en una como en la otra, en el trastorno bipolar fue de mayor utilidad cuando la adulta estaba en un episodio depresivo (del que se hablará al término de este subíndice). En ese sentido, la percusión corporal, llevar un pulso constante, ayuda a intervenir los síntomas negativos de la esquizofrenia y los episodios depresivos del trastorno bipolar.

Por otro lado, a lo largo de los talleres se procuró tener el acompañamiento de un instrumento armónico, la mayoría de veces fue una guitarra. Este acompañamiento armónico se usó con el fin de darle una conducción más estable a una melodía cantada, que a su vez va acompañada de una letra. En principio se quería acompañar la experiencia musical con estados de reposo y tensión que ésta misma da a través de la tónica y la dominante, tal como se había expuesto anteriormente.

No se pretendía que las adultas aprendieran sobre armonía musical sino se apuntaba a que ellas, mediante la música experimentaran una forma diferente de conducción, de hilo conector entre diferentes momentos concatenados de un evento más grande, y además, teniendo el apoyo de una letra con significado, poder unir las diferentes partes de ese evento musical; la canción.

Como se expuso al inicio de este capítulo, una persona esquizofrénica tiene un lenguaje y un pensamiento desordenado. De hecho una de las mejores formas de sospechar de la presencia de esquizofrenia en una persona, es hablar con ella y notar si hay una lógica en lo que la persona está diciendo. Si la historia tiene coherencia (Lelord, 1995). Así que se procuraba siempre trabajar las letras de las canciones, en principio, desligándola de lo musical, contándolas simplemente como historias y a su vez, invitando a las adultas a que ellas mismas narraran la historia paso a paso.

Es el caso de una de las canciones acumulativas trabajadas en los talleres; *El Moralito*<sup>47</sup>. Esta canción es una secuencia de eventos acumulativos en cadena que van mostrando una historia concreta.

*Estaba la mora, quieta en su lugar  
Cuando vino la mosca y le hizo el mal.  
De la mosca a la mora que estaba sentada en su moralito,  
En su moralito ¡Ay! En su moralito.*

*Estaba la mosca, quieta en su lugar  
Cuando vino la araña y le hizo el mal.  
De la araña a lo mosca, de la mosca a la mora que estaba sentada en su moralito,  
En su moralito ¡Ay! En su moralito.*

De ese modo se van agregando más y más eventos a la canción así que la línea más larga de la segunda estrofa mostrada anteriormente será el compendio de esas pequeñas historias narradas

---

<sup>47</sup> Canción compuesta por Javier de Lucas a principios de los setenta y con un ritmo de blues. Se hizo la adaptación a ritmo de bambuco para el trabajo con las adultas.

dentro de ella en las estrofas posteriores. A su vez, esa línea larga de historias unidas iba acompañada por la función de subdominante en la guitarra, una función no tan tensionante como la dominante pero que aun así le da ese toque conductor a la canción de que debería ir o a una función con más tensión o una función de reposo, o que la historia aún no ha terminado y que necesita una resolución adecuada.

Recién se empezó a trabajar sobre esta actividad, las adultas difícilmente podían encontrar la unión entre los sucesos de la historia. Incluso no solo traían a colación partes diferentes de la misma pero ubicadas en otro punto cronológico de ella, sino que las mezclaban con sucesos narrativos de otras canciones y lo hacían con tal naturalidad que no se percibía en ellas la conciencia de estar mezclándolas. Había entonces que volver a ponerle lógica y coherencia desde la sola narración de la historia sin música.

En el caso de la canción *El moralito*, al llegar a los elementos acumulativos de ella se invitaba a las adultas a que propusieran ellas mismas la historia. Se les decía: “Bueno, ¿qué animal o cosa le podría hacer el daño a una araña?” Ellas proponían diferentes opciones; una serpiente, un ratón, un zapato, en fin, todas de acuerdo a la lógica de la canción que en últimas es a lo que se pretendía llegar, a que ellas dejaran de mezclar diferentes sucesos narrativos de diferentes historias y pudieran narrar y cantar de forma continua la exacta combinación de sucesos presentados.

Al cabo de varias sesiones trabajando con esta dinámica, las adultas, tanto aquellas con esquizofrenia como aquellas con bipolaridad, no solo eran capaces de cantar los elementos acumulativos en el orden en el que se proponían sino que además, cuando alguna se equivocaba, entre ellas mismas se corregían dando argumentos del porqué debía ser de ese modo. Ejemplo; Cuando se equivocaban en decir: “Estaba la serpiente, quieta en su lugar, cuando vino la araña y le hizo el mal”, entre ellas mismas argumentaban que no tenía sentido que una araña le pudiera hacer daño alguno a la serpiente, que el orden correcto era que la serpiente le hiciera el daño a la araña.

De ese modo se pudo intervenir a través del canto y en sí de la experiencia musical, esa particularidad de la esquizofrenia que consiste en un lenguaje y un pensamiento desordenado, mostrando a través de las canciones acumulativas y de la ayuda funcional de la música, que las historias, el lenguaje y el pensamiento en general, deben tener un orden y una concatenación para que pueda ser entendible al momento de la comunicación. Además de esto, las canciones acumulativas funcionaron también como una herramienta muy útil a la hora de intervenir la atención mediante el canto. Las adultas debían enfocar su atención a los diferentes hechos que se daban en la historia, en este caso en *El Moralito*, de modo que al momento de cantarla pudieran no solo hacerlo con la mayor expresividad sino que también la pudieran cantar con mucha seguridad, seguridad que daba el haber estado atentas para identificar y comprender la historia de la canción. Esto último funciona, en términos de atención, tanto para las adultas con esquizofrenia como las adultas con bipolaridad porque más allá de intervenir síntomas o episodios (como en el caso de la bipolaridad) se pretende también intervenir la atención para que ésta esté más presente en cada una de ellas.

Un plus que arrojó este tipo de experiencias musicales y que no se tenía en mente, llegó por curiosidad en uno de los talleres. Se quiso observar a partir del auto reporte y el contraste con el conocimiento musical del docente, cómo estaban relacionando las adultas las funciones tonales

presentes en la música referenciándolas como tensión o reposo. Se le tocaban a cada adulta cuatro acordes sobre la guitarra ubicados en ejes tonales distintos para cada una. Los acordes denotaban las funciones tónica, subdominante, dominante con séptima y tónica nuevamente. Una vez mostrados, se le pedía a la adulta que dijera cuál de esos acordes lo sintió más tensionante o cuál le dio más sensación de reposo y tranquilidad.

No podían afirmar que el acorde de subdominante fue más o menos tensionante que el de dominante con séptima, pero sí eran constantes en que esos dos acordes, entre los cuatro tocados, eran de los que les generaba mayor tensión. Por otra parte, el acorde de tónica siempre lo relacionaban con la sensación de reposo, de estabilidad y de tranquilidad<sup>48</sup>. Otra de las cosas que se le pidió a cada adulta, a propósito de las funciones tonales, fue que escogieran un acorde de entre tres que sonaron y que su escogencia fuera guiada por el gusto de esa sonoridad. De cuatro adultas diagnosticadas con esquizofrenia tres de ellas expresaron de forma verbal agrado por el acorde de dominante con séptima, mientras que solo una de ellas escogió el acorde de tónica como acorde más agradable. En contraste, las demás adultas diagnosticadas con bipolaridad y retraso mental moderado escogieron siempre el acorde de tónica como el acorde de más agrado auditivo. Tendría sentido esto en cuanto a que la adulta con esquizofrenia puede tener episodios de paranoia y de ese modo tener una constante tensión, tensión característica del acorde de dominante con séptima.

Ahora bien, entre las actividades propuestas en los talleres se tomó el juego de las campanas propuesto en la metodología de Willems. Si bien ese juego se diseñó para el desarrollo auditivo de los niños, en este proyecto se usó con el fin de intentar intervenir los síntomas de alucinaciones auditivas en la esquizofrenia. Dichas alucinaciones están en la cabeza de la persona y por tanto no puede dar cuenta de la ubicación y de su real existencia así que en parte este taller se propuso y se aplicó con el fin de que las adultas pudieran verificar la procedencia del sonido y qué sonó. Esto para invitarlas a que ante un episodio de alucinación auditiva, primero intenten verificar si el sonido es real o no y sobre todo a que conserven la calma y entiendan que es una característica de la particularidad mental y que con el tiempo desaparecerá.

En un primer momento la dinámica consistió en que se hacía sonar una sola campana en algún punto del salón mientras que la adulta encargada de definir su ubicación tenía los ojos vendados o simplemente no miraría el momento en que hacen sonar la campana. En un segundo momento, la dinámica se modificó al reconocimiento de timbres y el orden en el que fueron tocados. Un poco más de acuerdo a lo propuesto por Willems.

En la primera parte de la actividad fue donde más se dieron resultados interesantes. Las adultas con esquizofrenia mostraban ansiedad por definir de dónde había proveniendo el sonido y qué había sonado. Intentaban dar con rapidez la respuesta, mientras que el otro grupo de adultas lo tomaban más como un juego. En el segundo momento no se evidenció mayor novedad. Las adultas podían decir el orden exacto de los sonidos sin necesidad de verlos.

---

<sup>48</sup>Para futuros estudios con una población similar y haciendo uso de esta particularidad musical, se podría verificar qué tanta incidencia tiene la forma en la que se tocan los acordes (*piano*, *mezzopiano*, *mezzoforte*, *forte*) con la forma en la que la población puede percibir una función tonal en cuanto a si es más tensionante o si da la sensación de reposo.

Como se mencionó anteriormente, este taller se diseñó con el fin de compartir con las adultas herramientas que les permitiera actuar frente a una alucinación auditiva. No se está hablando de un desarrollo auditivo como tal que promueva la formación musical de la adulta dado que, como lo expone Howard Gardner (1983) en el desarrollo de la inteligencia musical, referenciada desde la teoría de las inteligencias múltiples, es necesario partir de una adecuada estimulación musical desde la primera infancia debido a que es allí, donde por diversos factores de tipo cultural o inclusive genético, es que la persona es más proclive a un mayor desarrollo de alguna de las inteligencias múltiples. Por ello es que en estos talleres se apunta a que la vivencia musical se haga a través de una sensibilización de las adultas y no que dicha vivencia sea el aprendizaje de contenidos estructurales musicales (gramática, armonía, historia, etcétera).

Cabe aclarar que a partir de las entrevistas que se realizaron a las seis adultas con las que se trabajó en las últimas sesiones<sup>49</sup>, algunas de ellas en su infancia tuvieron un acercamiento musical claro. Por ejemplo Azalea cuenta que a la edad de veintisiete años fue cantante de una orquesta y lo que más recuerda de eso es que salió en televisión con dicha orquesta y por otro lado, Girasol desde muy pequeña tuvo acercamiento a la música por parte de su hermano o los amigos de su hermano; ellos tocaban el tiple, el piano y las maracas de modo que intentaban acercar a Girasol a este conocimiento instrumental de la música. En ese sentido se podría hablar de una aplicación específica del desarrollo de esa inteligencia musical por mínima sin embargo se estaría hablando aun de una vivencia musical a través de la sensibilización y no de la formación académica. El resto de adultas, aunque no tuvieron una experiencia musical desde su niñez, han asistido a las clases de música que por más de dos años se han dictado en el Centro Femenino.

De este modo se pudo evidenciar la intervención en síntomas tanto positivos como negativos presentes en la esquizofrenia a través de la percusión corporal y el canto. Además a partir de la práctica músico corporal también se reforzaron procesos atencionales comprometidos en la esquizofrenia como la atención sostenida y la atención selectiva, tal como se mencionó en capítulo anterior. Por otro lado el canto como herramienta usada en la interiorización melódica de las canciones, junto con la dicción implícita en él, también aportó a que no solo se intervinieran parte de los síntomas positivos de la esquizofrenia sino también a que se reforzaran la atención sostenida y la selectiva, muy utilizadas a la hora de trabajar con canciones acumulativas.

## **2. Percusión corporal, canto y trastorno afectivo bipolar.**

Siguiendo entonces con la línea mental de la población concerniente a este trabajo de grado, pasamos a ubicarnos en el trastorno afectivo bipolar y al igual que en el caso de la esquizofrenia, intentaremos responder a los cuestionamientos que quedaron abiertos al término del capítulo Percusión corporal y atención. Para ello es menester hablar en palabras cortas y simples sobre el qué es, en qué consiste y qué implicaciones a la salud tiene lidiar y enfrentarse con este trastorno afectivo.

Se le conoce como trastorno bipolar a un trastorno depresivo de personalidad de larga evolución, en el que los episodios depresivos se ven interferidos por la aparición de otros episodios caracterizados por un estado de ánimo elevado (euforia excesiva), expansivo (hiperactividad anómala) o irritable (Romeu y Asociados, 2012). Esto es, la persona puede estar en un momento con mucha energía, mostrarse anímicamente feliz y realizable (en ocasiones ser agresiva por esta

---

<sup>49</sup> Como se verá en el capítulo Historias de vida.

misma cantidad de energía que no puede controlar) y en un instante imprevisto, tener un cambio abrupto en su estado anímico. Pasa de esta euforia y alegría incontrolable a estar completamente deprimida, centrada en sí misma, sin ningún tipo de motivación que la impulse a hacer las cosas que solían gustarle. Incluso llega a perder total interés por la socialización con los demás.

De igual forma que en la esquizofrenia, en este trastorno afectivo hay síntomas característicos que se pueden diferenciar fácilmente a partir de los estados que se mencionaron en el párrafo anterior. Empezaremos hablando de los episodios depresivos que básicamente son muy similares a los episodios que vive alguien con depresión nada más, solo que en este caso tienen mayor impacto sobre la persona.

Se ven sentimientos de desesperanza y pesimismo. Se le ve triste y ansiosa a la persona. Tiene un pensamiento muy profundo de inutilidad y desamparo. Pierde el interés en los pasatiempos y actividades que antes le generaban placer. Experimenta una disminución en la energía corporal. Muestra dificultad para concentrarse, recordar o tomar decisiones. Pensamientos de muerte o suicidio. Inquietud, irritabilidad (Romeu, 2012).

Ahora bien, ¿de qué modo la práctica musical referenciada desde la percusión corporal y el canto (o simplemente la vivencia musical) puede intervenir en los síntomas depresivos de la bipolaridad? Es apenas notable que una persona al pasar por este tipo de episodios necesite un catalizador del movimiento, algo que la impulse y la motive a lograr objetivos, a realizar tareas que le permitan llegar a una meta. La percusión corporal provee entonces de este tipo de actividades siendo el ritmo y el pulso las características musicales más básicas y a su vez donde se mueve ella misma.

La persona quien practique el simple hecho de llevar el pulso con las palmas, o sobre el pecho, o sobre los muslos, o con los pies, está entrando en algo que se denomina el groove<sup>50</sup> el cual provee de continuidad, regularidad y estabilidad con variaciones sutiles en el marco de la regularidad. Permite encontrar equilibrio al vivenciar estabilidad y continuidad (Lichtensztejn, 2009).

En un episodio maniaco la persona se distrae fácilmente, su capacidad de concentración al igual que en un episodio depresivo es mínima, se le dificulta controlar su temperamento, experimenta un estado de ánimo irritado en donde tiende a hablar en demasía y también supone tener creencias falsas de sí mismo y de sus propias capacidades (Romeu, 2012).

Se puede ver que el aspecto de la concentración está presente en ambos episodios así que tanto en los episodios depresivos como en los maniacos, la percusión corporal podría ser de gran ayuda a la hora de concentrar su atención en una tarea específica. Es el caso de Lavanda, quien fue diagnosticada en el Centro Femenino con trastorno afectivo bipolar y quien de hecho siempre fue una de las adultas más atentas durante toda la experiencia musical, sin embargo para el final de las sesiones<sup>51</sup>, mostró una mejoría notable a partir de la adaptación al test que se hizo donde se podía evidenciar que Lavanda tenía más enfocada su atención sobre la actividad que se estuviera realizando en ese momento, por tanto, ya no se distraía tanto o podía controlar esa distracción cuando estaba pasando por un episodio maniaco.

---

<sup>50</sup> *Groove* es un término surgido en los años 30', y que en la actualidad refiere al continuo creado por una ejecución rítmica que favorece un ambiente fluido e ininterrumpido de baile.

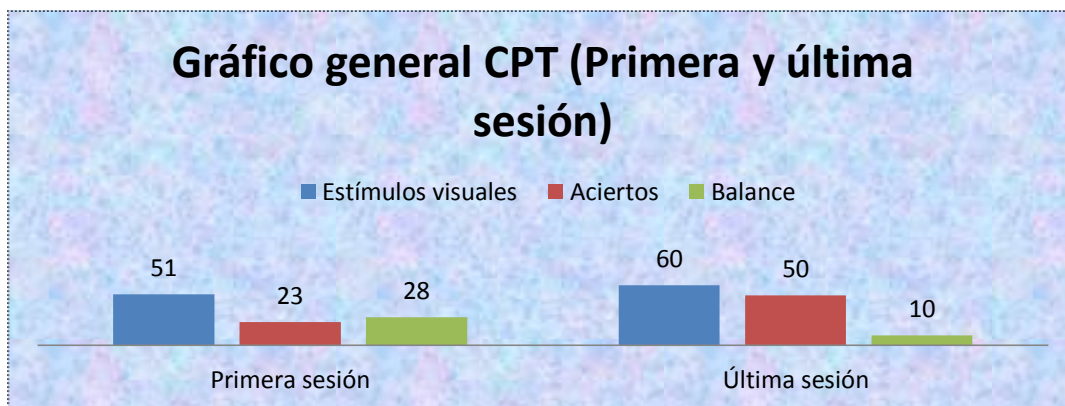
<sup>51</sup> Como se verá en el análisis de la gráfica al progreso atencional de Lavanda en el capítulo Historias de vida.

Por otro lado, se podría echar mano del canto y sus cualidades expresivas para que las adultas pudieran tener un mayor control sobre su temperamento como también del hecho de hablar sin detenerse. Mientras ellas sean más consciente de sus emociones de ese mismo modo podrían intentar controlarlas y no al contrario, que éstas las controlen. El hecho de que las canciones lleven melodía con texto supone que ésta se moverá a partir del ritmo el cual será constante durante la canción, haciendo que las adultas controlen un poco más su necesidad de hablar en demasía. Al ser la práctica musical un experiencia donde la persona necesita disciplina y constancia para la realización de varias actividades que giran en torno a ella, las adultas podrá ser más consciente también de sus capacidades y en esa medida reconocerán sus reales habilidades en tiempo real y no alardeará de habilidades que aún no domina, lo que es un síntoma dentro de un episodio maniaco. Podrán aceptar las limitaciones que tenga en diferentes grados y enfrentar los desafíos mientras se exploran a sí mismas dentro de la experiencia musical.

Al momento de entrar en los talleres, se pudo observar cómo la percusión corporal y las diferentes actividades que se realizaron entorno a ella fueron de gran utilidad para intervenir problemas atencionales y de concentración tanto en las adultas con esquizofrenia como en aquellas con trastorno afectivo bipolar. Se vio a partir de la aplicabilidad del CPT y su adaptación a los talleres, cómo fue evolucionando su atención sostenida y su atención selectiva.

Recordemos que el CPT es un test diseñado para medir estos dos tipos de atención y que consiste en que, mientras la persona encargada de implementar el test va diciendo letras al azar, la persona a la que se le está realizando el test debe estar atenta a cuando sea dicha una letra en específico frente a la cual deberá hacer un acción sobresaliente (golpear levente un objeto por ejemplo). De igual forma podría ser de manera visual el test y siendo así, la dinámica de éste sería que al aparecer en el ordenador de un computador un letra en particular (A, B, C, D, etcétera), la persona tendría que pulsar la tecla espaciadora y de ese modo poder medir cuántos aciertos hubo frente a la cantidad de estímulos visuales.

Recordemos también que para efectos de este proyecto de grado se hizo una adaptación de dicho test mediante el taller *Aquí y Ahora* (Ver tabla de talleres), donde un sonido sería pasado a través de cada adulta a partir de un gesto corporal y la proyección de una onomatopeya. De igual forma acá se mediría la cantidad de aciertos frente a la cantidad de estímulos visuales. Como ya se había expuesto anteriormente, este test se diseñó para aplicarlo de manera individual y de hecho se presentará en el siguiente capítulo una gráfica que muestre la evolución de la atención en cada una de las adultas, sin embargo, se precisa en este momento presentar un gráfico general de la aplicabilidad de este test.



Como se puede observar, únicamente están los datos correspondientes a la primera y a la última sesión con las adultas. Dichos datos evidencian tres elementos principales del CPT; la cantidad de estímulos visuales, la cantidad de reacciones acertadas frente a cada estímulo visual y por último, un balance entre los dos primeros elementos. Como se mencionó anteriormente, la adaptación de dicho test fue realizada mediante uno de los talleres del que se habló al inicio; *Aquí y ahora*.

Para el trabajo realizado en este proyecto de grado, el estímulo visual será el momento en el que una adulta, por medio de una onomatopeya y un gesto corporal, envía el sonido a otra de las adultas participantes. Las reacciones acertadas son todas aquellas en las que la adulta recibiendo de forma adecuada el sonido enviado por una de sus compañeras, lo reenvía a otra adulta dándole un flujo constante al sonido. Por último, el balance será una resta entre la cantidad de veces que se presentó el estímulo visual y la cantidad de reacciones acertadas que hubo ante dicho estímulo, dando como resultado la barra de color verde que podría ser denominada como falta de atención. El tamaño de la barra color verde representa la cantidad de desaciertos frente a la cantidad de estímulos visuales, por tanto, entre más pequeña sea esa barra será mucho mejor en términos de atención, porque eso querría decir que hubo más aciertos frente a los estímulos visual y por ende, más atención sobre ellos.

En la primera sesión, de forma general, se dieron cincuenta y un estímulos visuales, es decir el sonido se pasó ochenta y dos veces. De esas cincuenta y un veces se reaccionó de manera acertada veintitrés veces dando como resultado veintiocho veces en las que el estímulo pasó sin ser atendido. En contraste, en la sesión número seis; la última sesión, se presentó sesenta veces el estímulo visual y de esas sesenta veces se dieron cincuenta aciertos, dando como resultado únicamente diez veces en las que se pasó por alto el estímulo, el sonido. Cabe resaltar que en las últimas tres veces que se aplicó ese test, se dejó que las adultas tuvieran control absoluto sobre la actividad. En las primeras tres al profesor siempre estuvo dentro de la actividad así que en cierta forma él podía dirigir los estímulos visuales, los sonidos, y de igual forma promover una reacción más clara en ellas, de modo que en las últimas tres se vio de forma más clara y natural un proceso atencional más fuerte en las adultas.

Esto nos da a entender de una forma más clara y contundente, que en términos de atención hubo un antes y un después de la experiencia musical a través de la percusión corporal tanto en las adultas con esquizofrenia como en aquellas con trastorno bipolar afectivo. Aunque esta gráfica muestra únicamente de forma general el progreso en términos de atención para una población de apenas seis adultas no más, bien podría hacerse extensivo a más adultas del Centro Femenino con una única condición, y es que los talleres se trabajen por grupos de máximo seis o siete adultas, es decir, que se hagan varios grupos y se trabajen los talleres en simultaneidad. De igual forma es importante aclarar que el CPT debe aplicarse en grupos pequeños si se quiere hacer de forma general. De forma individual podrá apreciarse mejor el proceso de cada adulta.

Además, a partir de esta gráfica general se pueden mencionar varios procesos atencionales de estas seis adultas y que se verán más claramente en las historias de vida de cada una en el capítulo siguiente, sin embargo vale la pena mencionar que por ejemplo Dalia a pesar de ser una persona introvertida, centrada en sí misma y a veces muy tímida, pudo tener una atención más focalizada hacia el final de las sesiones gracias a que, la experiencia musical junto con una estrategia adecuada lograron que ella mostrara más interés en actividades que incluso no fueran de su agrado. Por otro lado Estrelia evidencia una mayor atención hacia el final de las sesiones de

trabajo gracias a que pudo fijar su mirada en el objetivo, lo cual era el elemento que no permitía que ella estuviera atenta; el hecho de no fijar su mirada sobre la acción que realizaba.

La atención en Girasol responde a otro tipo de desarrollo, éste a nivel cerebral. Mientras que en las demás adultas la atención se desarrolló de una mejor manera pero debido a que en la esquizofrenia y en la bipolaridad, la cualidad de prestar atención se ve aminorada aun cuando ese proceso cognitivo sigue presente en la adulta, en Girasol no sucedió lo mismo porque el retraso mental moderado implica otro tipo de procesos cognitivos<sup>52</sup>.

También se podría hablar de Madreperla quien desde las primeras sesiones y desde los primeros encuentros musicales en general, tuvo un progreso atencional que le permitió manejar mejor su cuerpo, fortalecer su memoria a largo plazo y realizar más de una acción al mismo tiempo sin descuidar todas aquellas de mayor relevancia.

Ahora bien, retomando el tema principal de este índice, al ser el trastorno bipolar muy similar a la esquizofrenia se dieron similitudes al implementar la percusión corporal en ambos casos. En episodios depresivos las adultas no mostraban interés por mantener un pulso, por establecer un Groove ni por crear empatía con sus compañeras. Mientras más se realizaban las actividades con percusión corporal se veía en ellas un mayor arraigo por la participación en la vivencia musical. Esto último también suscitado después de haber hecho la adaptación cultural de los juegos corporales propuestos por Pescetti.

Un hecho importante a resaltar aquí, y que también se vio enriquecido en la experiencia con las adultas de tipo esquizofrenia, es que a pesar de que dichas actividades de percusión corporal como *Kokoleoko*, *Aquí y ahora*, *Rimas y Comas*, *Paqué tumé tata*, en fin, tienen una estructura corporal definida, se vio la necesidad de hacer pequeñas modificaciones siempre que se percibía un leve dominio corporal por parte de ellas. Esto con el fin de no hacer de la experiencia musical algo monótono, mecánico y repetitivo sino que por el contrario el factor novedad siempre fuera algo presente en los talleres y por tanto, mantener siempre la motivación en las adultas por introducir en los talleres algo nuevo.

*“La repetición musical sin variaciones es desanimada, sin vida y mecánica. No transmite el sentido de presencia que es comunicada a través de las sutiles variaciones que se oponen a la repetición de fondo. Las sutilezas, las variaciones individuales, y las discrepancias comunican nuestro sentido de ser persona del uno al otro en todo tipo de música improvisada, sea en el contexto terapéutico o fuera de él” (Aigen, 2002).*

De este modo se pudo intervenir no solo en el síntoma de experimentar una disminución en su energía corporal para realizar acciones sino que también se pudo intervenir la concentración de la adulta. La percusión corporal y en general la experiencia musical le brindó a la adulta un nuevo propósito y una actividad en la cual sentirse útil. Le brindó la posibilidad de compartir y de no sentirse desamparada. Todos estos síntomas de un episodio depresivo.

La concentración se vio favorecida también desde otro taller no basado en la percusión corporal sino en el canto. Es el caso que se citó en índice de la esquizofrenia con el taller *El moralito*. Si bien en ese caso ese taller se implementó con el fin de que las adultas pudieran ordenar

---

<sup>52</sup> De esto se hablará con mayor detenimiento en la historia de vida de Girasol.

coherentemente historias y suceso implícitos en una canción, en el caso de la bipolaridad funcionó como un catalizador de la atención.

Trabajar con canciones acumulativas invitó a las adultas a estar atentas y muy concentradas sobre la secuencia que las mismas llevaban. Citando otro ejemplo de canción acumulativa, en *El Aldeano*<sup>53</sup> las adultas debían enfocar su concentración y atención al llamado que se hacía de su personaje. Me explico. La dinámica de la canción es la siguiente:

*“Un aldeano en la montaña canta con emoción.  
De repente un perrito interrumpe su canción.*

*Se oía:*

*Ioloré ioloré ioloré ijí  
Ioloré ioloré ioloré ujú ujú  
(Seguido del sonido del animal)*

Cada adulta escogía un animal de su preferencia y le asignaba un sonido característico. Al dar la indicación el profesor del animal que interrumpía la canción la adulta en el papel del animal debía hacer la representación sonora. Esta canción además es acumulativa así que mientras más animales iban apareciendo en la canción, más larga era la secuencia de sonidos que debían aparecer mientras se cantaba la canción. Claro, cada adulta hacía solo un sonido pero debía estar concentrada en el llamado para la aparición de su personaje y sobre todo luego de cuál y antes de cuál iba ella.

A propósito del compartir entre las adultas, del que se hablaba justo antes de presentar la dinámica con la canción *El Aldeano*, otra manera en que la percusión corporal pudo intervenir tanto los episodios depresivos como los maníacos en las adultas con bipolaridad, fue en el hecho de trabajar en equipo, de que existiera empatía en ellas. Al estar centradas en sí mismas y sin querer tener ningún tipo de contacto con el exterior (episodio depresivo) y al no poder tener un control sobre su temperamento (episodio maniaco), el poder participar activamente junto con más personas entendiendo las individualidades y potencialidades de cada una fue un hecho que permitió que las adultas se interesaran por conocer a las demás y formar un vínculo con ellas y de igual forma, a controlar sus emociones cuando la frustración se hacía presente.

*“Este grado de imperfección y ajuste, o acomodación, se refleja en lo que Keil denominó “discrepancias participativas”. Participar implica estar activo e involucrado en el hacer-musical. Uno debe estar comprometido mientras hace música para también vivenciar mutualidad y cohesión. Las discrepancias se reflejan en el nivel de comodidad en la imperfección que hace que el individuo sea y se sienta humano mientras negocia con otros las diferencias. Uno se va adaptando y acomodando en la experiencia, mientras alcanza su propio potencial.” (Lichtensztejn 2009).*

Dicho esto, la adulta pudo empezar a crear vínculos paulatinamente con sus compañeras, saliendo poco a poco de este estado depresivo en el que se podrían encontrar a razón de un episodio depresivo. Además de encontrar un propósito en el trabajo grupal y de ese modo sentirse nuevamente útil y funcional, así como se mencionó anteriormente.

---

<sup>53</sup> Canción acumulativa elaborada por Luis Pescetti (1996). Se hicieron adaptaciones tanto en la letra como en la coreografía de la canción para el trabajo con las adultas.

Otro de los talleres trabajados con las adultas y que de hecho fue muy bonita su implementación, fue *Cantemos como cantaríamos*. Sobre este taller ya se habló en el capítulo anterior y solamente queda aclarar que aunque en principio fue diseñada para trabajar el constructo de inteligencia emocional, se pudo evidenciar que también pudo intervenir los posibles cambios emocionales que se dan en una persona con trastorno bipolar afectivo. Al hacer efectivo el reconocimiento emocional, la adulta podrá procurar matizar sus emociones para así tener una mejor relación tanto intrapersonal como interpersonal.

Visto de este modo y así como se realizó con el índice dedicado a la esquizofrenia, se pudo evidenciar cuantitativamente a partir del gráfico general del CPT<sup>54</sup> y cualitativamente cómo no solo la percusión corporal y el canto ayudan a intervenir problemas atencionales y de cambio emocional en las adultas con bipolaridad emocional, sino que además se está ofreciendo una alternativa terapéutica para tratar los síntomas implícitos en los episodios tanto depresivos como maniacos.

Se vio cómo la música desde las herramientas mencionadas en el párrafo anterior, ayudan a que la adulta pueda renovar sus energías corporales, esté más concentrada y su memoria sea más óptima, conozca y reconozca sus capacidades y habilidades, controle posibles cambios emocionales en ella, establezca vínculos y cree empatía con otras adultas evitando así enfocarse en sí misma y perdiendo agrado y gusto por relacionarse con el mundo exterior.

Tal como lo afirma el Doctor Freddy Vásquez quien en la entrevista que se le hizo en la primera mitad del año 2015, expresó que:

*“Estas particularidades mentales, dificultan mantener los periodos de atención, la memorización de canciones y la combinación de las anteriores con la motricidad, el seguimiento del ritmo y en aquellas estrategias que implican coreografía. Sin embargo, la actividad musical, el canto y el trabajo corporal, ayudan no solamente porque mantiene dichos procesos que se dificultan con estas particularidades mentales, sino porque se convierte en un espacio de expresión libre, espontaneo y que genera identidad de grupo en ellas. Fomenta su sana interacción. Sin lugar a dudas mejora su calidad de vida, pues mejoran sus condiciones emocionales, la interacción con pares, fomenta el mantenimiento de las funciones psicológicas superiores, deteniendo el deterioro característico de las patologías que presentan.”.* (Freddy Vásquez, 2015)

---

<sup>54</sup> Gráfica que también se mostrará para cada adulta en el capítulo Historias de Vida pero de forma individual, donde es necesario mostrar este componente cuantitativo para evidenciar que la atención es un proceso que en ellas se dio de manera única y diferente y no un proceso que se dio igual para todas. Si bien son historias de vida, en estas gráficas también se verá la individualidad de cada una pero en términos de atención. La historia de vida de la adulta, el proceso que ha llevado con la particularidad mental, las cosas que realiza en el J. J. Vargas, inciden notablemente en cómo es el proceso evolutivo atencional de ella a través de la experiencia musical vivida en el transcurso de los talleres.

### 1. AZALEA:

Azalea es una adulta de cuarenta y cinco años de edad. Tiene cabello largo y oscuro. Piel morena y mide aproximadamente un metro y sesenta centímetros. Ha estado interna en el Centro Femenino hace ya seis años y medio aproximadamente y conoce la razón por la cual está allí. En su estancia en el Centro hace escobas, traperos y bolsas como parte de la terapia ocupacional. Durante su vida le han diagnosticado diabetes, taquicardia y dermatitis por foto contacto. Tiene, en palabras de ella, “principalmente cinco hermanos aunque después de muchos años salieron más hermanos de la nada”, tiene cuñados, sobrinos y mamá. Azalea recibe cada seis meses visita en donde se ve con algunos de sus hermanos y sobrinos.

A la edad de veintisiete años salió en televisión junto con una orquesta siendo ella la voz principal de este grupo musical. No recuerda muy bien la razón de ese evento pero afirma que fue de gran agrado la presentación para ella. Le encanta la música romántica, las baladas y en específicos las canciones de José José, que por cierto, es su cantante favorito porque su esposo le ha dedicado muchas canciones de él. Su esposo tiene cincuenta y cuatro años y no la visita porque siempre está trabajando.

Gusta de bailar aunque depende mucho del tipo de música y se considera una profesional en cumbias. De igual forma le encanta cantar porque expresa tener una vocación para el canto. La aburre en exceso las “músicas de ahora” aunque no refiere alguna canción o género en particular. A propósito de las clases de música que se dan en el J. J. Vargas y a partir de ellas también, Azalea expresa que le han servido para estar más atenta no solo en las mismas clases sino también cuando trabaja en la terapia ocupacional, y esa sensación de sentirse más atenta a las cosas hace que de hecho quiera ir más a las clases de música y tener mayor disposición a ellas.

Ella dice que ha sido diagnosticada con esquizofrenia y en contraste con la opinión de los doctores que llevan su caso, así es. Sin embargo ella es un poco escéptica a tener esa particularidad mental. No cree tenerla y por tanto no ha sentido que la esquizofrenia haya afectado en algo su vida, ni a sus quehaceres cotidianos, ni mucho menos a su desempeño en las clases de música, aunque aclara sentir que éstas le han ayudado mucho.

Los doctores la perciben como una adulta muy colaboradora, un poco prevenida a la hora de interactuar con el entorno y que requiere de supervisión para mantener las habilidades de autocuidado y de cuidado de su entorno. De igual forma aclaran que aunque Azalea ha sido diagnosticada con esquizofrenia paranoide, en realidad los síntomas activos de ese trastorno, en ella no son tan evidentes.

Respecto al proceso que se pudo observar en las clases de música, Azalea tuvo un cambio muy notorio en cuanto a su disposición a las clases. Cuando comenzó a asistir a las clases de música, solía sentarse siempre en la misma silla, cruzar brazos y piernas y ser en general muy pasiva en la participación. Cuando se presentaban actividades que invitaban al canto, ella a veces lo hacía, a

---

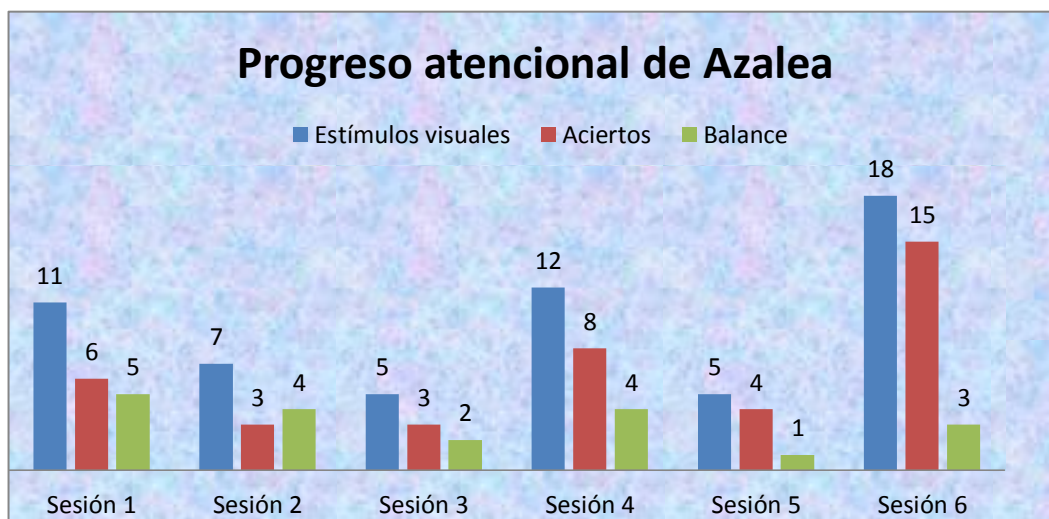
<sup>55</sup> Para proteger la integridad de las adultas, en este capítulo se ha decidido cambiar sus nombres por nombres de flores.

veces no, y de hecho cuando lo hacía, siempre era muy mínima su expresión y su intención; cantaba muy suave y no era constante el canto. Cuando se presentaban trabajos corporales, ella era de las últimas que se ponía en pie para realizar los movimientos y así mismo era una de las que menos se movía, aunque cabe resaltar que desde los inicios de su asistencia a las clases, ella fue una de las adultas que más rápido entendía las dinámicas de las actividades.

Conforme siguió asistiendo a las clases se fue notando un cambio comportamental en Azalea, quien ahora ya no se sentaba en la misma silla de siempre sino que buscaba otros espacios para ubicarse y de ese modo poder interactuar con otras adultas. Se mostraba más activa en las clases y participaba ahora con más ahínco. Al momento de cantar, de mover su cuerpo, de trabajar en parejas, era una de las que primero empezaba a realizar las actividades y de igual forma, una de las que mejor desempeño musical tenía.

Desde el momento en el que se escogieron las seis adultas para trabajar al final de la experiencia musical con ellas, Azalea mostró su lado más cooperativo y social. Siempre era la primera en llegar a clase y cuando veía que sus compañeras no llegaban con prontitud, se ofrecía para ir a buscarlas dentro del Centro Femenino. Colaboraba con el orden de la clase, tanto de los espacios físicos del salón como con la disposición de sus compañeras y en general, se mostraba aún más receptiva y atenta ante las indicaciones del profesor, haciendo exactamente lo que él proponía y en algunos casos poniéndole su toque característico.

Azalea en sí desde el principio fue una de las adultas más destacadas dentro del grupo. En el ámbito musical podía llevar el pulso sin inconveniente y sumarlo a otras dinámicas corporales como movimientos en sincronía. Al momento de cantar era una de las que mejor lo hacía, procuraba seguir una línea melódica y procuraba hacerlo de la mejor manera posible. Su atención, más que representar algo a intervenir, requería de estímulos que la engancharan con las acciones que realizaba, de ahí que quisiera volver a las clases luego de que en las primeras sesiones se mostrara muy pasiva. En ese sentido su atención se vio enriquecida en la agilidad para realizar las cosas y para la toma oportuna de decisiones. A continuación se mostrará el gráfico que arrojó la aplicabilidad del CPT con respecto al progreso atencional que tuvo Azalea durante las clases de música.



Incluso siendo de las adultas más destacadas dentro del grupo, se puede observar una leve mejoría en su atención. Se puede evidenciar que entre la primera y la última sesión, se da un cambio notable en la relación cantidad de estímulos visuales y cantidad de aciertos ante estos. Para la última sesión se da una diferencia muy mínima entre esos dos elementos lo cual da cuenta de que la atención fue mayor en ese momento a comparación de la primera sesión por ejemplo.

## 2. DALIA:

Dalia es una adulta joven de treinta y tres años de edad. Durante mucho tiempo tuvo el cabello muy largo y recogido hasta que hubo la necesidad de cortárselo por diferentes razones. Su contextura corporal es gruesa aunque es muy pasiva y tímida. Por lo general siempre tiene las manos recogidas contra su pecho y la comunicación con ella es muy corta; no es muy fluida y tiende a retraerse mucho en sí misma. Ha estado en el J. J. Vargas por cuatro años y medio y allí se encarga de atender la marranera; baña a los marranos y los alimenta. Su único familiar es un hermano que la visita a veces cada quince días. En su niñez vivió en el barrio el Tunal y en Américas Occidental. Allí vivió hasta que por problemas personales decide irse de la casa.

La experiencia musical que ha tenido en las clases ha sido la primera en su vida. Ni ella ni su hermano tuvieron acercamiento musical de ningún tipo más allá del receptivo, del escuchar en emisoras o en otros espacios, pero siempre de forma receptiva más no como ejecutante o como participante dentro de la actividad musical, aunque hace énfasis en que cuando era pequeña cantaba mucho la canción *Los pollitos*. Respecto a las clases afirma que le parecen, en su lenguaje coloquial “chéveres”. Lo que más le gusta de la música son las letras de las canciones, todas aquellas que sean románticas. Por otro lado bailar no es algo que le guste mucho a ella, prefiere estar en quietud mientras escucha música. No hay nada que la aburra de la música, aunque sí en forma general; la monotonía, de ahí que para trabajar con Dalia, y con el resto de adultas de hecho, se dio la necesidad de estar repensando constantemente las actividades y las dinámicas intrínsecas de cada una.

Dalia expresa que la música y los talleres la han ayudado a sentirse más culta. De ellos rescata la constante actividad que se hace con las canciones que tienen letra concreta. Las actividades con percusión corporal no llamaban mucho su atención y no le gustaba mucho realizarlas, también debido a su naturaleza pasiva y tranquila, sin embargo era muy diligente cuando se realizaban los talleres como *Kokoleoko* o *Don Pepito*.

Los doctores del Centro Femenino se refieren a Dalia como una adulta que poco interactúa con las personas de su entorno, que muestra timidez y en ocasiones refiere alteraciones de su estado de ánimo frente a los cuales su principal estrategia es el recurrir a los profesionales de psicología o aislarse en su habitación. Ha sido diagnosticada con esquizofrenia indiferenciada y respecto a si esa particularidad ha imposibilitado algo de las clases de música ella menciona: “A veces me dan como recaídas pero no muchas, y cuando me empiezan a dar en la clase de música, yo siento que ésta me ayuda a dispersarme.”

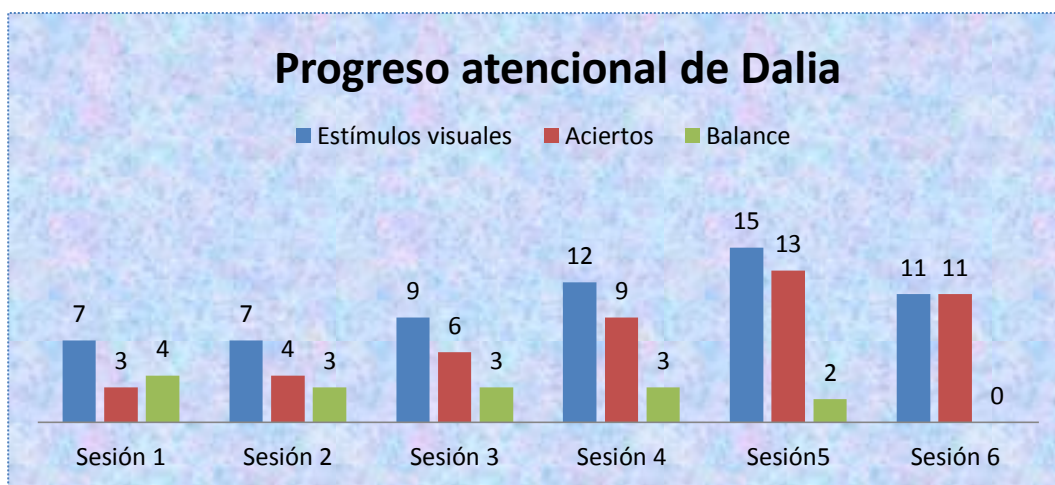
El proceso de Dalia durante el año que se trabajó con las adultas fue muy significativo tanto para ella como para el profesor. Recién se iniciaron los talleres, Dalia siempre se mostraba retraída y sin muchas ganas de hacerse notar. Entraba al salón, saludaba muy suave y se sentaba en la silla. Siempre con las piernas juntas y las manos recogidas contra el pecho. No dialogaba con nadie aunque siempre se veía atenta en las clases. Cuando se empezó a trabajar corporalmente con la

percusión, ella realiza los movimientos con un rango muy corto de desplazamiento, el pulso lo llevaba con los pies aunque casi siempre era imperceptible ese movimiento. Cuando se cantaban canciones, su voz no se destacaba entre las demás voces y a veces optaba por no cantar. Su rostro siempre estaba entre serio y a veces con unos tintes de sonrisa muy discreta.

Conforme fueron pasando las clases y los momentos para compartir con ella, se pudo notar que poco a poco fue mostrándose más a gusto tanto con el grupo como con las actividades que se hacían en las clases. Ya hablaba un poco más con las demás adultas o con los profesores. Sus movimientos ya no eran tan cortos y a la hora de cantar ya lo hacía con más fuerza y proyección. Curiosamente hubo un día en el que las adultas fueron visitadas por un grupo de estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional. Estudiantes que iban a hacer observación de la práctica. Ese día en la clase se trabajó con el taller *Que te mueva la música* y se dio un espacio en el que los visitantes pudieron compartir con las adultas más de cerca. Se invitó a las adultas a que sacaran a bailar a alguno de los invitados aprovechando que se estaba poniendo música de grabadora y demás, de modo que, aunque Dalia expresaba que no le gustaba bailar mucho, fue de las primeras que sin pena ni miedos se acercó a uno de los estudiantes y lo sacó a bailar.

Cosas como esta siempre fueron sorpresa con Dalia quien por cierto, en el último día de trabajo con ellas, expresó de forma clara y fuerte que se sentía muy agradecida con el profesor por ir cada ocho días a enseñarle música y a trabajar con ella y con ellas en general. Esto en verdad representa un cambio muy considerable en Dalia siendo que muy rara vez expresaba sus emociones de este modo, incluso así lo mencionan los doctores al decir que es una adulta muy tímida.

El proceso atencional de Dalia a partir de la vivencia musical se vio reflejado de una forma más clara un vez ella se sintió reconocida en los ejercicios musicales con los que se trabajó. El canto es algo que ella disfrutaba desde el inicio de los talleres así que el reto estaba en encontrar el enganche con la percusión corporal, con los movimientos y la expresión corporal, lo cual fue algo complicado siendo que ella misma comentaba que por ejemplo el juego corporal *Kokoleoko* no le gusta para nada, sin embargo siempre fue de las más aplicadas para este tipo de actividades. Cuando se encontró el enganche emocional con ella a partir de la percusión corporal con juegos como *Don Pepito*, su atención aumentó respecto a este tipo de actividades, así como se verá a continuación:



Como se puede observar en la gráfica, los resultados de Dalia todos fueron muy similares a través de cada prueba. No es sino hasta la sesión número cuatro que empezó a recibir mayor cantidad de estímulos visuales y en esa medida, mostraba una mayor cantidad de aciertos hasta que en la sesión final acertó en todas las veces. A pesar de ser una persona introvertida, centrada en sí misma y a veces muy tímida, la experiencia musical junto con una estrategia adecuada lograron que Dalia mostrara más interés en actividades que incluso no fueran de su agrado. Por otro lado, la dimensión socio afectiva de ella se vio mejorada ya para el final de las sesiones; reía con frecuencia, expresaba inconformidad, expresaba preferencias, en general el cambio en Dalia desde que empezaron los talleres y hasta el final, en muchos aspectos, fue muy notorio.

### 3. ESTRELICIA:

Estrelicia es una adulta de noventa años de edad quien lleva seis años en el Centro Femenino aunque antes de haber estado allí, estuvo en el hospital Julio Manrique. Reconoce que está en el J. J. Vargas por haber sido diagnosticada con trastorno bipolar afectivo aunque por otro lado, los doctores de la institución afirman que ella ha sido diagnosticada con esquizofrenia paranoide. Tiene dos hermanas y primos quienes no pueden visitarla porque viven en Medellín. Tenía varios tíos aunque ya todos fallecieron. Se refiere a los profesores de música que van al Centro Femenino como los únicos que la visitan sagradamente cada ocho días.

Su experiencia musical se basa en las clases de música que se dan en la institución desde hace ya más de dos años, donde ha aprendido a tocar el tambor, las maracas, a cantar y a bailar. Expresa gustarle cualquier clase de música, no le importa el género sino que ella se pueda sentar a escucharla. Reconoce un gusto especial por las canciones románticas que tengan letras que hablen del amor. Tiene preferencia por una canción que cantaba El Charrito Negro pero que ya olvidó su nombre.

Cuando se le preguntó a Estrelicia si le gustaba bailar, habló de historias de su niñez y su juventud donde sus hermanas se la llevaban a bailar a las fiestas. Bailaban canciones de Los Hispanos, Pastor López y el Loco Quintero. Siendo de Medellín, ella menciona que es casi imposible que no le guste bailar si es que eso lo lleva en la sangre. Lo único que no le gusta de bailar es cuando no hay con quien, así como sucede en el Centro Femenino. Le gustaría ir a compartir espacios de baile con los señores de La Colonia<sup>56</sup> y de la Escuela de la Policía<sup>57</sup>.

A Estrelicia le gusta mucho cantar aunque menciona que la voz a veces no le ayuda, sin embargo, en los talleres del tipo *Cantemos como cantaríamos*, ella es la que más fuerte canta, la que le imprime más sentimiento a cada palabra y nota producida. Le gusta cantar porque se siente identificada con las letras de las canciones y dice que gracias a eso, a las letras de las canciones, es que la música y cantar jamás la aburren.

Respecto a las clases de música, ella se refiere a éstas como un espacio donde ha aprendido muchas cosas, donde se siente muy bien precisamente porque siempre aprende algo. “Me gustan

---

<sup>56</sup> Es un Centro Especial también pero que vincula hombres en vez de mujeres como sí lo hace el J. J. Vargas. Queda en el terreno vecino a donde está ubicada la institución.

<sup>57</sup> La Escuela de la Policía queda anexo a la institución. El J. J. Vargas está ubicado entre la Escuela de la Policía y La Colonia.

los discos que cantamos y los aeróbicos<sup>58</sup> que hacemos, me parecen ricos, sirven para adelgazar y si no uno se pone gordo. Hay que bajar de peso para la salud. La persona gorda se puede enfermar del corazón”. Palabras muy coloquiales pero que muestran la inocencia y transparencia de una persona de edad.

Al momento de preguntarle a Estrelicia si sentía que la bipolaridad afectaba en algo las clases de música a las que ella iba, dijo algo que deja entre abierta una dicotomía respecto a lo que ella expresaba frente a lo que los doctores comentaban al respecto. Cito textualmente:

*“No, mi enfermedad es más que todo de sentirme aburrida o contenta al mismo tiempo pero yo ya se manejar la enfermedad porque llevo muchos años con eso. La música me ha ayudado con eso porque cuando me siento aburrida pues pongo música y me da alegría. Yo lo sé controlar y de todos modos me tomo media pastilla en la mañana y media en la noche y eso también me ayuda.”* (Estrelicia, 2014)

La dicotomía se da debido a que Estrelicia relata síntomas muy característicos de la bipolaridad pero que los doctores sustentan en otro tipo de cuadro clínico. Probablemente el hecho de creer que tiene una particularidad mental o no, sea parte de esa exteriorización de síntomas de delirio muy característico de la esquizofrenia. Al respecto los doctores dicen que Estrelicia cuenta con habilidades sociales en un alto nivel y frecuencia en la interacción con el entorno. Su expresión emocional es bastante frecuente. Describe su comportamiento y sus emociones sin dificultades.

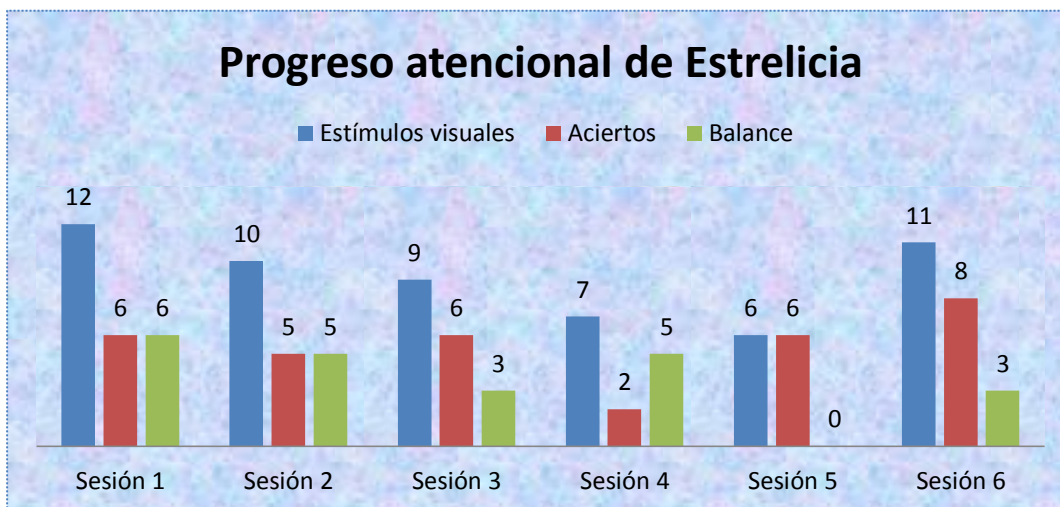
Estrelicia es de esas personas que llaman la atención desde el primer momento en el que la conoces dadas sus habilidades para socializar con las demás personas. Le fue muy fácil hacer empatía con otras adultas y eso se vio reflejado en los talleres, sobre todo al momento de trabajar por parejas donde ella jamás se quejó por trabajar con ninguna de sus compañeras, por el contrario siempre mostraba un apoyo a las demás cuando se les dificultaba la realización de alguna actividad y por lo general mostraba ejemplo actitudinal en el grupo.

El proceso atencional de Estrelicia radica en que, si bien siempre estaba muy dispuesta en todo aspecto para cantar o hacer percusión corporal, en muchas ocasiones su mirada estaba perdida por el salón haciendo que el compartir de los movimientos corporales fuera complicado de hacer dado que no los podía interiorizar adecuadamente al no tener la mirada fija sobre estos. Algo que no pasaba con el canto por ejemplo. Ella era de las que más rápido aprendía la letra de las canciones o el orden coherente de las mismas si se trataba de una canción acumulativa. En ese sentido, el reto con Estrelicia fue invitarla a siempre estar fijando su mirada a la actividad o a la acción, lo cual se pudo lograr muy al final del año trabajando con la música.

De acuerdo a ello, esta es la gráfica que muestra el proceso atencional que tuvo Estrelicia antes y después de las últimas sesiones trabajadas en el Centro Femenino:

---

<sup>58</sup> Se refiere a la percusión corporal



El progreso atencional de Estrelicia, como se pudo observar no fue muy equilibrado; las dos primeras sesiones acertó a la mitad de los estímulos visuales. En la tercera sesión mostró un progreso en la fijación de la mirada evidenciándose en que dos tercios de los estímulos visuales tuvieron una reacción acertada con el envío del sonido. La sesión número cuatro fue la más traumática en términos de atención pues fue menos de la mitad de los estímulos a los que ella atendió correctamente, sin embargo en la sesión número cinco fueron cien por ciento correctas todas sus reacciones. En la última sesión se vuelve a ver una disminución en la cantidad de aciertos aunque eso responde a que, como se mencionó anteriormente, en esa última sesión se tuvo que cambiar de sitio a un lugar de mayor distracción tanto visual y auditiva, aun así, los aciertos fueron más de la mitad, esta vez no fue como en las dos primeras sesiones lo que evidencia una mayor atención por parte de Estrelicia gracias a la fijación de su mirada en el objetivo.

Por otro lado y en contraste con las dos florecitas anteriores también diagnosticadas con esquizofrenia, se puede notar que aunque comparten un mismo diagnóstico mental, sus procesos cognitivos son completamente diferentes, cada una hace uso de la atención desde diferentes ángulos y de ahí que no se pueda entrar a generalizar una estrategia pedagógica sino que por el contrario, se tienen que tener en cuenta muchos factores para poder intervenir de una mejor forma ya sean problemas atencionales o síntomas de un cuadro clínico mental. Además, esta comparación y estos resultados apoyan el constructo de que este test se debe realizar de manera individual para poder apreciar de una mejor forma el proceso de cada adulta. Anteriormente se mostró un gráfico general de la primera y de la última sesión más a modo de introducción a este capítulo y como una muestra muy general de los resultados cuantitativos que se obtuvieron en este proyecto de grado.

#### 4. GIRASOL:

Girasol es una adulta de cincuenta años de edad. Es una de las adultas más especiales de todo el Centro Femenino y con quien se tuvo el placer de compartir experiencias musicales y enseñanzas de vida además. A pesar de tener cincuenta años de edad se comporta como una niña de cinco años. Siempre quiere estar jugando. Crea lazos afectivos muy fuertes con los doctores, profesores y todos aquellos que trabajen en el Centro Femenino. Por lo general siempre busca estar cerca de esa persona con la que ha creado un lazo afectivo muy fuerte y tomarla de la mano para caminar.

Es muy afectiva en sus expresiones y es usual escucharle decir a los hombres: “preciosos”, “bellos”, “de mi corazón”. Con el profesor de música que dirigió las últimas seis sesiones, ella parecía desarrollar una unión más íntima de tipo familiar al referirse a él como su papá. En varias ocasiones debido a su personalidad tan despierta y alegre, podía chocar con las dinámicas de las clases al no dejar que éstas fluyeran, molestando así a algunas de sus compañeras quienes a veces la comprendían y otras más la “reprendían” con mucho cariño para que se controlara y participara de una mejor manera en las clases.

Cuando era pequeña vivió en Pereira con su papá aunque más tarde se fueron a vivir a Boyacá porque allí habían comprado un lote mucho más grande para construir su casa. A su familia le gusta mucho la papa y de igual forma a ella también. Ha estado en el Centro Femenino desde que era muy pequeña aunque anterior a eso estuvo hospitalizada muchas veces por algo a lo que ella llama “malestares muy feos”. Después de esos episodios de salud, su hermano la sacó del hospital y la vinculó a un internado donde no estuvo mucho tiempo porque no le gustó la estancia en ese lugar. Pasó a estar internada en La Misericordia donde en definitiva sí le gustó porque tenía muchos amigos, los doctores la cuidaban mucho y además porque su mamá la podía visitar.

Está desde muy pequeña en el J. J. Vargas porque tiene unos “trastornos todos raros” de los cuales desconoce sus nombres, dice ella. Asegura que cuando le dan esos trastornos se queda quieta en un solo lado y se pone verde. Recién entró al instituto compartió con más niñas que al igual que ella, crecieron en el instituto y ahora son adultas que siguen internas como ella. Recibe visitas de su mamá, su papá, de los hermanos y de sus padrinos. Cuando van a visitarla la llevan a pasear a Soacha; “me llevan a almorzar cosas ricas chéveres como papa y pan de yuca”. La visitan siempre que tienen dinero y es costumbre que para las fechas de navidad y año nuevo la saquen del instituto para que pase las festividades con su familia.

La experiencia musical que ha tenido en la vida viene por parte de su hermano, de los amigos de su hermano y de una profesora del barrio Muzú. Su hermano tocaba el tiple y los amigos de su hermano tocaban el piano y las maracas. Todos ellos son quienes comparten con Girasol esas primeras experiencias musicales a partir de la enseñanza de un instrumento. Es amante de los bambucos y siempre que está en reuniones familiares se pone a cantar boleros. No tiene una canción predilecta, más que eso, guarda como un tesoro un cd que le regaló aquella profesora en el barrio Muzú donde le grabó muchas canciones del género bambuco.

Una característica de Girasol es que a pesar de muchas cosas siempre que puede se pone a bailar. No le importa si no tiene parejo simplemente empieza a mover los pies como llevando el pulso, da giros, alza y baja los brazos, da palmadas y canta cuanta letra de canción recuerda. Ella expresa que bailar es algo que le gusta hacer mucho porque su papá y su hermano se lo enseñaron desde muy pequeña.

Con Girasol, a propósito de las clases de música y de los talleres en los que participó, siempre es gustoso trabajar porque más que enseñarle canciones o movimientos corporales, ella disfruta con plenitud de estar inmersa en la música. Tiene dotes innatos a la hora de improvisar melodías y letras de canciones. Curiosamente para enseñarle una canción, una letra, es muy complicado, va a destiempo, se adelanta, se atrasa, mezcla las palabras, en fin, pero cuando ella canta sola, hace melodías preciosas con expresión, fraseo, respiración y además con una letra que sale de su cabeza. Lo único que tiene que hacer el profesor en ese caso es acompañar su improvisación con la guitarra, el resto lo hace ella.

Por distintas condiciones físicas se le dificultaba mucho realizar las actividades de percusión corporal como *Kokoleoko*, *Don Pepito* o *Paqué tumé tata* y además por procesos cognitivos, se le dificultaba memorizar canciones acumulativas como *El Moralito* o *El Aldeano*, sin embargo es una de las adultas más musicales, quizás porque ve la música más como un juego, una experiencia en sí y no como algo estructurado con un lenguaje que haya que entender textualmente.

Con respecto al cómo se siente ella en las clases de música, dice lo siguiente:

“La música me ha vuelto despierta, me gusta la musicaterapia<sup>59</sup>. Todos los miércoles pregunto mucho por la musicaterapia, si habrá clase o no. Cuando me dicen que sí hay yo recojo a todas mis compañeras y me las llevo para la clase”. (Girasol, 2014)

Aunque se le dificultan las actividades de percusión corporal ella afirma que éstas son de su gusto porque la hacen sentir despierta y activa. Cuando se le preguntó si sentía que las clases habían ayudado a que fuera más atenta, ella respondió: “No estoy muy segura de saber qué es la atención pero yo les presto atención porque son buena gente... A mí me hace sentir muy bien la música”. Uno de sus mayores deseos es poder comprarse un equipo donde pueda escuchar los cds que tiene y también para poderlo llevar a las clases de música.

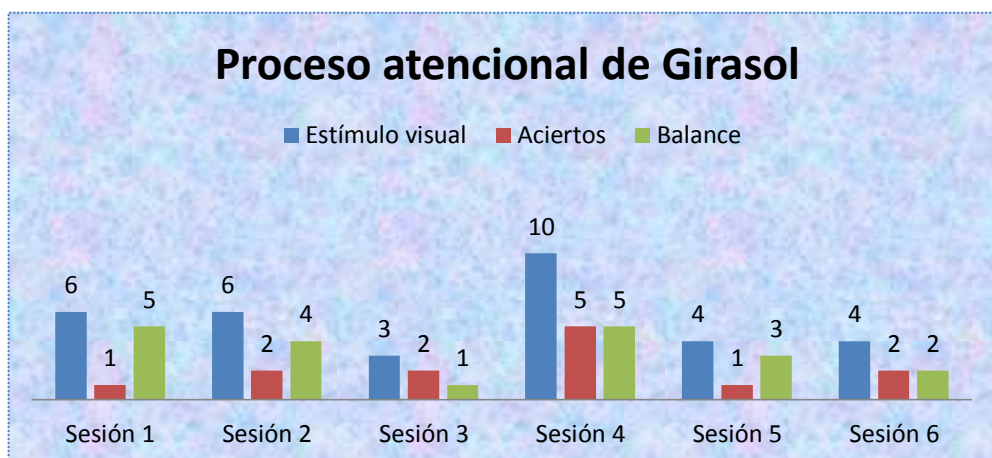
Muchos doctores están pendientes de Girasol en el Centro Femenino y de ese modo ellos afirman que cuenta con habilidades sociales en un alto nivel, se compromete con las actividades de venta de productos de la terapia ocupacional que realiza. En ocasiones se involucra en conflictos con sus pares por su poca asertividad. Ha sido diagnosticada con retraso mental moderado y episodios epilépticos.

Como se expuso al inicio de la historia de vida de Girasol, ella fue un caso muy especial con el que se quiso trabajar desde un comienzo aun desconociendo del todo su diagnóstico mental. El interés centrado en ella fue al ver su buena disposición frente a las clases, sus habilidades sociales y al ver que a pesar de sus limitaciones seguía siendo una adulta muy funcional y muy musical. En el subíndice dedicado a contar su historia, se citó en varias oportunidades textualmente con el fin de mostrar de una mejor forma la manera en la que ella habla y se comunica, de modo que la persona que esté leyendo este proyecto de grado pueda intuir procesos cognitivos presentes en ella y por otro lado, cuáles de ellos no se han desarrollado debido a su particularidad mental. Además también para que se pueda complementar la imagen que proyecta Girasol y de la que se habló al inicio de su historia, mostrando que aun teniendo cincuenta años de edad, debido a su particularidad cognitiva si se quiere, se comporta como una niña de cinco años.

Teniendo en cuenta lo anterior, se presentará a continuación la gráfica del proceso atencional de Girasol, sin embargo, este proceso en ella fue muy particular. Probablemente no se pueda hablar en términos de progreso atencional sino más bien de una realidad cognitiva en Girasol. Según lo observado durante todo el tiempo trabajado con las adultas, se pudo llegar a una conclusión y es que para intervenir la atención, la emoción u otro tipo aspectos en una persona con retraso mental, es mejor realizar primero un proceso individual donde la persona logre una atención más enfocada, luego de eso sí incluirla en un grupo más grande.

---

<sup>59</sup> Es el término con el que ella se refiere a las clases de música que se dan en el Centro Femenino.



Como se puede observar en la gráfica, no hay un patrón del cual sujetarse para afirmar o negar que la atención en Girasol tuvo un mejor desarrollo a través de la percusión corporal, simplemente ese proceso cognitivo en ella fue estático. Se puede ver que en la sesión número tres respondió acertadamente a más de la mitad de los estímulos visuales que se le presentaron. En las sesiones cuatro y seis la cantidad de aciertos estuvo por la mitad de la cantidad de estímulos y en la sesión número uno prácticamente no respondió a correctamente a ninguno de los estímulos visuales.

Como se mencionó brevemente al término del capítulo anterior, la atención en Girasol responde a otro tipo de desarrollo, éste a nivel cerebral. Mientras que en las demás adultas la atención se desarrolló de una mejor manera pero debido a que en la esquizofrenia y en la bipolaridad, la cualidad de prestar atención se ve aminorada aun cuando ese proceso cognitivo sigue presente en la adulta, en Girasol no sucede lo mismo porque el retraso mental moderado implica otro tipo de procesos cognitivos. De ahí que se haya llegado a la conclusión de trabajar primero individualmente con las personas que tengan retraso mental moderado para luego sí hacer una inclusión a un grupo más grande y más diverso. Esto también con el fin de que la persona con retraso mental no se sienta excluida por los demás participantes. Como se ve en la gráfica, a comparación de las demás adultas, a Girasol muy pocas veces se le pasó el sonido porque sus compañeras sabían que no iba a estar atenta al estímulo visual y que eso podría entorpecer la dinámica de la actividad.

Como bien se dijo desde los inicios de la historia de Girasol, ella es un ser completamente especial que muestra progreso de diferentes formas y velocidades. Recién se empezó a trabajar con ella no podía llevar un pulso constante ni realizar secuencias como dos palmas y un golpe en los muslos, pero luego del trabajo y la experiencia musical, este tipo de cosas eran muy naturales en ella en el momento de usarlas en las clases.

## 5. LAVANDA:

Lavanda es una adulta joven de veintiocho años de edad quien lleva cinco años interna en el Centro Femenino. Afirma con toda seguridad que está allí por trastorno bipolar afectivo aunque no sabe en qué consiste dicho trastorno. Cada viernes va a una clase que se da internamente en el instituto donde la ayudan a controlar el trastorno. Entre semana teje bufandas que después vende

a algunas personas que van de vez en cuando al Centro Femenino y los sábados, ayuda en el reciclaje de basura.

Lavanda fue una de las adultas que más marcó la experiencia musical en el J. J. Vargas. Durante el año que se trabajó fuertemente, era muy funcional, activa, propositiva y con muchas aspiraciones en lo musical, sin embargo, le fue cambiado uno de los medicamentos en los últimos meses de trabajo y este cambio en los medicamentos hizo que Lavanda constantemente estuviera en crisis bipolar. Siempre se le notaba tensa, sobrellevando episodios maniacos alternados con una euforia excesiva que afectó notablemente su desempeño tanto en las clases como en la cotidianidad. Cuando se realizó la entrevista a Lavanda, recientemente había sucedido el cambio del medicamento así que la forma de responder y de actuar incidió considerablemente en sus respuestas.

Su familia está compuesta por un número pequeño de personas; su mamá, su hija de cinco años, su esposo y su cuñado. Cuando nombró a su mamá expresó preocupación por ella dado que se encontraba viviendo sola y porque además, momentos antes de que fuera internada en la institución, tuvo crisis bipolar y golpeó a su mamá, razón por la cual fue internada. Estos sucesos que normalmente son difíciles de superar para una persona funcionalmente emocional, se vuelven aún más difíciles de contener cuando se está atravesando por un episodio depresivo en la bipolaridad. Desde el momento en el que se le cambió el medicamento a Lavanda su forma de percibir el mundo cambió rotundamente a comparación de días anteriores.

Cuando le empezaron las crisis bipolares estaba embarazada de su hija, y es un hecho lamentable que la edad de su hija sea la misma cantidad de años que lleva interna en el Centro Femenino. Solía sortear esta realidad de la mejor manera y con mucho positivismo pero tras la nueva prescripción psiquiátrica se le hizo una preocupación constante el hecho de que no le llevaran con frecuencia a su hija. Su esposo es quien le lleva a la niña cuando recibe visitas y más que compartir con su esposo ella expresa que lo que más hace en esos momentos es jugar con su hija.

Su experiencia musical previa se resume en las diferentes clases de música que tuvo con los profesores de la Universidad Pedagógica que iban a hacer sus prácticas en la institución. Su mamá no tuvo educación musical y ella tampoco sino hasta cuando se dio la unión pedagógica entre la universidad y el J. J. Vargas. A Lavanda, de la música lo que más le gusta son las canciones de Jhonny Rivera, con euforia expresa que se sabe todas las canciones de dicho personaje y que de hecho lo que más le gusta de cantar es que puede cantar esas canciones. En contraste, lo que más la aburre de la música es el baile, lo referencia con ejercitar el cuerpo y asegura que para hacer ejercicio no es la más disciplinada. Expresa que las clases de música le han ayudado mucho para sentirse más tranquila, sobre todo cuando se cantan canciones de Dios y la Virgen María.

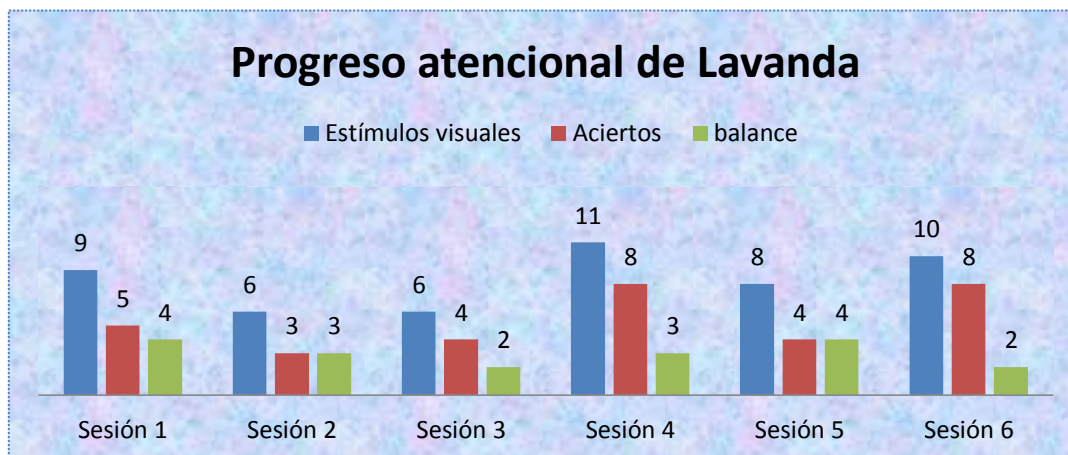
Llamaron más su atención los talleres que involucraban más canto que percusión corporal dado que relacionó ésta última con el baile, con dinámicas corporales que invitaban al movimiento y sobre todo con el ejercicio físico y como ella dice: “para hacer ejercicio soy como malita”. Afirma que a partir de las clases de música ha notado una mejoría considerable en su atención puesto que se enfoca más en las actividades que realiza y no se dispersa tanto como antes. Respecto al trastorno bipolar, dice que no siente que esta haya afectado su disposición frente a las clases puesto que al concentrarse en la música, la bipolaridad pasa a un segundo plano.

Los doctores afirman que Lavanda es una adulta respetuosa, colaboradora y que varía ocasionalmente en su emocionalidad. Su afecto es plano la mayor parte del tiempo y sus niveles de atención requieren de motivación constante para mantenerlos durante periodos largos de tiempo. Coinciden en la causa de su estancia en el instituto y es por un diagnóstico de trastorno bipolar afectivo.

Lavanda podía realizar cualquier tipo de actividad musical antes y después del cambio en sus medicamentos. Era de las que mejor tenía interiorizados los movimientos corporales propuestos en los diferentes talleres a pesar del poco gusto que sentía por ellos. Cuando cantaba, aunque su emocionalidad era muy neutra, comprendía la construcción lógica de las canciones acumulativas y en ese sentido las podía cantar sin ningún problema. Antes del cambio medicinal, mostraba esbozos melódicos que poco a poco se iban intensificando con calentamientos vocales y trabajos con sirenas y juegos de la propuesta de Martenot. Sin embargo cuando se comenzó la implementación del taller *Cantemos como cantaríamos*, toda su expresividad fue neutral, cantaba de la misma manera cuando la canción tenía un pigmento de alegría o de tristeza.

En efecto, tal cual lo exponen los doctores, durante toda la experiencia musical que se tuvo con Lavanda, la motivación hacia ella fue un aspecto importante de hacer. Líneas atrás se habló de un caso en donde dentro de una de las sesiones una adulta se quedó dormida sobre su silla y sin embargo, cuando llegó el momento de que hiciera la actividad, somnolienta y aún que con el torso sin poderlo erguir completamente, se paró en frente del profesor a realizar una actividad corporal. La adulta referida en ese ejemplo fue Lavanda. La motivación que se le transmitía a ella durante todas las clases permitió que incluso estando en un estado de sedación medicada tuviera las fuerzas y la conciencia de realizar actividades musicales que incluso no eran de su agrado.

Durante todo el proceso, Lavanda demostró un buen desarrollo de la lateralidad corporal. Podía coordinar más de un movimiento a la vez combinando distintas extremidades corporales y además llevando un pulso constante. En el canto podía reconocer e interpretar alturas como agudo, medio y bajo y ya comenzaba a soltarse un poco más emocionalmente. En verdad fue un hecho traumático el cambio de medicamento. Sin embargo, el proceso atencional en Lavanda fue muy significativo tanto para ella como para el profesor. De forma más clara se puede ver a continuación:



El progreso atencional de Lavanda fue muy positivo. Bien se puede observar en la gráfica que los aciertos de ella siempre estuvieron a la mitad o por encima de la mitad del total de estímulos visuales, en ninguna de las sesiones esa cifra estuvo por debajo de la cantidad de veces que le fue pasado el sonido a ella. De modo que para la sesión número seis, se ve una notable mejoría en su atención, de diez veces que le fue pasado el sonido a ella, acertó ocho veces, dándole una fracción pequeña en la gráfica que denominamos balance y que hace referencia a la falta de atención.

Antes de la experiencia musical, Lavanda de hecho ya era una adulta bastante atenta, la particularidad que ella presentaba era una lenta reacción ante los estímulos. Se podía notar siempre que en los trabajos de percusión corporal por parejas, sus movimientos más que ir en sincronía con los de su pareja, parecía más bien que tuvieran un sutil efecto de eco, es decir, que se repetían una fracción de segundo después de que se compañera los realizara primero. Esta particularidad en la reacción de Lavanda se vio aminorada a través de actividades como *Aquí y ahora* (taller que se usó para adecuar el CPT a la actividad musical), donde la misma dinámica del juego hacía que cada una de las adultas tuviese que reaccionar ágilmente ante el envío del sonido. De igual forma, se puede observar también una mejoría, un progreso en sus niveles de atención incluso mientras estaba bajo los efectos de una crisis bipolar o bajo la sedación farmacológica.

## 6. MADREPERLA:

Madreperla es una adulta de cincuenta y tres años de edad. Llegó al J. J. Vargas hace cuatro años y allí se encarga de hacer traperos, romper papel, lavar la loza y de servir las onces. Es además el alma gemela de Lavanda en el instituto, ellas dos no pueden estar separadas y siempre están pendientes y cuidándose una a la otra. Su relación es más de madre e hija. A Madreperla la vistan una sobrina, una tía y una de sus hermanas. No ha tenido experiencias musicales anteriores a las clases de música que se dan en el Centro y es fanática de la música popular, mejor conocida como música para planchar. Recuerda algunas de las canciones que más le gustan sin embargo no puede recordar sus nombres o quién las canta; “uno estando acá metido se le olvida todo”. Expresa que su gusto por la música es debido a que la anima, la distrae de pensamientos depresivos y la recarga de energías: “Uno prende la radio y se pone a escuchar música buena, uno se distrae. Poner unas frías y escuchar la música”.

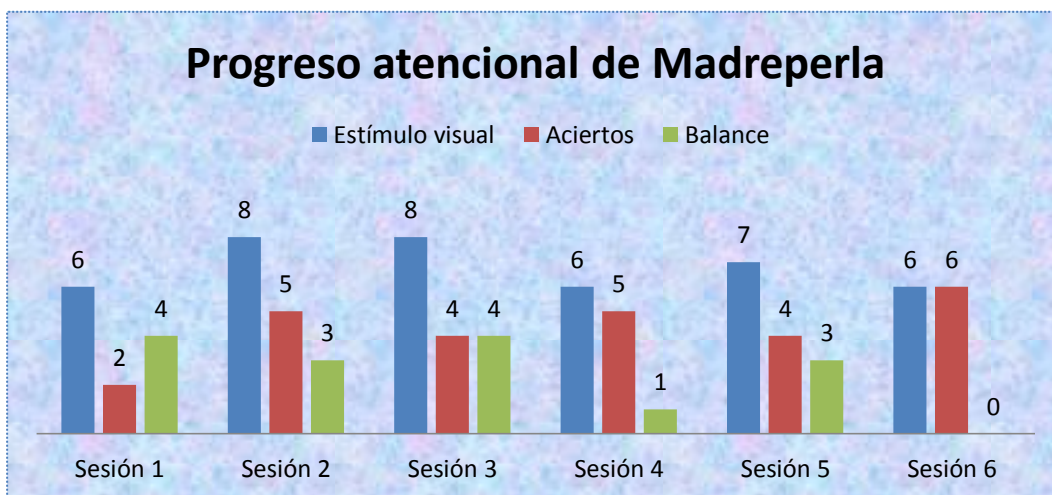
Desde pequeña le gustaba mucho bailar salsa y vallenato. Hoy en día le sigue gustando además porque ve como algo saludable el hecho de mover el cuerpo, para ella es como una especie de terapia. Gusta también de cantar. Prende la grabadora y se pone a cantar porque le gusta su voz y porque quiere intentar imitar a los cantantes en su forma particular de expresar emociones a través del canto. El canto le produce alegría y afirma que siempre que lo hace “saca todo lo de adentro”.

Los doctores del Centro Femenino la ven como una adulta colaboradora, respetuosa y selectiva en la interacción con las personas de su entorno. En periodos de crisis presenta alteraciones en cuanto a la conciliación y mantenimiento del sueño y ha sido diagnosticada con esquizofrenia paranoide. Respecto a este diagnóstico Madreperla expresa que la música le ha ayudado a subir el ánimo cuando se ha sentido sola o triste. Reconoce a la música como una terapia y de igual forma reconoce que algunas veces la esquizofrenia ha interferido en su desempeño musical cuando va a las clases. A veces no puede dormir, no quiere comer y simplemente quiere estar sola y no hacer nada así que en ciertos casos eso fue un impedimento para que ella pudiera asistir con frecuencia a las clases, sin embargo, afirma que hacía todo lo posible por ir porque ella sabía que si estaba en las clases, el cantar, el mover el cuerpo y el estar con sus compañeras le ayudaría a dejar de

sentirse triste, a relajarse un poco con el trabajo de respiración que se hacía y de ese modo quizás podrías conciliar el sueño.

En cuanto a los talleres de música y a la vivencia alrededor de ésta, Madreperla tomaba un poco más de tiempo para aprenderse la secuencia de las canciones acumulativas cuando se trabaja sobre ellas pero conforme se fueron realizando ejercicios de este tipo, donde además de la atención inmediata se trabaja la memoria, Madreperla fue mostrando mayor facilidad para aprender dichas canciones u otras rimas. De igual forma con los ejercicios de percusión corporal, primero tuvo que tomar consciencia del pulso, de mantenerlo para luego sí poder realizar más secuencias rítmicas corporales. En efecto logró todos esos objetivos e incluso con ella se pudo hacer en una clase, un pequeño montaje instrumental de un bambuco.

Su atención fue mejorando conforme pudo ir interiorizando el pulso y de ese modo centrarse más en los movimientos corporales propuestos (Tal como lo expone Llinás en los PAF). A partir de ese desarrollo Madreperla pudo además concentrarse en el orden de los elementos acumulativos de algunas canciones y mejorar su memoria también. De acuerdo al CPT este fue el progreso de su atención:



Según la gráfica del proceso atencional de Madreperla, en la primera sesión se puede observar que su falta de atención frente a los estímulos visuales estuvo elevada; de seis veces que le fue pasado el sonido, solo atendió correctamente dos de ellos. Entre las sesiones dos y cinco, su atención fue estable; de la cantidad de estímulos recibidos, Madreperla atendía más de la mitad o incluso la mitad. Para la última sesión su atención fue muchísimo mejor; acertó correctamente frente a todos los estímulos visuales y lo importante de esta sesión fue que hubo una gran cantidad de posibles distracciones para las adultas (un salón nuevo, personal de apoyo entrando y saliendo, más adultas realizando otro tipo de actividades, etcétera) y aun así, Madreperla conservó su concentración frente a los estímulos visuales que le llegaban.

De este modo se puede evidenciar no solamente con lo expresado por ella en los auto reportes y en la entrevista, sino además con un componente cuantitativo que da soporte a lo demás, que su atención desde las primeras sesiones y desde los primeros encuentros musicales en general, tuvo un progreso que le permitió manejar mejor su cuerpo, fortalecer su memoria a largo plazo y realizar más de una acción al mismo tiempo sin descuidar todas aquellas de mayor relevancia.

## CONCLUSIONES

Por todo lo que se pudo ver en el capítulo “Percusión corporal y atención”, ésta brinda herramientas pedagógicas que permiten intervenir de manera positiva la atención en personas con esquizofrenia y trastorno afectivo bipolar. Gracias a las cualidades intrínsecas de la percusión corporal que implican un accionar específico e inmediato mientras se está en la práctica musical, las personas en general (no solo con dichas particularidades mentales) refuerzan procesos atencionales que por una u otra razón pudieron verse afectados en algún momento, generando una mayor atención en las diferentes actividades que realicen y no solo a nivel musical.

Como se pudo ver además en el capítulo en mención, la percusión corporal refiere un trabajo a partir de la lateralidad, donde la adulta pudo disociar movimientos independientes en sus extremidades corporales, esto es, por poner un ejemplo, que ella pudiera mover de manera libre e intencionada su brazo derecho dando una palma o chasquido, mientras que su mano derecha está sujetando la mano de su compañera, o mientras está llevando el pulso alternando el movimiento de los pies en forma de marcha. Esto se traduce en procesos atencionales al referirse a características de ésta como por ejemplo la amplitud y la intensidad de la misma; al tener que realizar varias tareas a la vez y tener que controlar que tanta intensidad de atención debe utilizar para cada tarea, se trabajó la atención de manera compacta a través del trabajo corporal musical.

Además de esto, la percusión corporal interviene directamente en la atención sostenida y la atención selectiva, que como se vio en el transcurso de este trabajo de grado, son dos tipos de atención que se ven afectadas en las particularidades mentales mencionadas en éste. Las adultas conforme iban asistiendo constantemente a las clases de música, pudieron comenzar a enfocar de una mejor manera su atención a las diferentes actividades corporales como imitar secuencias rítmicas propuestas por el profesor o trabajar en grupo para crear unas nuevas, es decir, pudieron fortalecer su atención sostenida y como consecuencia de ello, fortalecer además su atención selectiva al suprimir voluntariamente estímulos externos del ambiente que pudieran ocasionar una distracción afectando la atención focalizada en ese momento.

Como se expuso a través del mismo capítulo citando en el párrafo anterior, varias de las características de la atención como la amplitud, la intensidad, la oscilación o el control, están presentes durante la actividad corporal musical haciendo que el prestar atención no solo sea el acto mismo en sí, sino que sea parte de un proceso sistemático de intervención, donde a partir de la percusión corporal se aborda este concepto desde toda su composición, es decir, desde sus características y condiciones para poder abarcar diferentes tipos de atención y que de ese modo la persona, o en este caso la adulta, pudiera tener herramientas que le permitiera ser una persona más atenta en su diario vivir.

Trabajar a partir de movimientos corporales, permitió además que la atención pasara primero por una consciencia y un reconocimiento corporal por parte de las adultas, haciendo que el prestar atención no fuera un concepto volátil utilizado coloquialmente sino que tuviera una representación física, exteriorizándose en un control corporal específico para lograr que ellas replicaran o crearan secuencias rítmicas a partir de la atención en éstas.

Ahora bien, el canto, no visto como la práctica profesional sino como una experiencia musical que puede vivir cualquier persona, también brinda herramientas pedagógicas que permiten lograr un reconocimiento emocional como antecedente a una auto regulación emocional. A partir de las

características expresivas del canto, como las que vimos a través del documento (fraseo, intención, dinámicas) permitió que las adultas pudiesen exteriorizar de una forma sana, emociones que en algunos casos no sabían que existían dentro de ellas. Además, a partir del canto pudieron establecer empatía emocional entre ellas para así reconocerse una frente a la otra y de ese modo también reconocer y controlar el mundo emocional que reside dentro de ellas.

Por otro lado se puede concluir que la música está presente en diversos espacios pedagógicos no convencionales donde más que aferrarse a un currículo o a la enseñanza estricta de contenidos académicos, pretende enseñar la música mediante la experiencia misma con ella. De esta manera se pueden proponer diversos modos repensados de la enseñanza o del compartir musical que posibilite el acceso a ésta sin importar las condiciones particulares de las personas, visto de otro modo, que sean todas estas oportunidades de trabajar con sujetos y no con objetos lo que permita la resignificación pedagógica en la música.

En ese respecto se pudo comprobar también que dichas experiencias musicales deben responder además a identificaciones culturales intrínsecas de la persona para asegurar que las nuevas prácticas sean en verdad significativas. Como se vio en el transcurrir del presente texto, muchas de las actividades propuestas en este trabajo tuvieron que ser modificadas o repensadas para hacerlas más atractivas a la percepción de las adultas. De modo que intervenir desde el bagaje cultural de ellas se convirtió en una herramienta muy fuerte para engancharlas con la actividad musical y en ese sentido tener experiencias musicales más enriquecedoras.

También se puede concluir que hay diversas maneras además de la farmacológica para intervenir la sintomatología de particularidades mentales como la esquizofrenia y el trastorno afectivo bipolar. No se está hablando de suprimir las formas actualmente existentes de intervención médica sino de complementos interdisciplinarios que permitan optimizar resultados desde diferentes dimensiones del ser humano.

A propósito de la práctica musical que se dio en este proyecto de grado, se puede concluir además que para trabajar con personas diagnosticadas con esquizofrenia o trastorno afectivo bipolar, es pertinente hacerlo en pequeños grupos dadas las particularidades mentales de estas personas. No es lo mismo trabajar con grupos donde los integrantes no presentan afecciones mentales que les impida un seguimiento concreto de instrucciones a partir de una ejemplificación sencilla, a trabajar con un grupo donde la realidad es completamente diferente y donde además ésta denota estados de sedación, procesos cognitivos afectados, rechazo, exclusión y demás cosas que podría vivir una persona que vive diariamente con dichas particularidades mentales. En ese sentido, el profesor o la persona que trabaje con este grupo de personas debe ser quien esté al tanto del proceso de cada una de ellas, esto es, hacer la explicación de las actividades a cada una y no de manera general, evidenciar que en verdad haya sido comprendida la información y que en definitiva la experiencia musical sea enriquecedora para la persona. Al haber tantas cosas por atender en una sola sesión de este tipo, es menester trabajar en ese sentido con grupos pequeños de personas así como se hizo en este proyecto de grado en la primera mitad del año 2015. De ahí que se tome lo anteriormente expuesto como una conclusión del presente trabajo de grado.

En ese respecto, se puede concluir que para el trabajo musical con las adultas del Centro Femenino José Joaquín Vargas, más que dinámicas y estrategias pedagógicas lo que más funcionó fue el afecto y los vínculos afectivos que se crearon con ellas. En definitiva eso fue lo que permitió incursionar en esos espacios de aprendizaje y compartir bidireccional entre el profesor y las

adultas. Hubo momentos donde por necesitar de un sobreaprendizaje de las cosas, las experiencias musicales corporales y de canto tomaron por obvias razones más tiempo del normal en compartirse, lo que podría representar frustración y desgaste tanto para las adultas como para el profesor, pero fue el afecto y la dedicación que ellas le pusieron a cada momento compartido lo que permitió que fuera una experiencia riquísima de contar y de documentar en este proyecto de grado.

Es por eso que más que un pedagogo musical virtuoso y conocedor de muchos contenidos académicos musicales, el docente que quiera trabajar con este tipo de poblaciones debe tener por sobre todas las cosas, ese don de persona que le permita estar atento a colaborar, que esté dispuesto a repetir y replantear infinidades de veces las mismas actividades hasta lograr un impacto en las personas y además, que esté dispuesto a dar y a recibir mucho amor, tal como lo plantea el Doctor Freddy Vásquez quien por ejemplo considera que respecto al proceso que se llevó con las adultas:

*“Se pudo evidenciar una mejoría en el sentido de pertenencia que tienen las adultas con respecto al taller, su marcado interés en participar, la relación cercana que generan con los profesores practicantes, quienes además han realizado una excelente labor, y la mejora en su estado emocional. En el tiempo que se ha desarrollado el proyecto se ha avanzado en la definición de los objetivos que se buscan dentro de la práctica. Todas las personas que han llegado a realizar los talleres, cuentan con cualidades personales para interactuar, empatizar con las adultas y responder a las necesidades que demandan las adultas. Se debe continuar con este espacio que no solo es bueno para la formación de los futuros docentes de músicas sino para el proceso de atención en el Centro y lo más importante para la calidad de vida de las adultas”.* (Freddy Vásquez, 2015)

Para finalizar, a partir de la experiencia que rodeó este proyecto de grado se puede decir que la música vista más allá de un espectáculo, provee de una gran cantidad de conceptos y elementos susceptibles a la investigación, que permiten expandir y reforzar distintas miradas pedagógicas de enseñar la música, y no solo a propósito de lo pedagógico, sino también de lo psicológico, lo neurológico, lo fisiológico y de todo aquello que haga parte de las diferentes dimensiones del ser humano, pasando desde lo socio cultural hasta lo estrictamente relacionado con la ciencia y las ciencias de la salud.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BALLESTEROS C. (2000). Percepciones, creencias y actuaciones de los profesores de lenguas propias durante los dos primeros años de funcionamiento de la enseñanza secundaria obligatoria (ESO). Tesis doctoral para optar al título de doctor en filosofía y creencias de la educación (sección ciencias de la educación). Programa de doctorado del bienio 1994 – 1996 de “didáctica de la lengua y la literatura”. Capítulo 1. Subíndices 1.4.1 - 1.4.2 - 1.4.3. Barcelona.

CASTILLO A. y PATERNINA A. (2006). REDES ATENCIONALES Y SISTEMA VISUAL SELECTIVO. UNIVERSIDAD DEL NORTE, BARRANQUILLA. Univ. Psychol. vol.5 no.2.

Centro Femenino Especial José Joaquín Vargas (2013). Portafolio de Servicios. Sibaté Cundinamarca. Recuperado el 8 de Marzo de 2015. Tomado de [http://empleos.com.co/upload\\_files/docs/8473\\_portafoliojjvargassibate\\_1\\_1404570281.pdf](http://empleos.com.co/upload_files/docs/8473_portafoliojjvargassibate_1_1404570281.pdf)

Condiciones de la atención. BuenasTareas.com. Recuperado 07, 2011, de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Condiciones-De-La-Atenci%C3%B3n/2504342.html> Consultado en la primera mitad del año 2014.

Dalcroze J. (1965). El ritmo, la música y la educación. Edición Foetisch, Suiza.

Dr.Romeu y Asociadas (2012). Blog. Psiquiatría: Trastorno Bipolar. Barcelona. <http://www.drromeu.net/trastorno-bipolar/> Consultado en la primera mitad del año 2015

Funes M. y Lupiáñez J. (2003). La teoría atencional de Posner: una tarea para medir las funciones atencionales de Orientación, Alerta y Control Cognitivo y la interacción entre ellas. Universidad de Granada.

García, J. (1997). Psicología de la Atención. Madrid: Síntesis Psicológica.

González M. (2005) Capítulo II: Perspectivas teóricas en la psicología. 2.6 Construccinismo y Constructivismo. Universidad de Sevilla. Revista Fuentes.

<https://cantoterapia.wordpress.com/2014/04/02/cantar-sana/> Consultado en la primera mitad del año 2015

<http://es.wikipedia.org/wiki/Atenci3n> Consultado en la primera mitad del año 2014.

[http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/126/cd/unidad\\_2/mo2\\_concepciones\\_a\\_supe rar.htm](http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/126/cd/unidad_2/mo2_concepciones_a_supe rar.htm) Consultado en la segunda mitad del año 2013

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/> Consultado en la primera mitad del año 2015.

Kahneman, D (1973) Atención y Esfuerzo. Madrid. Cincel

Keetmann G, Orff C. (1963). Música para niños (Orff-Schulwerk). Alemania: Ed B. Schott's Söhne.

- Kodály Z. (1971) Música Folklórica de Hungría. New York: Ed Praeger.
- Le Boulch J. (1986). La educación psicomotriz en la escuela primaria. Argentina, Paidós.
- LELORD F. (1995). Del otro lado del espejo: Casos de un psiquiatra. Ediciones Urano S.A. Barcelona.
- LICHTENSZTEIN M. (2009). Música y medicina: la aplicación especializada de la música en el ámbito de la salud. Buenos Aires: Elemento.
- LOBO E. (2011). Mi cuerpo, mi entorno, mi música. Ensamble de percusión corporal y cotidiáfonos. Universidad Industrial de Santander. Facultad de Ciencias Humanas. Escuela de Artes. Licenciatura en Música. Bucaramanga.
- Luria, A. (1988). El Cerebro en acción (5ta Ed.) Barcelona: Martínez Roca.
- Llic I. (2014). El poder de la voz. Cursos de introducción en musicoterapia práctica en Les Franqueses del Vallès. Barcelona.
- Llinás, R. (2002). El cerebro y el mito del yo. Norma, Bogotá.
- MANSON M. (1947). El estudio del canto, Buenos Aires: Editorial Ricordi Americana.
- Martenot, M. (1970). Método Martenot. Magnard, París.
- Martínez T. y Vicente N. (2000). Percusión corporal y los métodos didácticos musicales. Recuperado el 26 de Marzo de 2015. Tomado de <http://web.ua.es/es/ice/jornadas-redes/documentos/2013-comunicaciones-orales/335235.pdf>
- Módulo en internet. Educación inclusiva. Iguales en diversidad. Módulo 2: Clarificar nuestros valores. Igualdad en la diversidad. Concepciones a superar.
- Palacios J. (2004). El concepto de musicoterapia a través de la historia. Revista Electrónica de LEEME (Lista Europea de Música en la Educación). Valladolid, España.
- POCH S. (1999): Compendio de Musicoterapia (I y II). Barcelona: Biblioteca de Psicología, Textos Universitarios, Ed. Herder.
- Ramón H. (2014) Intervenciones desde la pedagogía musical en instituciones de salud mental. Ponencia. FLADEM.
- Reategui, N y Sattler, C. (1999). Metacognición. Estrategias para la construcción del conocimiento. (2da. Ed.) Lima: CEDUM.
- Romero J. (2008). Método BAPNE. Alicante, España: Editorial Musicalis S.A.
- Romero J. (2012). Percusión corporal y lateralidad. Método BAPNE, Madrid: Editorial Musicalis S.A.

Romero J. (2014). Los métodos didáctico musicales y la atención en relación al movimiento. Universidad de Alicante. Vicerrectorado de Estudios, Formación y Calidad.

Roselló, J. (1998). Psicología de la Atención. Madrid: Pirámide.

Rubenstein, J. (1982). Principios de Psicología General. México D.F.: Grijalbo.

SCOTT, C. (1969): Música, el secreto influyente a través de los años. Londres: The Aquarium Press.

Touriñán J. (2011). Intervención Educativa, Intervención Pedagógica y Educación: La Mirada Pedagógica. Universidad de Santiago de Compostela. Revista portuguesa de pedagogía; Extra-Série, 2011, 283-307; Santiago de Compostela, A Coruña, España.

Willems, E. (1981). El valor humano de la educación musical. Paidós, Barcelona.

## ANEXOS

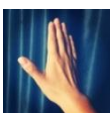
### TABLA DE REFERENCIA PARA LA PERCUSIÓN CORPORAL



Chasquido mano derecha.



Chasquido mano izquierda.



Palmada derecha al frente con la del compañero.



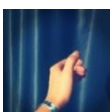
Palmada izquierda al frente con la del compañero.



Palmas cruzadas al frente con las del compañero.



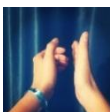
Palmas juntas.



Dar palmada al frente y sujetar con mano izquierda la mano izquierda del compañero.



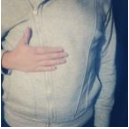
Con las manos izquierdas sujetas de ambos participantes, dar una palmada derecha sobre la intersección de ambas manos izquierdas.



Con las manos izquierdas sujetas de ambos participantes, dar una palmada derecha en el centro de la intersección de ambas manos izquierdas.



Con las manos izquierdas sujetas de ambos participantes, dar una palmada derecha por debajo de la intersección de ambas manos izquierdas.



Golpe con palma derecha sobre las costillas flotantes del eje derecho del cuerpo.



Golpe con palma izquierda sobre las costillas flotantes del eje izquierdo del cuerpo.



Golpe con ambas palmas sobre alguna parte cómoda del pecho.



Golpe con ambas palmas sobre los muslos.

PARTITURAS

# El Moralito

Allegro ♩ = 170

Javier Lucas

Versión Bambuco: Anónimo.

The musical score is written for voice (Canto) and guitar (Guitarra) in a 6/8 time signature with a key signature of one sharp (F#). The tempo is marked 'Allegro' with a quarter note equal to 170 beats per minute. The score is divided into four systems, each with a vocal line and a guitar line. The lyrics are: 'Es ta ba la mo ra que taen su lu gar, cuan do vi no la mos ca y le hi zo el mal. De la mos ca ala mo ra quees ta ba sen ta daen su mo ra li to, en su mo ra li to. ¡Ay!... En su mo ra li to.' The guitar part features a rhythmic accompaniment with chords and single notes, marked with dynamics like *mf* and *mp*. Measure numbers 6, 11, and 14 are indicated at the start of their respective systems.

**Nota aclaratoria:** Para cada nuevo personaje que aparece en la canción se asigna una coreografía representativa del mismo.

# El Aldeano

Luis Pescetti (1996)

Adaptación lírica por David Jurado (2014)  
para el trabajo con las adultas del J. J. Vargas.

Allegro ♩ = 120

The musical score is arranged in four systems. Each system includes a vocal line (Canto or Cnt) and a guitar line (Guitarra or Gtr). The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 3/4. Hand gesture icons are placed above the vocal lines to indicate physical actions. The lyrics are: "Un aldeano en la montaña canta con emoción. De repente un perrito interrumpe su canción se oí a... ¡io lo ré io lo ré io lo ré i jí io lo ré io lo ré io lo ré u jú u jú... Sonidos de animales...". The guitar part consists of arpeggiated chords. A note at the bottom right of the score reads: "Arpeggiar acorde mientras se hacen sonidos de animales...".

**Nota aclaratoria:** En el calderón del compás 9 los chasquidos se hacen al tiempo, por eso no hay espacio entre las imágenes. En el compás 10 las palmas sobre los muslos se mantienen hasta el término del calderón.

# Paqué Tumé Tata

Luis Pescetti

Allegro ♩ = 120

Canto

Pa qué tu mé tu mé ta ta, pa qué tu mé tu mé tá. Pa

Guitarra

Cnt

qué tu mé tu mé ta ta, pa qué tu mé tu mé tá. Tu tu a tu tu e ta ta, tu tu

Gtr

Cnt

a tu tu e ta. Tu tu a tu tu e ta ta, tu tu a tu tu e ta. Ai

Gtr

Cnt

e me ie me ie me ia. Ai e me ie me ie me ia.

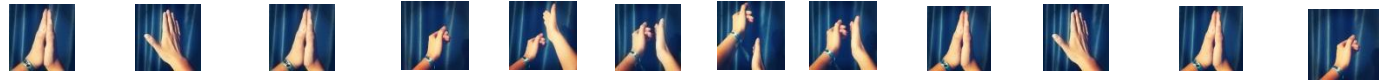
Gtr

**Nota aclaratoria:** En los pulsos 3 y 4 de cada compás se hace la coreografía correspondiente al momento de la canción (pedir aventón hacia la derecha o izquierda, hacer buñuelos o aplicar crema). Por eso en esos pulsos no hay percusión corporal.

# Kokoleoko

♩ = 100

Canción infantil africana de Liberia.



Canto

Ko ko le o ko Ma ma ko le o ko. Ko ko le o ko Ma ma

Cnt

ko le o ko. A ba Ma ma a ba A ba Ma ma ko le o ko.

**Nota aclaratoria:** Todos los movimientos se hacen junto con el pulso, es decir, cada movimiento se hace con figura de negra. De ahí que por cada compás haya 4 movimientos. En los compases 4 y 8, en el pulso número 4, se ve una súper posición de palmas porque solo allí los movimientos son con figura de corchea.

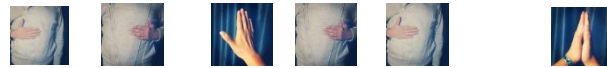
## Don Pepito



Don Pe pi toel ver du lero



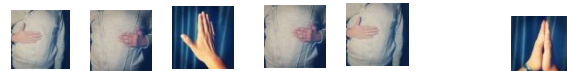
Se ca yó den troum sombrero.



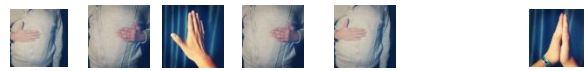
El som bre roe ra de paja



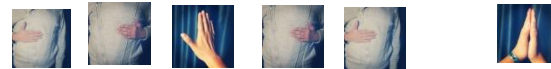
Se ca yó den trou na caja.



La ca jae ra de car tón



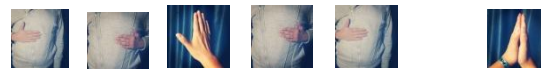
Se ca yó den troum ca jón.



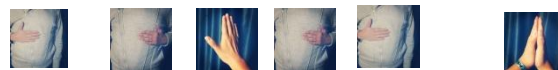
El ca jón e ra de pino



Se ca yó den troum pe pino.



El pe pi no ma du ró



Don Pe pi to se sal vó.

**Nota aclaratoria:** Cada línea está compuesta de 7 sílabas y sobre cada una de ellas hay un movimiento específico. La única sílaba que no tiene movimiento es la número 6. Algunas sílabas no son agrupadas con la forma natural de la palabra sino que responde a la acentuación de la palabra ajustada a la percusión corporal.

## ENTREVISTA A UN PROFESIONAL DE LA SALUD MENTAL (PSICÓLOGO) ACTIVO EN EL CENTRO ESPECIAL FEMENINO JOSÉ JOAQUÍN VARGAS.

- Describa cómo es un día normal desde que se despiertan hasta que se duermen de nuevo las adultas.

Las adultas se levantan entre las 4.30 y 5.30 de la mañana, toman la bebida caliente de la mañana, se bañan y organizan para esperar el desayuno entre las 8 y 9 am. Posteriormente se envían a talleres de terapia ocupacional y en los servicios se hace intervención desde todas las áreas terapéuticas. El almuerzo se da entre las 12 pm y 1:30 pm. Posteriormente hay actividades desde las áreas y a las 4:30 pm se da la comida. Acompañando las comidas se reparte el respectivo medicamento.

- Específicamente ¿Cómo es su trabajo con las adultas? ¿Cómo a través de la psicología trabaja con ellas?

Como respuesta a los requerimientos que establece el anexo técnico del convenio, realizamos una propuesta de intervención, que actualmente para el caso de Cundinamarca cuenta con tres programas de intervención: competencia emocional, sexualidad y habilidades sociales. Que se ejecutan con dos estrategias: a nivel grupal e individual. Por otra parte el área atiende intervenciones individuales por demanda, de acuerdo a las alteraciones que a diario presentan las adultas

- ¿Qué tipo de actividades realizan las adultas en el J. J. Vargas? ¿Qué tipo de actividades desde lo psicológico realizan ellas?

Desde cada una de las áreas realizan actividades programadas dentro de los programas que ejecuta cada una: huerta, talleres de terapia ocupacional, grupos focales de acuerdo a su patología, eucaristía.

- ¿Qué sabe de los gustos y actividades musicales que realizan las adultas?

Los gustos de las adultas giran en torno a la música popular, la ranchera, carranga yailable, esto derivado principalmente del contexto rural de origen de la mayoría de adultas. La música romántica (plancha) también está presente. En ocasiones de acuerdo a los gustos de ellas, bailan y cantan de acuerdo a la música que escuchan en la emisora.

- ¿Reciben visitas las adultas? ¿Cada cuánto? ¿Quiénes las visitan?

Las adultas reciben visitas los días miércoles y viernes en el horario de 10 am a 3 pm. La frecuencia varía de acuerdo a la familia y la cercanía de su vivienda con el Centro. Puede haber adultas que reciben visitas todas las semanas, hay otras que solo reciben estas visitas una vez, los sábados de reunión mensual al mes o cada dos meses.

- ¿Podría hablarme de los siguientes casos en particular?
  - **Azalea:** es una adulta colaboradora, un poco prevenida a la hora de interactuar con el entorno, requiere de supervisión para mantener las habilidades de autocuidado y de cuidado de su entorno. Su diagnóstico es esquizofrenia paranoide, aunque en realidad los síntomas activos de este trastorno en ella, no son tan evidentes.
  - **Dalia:** es una adulta que poco interactúa con las personas de su entorno, muestra timidez y en ocasiones refiere alteraciones de su estado de ánimo frente a los cuales su principal estrategia es el recurrir a los profesionales de psicología o aislarse en su habitación. Diagnóstico; esquizofrenia indiferenciada.
  - **Estrelia:** Cuenta con habilidades sociales en un alto nivel, frecuencia en la interacción con el entorno y su expresión emocional es bastante frecuente. Describe su comportamiento y sus emociones sin dificultades. Diagnóstico; esquizofrenia paranoide.
  - **Girasol:** Es una adulta que cuenta con habilidades para la interacción con el entorno, se compromete con las actividades de venta de productos de terapia ocupacional que realiza. En ocasiones se involucra en conflictos con sus pares por su poca asertividad. Diagnóstico; retraso mental moderado, epilepsia.
  - **Lavanda:** Es una adulta respetuosa, colaboradora, que varía ocasionalmente en su emocionalidad. Su afecto es plano la mayor parte del tiempo y sus niveles de atención requieren de motivación constante para mantenerlos durante periodos largos de tiempo. Diagnóstico; trastorno afectivo bipolar.
  - **Madreperla:** adulta que es colaboradora, respetuosa, selectiva en la interacción con las personas de su entorno. En periodos de crisis presenta alteraciones en cuanto a la conciliación y mantenimiento del sueño. Diagnóstico; esquizofrenia paranoide.
- ¿De qué manera considera usted que esas particularidades mentales afectan la actividad musical que ellas desarrollen?

En cuanto a la ejecución de ejercicios que implican aspectos musicales, los niveles de atención requieren de sobreaprendizaje para lograr mantenerlos por periodos largos de tiempo. En términos de memoria esta se ve afectada en ocasiones por el deterioro que causan las diferentes patologías y por condiciones como el retraso mental en sus diferentes niveles.

- ¿De qué modo esas particularidades mentales pueden presentar problemas de atención o desordenes emocionales?

Dificultan mantener los periodos de atención, la memorización de canciones y la combinación de las anteriores con la motricidad el seguimiento del ritmo y en aquellas estrategias que implican coreografía.

- ¿Cree usted que la actividad musical, el canto y el trabajo corporal ayudan a generar una mejor calidad de vida para las adultas a propósito de los cuadros clínicos? ¿De qué manera cree usted que la actividad musical afecta cada cuadro clínico?

No solamente porque mantiene los procesos descritos en la anterior pregunta sino porque se convierte en un espacio de expresión libre, espontaneo y que genera identidad de grupo en ellas. Fomenta su sana interacción.

- En específico ¿Considera usted que las clases de música dadas en el J. J. Vargas. han ayudado a las adultas a tener una mejor calidad de vida?

Sin lugar a dudas mejora su calidad de vida, pues mejoran sus condiciones emocionales, la interacción con pares, fomenta el mantenimiento de las funciones psicológicas superiores, deteniendo el deterioro característico de las patologías que presentan.

- Considera usted que podría evidenciar de que algunas de las adultas nombradas anteriormente, han mejorado su atención gracias a las clases de música?

Se puede evidenciar en el sentido de pertenencia que tienen las adultas con respecto al taller, su marcado interés en participar, la relación cercana que generan con los profesores practicantes y la mejora en su estado emocional.

- ¿Cómo ve usted el trabajo hecho por los profesores de música teniendo en cuenta que no son profesionales de la salud? ¿Cómo calificaría usted el proceder de ellos en las actividades realizadas en las clases?

Han realizado una excelente labor. En el tiempo que se ha desarrollado el proyecto se ha avanzado en la definición de los objetivos que se buscan dentro de la práctica. Todas las personas que han llegado a realizar los talleres, cuentan con cualidades personales para

interactuar, empatizar con las adultas y responder a las necesidades que demandan las adultas. Cabe resaltar el compromiso y dedicación del profesor Héctor Ramón en el desarrollo y mantenimiento de este espacio. Se debe continuar con este espacio que no solo es bueno para la formación de los futuros docentes de músicas sino para el proceso de atención en el Centro y lo más importante para la calidad de vida de las adultas.

## ENTREVISTA A AZALEA

- ¿Cuánto años tienes?  
45 años.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
De 6 a 6 y medio años.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Sí, los doctores me han dicho que tengo esquizofrenia aunque la verdad yo no creo tener eso  
.
- ¿De qué servicio eres?  
Soy de San José.
- ¿Qué familiares tienes?  
Cinco hermanos, cuñados, sobrinos, mamá.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
Cada seis meses me visitan mis hermanos y mis sobrinos de 24 años.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
Cuando tenía 27 años salí en televisión cantando con una orquesta.
- ¿Cómo te sentiste con esa experiencia?  
Me gustó la presentación aunque no sé por qué nos estaban grabando.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
No, ninguna.
- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
Me gustan las baladas, las canciones románticas. Mi canción favorita es una de José José porque me la dedicó mi esposo.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
Según el tipo de música, la de ahora no me gusta para nada pero sí me gusta bailar porque soy una profesional en cumbia
- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
Sí me gusta porque tengo vocación para el canto.

- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
Como ya había dicho, me aburre la música de ahora.
- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
Hago escobas, traperos y bolsas.
- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Sí. Me siento más activa y despierta y así quiero prestarle más atención a las clases.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
Pues siento que sí me ha ayudado aunque la verdad no creo que tenga esquizofrenia.

## ENTREVISTA A DALIA

- ¿Cuánto años tienes?  
33 años.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
Por 4 años y medio.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Enferma de esquizofrenia
- ¿De qué servicio eres?  
San José. Antes estuve en San Luis y en Perpetuo Socorro
- ¿Qué familiares tienes?  
Un hermano.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
Él me visita cada 15 días.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
No. Estas han sido mis primeras clases de música.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
No.
- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
Las letras románticas de las canciones.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
No mucho la verdad.
- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
Sí, sobre todo las canciones románticas. Cuando era pequeña canté mucho Los Pollitos.
- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
Nada, en general me aburre la monotonía de las cosas.
- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
Trabajo en la marranera. Alimento y limpio a los marranos.

- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Me he sentido más culta.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
A veces me da como recaída pero no mucho. Y cuando me empieza a dar en la clase de música, como que me ayuda a dispersarme.

## ENTREVISTA A ESTRELICIA

- ¿Cuánto años tienes?  
90 años de edad.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
6 años por ahí aunque antes estaba en el Julio Manrique antes de que se cayera.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Tengo bipolaridad.
- ¿De qué servicio eres?  
Soy de San José aunque primero estuve en Sagrado Corazón y luego en Perpetuo Socorro.
- ¿Qué familiares tienes?  
Tengo dos hermanas, primos. Muchos tíos ya fallecieron.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
No nadie. Mis hermanas viven en Medellín y no pueden venir. Solo los profesores de música.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
Con Antony (Anterior profesor de música) aprendimos a tocar el tambor y las maracas.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
No, mis hermanas no.
- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
Me gusta toda clase de música; romántica, salsa, vallenato. No me importa el género ni el estilo sino escucharla. Me gustan las baladas por la letra bonita. Me gusta mucho un disco viejito que ya no recuerdo su nombre, lo cantaba el Charrito Negro.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
Cuando estaba en la casa mis hermanas me llevaban a fiestas pero es que aquí no hay con quien bailar porque solo somos mujeres. Toca que nos lleven a la Colonia o a la Policía. Me gusta bailar la música de los Hispanos, de Pastor López y del Loco Quintero. Me gusta bailar.

- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
A veces la voz no me ayuda pero me gusta mucho cantar. Me gusta cantar las letras de las canciones.
- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
Nada, me gusta mucho hacer ejercicio. Hasta el momento nada me ha aburrido. Acá hacemos una hora de ejercicio, me siento más delgada.
- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
A lo que haya que hacer.
- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Me siento bien porque he aprendido muchas cosas... me gustan los discos que hemos cantado. Los aeróbicos (percusión corporal) me gustan, me parecen ricos, sirven para adelgazar y si no uno se pone gordo, hay que bajar de peso para la salud. La persona gorda se puede enfermar del corazón.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
  
No, mi enfermedad es más que todo es de sentirme aburrida o contenta pero yo ya se manejar la enfermedad porque llevo muchos años con eso. La música me ha ayudado con eso porque cuando me siento aburrida pues pongo música y me da alegría. En alguna las clases no me ha afectado, yo lo sé controlar y de todos modos me tomo media pastilla en la mañana y media en la noche y eso también me ayuda.

## ENTREVISTA A GIRASOL

- ¿Cuánto años tienes?  
50 años.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
Desde que era muy pequeña. Estuve en el hospital y cuando era chiquita me empezaron a dar unos malestares más feos, mi hermano me sacó y me metió al internado y no me gustó allá. En la misericordia sí me gustó porque tenía muchos amigos, los doctores y allá me visitaba mi mamá.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Estoy en el J. J. Vargas por enferma. Me dan unos trastornos raros, no me sé los nombres..., y cuando me dan esos males raros me quedo por ahí quieta perdida en el servicio. Me pongo verde.
- ¿De qué servicio eres?  
Primero en Divino Niño Jesús. Es bonito. Estuve allá con adultas niñas pequeñas y doctores. Allá bailaba y movía el esqueleto. Ahorita estoy en Divino Niño Jesús.
- ¿Qué familiares tienes?  
Tengo mamá, papá, hermanos, padrinos.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
Sí, ellos me visitan, hace poquito vinieron. Cuando ellos vienen me llevan a pasear a Soacha a comer un almuerquito chévere rico, a comer papa y pan de yuca. Me visitan cuando tienen plata, por ejemplo mi cuñado, mi prima y mi hermana me dijeron que el primero de Diciembre me sacaban de acá. Nos escapábamos a ver las novenas con la familia.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
Los amigos de mi hermano me dieron clase de música. Tocábamos piano, maracas..., mi hermano me enseñó todo eso.
- ¿Cómo te sentiste con esa experiencia?  
Muy bonita.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
Mi hermano toca el tiple y el piano.

- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
Me gustan mucho los boleros. En Bogotá he cantado boleros al frente de mi familia. Me gustan los bambucos. Me gustan porque eso sí es bueno para uno bailar. Me gusta el Rock & Roll, la guabina. Cuando yo era pequeña una profesora en el barrio Muzú me regaló un cd que yo cantaba mucho. Tenía muchos bambucos.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
Me gusta bailar porque a mí me enseñaron y todos se han dado cuenta que me encanta bailar. Mi papá me enseñó a bailar todo.
- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
Sí. Toda la música. Cuando canto siento mucha alegría.
- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
No, nada. No estar peleando sino cantando.
- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
A veces ayudo a llevar papeles de los doctores a otros servicios.
- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Me ha gustado mucho la música que ustedes hacen porque lo hacen muy movidos. La música me ha vuelto despierta. Me gusta la musicoterapia, pregunto mucho por la musicaterapia. Cuando me dicen que sí hay yo recojo a todas mis compañeras, cuando no hay clase de música nos vamos al taller a trabajar. Yo le presto atención a todo lo que me lleve a bailar, a mover el cuerpo. Me gusta el Kokoleoko. Me hace sentir despierta y activa. Más atenta sí siento que he estado desde que he empezado a ir a las clases de musicoterapia. No estoy muy segura de qué sea prestar atención pero yo les presto atención porque son buena gente.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
La música me ha ayudado a no sentirme enferma porque a mí me hace sentir muy bien la música. Me quiero comprar un equipo para tenerlo acá para usarlo en las clases. Cuando estoy en la clase de música se me olvidan esos trastornos feos. Yo le presto más atención a la musicoterapia.

## ENTREVISTA A LAVANDA

- ¿Cuánto años tienes?  
28 años de edad.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
5 años más o menos.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Estoy acá por trastorno afectivo bipolar.
- ¿De qué servicio eres?  
Yo estoy en San José.
- ¿Qué familiares tienes?  
Mi hijita que no me la han traído y mi mamá que vive solita y estoy preocupada. Me dijeron que yo le pegué a ella cuando me enfermé. Estaba en crisis de bipolaridad cuando estuve embarazada.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
El papá de la niña y mi cuñado. Cuando vienen me pongo a jugar con mi hija.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
Con los anteriores profesores de música nada más.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
No que yo sepa.
- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
La música de Jhony rivera, todas me las sé, me gusta mucho esa música, me pone feliz.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
No casi porque yo para el ejercicio soy como malita.
- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
Sí, las canciones de Jhony Rivera. Me hace sentir bien.
- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
El baile porque como dije antes yo para el ejercicio soy como malita.

- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
Hago bufandas, las tejo con los dedos y aguja y el sábado en reciclaje. Vendemos las bufandas.
- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Sí, me han servido mucho. Las canciones de Dios y de la Virgen me han ayudado a sentirme más tranquila. Me llama la atención de las clases de música el cantar y los ejercicios de percusión corporal muy poquito la verdad.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
De momento no, cuando estoy concentrada en la música la bipolaridad no me ha afectado.

## ENTREVISTA A MADREPERLA

- ¿Cuánto años tienes?  
53 años.
- ¿Cuánto tiempo has estado en el J. J. Vargas?  
Llevo 4 años acá.
- ¿Conoces la razón por la que estás aquí?  
Porque me diagnosticaron con esquizofrenia.
- ¿De qué servicio eres?  
Yo estoy ahora en San José.
- ¿Qué familiares tienes?  
Tengo una sobrina, una tía y una hermana.
- ¿Recibe visitas? ¿De quién?  
Ellas mismas me visitan.
- ¿Has tenido clases de música o participado en alguna actividad musical?  
Ninguna, las clases que he tomado acá de música son mi primera experiencia con la música.
- ¿Alguna experiencia musical en la familia?  
Que yo sepa no, ninguna.
- ¿Qué música te gusta? ¿Alguna canción en particular? ¿Por qué te gusta?  
Me gusta la música popular; Vicky... uno estando acá metido se le olvida todo. Me gusta la música porque me distraigo, me animo, me recarga de energías. Uno prende la radio y se pone a escuchar música buena, uno se distrae. Poner unas frías y escuchar música.
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música te gusta bailar? ¿Por qué?  
Porque es bueno mover el cuerpo, es como hacer una terapia al mismo tiempo.
- ¿Te gusta cantar? ¿Qué te llama la atención de cantar?  
Sí, junto con la grabadora. Me gusta mi voz y por eso me gusta cantar, además de que uno escucha a esos cantantes cantar tan bonito que a uno le dan ganas de imitarlos. Cantan muy bonito. A uno le provoca cantar como ellos. El canto me produce alegría, uno saca todo lo de adentro.

- ¿Hay algo que te aburra de la música?  
Más que de la música, a mí me aburre la soledad, uno estar solo, sin nadie.
- ¿A qué te dedicas en el J. J. Vargas?  
A hacer traperos, a romper papel, a hacer aseo, lavar pocillos, servir las onces, lo que haya que hacer.
- ¿Has sentido que las clases musicales han ayudado a que prestes más atención sobre las actividades o que logras trabajar mejor? ¿De qué manera?  
Sí porque la música es como una terapia, por ejemplo me peleé con un amigo, prendo la radio y ya se me olvida. Uno saca todo o que tiene por dentro.
- ¿Alguna vez has sentido que tu particularidad mental ha obstaculizado tu práctica musical?  
Hubo un tiempo que solo tuve ganas de caminar, no podía dormir, no quería comer. A veces me deprimó y me pongo a pensar que estando a fuera yo podría tener un trabajo y ganar plata para mí, pero así enferma, encerrada acá ¿cómo? Me siento a veces como aburrida.