

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:

PSICOMOTRICIDAD, INTERVENCIÓN MUSICAL A RITMO DE PERCUSIÓN MENOR EN MUJERES CON DIAGNÓSTICOS PSIQUIÁTRICOS

Presentado por la estudiante:


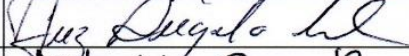
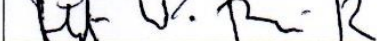
RUTH JAQUELINE LÓPEZ AVELLANEDA

c.c 52843119 de Bogotá

código: 2012175023

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

1. La estudiante logra articular su práctica docente en un proyecto de investigación que da cuenta de sus procesos de aprendizaje.
2. El proceso investigativo logra una conexión entre los planteamientos conceptuales y los ejes temáticos de la propuesta como son la psicomotricidad, la práctica instrumental y los principios de inclusión.
3. Logra una buena argumentación en su sustentación demostrando apropiación y dominio del tema.

| | NOMBRE | FIRMA | NOTA |
|-------------------|-------------------------|--|------|
| Jurado 1 - lector | GLORIA VALENCIA MENDOZA |  | 5.0 |
| Jurado 2 - lector | LUZ ÁNGELA GÓMEZ CRUZ |  | 5.0 |
| Jurado 3 - asesor | HECTOR RAMÓN ROJAS |  | 5.0 |

Nota final: Cinco cero (5.0)

OBSERVACIONES:

Dado en Bogotá D.C. a los 25 días del mes de mayo de 2017



PSICOMOTRICIDAD

Intervención Musical al Ritmo de Percusión Menor en Mujeres con Diagnósticos Psiquiátricos.

*RUTH JAQUELINE LOPEZ
AVELLANEDA*

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
Abril de 2017

Psicomotricidad.

Intervención Musical al Ritmo de Percusión Menor en Mujeres con Diagnósticos
Psiquiátricos.

Autor.

Ruth Jaqueline López Avellaneda

Código: 2012175023.

Director de Trabajo de grado.

Héctor Ramón.

Universidad Pedagógica Nacional.

Facultad De Bellas Artes

Licenciatura en Música.

Bogotá.

2017.

**FORMATO****RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE**

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 | Psicomotricidad. Intervención Musical a Ritmo de Percusión Menor en Mujeres con Diagnósticos Psiquiátricos. |
| Autor(es) | López Avellaneda Ruth Jaqueline |
| Director | Ramón Héctor. |
| Publicación | Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional. 20017. 145 p. |
| Unidad Patrocinante | Universidad Pedagógica Nacional. UPN. |
| Palabras Claves | Psicomotricidad, Inclusión a través de la música, Percusión menor, Diagnósticos mentales, Déficit cognitivo, Pedagogía musical. |

2. Descripción

Trabajo de grado que se propone afianzar la psicomotricidad de la población residente en el Centro Femenino Especial J.J Vargas, institución que alberga adultas mayores que presentan condiciones especiales de aprendizaje, ya que responden a diferentes cuadros psiquiátricos y físicos que afectan sus desempeños y calidad de vida en general. El proceso de intervención e investigación evidencia que la práctica de la percusión menor, favorece el desarrollo de la motricidad, la coordinación, la expresión y el fortalecimiento de los estados emocionales. El empleo del quehacer musical como medio para construir estados favorables fuera del contexto educativo y artístico, reafirma el valor humano de la pedagogía musical.

3. Fuentes

Abadía Morales, G. (1991). Instrumentos Musicales Folklore Colombiano. Bogotá: Fondo de Promoción de la cultura

Ausubel, D., Novak, J., Hanesian, H. (1999). Psicología educativa, un punto de vista cognoscitivo. México: Trillas.

Fonseca, V. d. (2004). Psicomotricidad, paradigmas del estudio del cuerpo y de la motricidad humana. México. Editorial Trillas.

Freire, P. (1985). Pedagogía del oprimido. Montevideo, Tierra nueva: Siglo XXI editores.

Gardner, H. (1983). Estructuras de las mentes, teoría de las inteligencias múltiples. México: Fondo de la cultura económica.

Lichtensztein, M. (2009). Música y Medicina. La aplicación especializada de la música en el área de la salud. Buenos Aires.: Ediciones elemento.


Montenegro, R. D. (2014). Breviario reseñas, ideas y conceptos de la psicomotricidad. Argentina: Brujas.

Willems, E. (1961). Las bases psicológicas de la educación musical. Florida: Universitaria de Buenos Aires.

4. Contenidos

En este trabajo de grado el objetivo general es fortalecer la psicomotricidad de las adultas con diagnósticos psiquiátricos y déficit cognitivo del Centro Femenino Especial J.J.Vargas empleando la percusión menor, además de visibilizar el papel de la pedagogía musical en contextos no escolares realizando su dimensión humanística, la cual permite ser el medio para desarrollar las capacidades de los individuos logrando un desarrollo integral.

Se abordara en el primer capítulo los temas referentes a la psicomotricidad, mencionando sus antecedentes y conceptos como la motricidad gruesa, motricidad fina, la coordinación y su respectiva relación con la práctica de la percusión menor. A lo largo del segundo capítulo se desarrollaran los ítems referentes a los diagnósticos mentales de la población con la que se desarrolló este proyecto y en el final del documento se presenta todo lo relacionado con la Percusión Menor, describiendo cada uno de los instrumentos empleados y los beneficios encontrados a través del desarrollo esta investigación.

| | | |
|---|---|--|
|  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

Esta investigación es de tipo cualitativo, los instrumentos de recolección de información fueron la revisión bibliográfica, la aplicación, observación y sistematización de talleres en los cuales se destacaron ítems de motricidad, coordinación y estados emocionales de la población, además entrevistas realizadas a médicos activos del Centro Femenino Especial J.J Vargas, a profesionales involucrados con la pedagogía musical, y a las adultas con las que se desarrolló el proyecto.

La concepción de este trabajo tomo en cuenta la Teoría de las Inteligencias múltiples de Howard Gardner (1983), la reflexión en la práctica social y alfabetización de adultos de Paulo Freire (1985) y el aprendizaje significativo de Ausubel (1999).

6. Conclusiones

Gracias a la práctica de la percusión menor que se implementó en el desarrollo de esta investigación se observaron beneficios a nivel de control muscular, motricidad gruesa, motricidad fina y coordinación, además se lograron incentivar estados de relajación que incidieron positivamente en el estado emocional y comportamental de la población mejorando su convivencia a través de la práctica musical.

Se visibilizó el papel humano de la pedagogía musical al reconocer su fuerza para desarrollar las capacidades y la expresión de los individuos.

| | |
|-----------------------|--|
| Elaborado por: | López Avellaneda, Ruth Jaqueline |
| Revisado por: | Ramón, Héctor <i>[Handwritten Signature]</i> |

| | | | |
|--|----|----|------|
| Fecha de elaboración del Resumen: | 30 | 05 | 2017 |
|--|----|----|------|

DEDICATORIA

Este proyecto de grado está dedicado especialmente a mi Mamá por brindarme su fuerza y paciencia en el transcurso de mi vida personal y profesional, siendo el motor que fortalece y nutre todos los momentos de mi vida.

A mis hermanos por que fueron colaboradores esenciales en los quehaceres cotidianos, que muchas veces son considerados irrelevantes, pero se convierten en los pilares para construir el camino recorrido, a lo largo de mi vida.

A las adultas del Centro Femenino Especial J.J. Vargas que me enseñaron que las condiciones diferentes no implican un obstáculo para construir los sueños y que hicieron de esta experiencia un espacio para brindarme el honor de conocerlas y compartir a través de la música.

AGRADECIMIENTOS

Doy gracias a Dios y a mi familia en primera instancia por el apoyo brindado toda la época de estudiante, a la Universidad Pedagógica Nacional por permitir desarrollar mis conocimientos a lo largo de mi carrera permitiendo conocer diversos lugares y personas que construyeron experiencias gratificantes contribuyendo a mi crecimiento personal y profesional.

A los Maestros Esperanza Londoño y Héctor Ramón por acompañarme con sus conocimientos y paciencia en el proceso de construcción y desarrollo de este proyecto, ya que su guía marco el camino a partir del cual elabore el mayor aprendizaje de mi carrera reconociendo sus aportes a nivel profesional y personal.

Por último al Centro Femenino Especial J.J Vargas por abrirme sus puertas y permitirme desarrollar la práctica pedagógica musical creando vínculos emocionales a partir de la creación de nuevos conocimientos, pero en especial, a las adultas residentes por brindarme la posibilidad de conocerlas y compartir a través del quehacer que enriquece mi vida que es la música.

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

| | |
|---|----|
| Introducción..... | 1 |
| Análisis del problema..... | 3 |
| Pregunta..... | 4 |
| Objetivo general..... | 4 |
| Objetivos específicos..... | 4 |
| Justificación..... | 5 |
| Metodología..... | 8 |
| Enfoque..... | 8 |
| Instrumentos de recolección de información..... | 10 |
| Caracterización de la población..... | 11 |
| Cronograma de actividades..... | 12 |
| LA PSICOMOTRICIDAD..... | 14 |
| La coordinación..... | 27 |
| Trastornos psicomotores..... | 28 |
| Psicomotricidad, percusión menor y música..... | 30 |
| DEFICIT COGNITIVO Y DIAGNOSTICOS MENTALES..... | 34 |
| Déficit Cognitivo..... | 38 |
| Trastorno bipolar..... | 41 |
| Esquizofrenia..... | 44 |
| PERCUSIÓN MENOR..... | 51 |
| Esterillas..... | 54 |
| Guacharaca..... | 57 |
| Maracas..... | 59 |
| Pandereta..... | 63 |
| CONCLUSIONES..... | 68 |

| | |
|-----------------------------|-----|
| BIBLIOGRAFIA..... | 71 |
| ANEXOS..... | 73 |
| ANEXO I. PARTITURAS..... | 73 |
| ANEXOS II SESIONES..... | 83 |
| ANEXO III. ENTREVISTAS..... | 113 |

TABLA DE IMÁGENES

| | |
|--|----|
| Imagen. 1. Creación elaborada por Yaneth | 21 |
| Imagen. 2. Creación elaborada por Rocío. | 21 |
| Imagen. 3. Creación elaborada por Paola..... | 21 |
| Imagen. 4. Creación elaborada por Lilia. | 22 |
| Imagen. 5. Esterillas..... | 54 |
| Imagen. 6. Esquema Esterillas..... | 55 |
| Imagen. 7. Guacharaca..... | 57 |
| Imagen. 8. Esquema Guacharaca..... | 57 |
| Imagen. 9. Maracas..... | 59 |
| Imagen. 10. Forma de sujetar las Maracas..... | 60 |
| Imagen. 11. Pandereta..... | 63 |
| Imagen. 12. Esquema Pandereta..... | 64 |

RESUMEN.

En la presente monografía se desarrolla un proyecto para destacar el papel de la pedagogía musical en contextos no escolares a través de la práctica de instrumentos de percusión menor. Su objetivo es fortalecer aspectos de la psicomotricidad en población residente del Centro Femenino Especial J.J. Vargas. En esta institución habitan mujeres adultas con condiciones especiales de aprendizaje y que presentan diferentes cuadros psicopatológicos, como los son la esquizofrenia, el trastorno bipolar y el déficit cognitivo.

Para el desarrollo de esta investigación se tiene en cuenta la concepción de la Teoría de las Inteligencias múltiples de Howard Gardner, la reflexión en la práctica social y alfabetización de adultos de Paulo Freire, y el aprendizaje significativo de Ausubel, para lo cual se tomó de referencia los aprendizajes existentes en la estructura cognitiva de la población y su contexto cultural.

A través de la práctica de los instrumentos de Percusión menor las adultas residentes del Centro Femenino Especial J.J. Vargas, evidencian mejoras en su motricidad, coordinación, y aspectos emocionales, lo cual logra favorecer su parte comportamental y convivencia a través de la práctica musical.

Palabras Claves: Pedagogía musical, percusión menor, psicomotricidad, diagnósticos mentales, déficit cognitivo, Inclusión a través de la música.

ABSTRACT

In this monograph develops a project to highlight the role of music education in non-school settings through the practice of lower percussion instruments. Its objective is to strengthen aspects of psychomotor in resident population of the Women's Center Special J.J. Vargas. In this institution adult women live with special conditions of learning and that present different psychopathological pictures, as there it are the schizophrenia, the bipolar disorder and the cognitive deficit.

For the development of this research takes into account the conception of the theory of Multiple Intelligences of Howard Gardner, reflection on the social practice and adult literacy of Paulo Freire, and significant learning of Ausubel, for which it took of reference the programming existing in the cognitive structure of the population and its cultural context.

Through the practice of the minor percussion instruments adult residents of the Women's Center Special J.J. Vargas, show improvements in its motricidad, coordination, and emotional aspects, which manages to promote its part behavioral and coexistence through the practice of music.

Key words: music pedagogy, minor percussion, Psychomotricity, diagnostics mental, cognitive deficits, inclusion through music.

Introducción

En el transcurso de la formación musical, recorrí diversas facetas en las cuales experimente el amplio camino de la música, fue entonces que tome la decisión de incursionar en la pedagogía musical, al sentir que era la manera más adecuada de compartir la variedad de colores que habitaban este mundo musical, el cual se encargaba de embellecer el paisaje cotidiano, a través del cual podría construir la paleta ideal para enriquecer el paisaje de otras personas.

Durante el transcurso de esta formación como docente, un día cotidiano de aprendizajes se presentó un evento que marco la iniciativa para desarrollar este proyecto, fue a partir de dicho evento que se generó curiosidad por indagar el papel de la música en diversos contextos que eran desconocidos hasta ese momento.

Durante esta observación descubrí una presentación, que se llevaba a cabo en el marco del Festival del Nogal en la Sala de la Cultura María Isabel Reyes Gutiérrez, ubicada en la sede del Departamento de Música de la Universidad Pedagógica Nacional, donde se realizaba un concierto con unas personas que desde ese momento despertaron en mí gran admiración. Se encontraban situadas enfrente del escenario unas artistas acompañadas por un joven que tocaba la guitarra mientras ellas cantaban y realizaban movimientos corporales con una energía que se irradiaba a través de la alegría que expresaban sus ojos, la cual era percibida fácilmente por el público presente y denotaba el gusto de las artistas por expresarse a través de la música.

Al finalizar la presentación comentaron la procedencia de las artistas quienes residían en el Centro Femenino Especial J.J Vargas, en donde habitan mujeres adultas que presentan condiciones especiales de aprendizaje al presentar diferentes cuadros psicopatológicos y es uno de los lugares para la práctica de los profesores en formación de la Universidad Pedagógica Nacional, la cual es coordinada por el profesor Héctor Ramón. Escuchando este concierto se generó en mí el cuestionamiento como docente y persona al preguntarme como emplear la música para beneficiar estos contextos con los cuales no había tenido ninguna experiencia anterior.

Las circunstancias favorecieron mi deseo de conocer la práctica pedagógica musical en contextos alternativos, facilitando el proceso para ingresar a realizar dicha práctica

en la institución nombrada anteriormente, lo cual me ha brindado la oportunidad de construir el aprendizaje más importante en mi carrera como docente, a través de reconocer las capacidades expresivas, cognitivas y físicas de la población que allí reside.

Cada miércoles recorro el camino rodeado de carreteras dibujadas con verdes árboles, que representa el adiós momentáneo a la urbe acelerada, y ofrece la bienvenida a un encuentro con el aprendizaje que me brindan las residentes del Centro Femenino Especial J.J. Vargas, quienes reciben con gran motivación la llegada de los “músicos” que son las palabras con las que ellas se refieren a los practicantes.

Durante el desarrollo de las clases de música aprendí a reconocer las condiciones físicas y mentales de las residentes, las cuales incidían emocionalmente ocasionando tristezas y alegrías, que afectaban sus actividades cotidianas. El transcurso de las clases de música habituales brindaba la posibilidad de liberar tensiones y emociones a partir de la práctica musical. Al observar los beneficios que recibían las residentes del centro, nació el deseo de incrementarlos a través de la propuesta de este proyecto que permitiría crear un espacio nuevo a través de la práctica de instrumentos de percusión menor con el fin de influenciar positivamente su psicomotricidad, lo cual pretendía crear aspectos positivos en su vida cotidiana.

En este texto se podrá encontrar el desarrollo de esta experiencia que aborda inicialmente la recolección de información de los temas más relevantes de la psicomotricidad, nombrando ejes temáticos como motricidad gruesa, fina, coordinación y algunos trastornos psicomotores. Se conocerán características principales de los diagnósticos mentales de la población que participó en el desarrollo de este proyecto, como son el déficit cognitivo, trastorno bipolar y la esquizofrenia y se finaliza con un análisis de los instrumentos de percusión menor trabajados, empleando como eje fundamental la observación de los sucesos ocurridos durante la experiencia y la percepción de las adultas que participaron con gran motivación en este proyecto.

Análisis del problema.

Parte de la formación de un pedagogo musical, es el cuestionamiento de cómo puedo aplicar los conocimientos adquiridos, generando un aporte que marque la diferencia entre utilizar la música solo con fines artísticos o re significar su papel como transformadora de diversos contextos. A través de los espacios de práctica que se han creado en la universidad, se logra reflexionar en el quehacer y plantear las diversas posibilidades que tiene la música, en espacios fuera del contexto tradicional educativo. Es así, como surge el planteamiento de mi problema, desde mi sitio de práctica en el centro femenino especial J.J. Vargas.

El centro femenino alberga a muchas mujeres en edad adulta, con una diversidad de condiciones físicas, mentales y cognitivas, las cuales ejercen una gran influencia en su estado emocional y físico, alterando de manera significativa su calidad de vida. Durante el tiempo que los practicantes de música han asistido a realizar sus prácticas se ha evidenciado una serie de beneficios en las adultas que han participado de dichas actividades, generando así una buena receptividad por parte de la institución, y un compromiso por mantener dicho espacio abierto.

Principalmente muchas de estas prácticas se han enfocado en el trabajo de la parte vocal, la respiración y la coordinación del cuerpo a través de canciones con movimientos y percusiones corporales. De esto, parte mi inquietud por seguir contribuyendo en este proceso, y observo lo que he planteado, como mi problema de investigación, que es: la ausencia de la incorporación de la percusión menor para mejorar el desarrollo de la psicomotricidad, pues está se ve afectada sobre todo en las adultas mayores que presentan un déficit cognitivo moderado y diagnósticos mentales diversos, residentes en el centro especial femenino J.J. Vargas.

Una de las causas, de dicho problema es que las instituciones no cuentan con los recursos necesarios para implementar con la frecuencia necesaria, actividades musicales que permitan mejorar la calidad de vida de las adultas, desaprovechando los elementos de la música que favorecen estos aspectos. Generando, así, el deterioro de su condición general, alterando sus aspectos físicos y ocasionando bajos estados anímicos. Así mismo, la ausencia de actividades que involucren la percusión menor, como herramienta para mejorar la psicomotricidad, ocasiona una desconexión de las funciones psíquicas y motrices, perdiendo posibilidades motrices, expresivas y creativas del cuerpo

Además, otro motivo que influye en el problema, consiste en la presentación de dificultades para procesar la información, inicio de problemas con el equilibrio, la coordinación, fallas de la atención y la memoria, que son características de las personas con déficit cognitivo moderado y diagnósticos mentales.

La poca aplicación de las posibilidades que brinda la música, como medio para mejorar algunos estados físicos y mentales, genera la pérdida de la calidad de vida y, al emplear como única alternativa los tratamientos farmacológicos, desaprovecha alternativas distintas que ofrece la música para ayudar a mitigar la situación de la problemática.

Otra razón para asumir el problema planteado es la necesidad de visibilizar, el uso de los elementos que aporta la percusión menor, en medios que no sean solamente artísticos, suscitando la pérdida de las habilidades que se podrían aportar desde la inclusión de la percusión menor en actividades musicales, para personas que no sean músicos, y que no hagan parte de un contexto escolar, ni artístico.

PREGUNTA.

¿Qué herramientas proporciona la percusión menor, para mejorar la Psicomotricidad de las adultas con déficit cognitivo y diagnósticos mentales del centro especial J.J Vargas?

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la psicomotricidad de las adultas con déficit cognitivo y diagnósticos mentales del Centro especial J.J Vargas, empleando la percusión menor.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Fomentar las actividades musicales que involucren la percusión menor, como medio para mejorar estados físicos y emocionales presentes en el déficit cognitivo y en los diversos diagnósticos mentales.
- Evidenciar las fortalezas que brinda la percusión menor, en personas fuera del contexto educativo y artístico.
- Continuar consolidando los espacios de práctica, que ha construido la Universidad Pedagógica Nacional y el Centro especial J.J Vargas, en aras de contribuir a la calidad de vida de las adultas que allí residen.

JUSTIFICACIÓN

La problemática que se describió anteriormente, podría brindar contribuciones relevantes en aspectos de la pedagogía musical y la psicopatología, como la ejecución instrumental, y la psicomotricidad, con el fin de intervenir en una población para lograr mejorar su condición de vida.

Refiriéndose a la pedagogía musical, como algo que está implícito en el proceso musical y se establece al intervenir una población específica, es importante aclarar que el objeto de esta investigación no es desarrollar productos exclusivamente musicales, ni crear músicos. Se pretende vigorizar el papel de la pedagogía musical en un contexto no escolar, y destacar la importancia de abordar y articular la experiencia educativa a poblaciones y situaciones diferentes. Se menciona, por esto una parte de los planteamientos metodológicos de Edgar Willems quien otorgó a la pedagogía musical una dimensión humanística, pues no consideraba la educación musical como un fin mismo, la consideraba como un medio para despertar facultades sensoriales, motrices, afectivas y creativas de la persona, logrando así desarrollar todas las dimensiones de una manera integral.

Se continúa con la ejecución instrumental, que en este caso se aborda desde la percusión menor, pues en ella se encuentra el elemento rítmico, que está presente en toda la música y considerada como una de las formas más antiguas de la expresión musical. Muchos instrumentos de percusión eran elaborados básicamente con pieles de animales o troncos huecos, y se utilizaron en la magia, como en las celebraciones. Así, mismo, las antiguas civilizaciones se dieron cuenta que los ritmos similares al corazón podían ayudar a equilibrar las ondas cerebrales, otorgando facultades medicinales. Se pretende, en esta investigación realizar un acercamiento a los instrumentos de percusión menor, para visualizar todos los aportes que su ejecución puede brindar, ya que históricamente ha sido relegada, por atribuirle un rol secundario manteniéndola subordinada a otros instrumentos, lo cual no permite destacar su importancia y reconocimiento.

Según la doctora Melanie Nevis¹, directora de la organización Healing Connections International Music Therapy Center, grupo internacional de musicoterapeutas, la percusión tonifica y modula los ritmos internos del organismo, afirma el auto seguridad física, ayuda a la relajación y la meditación, mejora la concentración y la memoria, es energizante, y puede servir para contener las emociones.

En esta investigación se empleará la percusión menor, pues dadas las condiciones físicas y cognitivas, de la población de las adultas del centro J.J Vargas interpretar instrumentos pequeños y de menor complejidad de ejecución, como las esterillas, cucharas, panderetas y maracas facilitaría el desarrollo de la misma.

Ahora, se menciona la psicomotricidad, pues es la encargada de poner en relación dos elementos lo psíquico y lo motriz, pues no se ocupa solo del movimiento humano en sí mismo, sino de la comprensión de él, como un factor primordial de desarrollo y expresión del individuo con su entorno. Esta a su vez, tiene que ver con las sensaciones que se provocan en el cuerpo mediante el movimiento, la toma de conciencia del esquema corporal que hace que el mismo este adaptado a la acción, la coordinación y comprensión del cuerpo, que nos permiten lograr un desarrollo con el entorno.

En las adultas con déficit cognitivo y diagnósticos mentales, la facultad psicomotriz se puede ver afectada, pues se presentan varios problemas, entre ellos: la deficiencia de equilibrio y coordinación, ocasionando a su vez alteraciones en la parte psíquica que afectan los estados emocionales, y por consiguiente, su calidad de vida. La parte psíquica y la conciencia de las emociones es una parte muy importante que no descuida la psicomotricidad, pues es muy relevante comprender las emociones dentro del contexto en el cual se pretende trabajar, al ser una población que tiene unas características mentales y físicas por fortalecer. El trabajo que propone esta investigación, aunque no pretende restablecer totalmente los problemas planteados, si procura incidir positivamente a través de la música en la parte emocional de la población que se busca intervenir.

Por esto, en esta investigación se plantea la percusión menor como herramienta para mejorar la psicomotricidad, pues los elementos del ritmo presentes en ella y las capacidades que desarrolla su ejecución, como la coordinación, disociación, motricidad, podrían aportar componentes relevantes para mejorar las condiciones que

¹ Psicóloga Norteamericana. Directora del Healing Connections Internacional Music Therapy Center. Cita tomada del I Taller de Arterapia para la Región de Centroamérica y el Caribe, celebrado dentro del evento científico Salumec Regla 2003.

se han deteriorado debido al déficit cognitivo, factores físicos y problemas psicopatológicos que inciden negativamente en las adultas del centro J.J Vargas.

Así, a través de la presente investigación, se busca evidenciar y visibilizar las capacidades que tiene la música, y específicamente el uso de la percusión menor, para brindar alternativas en el fortalecimiento de facultades físicas y psíquicas de la población que se busca intervenir, y visibilizar la participación de la pedagogía musical en procesos sociales fuera del contexto académico y artístico.

METODOLOGIA

Enfoque

Esta investigación parte de la concepción de la teoría de inteligencias múltiples de Howard Gardner, quien define la inteligencia como la "capacidad de resolver problemas o de crear productos que sean valiosos en uno o más ambientes culturales", (Gardner, 1994, p. 10), pues es en este momento que la inteligencia se convierte en una destreza que todos pueden desarrollar, dependiendo de las experiencias, del medio y de la educación que se reciba, esta no estaría ligada solamente a un componente genético.

En mi opinión, la mente tiene la capacidad de tratar distintos contenidos, pero resulta en extremo improbable que la capacidad para abordar un contenido permita predecir su facilidad en otros campos. En otras palabras, es de esperar que el genio (y a posteriori, el desempeño cotidiano) se incline hacia contenidos particulares: los seres humanos han evolucionado para mostrar distintas inteligencias y no para recurrir de diversas maneras a una sola inteligencia flexible. (Gardner, 1994, p. 11)

Por esto, la educación según la teoría de las inteligencias múltiples tiene en cuenta que no todos los individuos tienen las mismas capacidades, intereses, y no se aprende de la misma forma, se centraría en el individuo, evaluando sus capacidades y tendencias individuales, factor muy importante en esta investigación, pues se aplicaría en la diversidad de condiciones cognitivas, físicas y mentales que presentan las adultas del Centro femenino especial J.J Vargas; lo cual implica una intervención pedagógica musical que tenga en cuenta lo mencionado anteriormente.

Este proyecto pretende abordar algunas de las inteligencias mencionadas en esta teoría para implementarlas en el desarrollo de las actividades propuestas. La inteligencia física-kinestésica: entendida como la habilidad para usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, fundamentales en las funciones psicomotrices. La inteligencia musical, es la capacidad de percibir, distinguir, transformar y expresar el ritmo, timbre y tono de los sonidos musicales, y a través de la intervención musical se plantea el proyecto para las adultas, y finalmente la inteligencia interpersonal, es la posibilidad de distinguir y percibir los estados emocionales y signos interpersonales de los demás, y responder de manera efectiva a

dichas acciones de forma práctica, (Gardner,1998) está es muy importante, pues en el proceso se tendrán en cuenta las motivaciones e intenciones, que se tengan durante las sesiones que se realicen, para llevar a cabo cambios, si así se requiere. Por esto, en el diseño de los talleres ² se implementaran actividades que involucren el desarrollo de la motricidad gruesa, coordinación corporal y manual lo cual tiene relación con la inteligencia física- kinestésica desarrollándose a través de la práctica que afianzará el desarrollo de la inteligencia musical.

Además, se tendrá en cuenta el pensamiento de Paulo Freire, que parte de una metodología de la práctica social para reflexionarla y transformarla, parte de las vivencias del ser humano el saber ya no es solo un depósito propone el diálogo entre educandos y educadores.

Paulo Freire se ocupó de los hombres y mujeres «no letrados», de aquellos llamados «los desarraigados del mundo», de aquellos que no podían construirse un mundo de signos escritos y abrirse otros mundos, entre ellos, el mundo del conocimiento (sistematizado) y el mundo de la conciencia (crítica). Porque para Freire el conocimiento no se transmite, se «está construyendo»: el acto educativo no consiste en una transmisión de conocimientos, es el goce de la construcción de un mundo común. (Fernández Moreno, J.M.: 1999)

Se toma como referencia a Paulo Freire, por su programa de alfabetización de adultos, que inspiró los principales programas de alfabetización en Brasil a comienzos de los años 60. Su objetivo es, incluso antes de iniciar el proceso de alfabetización, llevar al educando a asumirse como sujeto de aprendizaje, como ser capaz y responsable; dando un rol de igualdad, lo cual genera que no solo el conocimiento sea un depósito y se abran los caminos para el que quiera aprender libremente.

Por último se menciona, el aprendizaje significativo de Ausubel (1983), que es cuando los contenidos son relacionados de modo no arbitrario con lo que el alumno ya sabe. Se debe entender que las ideas se relacionan con algún aspecto existente específicamente relevante de la estructura cognoscitiva del alumno, como una imagen, un símbolo ya significativo, un concepto o una proposición, o experiencia, esto, es de gran relevancia en el trabajo con las adultas del centro, pues ellas siempre mencionan sus conocimientos previos, y si se aprende algo que es familiar el proceso será evocador de cosas emocionalmente buenas, lo cual facilitará su aprendizaje, es por esta razón que para el diseño de los talleres se seleccionó música colombiana y popular que se relaciona con el contexto cultural de la población.

² Ver anexo II sesiones. Pág. 83.

Instrumentos de recolección de información

Teniendo en cuenta, el enfoque que se describió anteriormente, esta investigación es de tipo cualitativo, pues tendrá en cuenta las cualidades de los sucesos que se presenten durante la intervención musical, y no pretende hacer ningún tipo de medición estadística, por lo tanto, propone los instrumentos de recolección que se presentan a continuación:

- 1) Revisión bibliográfica: En la cual se buscarán fuentes de información referentes al desarrollo psicomotriz, para elaborar las actividades adecuadas que se implementarán durante la clase.
- 2) Observación y sistematización de las clases.
 - Se realizarán 15 sesiones distribuidas durante el año 2016
 - Se observará durante cada sesión de la clase: aspectos de motricidad gruesa y fina de las adultas.
 - La Coordinación que se logre a partir de los instrumentos de percusión menor
 - La disociación que algunas de ellas podrían desarrollar.
 - Su estado emocional durante la clase.
- 3) Entrevistas.
 - Entrevistas a las adultas que participaron en el proyecto.
 - Entrevista a Psicólogo activo del Centro Femenino Especial J.J. Vargas Doctor José Miguel Acosta.
 - Entrevista a Psicóloga activa del Centro Femenino Especial J.J. Vargas Doctora Yesica Peña
 - Entrevista al profesor Héctor Ramón coordinador de la práctica Centro Femenino Especial J.J. Vargas.
 - Entrevista a Docente en Formación practicante del Centro Femenino Especial J.J. Vargas y percusionista experta Sandra Zabaleta.

Caracterización de la población

A partir de la práctica que se realizó en el Centro femenino especial J.J Vargas, se logró interactuar con la población que allí reside de una manera directa, por lo cual, se observó que la mayoría de las habitantes son mujeres de la tercera edad y adultas, con diversos cuadros de condiciones mentales, físicas, y emocionales pero sobre todo con la particularidad de presentar abandono por parte de sus familiares. Dicha situación, ocasiona que las habitantes de este centro presenten síntomas de depresión, que al sumarlos con sus problemas físicos, influyen negativamente deteriorando su calidad de vida, lo cual ocasiona su aislamiento y exclusión de la sociedad en la cual antes participaban activamente. Para el desarrollo de este proyecto se trabajó con cuatro adultas entre los 30 y 65 años residentes del Centro Femenino especial J.J Vargas con psicopatologías diferentes. Dos de las participantes “Rocío” y “Paola”³, según entrevista realizada al Doctor Acosta⁴ (2016) responden a un cuadro clínico de esquizofrenia y esquizofrenia paranoide, la adulta “Yaneth” presenta un cuadro trastorno afectivo bipolar y la última de las participantes “Lilia” muestra un déficit cognitivo moderado, por lo tanto es una población que presenta condiciones especiales de aprendizaje con diversidad de condiciones físicas y emocionales.

Algunos centros que albergan este tipo de población se centran en brindar albergue y alimentación a sus habitantes, pero descuidan la parte humana y la manera de brindar herramientas que permitan fortalecer sus capacidades emocionales y físicas, el Centro femenino especial J.J Vargas, se ha caracterizado por su preocupación en garantizar el bienestar a las adultas que allí residen, con una visión humanística, desde distintas áreas como la psicología, terapia ocupacional, fisioterapia, educación especial, además, de brindar actividades lúdico recreativas, que permite brindar opciones distintas a las residentes de este centro.

Una de las actividades que plantea el Centro es el convenio que se ha establecido con la Universidad Pedagógica Nacional, para llevar a cabo las clases con los practicantes de música, se resalta la buena aceptación y la disposición que tienen las adultas para participar de ellas, logrando que disfruten y mejoren su estado anímico en cada sesión.

Pero a pesar de las preocupaciones del Centro por brindar alternativas, es muy marcada la secuela que ha dejado la carencia de afecto y el abandono de sus

³ Nombres ficticios de libre elección que escogieron las participantes del proyecto.

⁴ Ver anexos III pág. 122.

familiares. En una sociedad, en la que habitan personas con problemas mentales, y en la cual cada día aumenta el crecimiento de la población de adultos mayores, es frecuente ver como se presenta desidia frente a este tipo de población, no solo por parte de sus familiares si no por parte del Estado, que se niega a reconocer la importancia de reivindicar los derechos de estas personas.

Es necesario que se manifieste desde la educación musical una postura, frente a la cual se podría lograr con este tipo de poblaciones recuperar su integridad como individuos. Pues, muchas veces se centran los beneficios de la música en la población infantil, sin ánimo de demeritar la función y el papel que esta ha venido ejerciendo en este ámbito, es importante asumir nuevas perspectivas como pedagogos musicales, que permitan ampliar y reproducir los beneficios que se le atribuye a la aplicación de actividades musicales en personas de dicha población, para lograr implementarlas en personas adultas y de la tercera edad con condiciones similares a las que presentan las adultas, del centro ya mencionado.

Por esto, esta investigación plantea la necesidad de fortalecer parte de la condición física, a través del trabajo de la psicomotricidad de las adultas con déficit cognitivo y diagnósticos mentales del Centro femenino especial J.J Vargas, y a su vez influir en su calidad de vida por medio de la música, y los instrumentos de percusión menor, pues se aclara que esta población no requiere una educación musical como tal, se pretende utilizar los elementos que esta puede proporcionar, ya que como futuros pedagogos musicales, podríamos lograr una reflexión para que la sociedad reivindique su papel, utilizando las herramientas necesarias para recuperar a personas con las características de la población antes descrita, como individuos activos de una sociedad, que muchas veces les confiere un estado de olvido.

Cronograma de actividades

| | |
|---|------------------------------------|
| Revisión Bibliográfica | Diciembre 2015 a Junio 2016 |
| Diseño de la Propuesta. | Febrero de 2016. |
| Aplicación de talleres | Marzo a Octubre de 2016 |
| Entrevistas | Agosto a Octubre 2016 |
| Transcripción de entrevistas | Octubre a Noviembre 2016 |
| Análisis y elaboración de Conclusiones. | Diciembre de 2016 a Marzo de 2017. |

LA PSICOMOTRICIDAD

Para abordar el término psicomotricidad se comienza por establecer un recorrido que permita entender el origen de su concepto, partiendo de la comprensión y el origen de la palabra movimiento. Según Kurt Meniel (1971) citado por Pérez (2010) la palabra movimiento tiene su primera aparición en el siglo XVII, manifestándose como un problema que empieza a despertar interés en físicos, anatomistas y científicos al tratar de explicar y reflexionar sobre el movimiento humano, tomando su mayor auge hacia el siglo XIX.

Teniendo en cuenta que en sus inicios la palabra movimiento tenía una concepción mecánica, centrada en una filosofía dualista que separaba el cuerpo y el alma, y fijaba su atención en una racionalidad instrumental, cuyo fin era la industrialización y la preparación para el trabajo. En palabras del autor Pérez (2010) el autor Kolyniak (2007) menciona: “en la época moderna el movimiento se manifiesta en cuerpo máquina, fragmentado para su estudio, manipulación y tratamiento; sustentada únicamente en sustratos físicos- biológicos.” Esta visión, que se tenía del movimiento muestra, como se desconocía y restaba importancia a las facultades cognitivas, emocionales, sociales y sensoriales que intervienen en el movimiento, de todos los seres, y que a través del tiempo fueron resignificadas al reflexionar sobre ellas.

Fue hacia el siglo XX donde se estableció una ruptura de los pensamientos hegemónicos, y se dio paso al desarrollo del conocimiento que lograba una forma diferente de comprensión, abarcando conceptos de diferentes campos del conocimiento como la neuropsicología, psicología y sociología, se dio una visión diferente que tomaba en cuenta las condiciones sociales, cognitivas y emocionales que antes no eran relevantes en la parte motriz.

Llega una nueva forma de interpretar el mundo que, corresponde a una “nueva cultura” donde lo perceptivo, lo sutil, lo liviano, lo “subjetual” y lo caótico se re conceptualizan para integrarlos a la visión compleja de la realidad. En esta nueva cultura de la fragmentación se da lugar a la integración, y el cuerpo recupera otros significados: un cuerpo sensitivo, perceptivo, holístico, el cuerpo como archivo, como elemento mutable que se renueva permanentemente, como reproducción del universo, como generador y como transmisor. (Arboleda, 1993, citado por Pérez 2010, p. 39).

Al abandonar la fragmentación se reconocen nuevas dimensiones del movimiento, que abren nuevos caminos para reconocer la importancia de la corporalidad con el movimiento, asumiendo su relevancia en las relaciones cotidianas que involucran la integración de todos los elementos constitutivos del ser. La música pretende llegar al individuo en su totalidad. Permite por una parte, que la persona tome conciencia de su universo afectivo y emocional, que conozca y comprenda no solo su entorno, sino que aprenda a conocer y convivir con el de los demás.

Dentro del ámbito de la música, aparece uno de sus elementos representativos, el ritmo, construyendo el movimiento entre melodías y armonías hace parte de la totalidad musical, es a partir de él que nacen las primeras expresiones, involucrando la dimensión corporal y mental a través de un lenguaje musical que busca la forma de comunicarse a través de él.

Desde hace milenios el ritmo ha sido objeto de estudios diversos. El ritmo estructura la duración y esta sacado de la palabra griega "rhéo". El ritmo se desarrolla en el tiempo. El ritmo debe basarse más en el instinto que en el razonamiento. Puede ser también definido como un movimiento corporal imaginado o vivido. Algunos, lo comparan a una manifestación afectiva o mental. Los movimientos humanos son puentes de ritmo. (Defontaine, 1980,p.177).

El ritmo presente como una de las primeras formas de comunicación anterior al lenguaje hablado en civilizaciones ancestrales, fue utilizado para suplir muchas necesidades, de orden físico y espiritual elaborando los primeros instrumentos de percusión, los cuales eran fabricados de manera rudimentaria, con el fin de ser golpeados, sacudidos o entrechocados. Así mismo, se generan diversas formas de interpretarlos, destacando el uso de las manos, que brinda diversidad de ejecución.

Con el paso del tiempo la percusión fue cambiando y marcando muchas variaciones que la llevaron a dividirse en diferentes grupos, ya sea por su altura tímbrica o por el tipo de materiales del cual estaban contruidos, se marcaron varias divisiones en su familia, lo que definía en muchos géneros su rol musical. Este proyecto empleará como herramienta la percusión menor⁵, en el que se encuentran contenidos los instrumentos de altura indefinida o que producen notas que no son identificables, y tienen ejecución manual, es decir las manos son las que están involucradas en la producción del sonido.

⁵ Se desarrolla y amplía el concepto de Percusión menor en el capítulo dedicado a esta. Ver página 51.

Podría la percusión menor funcionar como el factor integrador entre la motricidad y la parte emocional, al utilizar los componentes que implican su ejecución, como la coordinación, concentración y disociación que permiten contribuir no solo al desarrollo del control físico motriz, sino al desarrollo emocional al emplear la creación musical a través de dichos instrumentos, como medio para incrementar el bienestar emocional de las adultas del centro Femenino Especial J.J Vargas.

Al iniciar la primera sesión de las actividades con las adultas,⁶ se evidencia cómo la percusión menor ejerce un papel integrador entre la parte física y emocional, pues en la dicha sesión se realiza una propuesta en la cual se presentan los instrumentos, como la esterilla, guacharaca, pandeetas y maracas, para luego proceder a dejar explorar libremente con los instrumentos a las participantes realizando diferentes movimientos con los distintos instrumentos, propiciando un momento en el cual, ellas pueden realizar sus creaciones y evocar momentos de importancia. Una de las adultas empieza a cantar libremente una canción llamada "Río Badillo" que cantaba en su infancia y menciona que le agrada mucho poder interactuar con un instrumento nuevo para ella, se puede notar que la adulta no tiene aún el control motriz para mantener un ritmo estable con el instrumento, pues es la primera vez que tiene un contacto con él y no se ha llevado un proceso para afianzar su control y destreza, pero, se encuentra motivada para seguir disfrutando de las actividades musicales que le brindan una nueva experiencia al conocer un instrumento de percusión, lo cual será un factor relevante, para que a través de la práctica consiga mejorar su proceso con dicho instrumento. *"El movimiento está ligado, y recíprocamente condicionado, a las esferas del deseo y del querer."* (Fonseca, *Estudio y genesis de la psicomotricidad*, 1996. P.57)

Durante esta experiencia las participantes muestran gran interés y se encuentran motivadas a realizar muchos movimientos, impulsadas por el deseo de aprender a manejar un instrumento. Esta incorporación de la percusión menor a las actividades musicales de las adultas, ejerce un papel relevante al convocar sus emociones manifestándolas a través de su corporalidad, lo cual evidencia la interacción de la inteligencia física kinestésica y la inteligencia emocional planteadas por Gardner (1994). Dichos aspectos físicos y emocionales se encuentran afectados debido a sus

⁶ Proyecto realizado con cuatro adultas del Centro Femenino Especial J.J. Vargas con déficit cognitivo y diagnósticos mentales diferentes. Se realizan quince talleres empleando la percusión menor, dando inicio el 2 de marzo de 2016 y finalizando el 19 de octubre de 2016, centrando su objetivo en intervenir la psicomotricidad de esta población, con el fin de mejorar su calidad de vida. (ver anexo II, sesiones, pág.83)

condiciones cognitivas y tratamientos farmacológicos, que requieren sus diagnósticos mentales, por esto es tan importante fortalecerlas a través de la práctica musical.

Según Pérez (2010) la motricidad hay que entenderla como la comprensión del movimiento, de un lado como concepto central de la vida y de otro lado, como una visión específica del movimiento, el cual se asocia como el medio para satisfacer necesidades de supervivencia, transmitir emociones y como una herramienta primordial de comunicación e interacción con el medio.

Al mencionar la palabra motricidad, muchas veces se piensa solo en los estímulos que se encargan de producir movimiento, desconociendo la parte emocional que logra una comprensión y lectura del mundo a través del control corporal. Esto se ve reflejado en situaciones cotidianas, cuando se presenta alguna alteración física en el organismo, inmediatamente se origina una reacción emocional que incide directamente en la salud integral del organismo, alterando positiva o negativamente la calidad de vida.

Por esto, la importancia que se plantea en esta investigación, al hablar de intervenir no solo la parte motriz, si no la parte psíquica, lo cual hace referencia al concepto de psicomotricidad, evitando cualquier falsa dualidad o fragmentación del concepto, pues en realidad son un conjunto inseparable como lo es el mismo ser.

En palabras del autor Pérez (2010) Da Fonseca (1998) planteaba que la motricidad depende de la evolución neuro anatómica, y presenta una interacción entre el cerebro, el cuerpo y el medio cuando surge una motricidad intencional y genera una comprensión se da el comienzo a la psicomotricidad, término que se vincula con el campo patológico, ya que, ésta comenzó al realizarse estudios sobre la debilidad motora en personas con debilidad mental por el filósofo y científico John Dúpre (1909), pero fue Wallon considerado el pionero de la psicomotricidad con su obras basadas en el desarrollo psicológico del niño, psicología evolutiva y maduración fisiológica e intelectual, donde aborda la importancia y trascendencia del movimiento para desarrollar la madurez psicofísica de la persona, teniendo en cuenta la comunicación afectiva, la socialización y las emociones para fundamentar y elaborar una nueva concepción de un cuerpo pensante, que tiene en cuenta conceptos de la neuropsicología y neurofisiología para hacer un ejercicio teórico práctico de reflexión del movimiento en relación con la parte psíquica para lograr un significado integral del concepto.

“La obra de Wallon señala bien la importancia de la motricidad en la emergencia de la conciencia, subrayando la reciprocidad constante de los aspectos cinéticos y tónicos

de la motricidad, así como las interacciones entre las actitudes, los movimientos, la sensibilidad y la acomodación perceptiva y mental en el transcurso del desarrollo....” (Fonseca, 1996, p. 35). Es por esto, que al abordar el término psicomotricidad se establece una relación entre la parte psíquica, la cual está encargada de la parte comportamental, emocional, y la motriz encargada de las funciones motoras, como el equilibrio, la fuerza y coordinación. La incorporación de la percusión menor en las prácticas musicales de las adultas del Centro Femenino especial J.J Vargas, podrían evidenciar mejoras en la parte psicomotriz, pues ésta se ha visto deteriorada por sus condiciones físicas y emocionales, lo cual incide negativamente en su calidad de vida. Por esto, es importante brindar procesos a través de la música que contribuyan al fortalecimiento y rehabilitación de su parte psicomotriz.

Wallon otorgó gran importancia al estudio del movimiento, no solo por representar la manera de reaccionar de cualquier ser vivo a través de su medio sino también por testimoniar la vida psíquica y traducirla en términos de totalidad e intención. No podemos despreciar el movimiento y considerarlo el resultado de puras contracciones musculares, o un simple desplazamiento en el espacio. El movimiento está ligado, y recíprocamente condicionado, a las esferas del deseo y del querer. (Fonseca, 1996,p.57.)

Durante las prácticas musicales que realizan las adultas del Centro Femenino especial J.J. Vargas, se ha observado cómo crecen positivamente sus estados emocionales, al involucrar un elemento nuevo en estas sesiones, como la ejecución de instrumentos de percusión menor se avanzaría en el aumento de dichos estados emocionales. “la relación entre los estados emocionales y las acciones, y por supuesto, la motricidad misma es de suma importancia, pues, bajo circunstancias normales, los estados emocionales son disparadores de la acción y su contexto interno” (Llinás, 2003, p.182.)

Como lo dice el autor, Rodolfo Llinás (2003) si en circunstancias normales los estados emocionales tienen una directa influencia sobre la acción y el movimiento, en la población de las adultas es muy marcada dicha relación, pues debido a sus condiciones cognitivas y al tratamiento farmacológico se presentan alteraciones emocionales que inciden negativamente en la realización de sus acciones normales, afectando a su vez su parte motriz, es por esto, que al incrementar sus estados emocionales, se estaría contribuyendo a mejorar sus actividades cotidianas y su calidad de vida en general.

Esto se evidencia en el transcurso de la quinta sesión con las adultas⁷, en la cual se propone una actividad para el desarrollo de la motricidad gruesa, a través de la canción “Boogie Woogie”⁸. Se emplearon durante esta actividad maracas y pandeetas, creando movimientos corporales con extremidades superiores e inferiores, de acuerdo al ritmo y letra de la canción.

Ya durante esta actividad se observa mayor control corporal, al realizar los movimientos de acuerdo a la música, y control manual más preciso al involucrar los instrumentos durante la canción con un ritmo estable siguiendo el pulso de la misma. Además el estado emocional en general de las adultas fue bastante bueno, pues la canción al presentar un ritmo divertido intensifica positivamente sus estados anímicos. Se ha observado durante el tiempo de las actividades con las adultas que las canciones que tienen un ritmo alegre y movido, fortalecen su participación en las sesiones y genera activación del movimiento corporal.

La comprensión del movimiento, aspecto mencionado en la psicomotricidad, es de vital importancia para que el contacto y la experiencia con el mundo no sea una tarea mecánica y repetitiva sin ningún tipo de reflexión. Al involucrar la percusión menor en las sesiones de música, en las que participan las adultas, se podría brindar una experiencia distinta, la cual les brinda nuevas posibilidades que antes no habían sido contempladas dentro de sus capacidades. “...pongo énfasis, aquí en que el cerebro comprende las cosas, sean estas reales o abstractas, a través de la manipulación del mundo externo, de nuestro movimiento y por ende a partir de la experiencia sensorial derivada de él.” (Llinás, 2003, p.68)

Al ampliar el abanico de posibilidades, se logra una comprensión distinta del movimiento, al verlo desde otra perspectiva que no sea las actividades básicas, de las cuales necesitamos todos, se está creando la opción de emplear nuestras funciones motoras como herramienta para crear experiencias a través de los sentidos. La experiencia nueva de poder tener un instrumento musical que antes no se conocía, brinda una forma diferente de interactuar con nuestro sentidos y una manera de crear retos y diversas formas que desarrollen no solo el movimiento si no el proceso cognitivo. La importancia de brindar estos espacios para las adultas demuestra y abre diferentes caminos para asumir el aprendizaje de conceptos, que incentiven su mente y cuerpo.

⁷ Quinta sesión del taller, realizada el 13 de abril de 2016. (ver anexo II, sesiones, pág. 91)

⁸ Ver anexo I pág. 74.

El desarrollo de nuevas experiencias que involucren de manera diferente los sentidos y la mente, amplía la relación entre el movimiento y la cognición, ya que, desde campos del conocimiento como la neuropsicología, encargada de abordar las relaciones existentes entre funciones cerebrales, estructuras psíquicas y comportamiento individual de los sujetos, se establece la directa relación entre cognición y movimiento, pues muchas de las funciones motoras se establecen en la corteza cerebral, como lo decía el autor Gardner (1987) al realizar la ubicación de las inteligencias en la misma corteza, lo cual reafirma la estrecha relación que ya se mencionó anteriormente, y sustenta el planteamiento de generar conocimiento y comprensión a través del movimiento.

Al implementar la ejecución de la percusión menor se podrían dar diferentes procesos del conocimiento al desarrollar los procesos que implican conocer las formas para lograr su control, coordinación y disociación, y lograr comprender el curso que se debe llevar a cabo para alcanzar el manejo de los instrumentos relacionándolos con los procesos que las adultas habían trabajado anteriormente como el canto. “la mente no necesariamente es una propiedad únicamente biológica. La arquitectura capaz de generar la cognición debe relacionarse con la motricidad sobre la cual tal cognición se desarrolla” (Llinás, 2003,p.309.)

Esta cognición se hace presente durante las actividades realizadas durante esta investigación, por ejemplo, durante la sexta sesión realizada el 20 de abril, se plantea una actividad donde se muestran imágenes de dos figuras rítmicas musicales básicas, como las negras y las corcheas, se le asigna una palabra conocida a cada figura, acompañándola de movimientos corporales, así:

Cuando la profesora interprete una negra⁹ con uno de los instrumentos se dirá la palabra “pan” y se dará un paso al frente, y al escuchar que la profesora toque corcheas¹⁰ se mencionará la palabra “casa” y se realizarán palmas, estos movimientos corporales junto a la apropiación del sonido de una palabra conocida, facilita su comprensión, para luego practicarlas en instrumentos como la esterilla y la guacharaca.

Después durante la séptima sesión¹¹ realizada el 27 de abril de 2016 se realiza un repaso de las figuras y se procede a ofrecer un espacio donde las adultas proponen una diferente creación, utilizando los conocimientos adquiridos durante la sesión

⁹ Negra: Figura musical que indica la duración de un tiempo en un fragmento musical.

¹⁰ Corchea: figura musical que indica la duración de medio tiempo en un fragmento musical.

¹¹ Ver anexo II, sesiones, pág. 95.

anterior, plasmando los dibujos de las figuras aprendidas en un papel , para luego interpretar cada una lo que escribió, y finalmente hacer una creación colectiva a partir de las propuestas de todas las participantes. A continuación se muestran las propuestas de las participantes:



Imagen. 1. Creación elaborada por Yaneth

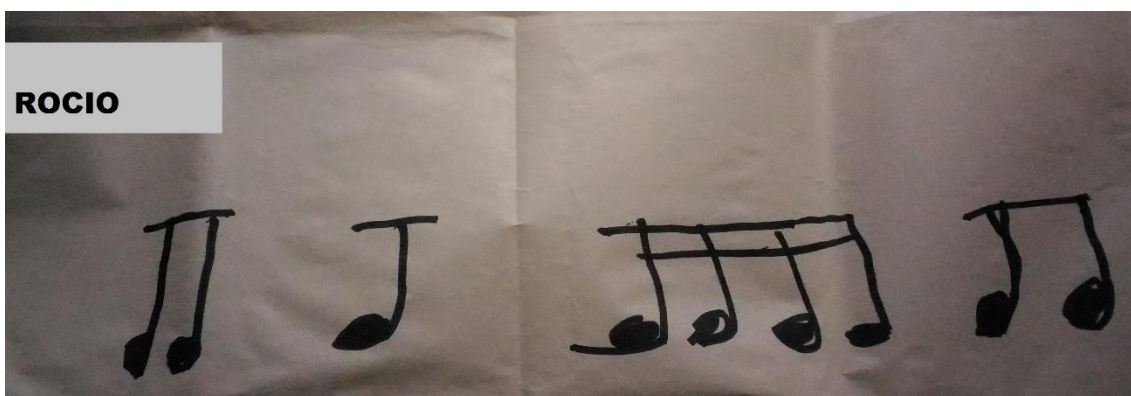


Imagen. 2. Creación elaborada por Rocío.

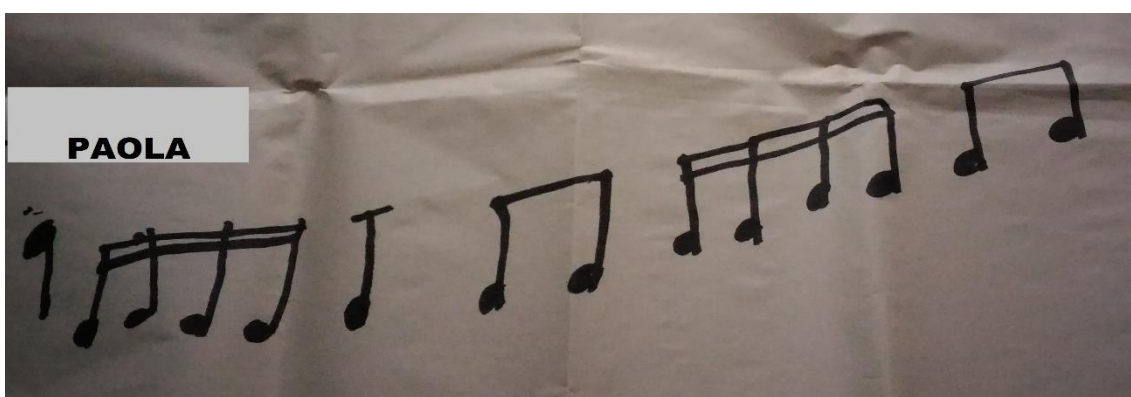


Imagen. 3. Creación elaborada por Paola..

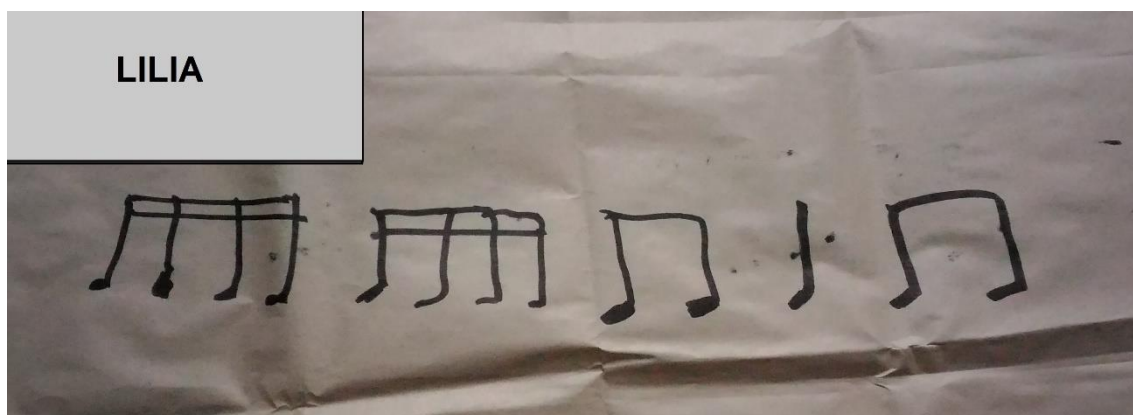


Imagen. 4. Creación elaborada por Lilia.

Se demuestra cómo a través de los procesos que planteaba la sesión las participantes realizan un proceso de comprensión que conlleva un acercamiento a las figuras básicas, y esto facilita que puedan expresar a través de la creación de un breve fragmento musical, interpretándolo con los instrumentos de percusión menor. Además las adultas manifiestan la emoción que les provoca tener nuevos conocimientos musicales y una de ellas menciona “en verdad así suena lo que yo invente”, es claro que para las participantes la incorporación de los instrumentos de percusión menor genera cognición, y que ésta a su vez activa positivamente la parte emocional.

De esta manera se pudo evidenciar que aunque la finalidad del trabajo musical no contemplaba la implementación de un proceso de lecto escritura, se logró que ellas establecieran una relación significativa entre su producción sonora y el símbolo musical convencional, convirtiéndose además este último en una herramienta que facilitó el proceso creativo.

En palabras del autor Fonseca (1996) el ritmo es inherente a la naturaleza humana y su actividad sensorial marca un proceso de desarrollo en toda la maduración intelectual.

El ritmo y la música proporcionan la indispensable instrumentalización del cuerpo (espacio y tiempo personalizado) y a su vez, se encargarán de abrir camino a la expansión cerebral, esto es, aumentarán las conexiones nerviosas entre el cerebro y el cuerpo. El afinamiento perceptivo que el ritmo proporciona garantiza, por sí mismo, un mejor ajustamiento psicomotor, pues valora la noción de autonomía e independencia frente a los ritmos impuestos por lo cotidiano. (Fonseca, 1996, p.398)

Al desarrollar los movimientos que implica el aprendizaje de un instrumento de percusión menor, y al efectuar su comprensión, se está realizando un proceso que desarrolla y fomenta la cognición, pues se realiza una nueva evolución la cual involucra movimiento, emoción y comprensión, ítems que fundamentan la psicomotricidad, y dan importancia a esta investigación.

Es muy importante en la población de las adultas del centro Femenino especial J.J Vargas, incentivar estos espacios, pues algunas veces por la condición en que se encuentran las adultas, se tiende a desvalorar sus capacidades negando posibilidades que les permita ejercitar el proceso cognitivo, y fortalecer el desarrollo del mismo.

La percusión menor durante los talleres de esta investigación ha brindado posibilidades para demostrar las capacidades presentes en las adultas, por ejemplo una de las participantes presenta una condición particular en sus extremidades superiores que limita sus movimientos y dificulta el manejo del control manual, sin embargo es una de las adultas con mayor interés y disposición en las actividades musicales, lo cual impulsa su participación en las sesiones.

Durante la décima sesión¹² realizada el 14 de septiembre, se presenta una actividad donde se hace una improvisación a partir de una historia con la guacharaca, cada una interpreta un pequeño fragmento musical, cuando llega el turno de la adulta que se mencionó anteriormente, otra de sus compañeras le dice “usted no puede tocar eso”, ella, la observa y muy decidida dice: “yo sí puedo”, es entonces cuando procede a sujetar la guacharaca sosteniéndola entre su quijada y estómago, y con la mano que posee una ligera movilidad empieza a tocarla, ella sonríe y evidencia su felicidad ante sus compañeras.

Es impactante ver como gracias al interés que despierta la música, y la curiosidad por los instrumentos de percusión menor, esta adulta demuestra sus capacidades, asumiendo y adaptando su corporalidad para desenvolverse y participar emotivamente de todas las actividades musicales, y demuestra aún más el proceso cognitivo que realiza al reconocer la mejor forma para asumir la misma.

Al abordar la parte psicomotriz, se hace énfasis en la importancia del dominio del cuerpo, y para lograr desarrollarlo se requiere identificar los elementos que son base de esta, como son la tonicidad y el autocontrol.

Refiriéndose a la tonicidad, se comienza por hablar del tono muscular, según Comellas, Perpinya (2000) éste está encargado de cualquier movimiento y es capaz

¹² Ver anexos II, sesiones, pág. 101.

de adaptarse a diferentes situaciones que impliquen una acción, como andar, estirarse o coger un objeto específico, para esto los músculos realizan una ligera contracción que les permite generar un grado de tensión muscular necesario y diferente para cada movimiento que se quiera realizar cotidianamente.

Incorporar la percusión menor en las actividades musicales brindaría elementos para preparar y fortalecer el tono muscular, regulando las tensiones musculares, permitiendo así adaptarse adecuadamente a cualquier tipo de actividad. En una de las adultas que participaron en los talleres de esta investigación, es notoria la tensión en el tono muscular¹³, lo cual no permite que regule la intensidad necesaria en sus movimientos causando dificultades en las tareas de control y precisión.

En la novena sesión¹⁴, se observa como una de ellas, empieza a relajar el tono muscular, permitiendo regular sus movimientos al interpretar la esterilla, además, manifiesta que presenta mayor relajación y control en sus movimientos, pues esta sesión inicia planteando una actividad donde se realiza un calentamiento a través de la práctica de las maracas empleando diferentes movimientos que desarrollan la motricidad gruesa de los miembros superiores y produce una relajación de todo el cuerpo, para luego aplicar el proceso de interpretar el ritmo de vals a través de la canción “pueblito viejo”.

Esta práctica de calentamiento a través de las maracas que se ha utilizado durante varias sesiones de esta investigación, ha demostrado evolución en la relajación del tono muscular de las participantes y facilita el proceso para empezar el trabajo de mantener un ritmo específico y estable como el vals. Además, se observa que al emplear algunas canciones que están presentes dentro de la cotidianidad de las participantes su aprendizaje es más fácil y emotivo, pues muchos de estos temas evocan emociones que inciden positivamente en su participación durante las actividades planteadas.

Al realizar una práctica musical, que involucre cualquier ejecución instrumental interviene no solo el tono muscular, pues al mantener un ritmo constante durante una canción se necesita un autocontrol que permita mantener la misma constancia durante la ejecución de la obra o actividad. “El autocontrol es la capacidad de encarrilar la energía tónica para realizar un movimiento.” (Comellas, 2000,p.31).

¹³ Contracción parcial, pasiva y continua de los músculos que interviene en el movimiento. Montenegro (2014)

¹⁴ Novena sesión realizada 7 de septiembre de 2016. (Ver anexo II, sesiones, pág. 99.)

La incorporación de la percusión menor en las actividades de las adultas del centro especial J.J Vargas podría ser el primer escalon para iniciar la práctica instrumental, pues por medio de los instrumentos se fomentaría el trabajo del autocontrol en las adultas, aspecto que se ve alterado por sus condiciones cognitivas, alterando negativamente su bienestar y su convivencia social.

Se observa durante las actividades musicales que se realizan cotidianamente con los practicantes de la Universidad Pedagógica Nacional, y en los talleres que plantea esta investigación, cómo afecta la falta de autocontrol en la convivencia social de las adultas, pues en algunas situaciones se demuestran sentimientos de molestia entre residentes del Centro Femenino Especial J.J Vargas que tienen poco regulado este aspecto.

En la decima sesión¹⁵ realizada el 14 de septiembre, se hace visible el avance en el tema del autocontrol por parte de una de las adultas, pues al participar y sentirse motivada por la práctica con los instrumentos de percusión menor, se autoregula y empieza a tomar un control distinto de su cuerpo permitiendo mejorar su participación en las actividades musicales y además brinda herramientas positivas para la convivencia con sus compañeras. Esto demuestra el papel de la música como una forma de práctica social a la cual hace referencia Paulo Freire (1985), estableciendo un dialogo entre los actores permitiendo fortalecer la convivencia cotidiana de las adultas que participaron en este proyecto.

Es evidente la importancia que tiene el cuerpo en la práctica musical, al ser un interlocutor de la expresión que realiza el individuo con el medio, y al convertirse en el vehiculo que transporta todo esto, a un instrumento musical, es necesario nombrar los aspectos que se pretenden abordar desde la práctica con instrumentos de percusión menor en esta investigación.

Iniciando con la motricidad gruesa, entiéndase esta como el *“Dominio de una motricidad amplia que lleva al individuo a una armonía en sus movimientos, a la vez que le permite un funcionamiento cotidiano, social y específico: movilidad, traslados, práctica laboral, prácticas culturales, sociales.”* (Comellas; Perpinya. 2000, p 34).

Al referirse a la motricidad gruesa, se podrían emplear los instrumentos de percusión menor para elaborar actividades musicales, que permitan involucrar los músculos grandes, afianzar movimientos de desplazamiento, relajar tensiones corporales para

¹⁵ Ver anexo II, sesiones. Pág. 101.

lograr una simetría en el manejo corporal, alcanzando a su vez un beneficio en la parte emocional.

Así mismo los instrumentos de percusión menor empleados en esta investigación, como la esterilla, guacharaca, pandereta y maracas, pueden ser utilizados en la práctica musical de ritmos específicos como el vals y la guabina, requiriendo un tipo de movimiento más preciso que involucra el control y la coordinación de músculos pequeños como los dedos, exigiendo una motricidad fina.

“La motricidad fina comprende todas las actividades que requieren precisión y un elevado nivel de coordinación. Por lo tanto, son movimientos de poca amplitud realizadas por una o varias partes del cuerpo y que responden a unas exigencias de exactitud en su ejecución.” (Comellas; Perpinya. 2000, p.56)

La motricidad fina según Comellas (2000) implica un proceso más largo y una maduración neuromotriz más desarrollada, dentro de esta se encuentra la motricidad manual, necesaria para la práctica instrumental. En palabras del autor esta, hace referencia a todas las tareas que se realicen con una mano, sin que sea necesario emplear las dos manos a la vez, aunque sea evidente el desarrollo bimanual estableciendo una dominancia lateral.

Es importante en este desarrollo trabajar inicialmente por segmentos, como fortalecer las tareas que impliquen el movimiento de la muñeca, el brazo, el antebrazo y la mano, para luego favorecer el control en la motricidad manual. Los instrumentos de percusión menor brindarían los elementos necesarios para trabajar dicha motricidad, pues con sus características otorgarían fortalezas en el trabajo del fortalecimiento de las partes que se nombraron anteriormente, aportando al desarrollo de la motricidad manual, la cual presenta debilidades en las adultas del centro especial.

Es así como al interpretar los instrumentos de percusión menor se pueden abordar la motricidad gruesa y la fina, recurriendo a la aplicación de diferentes actividades musicales, se recorre los primeros caminos para la construcción de una coordinación, que no solo permita ejecutar un instrumento musical armoniosamente, sino que logre un bienestar en la parte corporal de las adultas del centro especial J.J Vargas, evidenciando la importancia de este desarrollo para mejorar sus condiciones y actividades cotidianas.

La coordinación

Al hablar de percusión menor es necesario abordar y entender el concepto de coordinación, pues se requiere conocer los diferentes aspectos que intervienen en ella.

“La coordinación es la posibilidad que tenemos de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos en los que intervienen la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otras partes del cuerpo.....Se originan a partir del ordenamiento de varios músculos o grupos musculares a fin de producir acciones precisas y equilibradas que proyectan las posibilidades intelectuales y afectivas del ser humano.”(Agüed, 2009, p.22)

La coordinación está presente en muchas de las acciones que realizamos cotidianamente, y al hablar de la importancia que tiene en el desarrollo del individuo, es necesario crear actividades que fortalezcan esta condición. Según (Dalila, 1981) muchas de las actividades que realizamos requieren un tipo de coordinación más general que es donde se involucran las acciones en las que participan los miembros inferiores o se pueden realizar actividades que involucren algún grado de simultaneidad con los miembros superiores, además cuando se presenta un movimiento que involucre la participación de ambas manos, se está efectuando una coordinación dinámica de tipo manual. Al involucrar la ejecución de los instrumentos de percusión menor en las actividades musicales, estamos brindando posibilidades de desarrollar dicha coordinación, ya que para interpretar algunos de los instrumentos que se han empleado en esta investigación como por ejemplo, las esterillas se requiere una coordinación dinámica y manual, al involucrar la actividad de las dos manos realizando movimientos sucesivos. Además, existe una conexión visual, la cual es previa a la ejecución de cualquier instrumento, en donde se realiza un cálculo de la distancia y el tiempo para lograr realizar un movimiento exacto y armonioso, es aquí, donde aparece la coordinación visomotora, la cual cumple un papel muy importante no solo en la habilidad para interpretar algún instrumento musical, si no es igualmente relevante en muchas de las actividades, que son producto de una respuesta a estímulos visuales presentes en la cotidianidad.

Trastornos psicomotores

Al entender los aspectos más importantes que hacen parte de la psicomotricidad, y conocer la población de adultas con las que se trabajó en esta investigación, se observa que por sus condiciones cognitivas, y muchas veces farmacológicas presentan algún tipo de trastorno psicomotor que afecta directamente sus actividades, lo cual representa un obstáculo al ocasionar una falta de comprensión entre el cuerpo y el individuo.

La perturbación o trastorno psicomotor se halla en la base de un problema afectivo. La interacción de aspectos afectivos y motores traduce la arquitectura de toda personalidad del individuo y la organización de sus funciones cognitivas. El cuerpo es el teatro de la acción y el movimiento es el palco de la inteligencia y a través de él se establece la eclosión del espíritu con la realidad exterior. (Fonseca, 1996, p.114)

Estos trastornos al tener una relación directa con la parte afectiva son eslabones importantes en la parte emocional de las adultas, y podría la percusión menor contribuir en la evolución de dichos trastornos, aclarando que no se habla de restablecerlos a su condición normal. Realizando la sesión octava se observa como una de las adultas muestra alteraciones en su estado motor y emocional, producto de su tratamiento farmacológico para tratar su trastorno bipolar. Esta adulta estaba mostrando muy buenos resultados en las primeras sesiones, pues se encontraba motivada y participaba activamente de todas las actividades, mostrando un avance en su motricidad, y coordinación, pero en la sesión mencionada anteriormente, muestra un retroceso que la deja en un estado de somnolencia constante, lo cual afecta negativamente su participación en los talleres. Esto ocasiona que el proceso que se venía llevando a cabo a través de la percusión menor se vea truncado por el súbito cambio de medicación al que se vio expuesta la adulta.

Según la doctora Jesica Paola Peña¹⁶, psicóloga activa del Centro Femenino especial J.J Vargas, " Algunos medicamentos utilizados en la esquizofrenia y trastornos bipolares, tienden a presentar en las personas un temblor generalizado, que afecta la coordinación, no pueden hacer varias cosas al mismo tiempo porque se les dificulta. Todo medicamento psiquiátrico tiene eventos adversos."

¹⁶ Entrevista realizada el 12 de octubre de 2016 a la doctora Jesica Paola Peña, psicóloga activa del centro femenino especial J.J Vargas. (Ver anexo III. Pág. 119)

Aunque es difícil recuperar totalmente el proceso que estaba construyendo la participante, durante la sesión doce se observa una reacción favorable al realizar una de las actividades que consistía en proponer diferentes movimientos corporales al ritmo de cumbia, empleando las maracas para acompañar dichos movimientos. La percusión menor brindó los incentivos necesarios durante esta sesión para favorecer la motivación de la adulta, y lograr efectos positivos en su control motor y estado emocional durante la actividad.

Otro tipo de trastorno es la debilidad motriz, y según Dúpre (1909) este se puede caracterizar por la torpeza de movimientos voluntarios, exageración de los reflejos de los tendones, paratonías¹⁷ y otros que conllevan a una ausencia en la relajación muscular al realizar movimientos. La torpeza muscular se caracteriza por presentar movimientos pesados y burdos que impiden practicar tareas que necesiten de mayor precisión, al interpretar instrumentos de percusión menor se estarían brindando alternativas para lograr mayor precisión y suavidad en los movimientos, lo cual representa relajación en los músculos que intervienen en la práctica instrumental, y son necesarios para desempeñar otras actividades diarias.

Algunas veces, se presentan otras alteraciones que pueden desencadenar contracciones exageradas (paratonía o hipertonia) o por el contrario una descontracción que genera músculos en un estado casi de reposo (hipotonía o atonía), esto conlleva a presentar dificultades en los movimientos diarios, y presentar dificultades no solo a nivel motor, también se termina por afectar el campo social y emocional.

La ejecución de la percusión menor brinda herramientas que permiten trabajar trastornos de cualquiera de los dos casos, pues en algunos de los ejercicios planteados en las actividades con las adultas del centro J.J. Vargas se proponen tareas que implican relajación de los músculos interpretando las maracas como elemento para realizar movimientos con diversos tipos de música, lo cual ayuda a reducir las contracciones exageradas, ayudando al control de la ejecución manual.

En el caso contrario, la percusión menor es una herramienta importante en las actividades musicales que se realizaron con las adultas, pues en algunas de ellas es

¹⁷ Caracterizada por la imposibilidad o dificultad extrema para obtener una relajación muscular activa. Es una especie de contracción que puede llegar a la catalepsia y constituye un gran impedimento para la adquisición de una movilidad ligera y armoniosa. (Montenegro, 2014)

notoria la excesiva relajación muscular, ocasionada muchas veces por sus tratamientos farmacológicos, lo cual desencadena una pérdida del control muscular que implica dificultad al sujetar y manipular cualquier objeto cotidiano. Al interpretar un instrumento musical como las esterillas y la guacharaca se logra un mayor control muscular al mantener ejercitando las manos y brazos, mientras se participa en diferentes prácticas musicales. Además, esto implica un desarrollo en la fortaleza y resistencia muscular, ya que al practicar con un instrumento durante varios periodos de tiempo, el cuerpo logra desarrollar estas facultades.

Es necesario implementar actividades que contribuyan en el desarrollo de la resistencia y fortaleza muscular, pues ésta se ve deteriorada en las adultas, debido a sus capacidades cognitivas, tratamientos farmacológicos y condiciones emocionales que generan una desmotivación para desarrollar actividades que les permitan fortalecer estos aspectos.

La percusión menor ha funcionado como el factor motivador durante las sesiones, ya que incentiva el deseo de fortalecerse corporalmente. A lo largo de los talleres, es evidente el gusto que representa para las adultas la práctica musical, olvidando así sus dificultades de movimiento, participan activamente en las sesiones musicales, ejercitando sin mayor esfuerzo su parte corporal, emocional y social.

Psicomotricidad, percusión menor y música

“El taller de música causa mucho impacto, ellas todos los miércoles están pendientes de asistir, les agrada compartir con otras personas que vienen de afuera, y es una actividad muy provechosa y con grandes beneficios” (Peña, 2016, comunicación personal). En palabras de la psicóloga del Centro femenino especial J.J Vargas, se muestra la gran importancia que tiene esta actividad para las adultas, y la importancia que tiene seguir construyendo beneficios para ellas, a través de la música.

Muchos de los beneficios otorgados por la música, han sido plenamente reconocidos en diversos ámbitos, y siguen contribuyendo en procesos de construcción social y emocional, donde se descompone cada uno de sus elementos, descubriendo su mayor potencial, para lograr el reconocimiento de sí mismo y de los demás a través de ella.

El poder terapéutico de la música es bien conocido desde las civilizaciones antiguas. A lo largo de la historia se ha ido investigando su valor terapéutico,

convirtiéndose la música ya en los siglos XIX y XX en un auxiliar en el tratamiento médico, y tras la segunda guerra mundial es introducida en los hospitales, dando lugar a la creación de una nueva disciplina, la musicoterapia.
(Aragón, 2006, p,97)

Esta investigación pretende aprovechar algunos elementos de esta disciplina, aclarando que no centra su eje en el campo que desarrolla ella, con el fin de lograr el mayor efecto positivo con las participantes que asistieron a los talleres, para esto, se hace a continuación una referencia a la influencia que ejerce la música a partir de algunos de sus componentes, que están presentes en la percusión menor.

Según Dúpre (1909), uno de estos componentes es el tiempo, el cual está ligado al ritmo, donde el uso de un tiempo lento suscitaría calma, serenidad, tristeza, mientras que un tiempo rápido suscitaría alegría y excitación, esto se hace visible en algunas de las sesiones con las adultas, por ejemplo, en la sesión que usó el ritmo de cumbia se ocasionó un estado de alegría, mientras que en la primera sesión que se empleó una música de tipo celta de tiempo lento, se logra relajación. Además, se hace visible el contraste que pueden lograr los instrumentos de percusión menor, a través del control de los movimientos de acuerdo a la diversidad de tiempos que se planteen a partir de diversas músicas.

La melodía: los movimientos ascendentes provocarían alegría, serenidad, mientras que los descendentes van unidos a la solemnidad, la percusión menor durante las actividades con las adultas se vio acompañada la mayoría de las veces, por la melodía a través del canto. Se observó durante la sesión doce¹⁸, cuando las adultas interpretan el vals “Cuando voy por la calle”¹⁹, que presenta en su estructura movimientos melódicos ascendentes, los cuales ayudan a contribuir a su serenidad, y así permite que ellas puedan acompañar el canto a través de los instrumentos de percusión menor (Peña, 2016) sin distraerse, esto quiere decir que ya han logrado un proceso de audición interior al comprender el canto y acompañarlo a través de instrumentos como la guacharaca y esterilla, logrando control de su emoción y de su coordinación, iniciando el proceso para lograr la disociación.

La instrumentación: en el contexto terapéutico el instrumento utilizado desempeña un papel importante, en este caso, no solo se plantea la incorporación de la percusión menor, con fines terapéuticos, se menciona su importancia como el medio por el cual

¹⁸ Sesión doce realizada el 28 de septiembre de 2016. (Ver anexo II, sesiones, pág. 105)

¹⁹ Ver Partitura Anexo I, Pág. 75.

las adultas pueden mejorar aspectos motrices, emocionales y utilizarlo como medio de expresión.

“Todo instrumento va a favorecer muchos aspectos en ellas, en este caso lo que yo evidencio, es que un instrumento de percusión menor, pues es mucho más fácil de aprender a tocar, lo que implica el poder tener el contacto con la percusión, el poder tocar y expresar a través del instrumento.” (Peña, 2016, comunicación personal).

Además, de favorecer la expresión, el movimiento que se puede dar a través de la música y de la ejecución de un instrumento de percusión menor, ejerce una función en diversas partes físicas, como los dedos, brazos, muñecas, y en general diferentes músculos motores, brindando un trabajo global a nivel corporal y emocional.

Según (Federico, 2007) este movimiento se puede presentar de diferentes maneras, de manera intencionada, donde el sonido es acorde al movimiento exacto, este concepto se desarrolló en la sesión doce, al plantear una actividad para reafirmar el aprendizaje del ritmo de guabina, en la cual se trabajó la motricidad gruesa al asociar el sonido de la palabra con movimientos corporales, así: al escuchar la palabra “pan” se hacen pasos en el puesto, realizando simultáneamente palmas, y al escuchar la palabra “pizza”, se realiza un desplazamiento con dos pasos hacia al frente, acorde al sonido exacto, de esta manera, se practica el ritmo de guabina, empleando el movimiento de manera intencionada, para realizar su comprensión, y luego transferir este conocimiento a la práctica de los instrumentos de percusión menor.

La segunda manera de ver el movimiento es la “estimulación afectiva motivacional, que se relaciona con la virtud del instrumento como facilitador de la experiencia del goce” (Federico, 2007,p.66), además relacionada con la inteligencia intrapersonal (Gardner 1983) que faculta para acceder a los sentimientos y emociones percibiendo situaciones positivas o negativas, las cuales influyen en la motivación para la acción. En este caso los instrumentos de percusión menor han cumplido el papel de medio para estimular su parte emocional, pues durante la aplicación de todas las sesiones, se observa el caso de una de las participantes, que muestra algunas dificultades al poder realizar con coordinación un ritmo continuo, pero en cambio su experiencia emocional es muy alta, pues disfruta todas las sesiones y se motiva al hacer parte de un grupo en el cual puede expresarse con los instrumentos.

La tercera manera de asumir el movimiento según (Federico, 2007), es la memoria motora donde intervienen los patrones rítmicos y melódicos, para ayudar a recordar

los movimientos musculares que se emplearon para producir los mismos. Durante la sesión trece se practica el ritmo de vals con los instrumentos como la guacharaca y la esterilla, mientras la profesora acompaña la actividad con la guitarra, se les pide a las participantes que confíen en los avances que han mostrado y dejen de observar sus manos al ejecutar los instrumentos. Dos de ellas, logran mantener el ritmo, dando muestras de su memoria motora, la cual ha sido desarrollada a través de las diferentes sesiones, además, se refleja su audición interior al escuchar la guitarra y tomarla como referencia, logrando relajación y estabilidad al practicar con los instrumentos de percusión menor.

Dicha memoria motora se relaciona con la inteligencia física kinestésica planteada por (Gardner, 1998), como la habilidad de usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, donde intervienen funciones de coordinación y equilibrio, esto permite que al emplear el cuerpo para asumir y comprender los conocimientos, se realice un proceso de cognición que involucre la memoria motora, mostrando los avances y la seguridad que lograron las adultas en la sesión que se mencionó anteriormente.

Se observa cómo la música puede relacionar los aspectos motrices, emocionales y cognitivos de las adultas, fusionando los aspectos más relevantes de la psicomotricidad.

“Pues yo pienso, que obviamente la música tiene mucho impacto en la parte emocional, en la parte motriz y cognitiva, yo pienso que la música les ayuda mucho a ellas, habrán cosas que se relacionen directamente con el medicamento que son muy difíciles de tratar que ya se tienen que solucionar con el tratamiento y la valoración de psiquiatría, pero pienso que les ayuda en la coordinación, en la parte emocional, el poder expresar ellas a través de la música, lo que sienten lo que piensan, el poder relacionarse pues la música les ayuda a tener estados de calma y tranquilidad que les permiten relacionarse.”
(Peña, 2016, comunicación personal)

Esta es la respuesta que da la psicóloga del Centro Femenino especial J.J Vargas, a la pregunta ¿Usted considera que la música podría ayudar a mejorar aspectos psicomotrices?, y su respuesta evidencia la importancia de esta investigación, al seguir incrementando los efectos positivos que benefician directamente la calidad de vida de las adultas, que allí residen, empleando la percusión menor como un escalón más, para seguir en el proceso de construir espacios alternativos donde la música revele su contribución a la sociedad.

DEFICIT COGNITIVO Y DIAGNOSTICOS MENTALES

En esta sección se realizará un acercamiento al déficit cognitivo, y algunos diagnósticos mentales como son el trastorno bipolar y la esquizofrenia, ya que la población que participó en esta investigación, adultas residentes del centro femenino especial J.J. Vargas, presentan estas condiciones, las cuales influyen directamente en su calidad de vida. Es importante conocer los diferentes rasgos de estos diagnósticos, para poder intervenir de manera adecuada, adaptando las actividades planteadas a las capacidades de todas las participantes, ya que todas estas patologías involucran directamente su parte emocional, factor relevante en su psicomotricidad.

Durante las sesiones de los talleres²⁰ que se plantearon en esta investigación, se hace notoria la necesidad de adaptar las actividades a las circunstancias variables que presentan las adultas ya sea por sus diagnósticos mentales como se mencionaba anteriormente, o por el uso farmacológico empleado para el tratamiento de los mismos. Por ejemplo, durante la sesión octava realizada el 4 de mayo de 2016, se planteaba una serie de movimientos corporales para practicar y comprender el ritmo de guabina, para luego asumir la práctica con los instrumentos de percusión menor del ritmo trabajado, pero dos de las adultas que participaban en la actividad, expresaron sentir mareos que les impedían y dificultaban realizar la labor propuesta. Con el fin de facilitar el proceso y contribuir al aprendizaje de las adultas, e integrarlas en la labor, la profesora encargada decide replantear su propuesta y utiliza la percusión corporal como herramienta para interiorizar el ritmo, y así brindar opciones de práctica que tomen en cuenta las condiciones físicas y emocionales de las asistentes.

En entrevista realizada el 15 de febrero de 2017 al profesor y musicoterapeuta Héctor Ramón²¹, encargado de coordinar la práctica en el Centro Femenino especial J.J. Vargas, al realizar la pregunta *¿Considera que la música puede ayudar en los diagnósticos psiquiátricos de las adultas?*, el entrevistado responde de esta manera:

“Sí, algo que dice Willems que también lo usa mucho la musicoterapia y habla de los ordenamientos, como la música nos ayuda a ordenar y darle sentido a toda nuestra experiencia humana, como la música nos puede ayudar a organizar nuestros pensamientos, como la música nos puede ayudar a

²⁰ Ver anexo II, sesiones, Pág. 83.

²¹ Ver anexo III. Entrevistas, Pág. 126.

entender mejor nuestros sentimientos, como la música nos puede ayudar a autorregularnos.....” (Ramón, 2017, comunicación personal)

En las palabras antes citadas se nombra la influencia que puede llegar a adquirir la música, en todos los contextos al rescatar el valor humano del cual hablaba Edgar Willems (2011), destacando su aporte a la construcción de la personalidad, que resalta su ámbito psicológico, el cual es fundamental para desarrollar las capacidades de todos los seres humanos, logrando el desarrollo integral. Así mismo, hace referencia a cómo podemos organizar nuestros pensamientos para tener un control de ellos y de las emociones, ya que, son necesarios para la convivencia, y la participación de cualquier actividad grupal, en este caso la creación musical que nos lleva a poder conformar un grupo capaz de autorregularse logrando hacer sonidos en conjunto, lo cual finalmente se verá reflejado en la convivencia cotidiana de las adultas, ya que logran reconocerse a través del quehacer musical. Esto se demuestra durante la séptima sesión²² realizada el 27 de abril, en donde se propone a cada adulta inventar un pequeño fragmento rítmico, el cual es escrito por ellas mismas en un pliego de papel periódico que el profesor encargado suministra, para luego sumar las propuestas de todas y convertirla en una creación colectiva que será finalmente tocada en conjunto con diferentes instrumentos de percusión menor, en este caso fueron usados instrumentos como las esterillas, guacharacas y panderetas.

Al finalizar la actividad las participantes muestran su entusiasmo al observar sus creaciones escritas a través de figuras rítmicas musicales, ya que generan en ellas un reconocimiento, y al escucharlas traducidas en un ensamble rítmico, evidencia que han avanzado en su facultad de comprensión, control y regulación, lo cual les ayuda a reconocerse como un grupo capaz de realizar no solo música juntas, sino de establecer relaciones sociales y afectivas mitigando las particularidades de sus diagnósticos mentales, esto permite mejorar su convivencia en el centro femenino especial J.J Vargas.

*“...Precisamente una tendencia de las psicopatologías es el aislamiento, y la falta de actividad, uno de los mayores motivadores donde uno encuentra que existe gran cantidad de respuesta es la música, el simple hecho de tararear alguna canción conocida, de bailar porque les gusta la canción que están escuchando, o el desplazarse inclusive de un sitio hacia otro para escuchar mejor la música que puede estar sonando eso es de una gran ayuda....”
(Acosta, 2016, comunicación personal)*

²² Ver anexo II, sesiones. Pág. 95.

Estas palabras del psicólogo del Centro Femenino especial José Miguel Acosta²³, quien ha realizado un acompañamiento a las adultas durante cuatro años, nos permite observar como a través de la música, se genera una motivación que permite abandonar los estados de aislamiento en los que a veces se encuentran las residentes de este centro, esto se evidencia en la motivación e interés que ellas demuestran, al iniciar la sesión novena²⁴ realizada el 7 de septiembre de 2016, ya que se había presentado una pausa aproximada de dos meses en las actividades planteadas por este proyecto.

Es gratificante observar el proceso que han tenido durante el transcurso de las sesiones y ver como recuerdan fácilmente temáticas que se habían abordado anteriormente como es el trabajo de ritmo de vals con los instrumentos de percusión menor a través de la canción “Ándale” de María Elizondo²⁵, se muestra un ritmo estable en dos de las adultas que tocan las esterillas, mientras la profesora encargada acompaña la canción con la guitarra, demostrando afianzamiento en su parte rítmica y mayor capacidad de concentración al poder interactuar con el acompañamiento de la profesora, sin que genere distracción. Al finalizar la canción propuesta, se observa la emotividad que está presente en todas las participantes y el interés, por sentirse parte de un grupo musical, esto genera que la música actué como un motivador para beneficiar sus estados emocionales que se ven afectados por sus patologías.

En las otras dos participantes se nota mayor autocontrol, aunque todavía no logran mantenerse todo el tiempo tocando acorde con el grupo, pues influye en ellas el descontrol corporal que es generado por la medicación para el tratamiento de sus diagnósticos mentales, ya que al mantenerse por tiempo prolongado, bajo estas circunstancias, las alteraciones al sistema psicomotor son evidentes como se muestra en las entrevistas realizadas a los psicólogos del centro Femenino especial J.J Vargas.

Según el psicólogo José Miguel Acosta, algunas alteraciones del sistema psicomotor ocasionados por el tratamiento farmacológico son:

Temblor involuntario, dificultad en la marcha, dificultad para la coordinación, alteración en los movimientos voluntarios, si se quiere de pronto colocar una mano, pie o parte del cuerpo en cierta posición, eso se ve afectado, porque la señal del cerebro no llega a la parte del cuerpo que se necesita, también produce disminución en la capacidad de reacción, aletargamiento, entonces la

²³ Ver anexo III. Entrevistas, Pág. 122.

²⁴ Ver anexo II, Sesiones, Pág. 99.

²⁵ Ver anexo I, Partituras. Pág. 73

persona empieza con movimientos lentos pareciera como si le costara mayor dificultad realizar cada uno de los movimientos, y algunas producen dificultades a nivel muscular, entonces produce rigidez, falta de flexibilidad etc.... (Acosta, 2016, comunicación personal).

Al presenciar el proceso durante esta investigación, se observa cómo a través del uso de los instrumentos de percusión menor las adultas han mejorado en su conciencia corporal, ya que al interpretar un instrumento lo primero que se realiza es entender y lograr una comprensión de cómo manejo mi cuerpo para adaptarme a las necesidades que implican su ejecución, reconocer las instrucciones que el cerebro debe realizar para lograr el efecto de contacto requerido para producir sonidos, llevan a disminuir tensiones corporales, aumentando la capacidad de reacción.

La percusión menor se caracteriza por brindar facilidades para la ejecución del ritmo, y haciendo referencia a las palabras del profesor Ramón, (2017) es el factor fundamental capaz de sincronizar los movimientos corporales. Esta capacidad de acoplar el cuerpo rítmicamente a algo que se escucha se muestra en procesos como el baile, evidenciando las facultades rítmicas que intervienen al aplicar la conciencia corporal a las actividades cotidianas.

Durante la sesión doce²⁶ realizada el 28 de septiembre de 2016 se plantea una actividad para trabajar la motricidad gruesa utilizando las maracas al ritmo de “cumbia”, se dispone a escuchar la música y se exploran diferentes movimientos planteados por las adultas, se observa como empiezan a desenvolverse libremente demostrando mayor control corporal, relajación muscular, lo cual las lleva a bailar, manejando las maracas de acuerdo a la música; una de ellas menciona estar muy contenta pues le gusta la música movida y le recuerda haber participado en un grupo de danza, mientras que otra de las participantes, que se encontraba con alto grado de somnolencia por tener unos cambios en su medicación, lo cual ha afectado negativamente su proceso durante las sesiones, comenta al final de la actividad haber experimentado un alivio en su estado de aletargamiento, al expresar que se siente más despierta y con mejor estado de ánimo. La evocación de experiencias previas evidencia la relación con el aprendizaje significativo que menciona Ausubel, Novak, y Hanesian, (1983) en el cual el conocimiento se relaciona con los aspectos existentes en la estructura cognitiva de las adultas, lo que permite facilitar el desarrollo de la sesión y fortalece los estados animicos.

²⁶ Ver anexo II, sesiones, Pág. 105.

Déficit Cognitivo

El déficit cognitivo ha cursado muchas rutas antes de llegar a ser definido de esta manera, pues anteriormente era conocido como retraso mental, término que fue cuestionado largamente, por estigmatizar a las personas, creando un rechazo que los excluía de cualquier actividad que implicara una participación social. *“El término estigma significa cualquier característica que merma valor al individuo y lo hace menos digno a los ojos de los demás.”*(Goffman, 1963.p.3).

Según Robert Ingalls (1982), la condición que se consideraba como baja inteligencia se le ha nombrado de muchas maneras, retraso mental, deficiencia mental, amencia subnormalidad mental, y oligofrenia. Durante la época del renacimiento, una persona que presentaba condiciones de delirio, alucinaciones o cualquier tipo de trastorno emocional se consideraba estar poseída por el demonio o embrujada.

En la segunda mitad del siglo XIX, en palabras del autor Ingalls (1988, p, 87) se dio el reconocimiento que el retraso mental no era sinónimo de enfermedad mental, y fue la publicación de Itard sobre el “muchacho salvaje de Aveyron” que hizo conciencia sobre las posibilidades educativas de esta población. Sin embargo, entre 1850 y 1900 la educación de los retrasados mentales quedaba limitada a algunos centros que consideraban poco relevante su educación, por considerar que las personas bajo estas condiciones carecían de toda capacidad de aprendizaje.

“Después de la segunda guerra mundial hubo una apertura grande para la creación de centros especiales que atendían a los niños retrasados mentales, capaces de educación.” (Zelaya & Arce, 1997, p.37). Se empieza a contemplar la idea de brindar educación a personas con diferentes capacidades, que aunque con diferentes niveles de aprendizaje pueden tener la posibilidad de acceder a la educación, la cual les brindará una opción de participar socialmente y liberarlos de su exclusión. *“La organización mundial de la salud (1972) afirma que el retraso mental no es una enfermedad si no un nivel de desarrollo o de funcionamiento.”* (Zelaya & Arce, 1997, p.38).

En el transcurso de este proyecto se indagó acerca de esta condición, ya que una de las participantes de los talleres contaba con estas características, para efectos de proteger su identidad la llamaremos con el nombre de “Lilia”²⁷, nombre seleccionado por ella misma en una charla que se realizó con las adultas el día 19 de octubre de

²⁷ Ver entrevista Anexo III. Pág. 113.

2016, con el fin de que cada una escogiera un nombre de su agrado que permitiera renombrarlas.

Al indagar por el diagnóstico de la adulta con uno de los psicólogos del centro Femenino especial J.J Vargas, el profesional responde:

“Lilia presenta un retraso mental moderado,..... Por sus patologías de base ella tiene una afectación motora asociado a su retraso mental, y sumado a eso tiene dificultad en la coordinación, en la realización de algunas actividades.”
(Peña, 2016, comunicación personal)

Desde que se conoció a la población con la que se planteó este proyecto la adulta “Lilia”²⁸, se caracterizó por estar muy interesada pues es una de las residentes del centro que disfruta mucho de las actividades musicales, pero que muestra por sus condiciones físicas, y emocionales alteraciones en su parte psicomotriz. Según Zelaya y Arce (1997) las personas con deficiencias mentales presentan un retraso generalizado, lo cual termina afectando su sistema motor.

Al iniciar el proyecto se piensa que la condición física de la adulta no va a colaborar mucho en el progreso de su coordinación, pues ella presenta una alteración en su parte manual que dificulta sujetar elementos de forma simultánea con las dos manos. Para facilitar el proceso y lograr la inclusión de la adulta se le presenta la posibilidad de trabajar instrumentos que se manejen con una sola mano, como las maracas y panderetas, esto permite que ella se pueda sentir más segura al interactuar con los instrumentos, y disfrutar la experiencia musical. Al preguntar al profesor y coordinador de la práctica en el Centro Femenino especial J.J Vargas, profesor Héctor Ramón Si pudiera involucrar un instrumento a la clases de las adultas, ¿Cuál escogería? ¿Por qué?, responde lo siguiente:

“Pues hay muchos, dependiendo yo diría que casi cualquiera se podría incorporar, dependiendo de lo que ellas puedan hacer, yo siempre empiezo no con este grupo pero con otras agrupaciones que tengo en otros contextos, uno siempre inicia con un instrumento que puedan hacer con una mano, que pueda sonar con una mano generalmente es una maraca o sonajero es lo que pueda funcionar muy fácilmente con una mano, después uno pensaría en instrumentos que funcionen con dos manos...” (Ramón, 2017, comunicación personal)

²⁸ Lilia adulta de aproximadamente 55 años de edad, quien presenta hemiparesia parcial del costado derecho asociada a su déficit cognitivo.

El profesor entrevistado nos habla a través de su experiencia cómo tener en cuenta las posibilidades y características de la población con la que se está trabajando, y cómo adaptar a sus posibilidades los procesos que se quieran plantear para facilitar su aprendizaje. Al brindar la opción de trabajar con una maraca o pandereta, la adulta "Lilia" se muestra motivada y se afecta positivamente su estado emocional al participar tocando con sus compañeras, pero es tal la motivación e interés de esta adulta que su curiosidad por los instrumentos la lleva a pensar en su conciencia corporal, para adaptarse a ellos y buscar la forma de no perder la experiencia de interactuar con ellos.

Esto se evidencia en la sesión décima²⁹ realizada el 14 de septiembre de 2016, en la cual ocurrió un suceso que demostró todas las capacidades de la adulta, y que refuta la estigmatización que se le da a las personas con condiciones diferentes, pues se propone cantar una canción llamada "Dos gatos"³⁰, en la cual las participantes deben marcar el pulso musical con los instrumentos y representar el sonido de una omatopeya presente en la canción. En el transcurso de esta actividad "Lilia" se encontraba realizando el ejercicio con una pandereta, pero manifiesta su deseo de cambiar de instrumento y realizar la actividad con una esterilla, ya antes ella se había propuesto el reto de tocar la guacharaca, el cual fue superado con éxito, y ahora se plantea la idea de explorar a través de la esterilla, es así que usando su conciencia corporal y recordando el mismo principio que utilizó al manejar la guacharaca, ella adapta su cuerpo para interpretar la esterilla, sujetando una de sus partes con la quijada, creando un apoyo seguro apoyándola sobre su pecho, lo cual logra una estabilidad que le permite frotarla con la otra mano, para producir el sonido, aunque no se puede mantener rítmicamente estable durante toda la canción, logra realizarlo durante un fragmento de tiempo, demostrando gran emotividad durante la actividad.

La música y la curiosidad que genera un instrumento como la "esterilla" son capaces de transformar el deseo de la adulta incrementando sus capacidades para adaptarse a las tareas planteadas favoreciendo su parte física y emocional, esto repercute en que ella pueda relacionarse mejor en el ensamble musical, en su parte comportamental que es tan relevante en sus actividades cotidianas.

"Las limitaciones en la conducta adaptativa afectan tanto a la vida diaria como a la habilidad de responder a cambios vitales y a demandas ambientales". (Verdugo & Jenaro, 2004, p. 59), las conducta y el comportamiento son factores que influyen

²⁹ Ver anexo II, sesiones, pág. 101.

³⁰ Ver anexo I, partituras, pág. 77.

negativamente en las deficiencias mentales, alterando las relaciones y la convivencia en sociedad. Según la doctora Peña, (2016) una de las mayores problemáticas con la adulta “Lilia” es precisamente la convivencia con sus pares, ya que en ocasiones denota comportamientos conflictivos e impulsivos. Esto se evidenciaba en el inicio de las sesiones del proyecto pues esa ansiedad era transmitida a los instrumentos sin que lograra regular su sonido, ya que todo el tiempo demostraba una sonoridad estridente que causaba molestia en sus compañeras, pero en el transcurso de las sesiones el mayor avance que mostró fue precisamente su autorregulación, ya que logro controlar su sonoridad para acoplarse al grupo, elemento fundamental para mejorar la convivencia con sus compañeras.

Los instrumentos de percusión menor lograron enfocar la energía y el gusto por participar en actividades musicales de “Lilia”, y ella lo expresa al responder a esta pregunta ¿Qué sientes que te ayuda a mejorar la música?, a lo cual ella responde:

“Si, mejoro, a mí me gusta la clase de musicoterapia y me gusta estar aquí con ustedes.”

La práctica de los instrumentos de percusión menor le brindaron herramientas, para potenciar sus capacidades y convertirlas en posibilidades que le ayudaron a mejorar su convivencia en el centro y a seguir construyendo su gusto por la música, a través del descubrimiento de nuevos aprendizajes, que la benefician en su parte física y emocional, contribuyendo a mejorar su calidad de vida.

Trastorno bipolar

En el transcurso de las sesiones del proyecto, se interactuó con “Janeth” adulta joven de 30 años de edad, residente en el Centro femenino especial J.J Vargas durante 5 años, es una persona que se caracteriza por ser muy cordial y participativa, a pesar de presentar altos grados de cambios anímicos, siempre se muestra interesada en asistir a las clases de música y denota gran disposición por participar del proyecto.

Indagando sobre su diagnóstico con uno de los doctores activos del Centro, la psicóloga Yesica Peña hace referencia con estas palabras:

“Ella tiene un trastorno afectivo bipolar es una paciente en donde la mayor característica son las fluctuaciones que tiene sus estados de ánimo, entonces puede entrar en una etapa depresiva, una etapa un poco de euforia, está

siendo manejada por toda el área de psiquiatría con toda la parte farmacológica.” (Peña, 2016, comunicación personal)

El trastorno bipolar según P.Reiser y Thompson, (2006) antes conocido como reacción maniaco depresivo y después como enfermedad maniaco depresiva, es un trastorno que afecta negativamente las relaciones a nivel interpersonal y social, ya que se presentan alteraciones anímicas, que son muy marcadas y representan un obstáculo para la calidad de vida, de quién lo padece.

A través de la aplicación de este proyecto, se notaron los cambios extremos en el factor anímico que afectaban a la adulta, y pese a su interés y disposición, estas circunstancias terminaron afectando su proceso. Ejemplo, de esto fue la sesión realizada el 4 de mayo de 2016, durante la cual, la adulta no logró participar de las actividades planteadas, debido a una recaída que afectaba su estado emocional, y a la vez su control corporal.

“Los pacientes diagnosticados con trastorno bipolar por lo general tienen episodios recurrentes a lo largo de su vida. Incluso con tratamiento farmacológico, según lo indica la American Psychiatric Association (APA), los pacientes continúan experimentando implacables incidencias de agitación emocional que a menudo interfieren con su funcionamiento cotidiano”. (P.Reiser & Thompson, 2006, p.11)

Además de las alteraciones del trastorno bipolar, que afectaban la participación de la adulta, su tratamiento farmacológico le hacía presentar efectos colaterales, los cuales manifestaban diversos obstáculos para su desarrollo durante el proyecto. Indagando sobre este aspecto, según el doctor Acosta (2016) la influencia de los medicamentos es muy marcada cuando se lleva un tiempo prolongado de uso, ya que estas sustancias actúan afectando la parte neurológica, que interviene en procesos como el lenguaje, la motricidad y la atención.

Al observar las condiciones que intervienen y dificultan el proceso de “Yaneth”³¹ es necesario reconocer que los aspectos de control y coordinación motriz van a tener un proceso distinto al de las demás participantes. Debido a los altos efectos de la medicación empleada para su tratamiento los avances en esta área fueron menores, pero su condición emocional se logró intervenir positivamente a lo largo del desarrollo de los talleres por cuanto ella siempre expresó su deseo de continuar con el proceso, a pesar de presentar continuas recaídas. Esto demuestra el interés que genera la

³¹ Ver entrevista Anexo III. Pág. 116.

inquietud por conocer los instrumentos de percusión menor, lo cual contribuye a construir un estado de ánimo positivo que impacte en su cotidianidad.

En trabajos que realizó Lewinsohn (1986), se demostró la relación que se presenta entre sucesos cotidianos y los cambios en el estado de ánimo. Es decir, cuando existe un evento que altera negativamente la emoción del sujeto, se experimentan estados depresivos, mientras que si ocurre un suceso que intervenga positivamente la emoción, el estado de ánimo tiende a ser positivo.

Uno de los acontecimientos positivos que beneficia a la adulta, se evidencia al transcurrir la Séptima sesión³² realizada el 27 de abril de 2016. Al plantear una actividad para el desarrollo de la motricidad gruesa realizando movimientos corporales libres al ritmo de la pista “Guabina huilense”, se interioriza el ritmo a través de la inteligencia física Kinestésica, (Gardner 1983) para luego dar paso a trabajar la motricidad fina marcando el pulso con los instrumentos. Durante este proceso, “Yaneth” evidencia interés, y un estado de ánimo positivo, ya que todas las actividades que le impliquen un movimiento ya sea corporal o manual, captan su atención y motivan su participación, mitigando los cambios a nivel emocional.

La música y los movimientos corporales intervienen de diversas maneras, para brindar bienestar, en palabras de Lichtensztein, (2009) la música es movimiento no solo de tipo físico, sino emocional, entrelazando aspectos corporales y psicológicos para mejorar la calidad de vida, superando muchas veces la diversidad de condiciones medicas, ya que a pesar de ellas, las personas pueden conservar la sensibilidad a la música, lo cual permite que obtengan un medio que les facilite expresarse y a la vez asimilar conocimiento.

Es aquí donde interviene la música, el movimiento corporal como vía para lograr la comprensión y la práctica de instrumentos de percusión menor para brindar espacios que permitan a “Yaneth” favorecer su estado anímico, ya que al preguntar sobre los beneficios que cree que le brindan los talleres de música, ella responde lo siguiente:

“Me ayuda a mejorar sobre el ejercicio, la salud, uno respira se siente uno mejor de la enfermedad que tiene, me siento más pilas, más despierta, y contenta”. (Yaneth, 2017, comunicación personal)

Es notoria, la percepción de beneficio que tiene la participante de las actividades musicales planteadas, pues ella reconoce que es un espacio que le permite salir de la

³² Ver anexo II, sesiones, Pág. 95.

rutina, el cual le brinda posibilidades para mejorar sus aspectos emocionales y físicos, elaborando a partir de la práctica de los instrumentos de percusión menor, lazos que construyen puentes para sobrellevar su condición desarrollando sus capacidades en el quehacer musical. “ *la salud es tan musical, que la enfermedad no es otra cosa que una disonancia, y esta disonancia puede ser resuelta por medio de la música*”.
(Willems. 1961,p.191).

Esquizofrenia

La esquizofrenia fue reconocida por Emil Kraepelin (1856) quién inicialmente la llamó demencia precoz, ya que se presentaba el deterioro de las funciones cognitivas y se manifestaba a temprana edad. Según Eugen Bleuler (1911), el término “precoz” no era el indicado, ya que el trastorno no siempre se presentaba a temprana edad, propone entonces renombrarlo con la palabra “esquizofrenia” que etimológicamente significa mente dividida.

Eugen Bleuler (1911) propone tres grandes ejes sobre los que se cimienta la esquizofrenia, el primero al que llama autismo el cual lo interpreta como la predisposición de encerrarse en sí mismo, la ambivalencia con respecto a la pérdida de la funcionalidad de la mente y el embotamiento afectivo, lo que produce rechazo a las relaciones con el mundo exterior.

En palabras de Cañamares, Castejon, Gonzales, y Florit, (2001) tradicionalmente se han dividido los síntomas en dos grupos llamados positivos y negativos. Los síntomas positivos son llamados así, pues representan alteraciones de la realidad, entre ellos se encuentran:

- Alucinaciones. Estas equivalen a la precepción de estímulos que en la realidad no existen. Pueden ser de diferentes modalidades como olfativas, visuales o auditivas, por ejemplo, en el caso de las auditivas, generalmente se escuchan voces inexistentes.
- Delirios: son creencias falsas que conllevan a mal interpretaciones de las experiencias. Los contenidos de los delirios suelen ser de persecución, de grandeza, religiosos o de culpa.

- Conducta extravagante: Se centra principalmente en el vestido y la apariencia, la conducta social y sexual, la conducta agresiva o agitada, y por último, la conducta repetitiva.
- Desorden formal de pensamiento: las personas pueden hablar de forma incongruente, con pensamiento ilógico, se puede presentar un habla de forma rápida y descontrolada.

Los síntomas negativos se refieren a la ausencia o déficit en experiencias que tienen normalidad en personas de condición sana.

- Alogía: consiste en pobreza en el habla, respuestas breves, escasas, y pobreza en el contenido del habla.
- Abulia- apatía: se presenta una limpieza e higiene descuidada, falta de continuidad escolar o laboral y la persona se muestra como inerte.
- Insociabilidad: escasa capacidad para las relaciones íntimas o cercanas y aislamiento social.
- Déficit de atención: falta de contacto social y diversos factores que generan distracción e impiden la concentración.

Toda esta serie de síntomas, intervienen en la conducta y la capacidad de socializar de las personas con esta enfermedad, además, el tratamiento farmacológico incide al igual que en los otros diagnósticos mentales en alteraciones en su parte motora, lo cual afecta directamente sus actividades cotidianas. En el transcurso de este proyecto se trabajó con dos adultas bajo estas condiciones, lo cual permitió mitigar algunos de sus síntomas e intervenir en su control motor, a través de la práctica con instrumentos de percusión menor.

La primera de ellas llamada "Rocío"³³, residente en el Centro femenino especial J.J.Vargas durante 7 años cuyo diagnóstico según Peña, (2016) es esquizofrenia con síntomas residuales, esto quiere decir que sus actividades de delirios y alucinaciones se mantienen controlados con su tratamiento médico, aunque presenta descuido en su parte de cuidado personal, y algunos cambios, anímicos, pues es una adulta muy callada y un poco encerrada en sí misma.

"....muchas veces personas que casi ni siquiera interactúan, que no hablan, cuando están en las clases de música uno las escucha cantar, interactuar, sonreír con expresiones faciales, pues de verdad uno dice las artes

³³ Nombre escogido por la adulta, al asociarlo con una de sus cantantes favoritas Rocío Durcal.

definitivamente sacan muchas cosas buenas de las personas.” (Acosta, 2016, comunicación personal)

La música es el medio que le ha permitido a “Rocío” interactuar, y expresarse a través de ella, ejemplo de esto es la cuarta sesión³⁴ realizada el 6 de abril de 2016, durante la cual se plantea una actividad para la motricidad gruesa, organización espacio temporal y la coordinación corporal, empleando la canción “Máma Pato”³⁵, a través de la cual se marca el pulso con instrumentos de percusión menor como maracas y panderetas, mientras que se canta y se baila de acuerdo al ritmo de la canción. Durante esta actividad “Rocío” canta y se expresa libremente abandonando su estado de ensimismamiento, además muestra relación rítmica al llevar el pulso con los instrumentos acorde a lo que escucha, lo cual denota un control y una coordinación manual mayor, que desarrolla su motricidad fina.

El ritmo de la canción hace que la adulta tenga la intención de moverse e interactuar a través de la música brindándole herramientas para una participación activa durante todas las actividades propuestas en este proyecto. *“la música particularmente parece penetrar la pasividad de la enfermedad hace que la persona quiera actuar” (Ansdell, 1995).* La intención y la sensación de movimiento que tiene la música hacen que “Rocío” incremente su deseo de movimiento, contribuyendo a la estimulación de su motricidad gruesa a través del dominio de su cuerpo.

Además, parte del desarrollo de la motricidad gruesa es el control corporal, vivenciado durante la sesión nombrada anteriormente, se sugieren movimientos controlados en determinadas palabras de la canción así: al escuchar “achis” se marca un pequeño salto hacia adelante y al oír “tras” se marca uno hacia atrás, se muestra control corporal y dominio espacio temporal por parte de la adulta al realizar la actividad acorde a lo propuesto, estableciendo una relación entre su parte auditiva y una comprensión de su cuerpo, lo cual le permite lograr una armonía y control corporal la cual expresa a través de la práctica de los instrumentos de percusión menor.

A lo largo de las sesiones “Rocío” sigue su progreso desarrollando su motricidad gruesa y fina lo cual implica una mejora de su estado emocional. Esto se hace visible durante la sesión once realizada el 21 de septiembre de 2016, en la cual se procede a trabajar con instrumentos como la esterilla y la guacharaca para mejorar la estabilidad

³⁴ Ver anexo II, sesiones, Pág. 89.

³⁵ Ver anexo I. partituras Pág. 79.

rítmica a través de la canción “Andale”³⁶ de María Elizondo, mientras que la profesora encargada acompaña con la guitarra a cada participante para ver su proceso individual. Se observa como “Rocío” mantiene el ritmo acorde con el ritmo de la guitarra de la profesora, aunque hay momentos en los que todavía crea confusión la disociación de cantar y tocar, es capaz de reconocer auditivamente cuando está fuera del ritmo y usa como guía el sonido de la guitarra para lograr concordancia rítmica.

Esto evidencia el progreso musical de la adulta, pues no solo logra mantenerse rítmicamente, se observa una evolución en su parte auditiva al comprender cómo funciona la percusión menor dentro de un ensamble musical, y se encuentra construyendo un proceso de disociación que le permita cantar y tocar a la vez.

Ya hacia la sesión catorce³⁷ realizada el 12 de octubre de 2016 “Rocío” muestra su alegría al tocar el ritmo de vals naturalmente, sin mirarse sus manos y utilizando como mayor recurso su oído musical, además, luego de practicar el ritmo de guabina en sesiones anteriores, es en esta sesión que ella demuestra mayor coordinación y control rítmico utilizando la “esterilla”, evidenciando que ya puede interpretar dos ritmos colombianos dentro de un pequeño ensamble musical, lo cual afecta positivamente sus aspecto emocional y motriz.

Al influenciar la parte psíquica, las participantes en el proyecto en general experimentan beneficios, pues para ellas tener contacto con instrumentos y participar en un ensamble musical es un medio para liberar tensiones y una forma de expresión, al preguntar a “Paola” como se siente en las actividades musicales, responde lo siguiente:

Me siento como algo que me hiciera expresarme algún día con las personas, quisiera poder poner la música a expresarle las personas, estudiar canciones buenas que tengan producción que sirvan para expresarle a las personas, regar la música por todo (Dalila, 1981) el mundo para que expresen a las personas... (Paola, 2017, comunicación personal)

Es notorio el gusto que sienten las adultas por las actividades musicales, y el beneficio que les otorga a su parte psíquica expresarse a través de ella. “Paola” residente en el Centro Femenino especial durante 2 años ha enfrentado algunos problemas de adaptación debido al poco tiempo que lleva de residencia en él sitio. Según el doctor

³⁶ Ver anexo I, partituras. Pág. 73.

³⁷ Ver anexo II, sesiones. Pág. 109.

Acosta (2016) “Paola” padece esquizofrenia paranoide, que se caracteriza por presentar alucinaciones visuales, auditivas y actividad delirante. Es una adulta que refiere un gusto especial por la música al recordar que durante una época interpretó la guitarra y en general tiene muy buena disposición, presenta alteraciones en su concentración y control motor ocasionado por sus patologías y la medicación del tratamiento de las mismas.

El proceso es favorable para “Paola” pues, durante el proyecto su coordinación motriz se ha desarrollado a través de practicar con los instrumentos de percusión menor, como la “guacharaca”, por la cual ha demostrado una afinidad que le ha permitido desarrollar su control manual. Por ejemplo, en la sesión 14 realizada el 12 de octubre se propone la canción “Palo Bonito”³⁸, durante la cual la participante realiza en algunos fragmentos el ritmo real utilizando la guacharaca, teniendo en cuenta que la parte que se va interpretar con el instrumento presenta figuras rítmicas de división del pulso, requiere mayor precisión y control manual por parte del ejecutante.

Inicialmente se dificulta un poco realizar la actividad propuesta, pero después de la práctica durante la sesión, “Paola” logra cumplir satisfactoriamente el objetivo. En esta actividad se muestra la coordinación lograda a través del proceso que ha llevado a controlar el instrumento para producir el sonido de figuras de menor valor rítmico, y muestra como se emplean fragmentos de una canción para lograr ejercicios que permitan desarrollar actividades para fomentar el fortalecimiento del control corporal y mental, necesario para desenvolverse en la práctica instrumental durante un ensamble musical.

“Simple ejercicios rítmicos, efectuados en condiciones normales de relajación, han logrado efectos saludables sobre el sistema nervioso, hasta en el caso de contracciones rebeldes a los tratamientos por medicación sintomática. En otros casos de diversa índole, concernientes también a los niños, la música ha logrado producir efectos saludables sobre el estado psíquico o sobre la armonía general del ser humano.” (Willems, 1961, p.189)

Los efectos positivos en la condición psíquica de “Paola” durante las sesiones del proyecto se muestran en la capacidad de concentración que ha logrado al mantenerse estable tocando un ritmo determinado. Se evidencia en la sesión quince³⁹ realizada el 19 de octubre de 2016, durante la cual se repasan los ritmos colombianos vistos vals

³⁸ Ver partitura, Anexo I, Pág. 81.

³⁹ Ver sesiones, Anexo II, Pág. 111.

“Cuando voy por la calle” y guabina “Naranja dulce”⁴⁰, la participante muestra relajación al interpretar la guacharaca rítmicamente estable, además muestra un avance en su control motor y un estado emocional favorable que genera confianza para realizar música junto a sus compañeras.

La confianza que ganó la participante en este proyecto hizo que lograra interactuar favorablemente con diversos instrumentos, como la esterilla, la guacharaca, la pandereta, lo que permitió un mayor dominio corporal evidenciando el proceso de comprensión logrado por ella. Dicho proceso la llevó a construir una relación con la música a través de los instrumentos de percusión menor, disminuyendo las alteraciones presentes en la esquizofrenia dentro de la clase al brindar nuevas posibilidades que le permitían expresar sus emociones de una manera diferente.

Al transcurrir el proyecto en el Centro Femenino especial J.J Vargas, se estableció una convivencia con las participantes durante los talleres, lo cual permitía reconocer las diferentes condiciones que caracterizaban sus diagnósticos mentales, que mostraban una incidencia negativa en su psicomotricidad afectando sus actividades cotidianas. Según Aragón (2006) la música reconoce el aspecto emocional y afectivo de toda persona, logrando un desarrollo total que le permite comprender y reconocer al otro.

Este factor emocional se desarrolla a través de la percusión menor, abriendo nuevas experiencias que ayudaron a utilizar estos instrumentos como medio de relación entre lo psíquico y emocional, fortaleciendo los medios de expresión que permiten fortalecer la comprensión sobre sí mismo y los demás.

Al lograr regular la emoción se crean lazos para construir la comprensión necesaria que permite beneficiar las actividades de convivencia de las adultas, ya que a través del ensamble de percusión ellas incrementan su disposición para comprender el trabajo colectivo, reconocer sus capacidades que algunas veces están relegadas por su condición psíquica y emocional.

En palabras de Alvin (1965) la música puede adecuarse para fortalecer cualquier condición, ya sea física, emocional o aprovecharse en casos de deficiencia mental, la percusión menor a lo largo de este proyecto abrió las puertas para explorar y descubrir las capacidades de las participantes, disminuyendo las barreras ocasionadas por los diagnósticos mentales con los cuales conviven, y que muchas veces las excluyen de oportunidades de las que podrían participar. Esta inclusión permite evidenciar la

⁴⁰ Ver partitura Anexo I, Pág. 80.

concepción de Freire (1985) al asumir un rol de igualdad, en la cual lo mas relevante mas que el conocimiento como tal, es la facultad de asumirse como un sujeto capaz libre de aprender.

PERCUSIÓN MENOR

Los instrumentos de percusión han sido utilizados desde tiempos antiguos en procesos de comunicación y expresión humana, reconociendo el vínculo afectivo y fisiológico que está presente en su ejecución. Dentro del grupo de los instrumentos de percusión se encuentran diferentes clasificaciones, los instrumentos de percusión menor que se emplearán en la aplicación de este proyecto son los llamados “idiófonos”, según Erich Hornbostel y Curt Sachs (1914) estos instrumentos son los que producen el sonido por la vibración de su cuerpo o de varias partes que lo componen, suelen tener afinación definida o indefinida y diferentes materiales de construcción como la madera o metal.

Al abordar este proyecto a través de la práctica de dichos instrumentos se empieza por iniciar una etapa de preparación, durante la cual se busca asesoría en la percusionista Sandra Paola Zabaleta estudiante activa de la Universidad Pedagógica⁴¹, para realizar una serie de talleres con la percusionista quien lleva un trayectoria de experiencia en este campo de 11 años, reconociendo la forma idónea de abordar la práctica de los instrumentos de percusión menor, para luego implementarlos en el proyecto con las adultas del Centro Femenino especial J.J Vargas.

Durante la etapa de preparación que se realizó, se identificaron los diversos beneficios aportados por la práctica de estos instrumentos en palabras de Zabaleta (2016), los elementos que se pueden trabajar a nivel psicomotriz estarían relacionados con la motricidad gruesa, coordinación motriz, sensopercepción, relaciones espacio temporales, y concentración, en general desarrolla de manera positiva los procesos psicomotrices.

Al hablar de percusión menor, se piensa en el “ritmo” elemento que está implícito en la vida fisiológica, involucrando los movimientos cotidianos que requieren algún tipo de sincronía. Por esta razón se pensó en la percusión menor como medio para mejorar la psicomotricidad de las adultas del Centro Femenino Especial J.J Vargas, ya que al brindar esta nueva posibilidad musical se proporciona una herramienta para emplear el ritmo musical como instrumento para armonizar los movimientos corporales, necesarios para mejorar actividades cotidianas.

“Nuestras acciones, sean voluntarias o involuntarias se caracterizan por presentar continuidad y regularidad rítmica. El cuerpo humano como sistema,

⁴¹ Ver entrevista Anexo III. Pág. 131.

funciona en sincronía rítmica y en interacción rítmica con el entorno. Sea caminar o hablar, nuestras acciones intencionadas se sustentan en la continuidad rítmica.”(Lichtensztein, 2009, p.37)

La sincronía rítmica musical se relaciona de manera directa con la coordinación de los movimientos corporales, es ejemplo de esto la actividad planteada durante la sesión trece⁴² realizada el 5 de octubre de 2016, durante la cual la profesora encargada interpreta la canción “la fiesta guabina”⁴³ planteando diferentes velocidades, mientras que las participantes realizan diferentes movimientos corporales a la vez que van interpretando las maracas, de acuerdo a lo escuchado. Se observa cómo instintivamente responden a los cambios de tiempo, asociando lo que escuchan para manifestarlo a través de su cuerpo y la práctica de los instrumentos.

Esta comprensión auditiva es traducida a través del movimiento que realizan respondiendo al tiempo de la música, en la cual se desarrolla el ritmo. “Los movimientos humanos son puentes de ritmo.” (Defontaine, 1980, p.177). Dichos puentes dan muestra de una manifestación afectiva y mental permiten que la comprensión corporal sea transferida a la práctica instrumental, en los instrumentos de percusión menor y se mejore el control del movimiento durante las actividades cotidianas.

Cuando la habilidad de iniciar y controlar el movimiento está afectada, la influencia de ritmos externos puede proveer la información rítmica que hace posible el movimiento. Es decir que cuando escuchamos un ritmo, nuestros cerebros siguen el patrón rítmico muy de cerca. Nuestros cuerpos sincronizan automáticamente o “entran” al ritmo externo. (Lichtensztein, 2009, p.36)

Durante la práctica con los instrumentos de percusión menor entran en sincronía varios sentidos como el oído, la vista y el tacto. Es el sentido del tacto uno de los primeros referentes que tenemos para explorar el mundo exterior, ya que brinda información a través de la piel de diferentes aspectos que tienen que ver con sensaciones de temperatura, vibración, suavidad, tensión, entre otras. Según Pinel (2001) en el sentido del tacto se encuentra el órgano de la piel en donde se localizan diferentes receptores nerviosos, los cuales están encargados de transformar estímulos del exterior para ser comprendidos por el cerebro, este es el proceso de la

⁴² Ver sesiones Anexo II, Pág.107.

⁴³ Ver partitura Anexo I. Pág. 78.

“sensopercepción”, por el cual se reciben las percepciones del exterior a través de los sentidos para lograr una estructura organizada que permita interpretarlos.

Dicho proceso atraviesa por tres fases principales, la primera es la detección durante la cual la información es captada por los órganos sensoriales, en este caso es el tacto a través de la práctica de los instrumentos de percusión menor. La segunda etapa es la transmisión donde se transforma la energía proveniente del estímulo en señales que son transmitidas al cerebro como impulso nervioso, y finalmente la fase de procesamiento en la cual se logra interpretar la información.

Este proceso ha sido llevado a cabo por las participantes del proyecto a través de la práctica con instrumentos como la esterilla, la guachara y la pandeetas, ya que al comenzar las sesiones planteadas inician un proceso de reconocimiento de los instrumentos a partir del sentido del tacto, identificando la estructura de cada uno, percibiendo las diferentes sensaciones que da su ejecución y a partir de las características de cada instrumento pueden construir diferentes percepciones que son interpretadas a través de sus sentidos. Logran llevar a cabo la fase de procesamiento cuando en la sesión quince⁴⁴ realizada el 19 de octubre de 2016 pueden interpretar un ritmo específico como el “vals”, siendo parte de un ensamble musical.

La participación del ensamble musical mencionado anteriormente, es la preparación para una muestra que se realizó en el Centro Femenino Especial, el día 16 de Noviembre de 2016 con la participación de sus compañeras y algunos doctores a cargo del proceso. Esta presentación es la demostración de la comprensión que han logrado las adultas a través de los instrumentos de percusión menor, mejorando su coordinación motriz y el desarrollo de su percepción auditiva, lo que las lleva a realizar una presentación musical satisfactoriamente.

El empleo de un instrumento musical, por más elemental o primitivo que sea, combina la percepción auditiva, táctil y visual. Requiere control motriz en el tiempo y en el espacio. Si concebimos la música como sonidos organizados, podemos decir que la ejecución instrumental es el uso de movimiento coordinado y controlado en relación con el esquema musical. (Alvin, 1965, p.63)

La práctica instrumental con los instrumentos de percusión menor ha contribuido en aspectos de coordinación motriz, pero también ha tenido un impacto al nivel de emoción, ya que al dialogar con las participantes en el proyecto, expresan su

⁴⁴ Ver anexo II, sesiones, Pág. 111.

motivación e interés por seguir en el proceso, y cuando se menciona la posibilidad de realizar una continuidad en la ejecución de dichos instrumentos, muestran alegría por contar con una nueva alternativa para expresarse musicalmente.

En cuanto los beneficios que han tenido musicalmente, según Zabaleta (2016) percusionista que interactúa en la práctica docente con esta población menciona:

“..Se evidencia un gran avance en cuanto a la conciencia del pulso, estabilidad en la ejecución consecutiva de células rítmicas, hasta lograr tocarlas en un pequeño ensamble con la guitarra. A nivel comportamental, se evidenció progreso en los niveles de escucha, atención y concentración.... mayor autorregulación de reacciones aceleradas o bruscas frente a las indicaciones dadas, se observó motivación y alegría por estar en este proceso, lo cual contribuye con su estado emocional y psicológico...” (Zabaleta, 2016, comunicación personal)

Al interactuar con los instrumentos de percusión menor se permite que las adultas establezcan relaciones favorables con sus compañeras, mejorando su estado anímico, lo cual permite establecer influencias positivas en sus relaciones cotidianas. Además se observa como a partir de las características propias de cada instrumento han podido establecer una relación específica con él, logrando establecer diferentes sensaciones que las motiva a seguir participando de las actividades musicales a través de la práctica instrumental de los mismos.

ESTERILLAS



Imagen. 5. Esterillas.

Uno de los instrumentos que se empleó durante el desarrollo del proyecto fue la “esterilla” instrumento musical utilizado en la música folclórica Colombiana. Según Abadía (1991) Es fabricado con cañutos o trozos

de bambú que van entrelazados por cáñamo (fibra vegetal), finalizando con un fragmento elaborado con cordel o goma que permite sujetarlo se interpreta realizando una fricción con las manos.

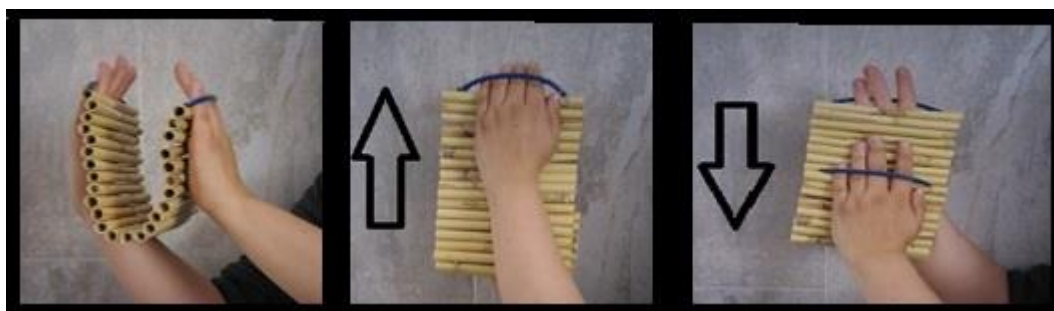


Imagen. 6. Esquema Esterillas.

La práctica de este instrumento según Zabaleta (2016) mejora la relación espacio temporal, ya que implica manejar una comprensión y control del movimiento de los brazos, logrando acoplarse a la longitud necesaria para producir determinado sonido, lo cual interviene y fortalece la direccionalidad de los movimientos. Además, participa en el desarrollo de la tonicidad muscular al lograr una distribución de la fuerza empleada, influenciando la resistencia muscular al mantener por un tiempo prolongado la práctica con el instrumento al interpretar ritmos musicales. Al fortalecer los aspectos psicomotrices, a través de la “esterilla” se están beneficiando los aspectos corporales de las adultas, lo cual implica un beneficio en el desarrollo de sus actividades cotidianas, empleando el movimiento de la práctica instrumental como herramienta para beneficiar a las participantes de este proyecto.

Al pensar en la implementación de este instrumento con las adultas del centro, se reflexiona sobre el movimiento de las manos que requiere el instrumento para la producción del sonido, ya que algunas residentes del centro demuestran excesiva tensión muscular en esta área, lo cual dificulta los procesos de coordinación y control manual.

La implementación de este instrumento permite que las participantes inicien un proceso de relajación a través de las diferentes actividades planteadas, la continua exploración con el instrumento colabora para que ellas construyan un control manual elaborando diferentes fragmentos rítmicos, esto se observa durante la tercera sesión⁴⁵ realizada el 30 de marzo de 2016, en la cual se plantea una actividad llamada “lleva musical”.

⁴⁵ Ver anexo II, sesiones, Pág. 87.

Dicha actividad consiste en que la profesora encargada va realizando el ritmo de vals en una tambora, mientras que las participantes se van moviendo libremente llevando esterillas en sus manos, al detener la música de la tambora se lanza una pequeña pelota a una de las adultas, la persona que tenga la pelota creara un fragmento rítmico utilizando la esterilla y luego ella será la encargada de lanzar la pelota cuando se detenga la música de la tambora, se realiza el proceso continuamente rotando por todos los miembros del grupo.

Se evidencia en la actividad planteada como las participantes crean con el instrumento distintos fragmentos rítmicos, mostrando su capacidad de creación sin que el instrumento sea una barrera para ellas, pues todas en general realizan satisfactoriamente la actividad planteada anteriormente, demostrando curiosidad por el instrumento que les permite crear sonidos a partir de la fricción de sus manos, logran durante la sesión relajación que les permite liberar tensiones acumuladas por la rigidez corporal ocasionada por sus condiciones y tratamientos médicos, lo cual incide a su vez en su estado emocional.

Este estado emocional se ve relacionado con el instrumento pues dos de las adultas han expresado su preferencia por él. Al preguntar a una de las adultas que piensa de los instrumentos de percusión utilizados en el proyecto, ella contesta con estas palabras.

“me gusto la esterilla porque sentía una relajación para las manos” (Yaneth, 2017, comunicación personal)

Se observa la preferencia que establece la participante con el instrumento al relacionarlo con un estado positivo para su salud, al igual que se muestra la facilidad que brinda este instrumento, ya que contribuye a facilitar los procesos motrices y a realizar el aprendizaje de nuevos conocimientos musicales.

La relación que se realiza del instrumento a estados de relajación se hace notar por parte de la percepción que tienen las adultas de éste, pues no solo denota un beneficio aportando en aspectos motrices, se muestra una relación con la parte emocional en palabras de otra participante que contesta la misma pregunta con la siguiente frase: *“Me gusto la esterilla porque es fácil de tocar, y al tocar sentía paciencia, serenidad.” (Rocío, 2017, comunicación personal).*

El movimiento manual que requiere la práctica de la esterilla participa en la creación de estados emocionales como la serenidad y la paciencia, es muy importante el

trabajo de situaciones que generen un estado de serenidad con esta población, ya que por sus condiciones son altos los estados de euforia o alteración lo que influye negativamente en sus actividades dentro del centro. La esterilla es capaz de construir los estados positivos en las participantes, gracias a la relajación que produce el movimiento necesario para producir su sonido y al intervenir la emoción a través de generar sensaciones favorables a partir del sentido del tacto, logra favorecer a las participantes a través de la práctica musical con este instrumento.

GUACHARACA



Imagen. 7. Guacharaca.

La guacharaca es un instrumento empleado tradicionalmente en diferentes ritmos folclóricos como el vallenato, en palabras de Abadía (1991) su nombre era inspirado en un ave silvestre tropical llamado “guacharaco”, cuyo graznido se imita en el instrumento. Elaborada con caña, madera o algunos elementos metálicos, se conoce como un instrumento de rascado con una superficie corrugada, parte hueca en su interior y con franjas longitudinales en la superficie, consta de un trinche elaborado de alambre cuyo mango es de madera, con el cual se produce el sonido rascando la superficie corrugada.

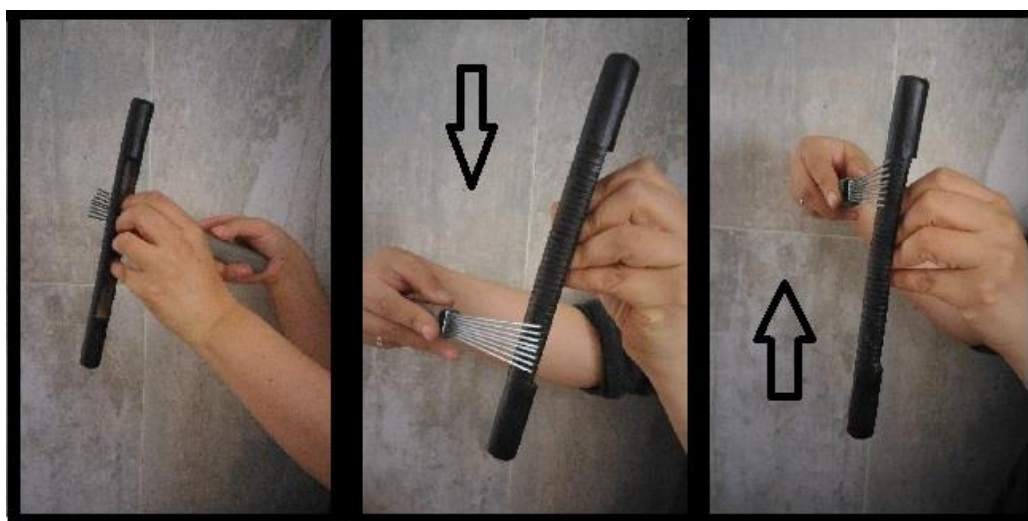


Imagen. 8. Esquema Guacharaca.

La guacharaca desarrolla la coordinación manual al necesitar una sincronía de las manos para la producción de sonido, además la comprensión de la direccionalidad de los movimientos para lograr el cálculo de la longitud requerida de acuerdo al tamaño del instrumento. La fricción que requiere el uso de un trinche para la ejecución de la guacharaca fortalece el tono muscular, ya que se pueden desarrollar diversas intensidades a partir de la presión que sea aplicada. Al explorar las diferentes posibilidades se reconoce la fuerza muscular necesaria para lograr el objetivo, además de experimentar las diversas vibraciones que produce la magnitud del sonido, se crean distintas sensaciones que permiten establecer una comprensión entre un estado de relajación o tensión corporal.

Por ejemplo, durante la cuarta sesión⁴⁶ realizada el 6 de abril de 2016 se presenta el instrumento a las adultas, mediante una actividad que propone la exploración con el mismo realizando diferentes intensidades a través de él, tocando suave o fuerte. Se asocia la producción del sonido de acuerdo a la fortaleza, direccionalidad y relajación muscular, requerida para lograr los matices del sonido, logrando percibir la diferencia entre los dos estados corporales.

Las participantes expresan que se sienten mejor al interpretar sonidos suaves, ya que les permite relajar y disminuir sus tensiones corporales, después la profesora encargada direcciona la actividad con las explicaciones necesarias para alcanzar el mismo estado de relajación muscular en la producción de sonidos suaves y fuertes. Al finalizar la actividad aunque la mayoría de las participantes no logran mantener el mismo movimiento relajado al producir sonidos fuertes, si comprenden la diferencia que hay en su estado corporal de relajación o tensión al equilibrar la fuerza empleada para interpretar un instrumento como la guacharaca.

El estado muscular empleado en el agarre que implica interpretar el instrumento permite fortalecer la motricidad fina, pues son los dedos encargados de esta labor lo cual implica el control de la flexibilidad y resistencia para sostener un soporte firme que mantenga un sonido firme y estable rítmicamente, ya que según Zabaleta (2016) la percusión menor tiene la función de ser el eje de estabilidad del tempo de un ensamble musical. Asignar esta responsabilidad a las participantes desarrolla su seguridad al permanecer en un papel de estabilidad que involucre su concentración en rol musical.

⁴⁶ Ver anexo II, sesiones, Pág. 89.

La concentración se hace presente al emplear la coordinación manual para lograr movimientos controlados sobre la superficie de la guacharaca empleando el trinche para la producción del sonido, ya que al interpretar diferentes ritmos que necesitan diversas direcciones, se establece una relación del control manual y la concentración para llevarlas a cabo armoniosamente.

Es a través de la práctica con la guacharaca que se adquiere una armonía física y mental para interpretar con mayor control y relajación el instrumento, asumiendo una posición de comodidad y gusto por interactuar con él a través de la práctica instrumental. Después de una etapa que permita reconocer las diferentes posibilidades de los instrumentos de percusión menor la opinión de cada participante y el bienestar que sientan eligiendo, es muy relevante para facilitar el aprendizaje, ya que cada una de las adultas ha expresado a partir de sus preferencias sentir mayor afinidad con algunos de los instrumentos trabajados.

Al dialogar con una de las participantes expresa su opinión de los instrumentos utilizados durante este proyecto así:

“Muy claros y concisos, la guacharaca me gusto más, porque con la guacharaca le sale más fácil a uno el sonido en lugar de las maracas.” (Paola, 2017, comunicación personal)

Esa afinidad que ha desarrollado “Paola” con la guacharaca le ha permitido asimilar un manejo del instrumento, en el cual se observa la comodidad de la adulta para tocar con él, logrando una conciencia corporal que le permite interpretar el instrumento con relajación y control, esto se traduce en la producción de sonidos que generan una rítmica musical estable.

MARACAS



Imagen. 9. Maracas.

En el transcurso de esta investigación se emplearon las maracas, según Marulanda, (1984) están fabricadas generalmente de calabaza dentro de la cual se introducen semillas o granos de diferentes materiales, dotadas de un mango de madera que permite su movimiento el cual genera el sonido al chocar las semillas con las paredes de su cuerpo.



Imagen. 10. Forma de sujetar las Maracas.

Dicho instrumento se utilizó durante las clases para el desarrollo de la motricidad gruesa a través del control de los movimientos de las extremidades superiores, ejemplo de esto es la actividad planteada en la sesión once⁴⁷ realizada el 21 de septiembre de 2016 durante la cual se propone realizar movimientos amplios de los miembros superiores utilizando maracas en cada mano mientras se escucha la pista de la cumbia “Pollera colora”, incorporando a partir de la sensación musical el baile por parte de algunas de las participantes.

A través del ritmo de cumbia se realiza una preparación para la clase estimulando la motricidad gruesa a partir de los movimientos, creando una afinidad con el sonido de las semillas del instrumento que dan una tonada de alegría acorde con el ritmo propuesto, esto permite que instintivamente fluya el ritmo de las participantes con la música, logrando un control motriz que les permite mezclar su conciencia corporal con el manejo del instrumento, ocasionando una disposición positiva a nivel físico y emocional, generando relajación corporal. *“La relajación tiene una gran importancia en la psicomotricidad y participa en ella a todos los niveles: tanto el afinamiento del gesto, suprimiendo tensiones musculares, superfluas y mejorando el control, como contribuyendo a la elaboración de la imagen corporal.”* (Aragón, 2006.p.73).

Establecer este momento de relajación durante el inicio de las clases propuestas, es muy importante, ya que permite brindar un espacio de bienestar físico y emocional, favoreciendo la expresión y la participación de las adultas, aumentando los beneficios

⁴⁷ Ver anexo II, sesiones. Pág. 103.

que reciben a través de las actividades musicales, propuestas durante el desarrollo del proyecto.

Además, al involucrar el sonido de las semillas al movimiento, se establece una conexión del cuerpo y el instrumento, la cual permite expresarse a través del instrumento que acompaña los movimientos corporales, que se traducen durante la actividad en el baile espontáneo de las participantes, al percibir una música de rítmica movida. *“El equilibrio psicomotor ha sido evocado por el profesor de Ajuriaguerra (1979) en términos musicales como una melodía cinestésica, siendo la música como un elemento de la vida que con sus notas y sus claves nos orientan a considerar la psicomotricidad como una dinámica bio musical.” (Defontaine, 1980, p.179)*

Este elemento de vida es manifestado por la expresión de las participantes al mencionar su gusto por acompañar su baile con el manejo las maracas, que les transmite una sensación emotiva permitiendo fortalecer su expresión corporal, lo cual es relacionado con su opinión acerca de la música de su predilección. Al preguntar a una de las adultas sobre ¿Qué música le gusta? y ¿Por qué? ella contesta con las siguientes palabras:

“Los bambucos, la guabina, todo, la música que se pueda bailar y se mueva uno.” (Lilia, 2016, comunicación personal).

La preferencia que expresa esta participante se asocia con el gusto que desarrolló por interpretar las maracas, ya que para ella esa sensación de baile y movimiento es complementada con el sonido brillante que dan las semillas de dicho instrumento, lo cual le permite identificarse y expresarse a través de él, brindándole nuevas posibilidades a través de la práctica instrumental, afianzando la sensación de bienestar corporal y emocional.

Un beneficio que se logra desarrollar a través de la práctica con las maracas, durante la sesión que se nombró anteriormente es la coordinación general, ya que según Montenegro, (2014) se requiere una armonía de los juegos musculares, haciendo diferencia en dos aspectos que dependen del reposo o el movimiento durante la cual se ejecute la acción.

Se habla de coordinación dinámica al involucrar los grupos musculares en la realización de una acción simultánea, siendo manual al establecer el movimiento de ambas manos. *“Coordinación dinámica manual, corresponde al movimiento bimanual que se efectúa con precisión sobre la base de una impresión visual previamente*

establecida que le permite la armonía de la ejecución conjunta.” (Montenegro, 2014. p.46)

Esta coordinación dinámica manual está presente al ejecutar las maracas empleando ambas manos, ya que la práctica de este instrumento requiere alternar los movimientos en ciertos ritmos o ejercicios determinados. Durante la sesión once realizada el 21 de septiembre de 2016 se plantea una serie de ejercicios para trabajar la coordinación de las dos manos, elaborando el sonido de la figura musical “negra” empleando las dos manos simultáneamente, luego se reproduce el sonido de dos “corcheas” alternando mano derecha e izquierda.

A través de la producción de estos sonidos y los movimientos requeridos para emitirlos se trabaja la coordinación de las adultas, pero a su vez la tonicidad muscular al desarrollar la fuerza necesaria para el control de las semillas. Dicha tonicidad involucra además, la direccionalidad y la amplitud de los movimientos requeridos para producir el sonido.

Dos de las participantes “Paola” y “Rocío” demuestran durante la sesión mayor coordinación al realizar los ejercicios con control corporal, manifestando que han obtenido un aprendizaje y progreso durante el desarrollo de la actividad. Esta percepción evidencia que las participantes asumen una conciencia corporal distinta que les permite identificar el estado de su propio proceso, lo cual asocian con beneficios corporales y anímicos.

Al involucrar las maracas en el desarrollo del proyecto, se piensa en la manera de facilitar el contacto con el instrumento, para lograr la participación de todas las adultas de acuerdo a sus capacidades. Este instrumento facilita la inclusión por cuanto puede ser utilizado por personas que tienen movilidad en una sola de sus manos lo cual permite lograr una participación activa de todas las integrantes de la población. La inclusión de todas las participantes a la actividad musical a través de un instrumento de técnica asequible favorece sus estados afectivos ya que facilita explorar, reconocer y desarrollar sus capacidades logrando una interacción de sus aspectos emocionales y físicos.

“La interacción de aspectos afectivos y motores traduce la arquitectura de toda personalidad del individuo y la organización de sus funciones cognitivas. El cuerpo es el teatro de la acción y el movimiento es el palco de la inteligencia y a través de él se establece la eclosión del espíritu con la realidad exterior.” (Fonseca, 1996. p.114)

La práctica de un instrumento como las maracas relaciona los aspectos emocionales al crear sensaciones de gusto que interactúan con el movimiento fomentando el deseo de moverse, lo cual alimenta las funciones cognitivas que permite la construcción de posibilidades para mejorar el desarrollo durante las actividades cotidianas. Para dichas actividades es necesario la tonicidad, la concentración, la coordinación que se desarrolla a partir de un instrumento como este, el cual se caracterizó durante el proyecto por facilitar el proceso de aprendizaje adaptándose a diversas condiciones, permitiendo una interacción positiva con las participantes, lo cual se ve reflejado durante su aplicación.

PANDERETA.



Imagen. 11.Pandereta.

La pandereta es otro de los instrumentos de percusión menor que se utilizó durante algunas actividades del proyecto, según Marulanda (1984), la pandereta es un instrumento conformado por un aro fabricado de madera, sobre el cual va pegada una membrana hecha de cuero de diferentes animales, cuya tensión se hace con un cinturón clavado de forma fija. Este aro posee ranuras rectangulares, las cuales tienen un eje sobre el cual se instalan pequeños rodetes metálicos, que ejercen una función de sonajeros que al golpear produce el sonido.

Pero además brinda diferentes formas para emitir el sonido, teniendo en cuenta las palabras de Arango y Sierra (2003) se puede interpretar sosteniéndola con una mano, tocando su membrana con la punta de los dedos, sacudiendo su cuerpo con un movimiento giratorio del antebrazo se puede lograr un efecto de redoble al igual que frotando el parche circularmente en la parte del borde.



Imagen. 12. Esquema Pandereta.

Al poseer diferentes posibilidades este instrumento facilita el proceso de su ejecución, ya que puede ser empleado de diversas maneras, y no requiere de una precisión demasiado refinada para controlar y emitir su sonido, posibilita el acceso a las actividades musicales a una de las participantes “Lilia”, quién logró realizar su proceso a través de dicho instrumento, ya que al tener unas condiciones diferentes a las demás adultas requería una opción que aportara a su aprendizaje, incluyéndola de acuerdo a sus capacidades.

La pandereta aportó durante las sesiones al control de “Lilia”, pues como se había mencionado anteriormente la adulta demostraba dificultades en las relaciones con sus compañeras, al mostrar un descontrol en la regulación de sus emociones y los movimientos corporales, debido a esto le era difícil mantener el control sobre la práctica de un instrumento. Pero a través de las sesiones las cuales implicaban la práctica de movimientos corporales empleando la pandereta como acompañamiento de los mismos, ella logró un dominio de su cuerpo que le permitió interpretar la pandereta de manera controlada regulando su ritmo físico y emocional, que le brindó una estabilidad que manifestó en la práctica instrumental.

“El estudio teórico y práctico del movimiento reviste gran importancia para la práctica musical, y esto por varias razones de las cuales las más importantes son: el parentesco que une el movimiento y el ritmo, por una parte y por otra, la influencia del movimiento sobre el toque y la sonoridad en la práctica instrumental.” (Willems, 1954. p.110)

La práctica instrumental de la pandereta influyó aspectos de la motricidad gruesa a partir del movimiento corporal, además a partir de ella se trabajaron aspectos de

direccionalidad, espacio temporalidad y coordinación visomotora. En palabras de Montenegro (2014) Para el desarrollo de la coordinación visomotora es necesario activar la respuesta al movimiento del estímulo visual, la música puede generar la reacción necesaria para responder favorablemente y fortalecer dicha coordinación. Ejemplo de esto es la sesión novena⁴⁸ realizada el 7 de septiembre de 2016, en la cual se propone un juego con panderetas en un círculo. Se distribuye una pandereta en cada uno de los extremos del círculo la cual rotara por las participantes de acuerdo al ritmo que la profesora toque en una tambora, el objetivo es evitar que las dos panderetas se encuentren, pues se menciona que cada una cumple un papel, la que rota por la derecha es la bomba y la que rota por la izquierda es la mecha por lo cual ninguna debe encontrarse con la otra. Para lograr el objetivo las adultas deben estar atentas en su coordinación y respuesta visual para cambiar la dirección del instrumento evitando que se encuentren, además generar una respuesta auditiva para reaccionar a la música escuchada adaptándose a los cambios de ritmo y tiempo. Al iniciar la actividad se trabaja con la base en la tambora del ritmo de vals y luego se cambia aumentando el tiempo por una base de cumbia.

Inicialmente cuesta trabajo asimilar la coordinación con el ritmo escuchado, además de dificultarse un poco el proceso de atención por parte de todas las participantes, pero luego de adaptarse a la actividad el grupo logra centrar su coordinación visomotora en el proceso, generando una respuesta positiva, que permite realzar los estados anímicos pues disfrutaban con la actividad y se divierten durante la aplicación de esta.

La sesión muestra como a través de un instrumento como la pandereta se logran plantear actividades lúdicas involucrando el quehacer musical para fortalecer los aspectos de atención, coordinación, permitiendo el trabajo en equipo para dar continuidad a la clase y mostrar una resolución a situaciones determinadas, pues sin esta capacidad de planeación y reacción que demostraron las adultas no se habría realizado satisfactoriamente el objetivo, generando un aspecto favorable emocionalmente a través de la lúdica y la música que se emplearon en el transcurso de esta sesión.

La música también puede impactar favorablemente aspectos motores y organizadores del habla, mejorar la planificación, iniciación, y coordinación motora, aumentar la motivación, como así también facilitar estrategias

⁴⁸ Ver anexo II sesiones, Pág.99.

cognitivas para resolución de problema, y activar procesos relacionados con la memoria, la atención y concentración. (Lichtensztein, 2009.p.12)

La concentración necesaria para responder a los cambios musicales es muy relevante en esta población, pues es a través de la práctica de un instrumento como la pandereta que las participantes fortalecen su capacidad auditiva aplicándolo a su aspecto corporal y rítmico reaccionando positivamente a los cambios propuestos. Al asumir esta comprensión ellas asimilan de manera diferente la música, involucrándola afectivamente en sus relaciones y actividades cotidianas por cuanto asumen la capacidad de interactuar con sus compañeras con colaboración, reconociendo las fortalezas y debilidades que les permite lograr un objetivo común, enlazándose emocionalmente.

“Comparado con los de la fisiología y del intelecto, el terreno de la afectividad es el más característico desde el punto de vista del arte, y esto no sólo para el oyente, que vive y juzga la música por la sensibilidad, sino también para el ejecutante y el compositor. Sin inteligencia no hay ciencia y virtuosismo, pero sin sensibilidad, sin emotividad, sin sentimiento, no hay verdadero arte.”
(Willems, 1961.p.66)

La práctica de los diferentes instrumentos de percusión menor han permitido generar la sensibilidad y emotividad que enlazan afectivamente a todas las participantes en el proyecto, pues al indagar sus opiniones del proceso realizado todas refieren sentimientos positivos a nivel físico y emocional. Dos de ellas nos expresan con estas palabras su opinión del proceso que se ha llevado a cabo con los instrumentos mencionados:

“Me gustaron, me gustó la esterilla porque sentía una relajación para las manos, las maracas servían para la salud, me mantenían despierta.” (Yaneth, 2017, comunicación personal)

“Me gustaron son bonitos todos la maraca, las pandereta y la guacharaca.”(Lilia, 2016, comunicación personal)

Dichos instrumentos abrieron las puertas para desarrollar la afectividad de las adultas al brindar opciones para expresarse, lo cual permitió crear nuevos espacios de conocimiento para desarrollar su psicomotricidad. Esto dimensiona la importancia de la práctica instrumental al darle un valor a la ejecución de instrumentos cuyo papel en algunas situaciones es poco apreciado, y permiten demostrar que son el medio para

reconocer las capacidades de la población del Centro Femenino especial J.J.Vargas, brindando espacios que beneficien sus actividades cotidianas a través de la música.

CONCLUSIONES

En el transcurso de este proyecto se logran observar las diferentes posibilidades que brinda la percusión menor a las adultas del Centro Femenino especial J.J Vargas al involucrarlas por primera vez en una práctica instrumental a través de la percusión menor. Descubriendo los beneficios que logró brindar su práctica habitual en las diferentes actividades musicales propuestas por este proyecto se hizo evidente una mejora en la motricidad gruesa de las adultas, al aportar opciones que les permitió relajar sus tensiones musculares a lo largo de las sesiones, lo cual se manifestó en la armonía y el control del movimiento que permitió su conciencia del manejo corporal adaptándose rítmicamente a la música.

Involucrar el aspecto corporal a través de la relajación permitió experimentar diversas sensaciones que incidieron en la curiosidad y motivación de las adultas, lo cual logró mayor facilidad para expresarse desarrollando las actividades musicales, a partir de las cuales demostraron sus capacidades relacionando su aspecto emocional y físico.

Así, mismo la sensación de relajación expresada por las participantes evidencia que la práctica de instrumentos de percusión menor provocó un estado emocional positivo, logrando un cambio emocional que se vio reflejado en la convivencia con sus compañeras. Este incremento en el estado emocional de las participantes se obtuvo a partir de implementar algunas de las actividades musicales de mano de la lúdica para realizar un acompañamiento que creó nuevas posibilidades a través de los instrumentos empleados. Por lo tanto, la práctica de la percusión menor ejerció el papel de regulador de emociones, logrando un autocontrol del comportamiento que permitió a las adultas coexistir participando en un ensamble musical.

Es a partir de este ensamble musical que se observan los aportes logrados en el área de la motricidad fina y la coordinación, ya que al finalizar el proceso demuestran los desarrollos obtenidos al interpretar un ritmo colombiano (Vals) con una estabilidad rítmica coherente, lo cual denota un control muscular que les permitió un acoplamiento de su función mental y corporal al mantenerse concentradas realizando un ritmo estable con los instrumentos empleados, acorde al acompañamiento musical.

Al desarrollar los movimientos que implica el aprendizaje de un instrumento de percusión menor, y al efectuar su comprensión, se realizó un proceso que desarrolló y fomentó la cognición, pues se realizó una nueva evolución la cual involucró movimiento, emoción y comprensión, ítems que fundamentan la psicomotricidad, y dieron relevancia a esta investigación. Esta relevancia se resalta al reconocer el valor

de la práctica de los instrumentos, ya que además brindó la posibilidad de incluir a todas las participantes, al ofrecer instrumentos de fácil ejecución que permitieron ser accequibles a personas con condiciones físicas limitadas para lograr su inclusión, otorgando así la posibilidad de expresarse a través de ellos.

Al lograr nuevos espacios de inclusión a través de la música y concretamente a través de la práctica instrumental con la incorporación de la percusión menor se hicieron visibles las capacidades de las adultas del centro, lo cual incentiva el papel de la música en escenarios no escolares logrando resaltar el valor humano de la música en contextos alternativos.

A través de este proyecto se visibilizó la importancia de la música en escenarios no escolares, ya que a partir de esta experiencia se impactó favorablemente el aspecto emocional y físico de las participantes esto podría generar nuevas posibilidades en otros ambientes que permitan beneficiar a instituciones con poblaciones en condiciones similares, ampliando las posibilidades para la práctica pedagógica musical, lo cual aporta en la construcción de pedagogos con la capacidad de adaptarse a diversas situaciones físicas, mentales y sociales permitiendo contribuir a la inclusión social a partir de la pedagogía musical.

La pedagogía musical fundamentada en la práctica de instrumentos de percusión menor transformó el deseo de las adultas incrementando sus capacidades para adaptarse a las tareas planteadas favoreciendo su parte física y emocional. Esto repercute en que ellas puedan, en su aspecto comportamental relacionarse mejor durante la práctica musical, lo que es muy relevante en sus actividades cotidianas.

Es muy importante en la población de las adultas del centro Femenino especial J.J Vargas, incentivar estos espacios, y fue a través de la práctica de la percusión menor como se logró implementar este ambiente, ya que algunas veces por la condición en que se encuentran las adultas, se tiende a desvalorar todas las capacidades que ellas podrían incrementar, a través de los espacios adecuados que permitan su correcta estimulación. De esta manera se puede reafirmar que muchas veces los límites son solo impuestos por subjetividades que crean la sociedad y los individuos, en sus falsos conceptos de crear y etiquetar a algunas personas como intelectualmente capaces y asumir otras como incapaces.

La relevancia de la percusión menor para las adultas del Centro Femenino especial se marcó al brindar un nuevo espacio en las clases habituales de música que ellas reciben, debido a las posibilidades favorables que brindó a nivel físico y emocional. Para la autora de este texto es gratificante mencionar la continuidad del proceso con

las participantes, ya que actualmente se conserva el espacio para la práctica de la percusión menor involucrando además de las adultas que iniciaron el proceso, a otras residentes del Centro que asisten a las clases cotidianas de música, e implementando dichos instrumentos como nueva opción para desarrollar su psicomotricidad a través de esta práctica instrumental.

Finalizando esta experiencia para su autora uno de los aspectos importantes es recalcar el vínculo afectivo que se logró con las participantes, al reconocer sus condiciones y capacidades, se fortaleció el aprendizaje como pedagogo musical al adaptarse a las diferentes situaciones presentes durante el desarrollo de este proyecto, con el fin de buscar las mejores opciones para brindar facilidades al proceso de aprendizaje que desarrollaron a través de la práctica de instrumentos de percusión menor.

Además, la conexión emocional que desarrollaron las participantes a través de dichos instrumentos logró resaltar el papel de la pedagogía musical para establecer un puente entre los aspectos físicos y emocionales que son tan relevantes para la calidad de vida de esta población, permitiendo así cumplir uno de los objetivos más importantes para la autora de este texto: Resaltar el aspecto humano de la música al reconocer su fuerza para desarrollar las capacidades y la expresión de todos los individuos.

BIBLIOGRAFIA

- Abadia Morales, G. (1991). *Instrumentos Musicales Folklore Colombiano*. Bogotá: Fondo de Promoción de la cultura.
- Acosta Galvis, J. M. (9 de Noviembre de 2016). (J. L. Avellaneda, Entrevistador)
- Alvin, J. (1965). *Música para el niño disminuido*. Buenos Aires, Argentina: Ricordi Americana.
- Amstrong, T. (1999). *Inteligencias múltiples en el aula*. Manantial.
- Aragón, M. B. (2006). *Manual de Psicomotricidad*. Madrid: Ediciones pirámide.
- Arango, J. C., & Sierra, S. (2003). *Guía de iniciación a la percusión*. Colombia: Imprenta Nacional de Colombia.
- Brandao, C. R. (1977). *El método Paulo Freire para la alfabetización de adultos*. Mexico: CREFAL.
- Cañamares, J. M., Castejon, M. A., Gonzales, J., & Florit, A. (2001). *Esquizofrenia psicología clínica*. Madrid: Síntesis.
- Carlos, G. R., Hernández Bayona, G., Rojas Urrego, A., Santacruz, H., & Uribe Restrepo, M. (2002). *Fundamentos de psiquiatría clínica: niños; adolescentes y adultos*. Bogotá: Centro editorial Javeriano.
- Comellas, M. P. (2000). *Psicomotricidad en la educación infantil*. Barcelona: CEAC.
- Dalila, M. d. (1981). *la coordinación visomotora y dinámica manual del niño infradotado*. Buenos Aires : Losada.
- Defontaine, J. (1980). *Manual de Reeducación psicomotriz*. Barcelona, España: Médica y técnica. S.A.
- Escudero., M. A. (2014). *Metodología para la enseñanza de los instrumentos de percusión*. Ecuador.
- Federico, G. F. (2007). *El niño con necesidades especiales. Neurología y musicoterapia*. Buenos Aires, Argentina: Kier.S.A.
- Fonseca, V. d. (1996). *Estudio y genesis de la psicomotricidad*. INDE publicaciones.
- Fonseca, V. d. (2004). *Psicomotricidad, paradigmas del estudio del cuerpo y de la motricidad humana*. Mexico: Trillas.
- Freire, P. (1985). *Pedagogía del oprimido*. Montevideo, Tierra nueva: Siglo XXI editores.
- Freire, P. (1992). *Pedagogía de la esperanza: un reencuentro con la pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
- Gardner, H. (1983). *Estructuras de las mentes, teoría de las inteligencias múltiples*. Mexico: Fondo de la cultura economica.

- Gardner, H. (1998). *Teoría de las inteligencias múltiples de la teoría a la práctica*. BARCELONA: PAIDOS IBERICA.
- Graciela, A. (Marzo 2009). Reflexiones sobre conceptos que fundamentan el quehacer psicomotor. *Revista cuerpo N 5*, 22.
- Lichtensztejn, M. (2009). *Música y Medicina. La aplicación especializada de la música en el área de la salud*. Buenos Aires.: Ediciones elemento.
- Llinas, R. (2002). *El cerebro y el mito del yo*. (E. Guzman, Trad.) Grupo Editorial Norma.
- Marulanda, O. (1984). *El Folclor de Colombia*. Bogotá: Artestudio editores.
- Montenegro, R. D. (2014). *Breviario reseñas, ideas y conceptos de la psicomotricidad*. Argentina: Brujas.
- Moreno, J. M. (s.f.). *Instituto latinoamericano de la comunicación educativa*. Obtenido de <http://www.ilce.edu.mx/>
- P.Reiser, R., & Thompson, L. (2006). *Trastorno Bipolar*. México: Manual Moderno.
- Peña, J. P. (12 de Octubre de 2016). (J. López, Entrevistador)
- Perez, M. M. (2010). *La Motricidad como dimension humana. Un abordaje transdisciplinar*. España.: Colección Léeme.
- Pinel., J. P. (2001). *Biopsicología*. Madrid: Pearson Educación.
- Ramón, H. (15 de Febrero de 2017). (J. López, Entrevistador)
- Rigal, R. (s.f.). Bases teóricas de la psicomotricidad. Canada: UQAM.
- Robert.P.Ingalls. (1982). *Libro Retraso Mental la nueva perspectiva*. México: El manual moderno.
- Verdugo, M. A., & Jenaro, C. (2004). *Retraso Mental. Definición, calificación y sistemas de apoyo*. Madrid: Alianza editorial.
- Willems, E. (1954). *El ritmo musical. Estudio Psicológico*. Buenos Aires: Editorial universitaria de Buenos Aires.
- Willems, E. (1961). *Las bases psicológicas de la educación musical*. Florida: Universitaria de Buenos Aires.
- Zelaya, B. G., & Arce, S. (1997). *Retraso Mental*. Guatemala: Piedra Santa.

ANEXOS

ANEXO 1. PARTITURAS.

Andale

María Elizondo.

Transcripción: Jaqueline López

Que di rán los de tu ca sa cuan do

6 me mi ren to man do pen sa ran

11 quees por tu cau sa quehoy me vi vo embo rra

16 chan do yan da le pe ro si vie ras

21 co mo son lin das es tas bo rra che ras yan da

26 le

Boogie Woogie

Tradicional

Transcripción: Jaqueline López

con la ma no aden tro con la ma no afue ra con la ma no aden tro la hace

5 mos gi rar bai lando el boo gie woo gie me dia vuel ta ya las pal mas so na

9 ran Hey Boo gie woo gie Hey Boo gie

13 woo gie Hey Boo gie woo gie las pal mas so na

17 ran

The musical score is written in 4/4 time with a key signature of one flat (Bb). It consists of five staves of music. The lyrics are written below the notes. There are three blue downward-pointing arrows indicating palm marks: one above the first measure of the 9th staff, one above the first measure of the 13th staff, and one above the first measure of the 17th staff.



En esta indicación se realizan dos palmas cada una con la duración de un tiempo de negra.

Quando voy por la calle

Jaime R. Echavarría

Adaptada por: Jaqueline López

The musical score is written in treble clef with a key signature of one sharp (F#) and a 3/4 time signature. It consists of eight staves of music, each with a measure number at the beginning. The lyrics are written below the notes.

6

11

16

21

26

31

36

cuan do voy por la ca lle y me acu er dode ti me lle no de ale
gri a de ga nas de vi vir me pa re cen que fue ran
las flo res mas bo ni tas el cie lo mas ra dian te el ai re mas su
til cuan do escu cho en lano che al gu na me lo di a
que co sa no da ri a por es tar jun toa ti pa ra sen tir que
vi vo que vi vo in tensa men te y pa ra que tu sien tas lo
que e res para mi _____ es toy e na mo ra do de tu
vi da _____ es toy e na mo ra da de tua mor _____

41

— y ca da vez que pien so entu dul zu ra _____ co

46

mi en zaa flo recer mi co ra zón _____ me acuer do que tu

51

tie nes tu luz pro pia _____ que siem pre estas son rien do pa ra

56

mi _____ y empie zo are ví vir en mi me mo ria _____

61

— la gloria que le has dado a mi ví vir

DOS GATOS

Luis Pescetti

Transcripción: Jaqueline López

dos ga tos en el sue loes tan di bi di bi di bom bom el

5 uno al o tro le di jo asi di bi di bi di bom bom nos su bi

10 mos te pa re ce bien di bi di bi di bi di bi di bom bom y su bie ron a la

15 me sa enton di bi di bi di bom bom

LA FIESTA

Guabina

Francy Acosta

sue nen flau tas y tam bo ras que ya vaem pe zar la fies ta

5
pe ro no can ten muy du ro por que el ni ño se des pier ta don dees ta mi sia ma

10
ri a va gri tan do san jo se que no se pier da que no se pier da

15
que ya vaem pe zar la fies ta que no se pier da que no se pier da que la fies ta co men

20
zo

tiple guitarra y bandola
ya comienzan a sonar,
que no falte la zambumbia
pa terminar de alegrar

tambien traigan la lechona
bien gordita y sazónada
que la traigan con arepa
y tantica limonada

En la cuna llora el niño,
que le lleven de comeer
pa que no se duerma
que no se duerma
que ya va empezar la fiesta
que no se duerma
que no se duerma
que la fiesta comenzo.

Máma Pato

Luis Pescetti

Transcripción: Jaqueline López.

hay vie ne ma ma pa to A chis _____

4 — hay vie ne pa pa pa to A chis _____

8 — hay vie nen los pa ti cos A chis a chis y

12

Tras

The musical score is written on a single treble clef staff in 2/4 time. It consists of four lines of music. The first line has lyrics 'hay vie ne ma ma pa to A chis _____' with a red arrow pointing up to the 'A' in 'A chis'. The second line starts with a measure rest and has lyrics '— hay vie ne pa pa pa to A chis _____' with a red arrow pointing up to the 'A' in 'A chis'. The third line starts with a measure rest and has lyrics '— hay vie nen los pa ti cos A chis a chis y' with a red arrow pointing up to the 'A' in 'A chis'. The fourth line starts with a measure rest and has the word 'Tras' below it, with a blue arrow pointing down to it.



En la Indicación de esta flecha cuando se cante la palabra "Achis" se dará un salto hacia adelante



En la indicación de la flecha azul cuando se cante la silaba "Tras" se dará un salto hacia atrás.

Naranja Dulce

Guabina

Versión: Alvaro Julio Adudelo
Transcripción: Jaqueline López

The musical score is written for guitar in the key of D major (two sharps) and 3/4 time. It consists of three systems of two staves each. The first system (measures 1-5) features a melody in the upper staff and a bass line in the lower staff. The second system (measures 6-11) includes first and second endings for the melody. The third system (measures 12-15) also includes first and second endings. Chord symbols (D, A7) are placed below the bass line. The piece concludes with a double bar line.

Naranja dulce limon partido, dame un abrazo yo te lo pido
si fueran falsos mis juramentos en otros tiempos se olvidaran.

Toca la marcha, la marcha toca a mi casita yo ya me voy
a la cocina yo voy corriendo a comer dulces y no les doy

a mi casita yo solo voy, compro manzanas y no te doy
a mi casita yo solo voy, compro manzanas y no te doy

Fragmento Palo Bonito

Tradicional puertorriqueño.

Versión: Luis Pescetti.

Transcripción: Jaqueline López



pa lo pa lo pa__ lo pa lo bo ni to pa lo eh eh eh pa lo bo ni to pa lo eh

5
pa lo pa lo pa__ lo pa lo bo ni to pa lo eh eh eh pa lo bo ni to pa lo eh



Cuando se cante la palabra "Palo" se muestra el dedo índice.



Cuando se cante la palabra "Bonito" se muestra el dedo meñique



Cuando se cante la silaba "eh" se muestra el dedo pulgar.

San Pedro

Tradicional Española
Transcripción: Jaqueline López

San pe dro co moe ra cal vo le pi ca ban

5
los mos qui tos y su pa dre le de cí a pon teel

10
go rro pe ri qui to con el tri qui tri qui tri qui con el

15
tri qui tri qui ta con el tri qui tri qui tri qui con el tri qui tri qui

20
ta

ANEXOS II SESIONES.

| Actividad Sesión I | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|--|-----------------|---------------------|-------------------------|---|
| 2 de Marzo de 2016 | | | | | |
| Al iniciar el primer encuentro con las adultas de realiza una actividad para disponer su estado corporal y anímico, desarrollando su motricidad gruesa a partir de la audición de música relajante, realizando diferentes movimientos corporales involucrando todo el cuerpo. (Música Celta All stars) | Esta actividad está planeada para desarrollar este eje temático, ya que involucra movimientos de extremidades superiores e inferiores, adaptándose al ritmo de la música que permite liberar tensiones y preparar para la clase. | | | | Esta actividad causa gran efecto positivo en los estados emocionales al contribuir con la relajación de las participantes y brindar una sensación de calma que permite mayor concentración. |

Se realiza una actividad para la exploración inicial con los instrumentos, en la cual se presentan los instrumentos a las participantes y se da un espacio para que ellas inventen fragmentos rítmicos. En el transcurso de la actividad una de las participantes canta una canción conocida por ella "Río Badillo" y trata de acompañarse con el instrumento. Se muestran muy interesadas en los instrumentos y con gran motivación.

Al realizar esta actividad se pretende realizar un primer acercamiento a la motricidad fina, observando el control de los instrumentos al sujetarlos.

Se observa que por las condiciones de tensión muscular presentes en las participantes se dificulta el dominio de una coordinación precisa.

Al incorporar la práctica instrumental, se incentiva los estados emocionales, ya que la curiosidad y la expectativa que brinda conocer nuevos instrumentos, genera emotividad. A partir de la exploración con los instrumentos se genera una conexión emocional, que permite evocar recuerdos positivos, como la música de su predilección.

REFLEXIÓN

Es importante involucrar siempre la parte emocional y proporcionar una actividad que brinde una preparación corporal y mental, para facilitar el desarrollo de las actividades propuestas. Además, es impresionante ver como desde el primer encuentro las participantes muestran su interés, y desarrollan su capacidad para crear con facilidad a partir de la práctica de un instrumento de percusión. La buena disposición motiva a seguir trabajando en el proceso y a planear estrategias que faciliten su motricidad.

| Actividad Sesión II | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|---|---|--|--|--|
| 9 de Marzo de 2016 | | | | | |
| Calentamiento corporal con bombas. Se practican diferentes movimientos con la bomba al ritmo de la música, se rotara por diferentes partes del cuerpo para crear una sensación de relajación. La pista empleada es Feelings de Richard Clayderman, luego se procede a realizar movimientos sobre la bomba con cada dedo de la mano tratando de imitar el ritmo realizado por el piano de la misma pista. | Esta actividad permite involucrar diferentes movimientos corporales con extremidades superiores e inferiores, experimentando la sensación de un objeto liviano como una bomba para crear relajación y minimizar las tensiones corporales a través de la música. | Al realizar los movimientos con los dedos sobre la bomba se está iniciando el proceso para la motricidad fina, relajando cada dedo de la mano y percibiendo el ritmo musical. | El manejo de una bomba sobre el cuerpo requiere la coordinación manual para controlarlo al ritmo de la música, creando un primer paso para la coordinación manual, que permitirá la coordinación para tocar los instrumentos. Algunas de las participantes les cuesta manejar dicho elemento por la rigidez muscular que presentan debido a sus condiciones, | Al producir el movimiento de cada dedo sobre la bomba se trabaja en el control visual que se requiere para responder al estímulo musical y visual, ya que las participantes observan a la profesora encargada para imitar sus movimientos, esto genera una respuesta al estímulo musical y visual. | El estado emocional durante la actividad fue muy bueno ya que para las participantes interactuar con objetos poco cotidianos como es el caso de la bomba, les brinda un estado de diversión que les permite incrementar sus estados emocionales. |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| <p>Se realiza una actividad para interiorizar el pulso musical. Se canta una canción conocida para las adultas llamada "San Pedro" y se le asigna a cada participante un vaso plástico con el cual se realizará el pulso de la canción percutiendo sobre una mesa, y se maneja los cambios de direccionalidad en una de los fragmentos rítmicos de dicha canción. Se procede a realizar la misma actividad pero con instrumentos como guacharaca y esterilla.</p> | <p>Al aplicar la práctica del pulso musical en los instrumentos se hace necesario el control de los dedos para manipular las esterillas y el control del trinche de la guacharaca.</p> | <p>Esta actividad emplea la coordinación manual al requerir un control del vaso para realizar el pulso de la canción, dos de las adultas logran realizar la actividad aunque les cuesta mantenerse durante toda la canción, falta seguir trabajando en este proceso.</p> | <p>Al manejar los cambios de direccionalidad es necesario manejar la coordinación visual para controlar el manejo del elemento trabajado durante la actividad propuesta.</p> | <p>La emotividad al tener la primera práctica musical es notoria en las participantes pues expresan al final de la sesión el deseo de seguir aprendiendo a manejar adecuadamente los instrumentos.</p> |
|---|--|--|--|--|

REFLEXIÓN

Involucrar la relajación y el trabajo corporal a través de objetos diferentes a los instrumentos puede contribuir en producir diferentes sensaciones y emociones, que contribuyen al desarrollo de las actividades. La producción de sonidos diferentes al percutir objetos despierta la curiosidad y motivación. Al finalizar la sesión se piensa en la necesidad de seguir implementando actividades musicales que permitan disminuir la tensión muscular, la cual representa una barrera para lograr el control corporal.

| Actividad Sesión III | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|---|-----------------|--|----------------------------|---|
| 30 de Marzo de 2016 | | | | | |
| <p>Calentamiento corporal con Maracas, experimentando pistas de música en diferentes tiempos. Se realizan movimientos corporales con la canción "tiempo de vals" y la canción "Colombia tierra querida" mientras se llevaban las maracas en las manos creando movimientos libremente, para experimentar la diferencia de los ritmos y tiempos.</p> | <p>A partir del baile y del movimiento con un instrumento que permite la movilidad para expresarse libremente se prepara corporalmente mientras que se sigue el proceso de desarrollar la motricidad gruesa</p> | | <p>Al involucrar un instrumento para acompañar los movimientos corporales, se está permitiendo desarrollar la coordinación necesaria para manejar un instrumento como las maracas.</p> | | <p>Las participantes asocian la alegría con la música movida, incrementando esta percepción al acompañar sus movimientos con un instrumento que transmite la misma sensación a través del sonido de las semillas, mientras que expresan sentir serenidad con músicas de menor tiempo.</p> |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>Se plantea una actividad denominada "Lleva musical" la cual consiste en que la profesora encargada va realizando el ritmo de vals en una tambora, mientras que las participantes se van moviendo libremente llevando esterillas en sus manos, al detener la música se lanza una pequeña pelota a una de las adultas, la persona que tenga la pelota creara un fragmento rítmico utilizando la esterilla y luego ella será la encargada de lanzar la pelota para continuar el proceso</p> | <p>Esta actividad continúa involucrando el desarrollo de la motricidad gruesa al implicar el movimiento del cuerpo a través de la música, trabajando a su vez la espacialidad.</p> | <p>El movimiento empleado al usar la esterilla para emitir el fragmento rítmico que crean cuando reciben la pelota, permite trabajar el movimiento manual para el control del instrumento, empleando los dedos de la mano.</p> | <p>La coordinación se ve implícita en el movimiento ascendente y descendente requerido para la producción del sonido.</p> | <p>La atención y el estímulo visual necesario para recibir la pelota denotan el trabajo que mezcla la coordinación manual y visual.</p> |
|---|--|--|---|---|

REFLEXIÓN

Durante esta sesión fue muy bueno observar a través de diversas actividades como se involucraban las adultas con los instrumentos y como empiezan a generar una conciencia corporal que les permite empezar un proceso para su desarrollo motriz, además se observa como la lúdica puede ir de la mano de las actividades musicales para fomentar estados positivos a nivel emocional.

| Actividad Sesión IV | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|---|--|---|----------------------------|---|
| 6 de Abril de 2016 | | | | | |
| Canción "Mamá Pato", se canta la canción marcando el pulso con panderetas y maracas mientras que se realizan movimientos que requieren control y coordinación corporal en algunos fragmentos rítmicos. | Esta actividad permite realizar un calentamiento corporal, y trabaja el control y la coordinación corporal de acuerdo con el ritmo de la canción. | | El movimiento que se requiere para realizar la marcación del pulso con los instrumentos desarrolla la coordinación y el control manual. | | Los movimientos corporales planteados en la canción incentivan un estado emocional positivo, ya que las participantes expresan su gusto por moverse y acompañarse con los instrumentos. |
| Se realiza una actividad con fotografías para descubrir figuras rítmicas como la negra y las corcheas, cada participante escoge una foto descubre la figura y la interpreta con la esterilla y la guacharaca | | Al interpretar los instrumentos realizando una figura rítmica específica, se requiere un control manual fino para lograr la precisión. En dos de las participantes se observa mayor dominio del instrumento. | La coordinación para producir sonidos controlados ha mejorado pero aún falta seguir los procesos que permita desarrollar más la coordinación. | | La práctica de figuras rítmicas, afianza la capacidad para comprender nuevos conocimientos, esto genera un buen estado emocional al brindar nuevas posibilidades de aprendizaje. |

| | | |
|---|---|--|
| <p>Actividad para conocer el ritmo de vals. Se baila al ritmo de Pueblito viejo para realizar un acercamiento sensorial al ritmo del vals a través de los movimientos corporales.</p> | <p>El trabajo de los movimientos corporales desarrolla la motricidad gruesa y permite conocer el ritmo de vals.</p> | <p>Es importante observar que la mayoría de participantes han logrado mayor relajación corporal, esto permite que su estado emocional mejore al observar su proceso.</p> |
|---|---|--|

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| <p>Exploración con la guacharaca realizando diferentes intensidades. Se toca el instrumento fuerte y suave.</p> | <p>La intensidad empleada para realizar diferentes matices requiere un control específico para cada uno, desarrollando diferencias en el tono muscular.</p> | <p>Coordinar el sonido con la amplitud de los movimientos para producir diferentes matices en el sonido.</p> | <p>La relación de la longitud visual que se realiza en los diferentes sonidos, se desarrolla en esta actividad.</p> | <p>Se observa la relación que realizan las adultas de intensidad con grado de tonicidad muscular.</p> |
|---|---|--|---|---|

REFLEXIÓN

Se puede observar mayor relajación durante el trabajo realizado en esta sesión que se enfocó en la parte corporal, ya hay avances en este aspecto falta seguir trabajando en procesos que permitan mejorar la coordinación y el control corporal, lo cual permitirá que se asuma el manejo de los instrumentos con mayores beneficios a nivel físico y emocional.

| Actividad Sesión V | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|---|--|--|---|
| 13 de Abril de 2016 | | | | | |
| Canción "Boogie Woogie" se realizan los movimientos planteados con extremidades superiores e inferiores mientras se acompañan con el empleo de maracas y panderetas en las manos. | Los movimientos de rotación de manos y brazos sugeridos por la canción sigue afianzando el proceso de la motricidad gruesa. | | El uso de las maracas y panderetas en el movimiento de rotación requiere una coordinación para realizarlos acorde al ritmo de la canción, la mayoría de adultas logran la actividad mostrando mayor coordinación en movimientos amplios. | | El ritmo de la canción fomenta el baile espontaneo de las participantes incentivando su estado emocional para aliviar los estados de somnolencia ocasionados por la medicación de sus tratamientos. |
| Se plantea seguir trabajando con movimientos corporales el ritmo de vals con la canción pueblito viejo, pero es necesario cambiar los movimientos por percusión corporal | | Al realizar un ritmo como el vals, se desarrolla este eje de desarrollo, al involucrar el control manual para realizar direcciones determinadas logrando el control | Falta seguir trabajando en la coordinación pues se logra realizar el ritmo pero cuesta mantenerlo constante. | Los movimientos empleados para realizar la percusión corporal requieren el control visual y su coordinación para combinar la vista y la reacción al movimiento | Los estados emocionales se vieron afectados por la somnolencia de las participantes ocasionada por los medicamentos de sus tratamientos, lo cual hizo que se presentaran |

| | | |
|--|------------------|---------------------------|
| debido a algunas circunstancias de las participantes. Luego se procede a explicar la manera de hacer el ritmo trabajado con instrumentos como la guacharaca y esterilla. | del instrumento. | dificultades emocionales. |
|--|------------------|---------------------------|

| | | | |
|---|--|--|---|
| Se repasan las figuras rítmicas vistas en la sesión anterior practicando su sonido con las maracas. | El control de las semillas implica un desarrollo en la motricidad fina para lograr un sonido homogéneo, es algo que representa dificultades en dos de las participantes. | Se práctica la coordinación bimanual al aplicar el control de las dos manos en el ejercicio. | El desarrollo de la sesión se vio afectado por el estado emocional bajo que influyó negativamente en el proceso como la coordinación. |
|---|--|--|---|

REFLEXIÓN

Es difícil asumir los cambios anímicos ocasionados por algunas situaciones que alteran las condiciones de las participantes, pero adaptar las actividades para facilitar el proceso ayuda a mitigar las dificultades que se hacen presentes. Durante el desarrollo de la clase se fragmento el cáñamo de una de las esterillas empleadas esto pudo ser a la excesiva tensión que a veces empleaban las participantes en los ejercicios realizados en sesiones anteriores, pero el hecho sirve para que reconozcan la estructura del instrumento, y para seguir concientizando en la importancia de la relajación muscular.

| Actividad Sesión VI | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|---|--|----------------------------|--|
| 20 de Abril de 2016 | | | | | |
| Canción "Boogie Woogie". Se repasan los movimientos planteados cantando la canción y se le agrega un nuevo elemento realizar palmas en un fragmento determinado de la misma, para luego realizarlo con instrumentos. | Giros con diferentes partes del cuerpo como manos, brazos y cuerpo en general en determinados fragmentos de la canción permiten trabajar la motricidad, al practicarlo por segunda vez se observa mayor control en los movimientos. | | Al realizar la actividad con los instrumentos se trabaja el pulso de la canción, para mantenerlo es necesaria la coordinación para tener el dominio de los instrumentos | | Al observar avance en la práctica de la canción los estados de ánimo cambian positivamente, ya que las participantes demuestran emociones favorables al sentir que existe un progreso. |
| Imágenes de figuras rítmicas a la cual se le asigna un movimiento corporal, para luego realizarlas con los instrumentos. Negra- Pan (Paso al frente) Corcheas- casa (palmas) | Los movimientos facilitan la comprensión del sonido de las figuras rítmicas. | Para producir el sonido de figuras rítmicas determinadas se requiere mayor precisión en el control del instrumento. | Se sigue trabajando en el proceso de coordinación, dos de las participantes ya logran hacer sonar las figuras rítmicas con precisión, lo que demuestra mejor coordinación. | | Es emotiva la reacción que tienen las participantes al sentir que aprenden las figuras musicales y poder realizarlas con los instrumentos. |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>Ensamble de Vals con la guitarra y la canción "Cuando voy por la calle" Se propone un nuevo vals el cual es interpretado por la profesora encargada para seguir afianzando la práctica de este ritmo con los instrumentos. Empleando el ritmo de la guitarra como referencia para mejorar la estabilidad rítmica.</p> | <p>La motricidad fina ya presenta un avance en "Paola" y "Rocío" pues logran tocar el ritmo propuesto con precisión y mantenerse acorde a la guía rítmica de la guitarra, falta seguir desarrollando habilidades que permitan mantener la regularidad en toda la canción. "Lilia" y "Yaneth" van logrando mayor control.</p> | <p>Hay mayor control manual por parte de "Lilia" y "Yaneth", ya que al iniciar las sesiones presentaban mayor dificultad en su coordinación manual por tener un grado de tensión muscular más alta que el de sus otras compañeras.</p> | <p>La respuesta visual se desarrolla con esta actividad, ya que la profesora encargada pide a las participantes ayudarse visualmente de las direcciones manuales que ejecuta la profesora para realizar el ritmo de vals en la guitarra.</p> | <p>Es de mucho beneficio para las participantes, sentirse parte de un ensamble, y aunque falta mejorar en la coordinación y estabilidad rítmica, participar tocando con sus compañeras y la profesora guía incentiva su seguridad.</p> |
|--|--|--|--|--|

REFLEXIÓN

En esta sesión funcionaron mejor las actividades al disminuir los estados de somnolencia de las adultas, se nota el cambio anímico que claramente beneficia las actividades propuestas.
Ya se ha logrado una afinidad con los instrumentos lo cual permite mejorar la concentración para realizar ritmos que requieran mayor precisión.

| Actividad Sesión VII | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|--|---|--|----------------------------|---|
| 27 de Abril de 2016 | | | | | |
| Calentamiento corporal con la “Guabina huilense” Se plantea escuchar y bailar el ritmo de guabina para realizar un acercamiento sensorial, y proceder a marcar el pulso con los instrumentos. | El baile libre relaciona movimientos de extremidades superiores e inferiores lo cual dispone y relaja corporalmente. | Se sigue afianzando este eje temático al involucrar la marcación del pulso a la pista, que ya había sido apropiada desde el cuerpo. | Se trabaja un nuevo ritmo con los instrumentos, y al presentar un incremento en la velocidad del ritmo se presenta un nuevo desarrollo de la coordinación requerida para el manejo del instrumento | | Las participantes expresan alegremente trabajar otro ritmo colombiano, ya que ellas disfrutaban este tipo de música. |
| Creación colectiva escrita. Se refuerza la práctica de las figuras rítmicas y al observar el gusto por la actividad, se les propone a las participantes escribir ellas mismas con la ayuda de la profesora sus creaciones en un papel periódico para luego interpretarlas colectivamente | | Esta actividad desarrolla a través de la escritura de figuras musicales la motricidad fina, al permitir que cada una de las participantes plasme con su mano la grafía musical. | Se va incrementando la precisión en la coordinación al producir un sonido más estable en las figuras rítmicas. | | La creación con figuras musicales y su práctica con los instrumentos, brinda un nuevo espacio de expresión para las participantes, que les permite demostrar todas sus capacidades. |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| <p>Se repasa el ritmo de Vals con instrumentos. Se toca en grupo con la profesora encargada la canción "Cuando voy por la calle", luego se procede a observar el proceso, practicando con cada una de las participantes.</p> | <p>El proceso en general ha avanzado hay mayor acople rítmico lo cual demuestra mayor capacidad para controlar el instrumento.</p> | <p>Dos de las participantes "Rocío" y "Paola" logran mantener la coordinación con el instrumento durante toda la canción. "Lilia" y "Yaneth" han mejorado en su control manual, pero aún les cuesta mantener estable el ritmo durante toda la canción.</p> | <p>En esta clase se empieza a abandonar la conexión visual para lograr una comprensión que permita una guía auditiva.</p> | <p>Esta sesión demuestra el avance en el control emocional de las participantes lo cual favorece el desarrollo y la concentración durante la clase.</p> |
|--|--|--|---|---|

REFLEXIÓN

Es muy agradable observar la reacción de las participantes al participar en un proceso de creación musical, pues se asombran y expresan su alegría al poder crear a través de las figuras musicales, además el impacto que les ocasionó la posibilidad de escribir música generó una nueva manera para expresar musicalmente lo que estaban pensando. El avance para tocar el ritmo de vals, afianza la seguridad de las adultas, pues cada vez sienten que se va facilitando el proceso que están llevando a cabo.

| Actividad Sesión VIII | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|-----------------|---|---|--|
| 4 de Mayo de 2016 | | | | | |
| Movimientos corporales con la Guabina "Naranja dulce". La profesora encargada interpreta la guabina mientras que las participantes inventan movimientos acordes al ritmo. | Se desarrolla la motricidad a partir de un nuevo ritmo que implica motivación para crear nuevos movimientos con extremidades superiores e inferiores. | | | | El trabajo de un nuevo ritmo, genera curiosidad, pero es difícil manejar el estado emocional durante esta clase ya que nuevamente había problemas de somnolencia por los medicamentos. |
| Se explica el ritmo básico de guabina realizando percusión corporal. Las negras serán percutidas sobre los muslos y las corcheas se realizarán con palmas. | | | La percusión corporal implica el desarrollo del control manual y su coordinación, para realizar un ritmo específico, como el de la guabina. | La precisión visual ha mejorado pues las participantes prestan atención a las instrucciones, logrando transmitirlo en la coordinación de sus movimientos. | A pesar de las dificultades emocionales, las participantes se muestran interesadas en realizar la actividad. |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>Repaso ritmo de Vals con la canción Cuando voy por la calle. Se repasa el ritmo con los instrumentos para seguir afianzando la coordinación y la relajación al interpretarlos.</p> | <p>Se observa como algunas de las participantes pueden desenvolverse mejor con el instrumento logrando mayor relajación al interpretarlo.</p> | <p>La coordinación se ve afectada por el aletargamiento presente en algunas de las participantes, lo cual dificulta mantener la coordinación por tiempo prolongado.</p> | <p>Las participantes emplean su visión para guiar sus movimientos, pero ya existen intentos de algunas de ellas de recurrir a su sentido auditivo como referencia.</p> | <p>El estado anímico durante esta sesión no fue bueno ya que las adultas presentaban alteraciones que afectaba el desarrollo de la sesión.</p> |
|---|---|---|--|--|

REFLEXION

Es difícil enfrentar reiteradamente los cambios emocionales de las participantes, ya que esto requiere una rápida reacción para adaptar las actividades para el beneficio de ellas, como es el caso de la actividad del ritmo de guabina que estaba pensada para hacerla con movimientos corporales, pero debido a las condiciones de la población fue necesario readaptar la actividad, Además en una de las participantes es más marcado este estado, dificultando su proceso, lo cual afecta directamente su desempeño y la relación con sus compañeras.

| Actividad Sesión IX | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|--|--|----------------------------|--|
| 7 de septiembre de 2016 | | | | | |
| Relajación muscular con pista del "Vals vienés" de Johan Strauss. Se realizan movimientos corporales llevando maracas en las manos al ritmo de la música. | Se realizan movimientos corporales de extremidades superiores e inferiores, la actividad funciona logrando relajación, disposición mental y corporal. | | El movimiento manual con las maracas continúa el proceso de fortalecimiento muscular para mejorar la coordinación manual y corporal. | | Las participantes reciben la actividad positivamente al asociar la música con acontecimientos cotidianos. |
| Repaso del ritmo de vals con esterillas canción "Pueblito viejo" y se inicia a realizar la canción "Ándale" con los demás instrumentos. | | Se sigue fortaleciendo la motricidad fina, y se observa como hay un proceso de comprensión al demostrar facilidad para recordar el trabajo realizado con las esterillas. | La coordinación se mantiene de manera más permanente en dos de las participantes, mientras que las que han presentado mayor dificultad se acercan a mantener un pulso estable. | | Al iniciar el trabajo del ritmo de vals con una canción reconocida por la población como "Ándale" es relevante el gusto que demuestran por interpretar este tipo de canciones. |

| | | | | |
|---|--|--|---|---|
| <p>Juego con panderetas. Se realiza un círculo y se distribuye una pandereta en cada uno de sus extremos. Esta rotará por las participantes de acuerdo con el ritmo que la profesora toque en una tambora, el objetivo es evitar que las dos panderetas se encuentren.</p> <p>(Juego Luis Pescetti)</p> | <p>La motricidad fina se ve presente en esta actividad al requerir control de los dedos a sujetar y pasar la pandereta por el círculo.</p> | <p>Al rotar el instrumento al ritmo de la música se requiere un control manual para lograr el control y responder a los cambios musicales.</p> | <p>La coordinación vista mano es necesaria para esta actividad, al inicio de ella se presentaron algunos problemas para reaccionar oportunamente, pero después a través de la práctica se efectúa de manera positiva.</p> | <p>La lúdica asociada a la música involucra de manera positiva los estados emocionales, ya que es importante brindar estos tipos de espacios a las participantes.</p> |
|---|--|--|---|---|

REFLEXIÓN

Esta sesión fue muy gratificante, ya que se realiza después de una pausa en las actividades musicales, durante la cual las participantes no participan de una actividad musical dirigida, lo cual podría representar un retroceso en el proceso, pero es muy positivo observar como hay una apropiación por parte de las adultas del trabajo realizado, y se puede evidenciar durante el desarrollo de esta clase como algunas actividades se realizan con mayor facilidad.

| Actividad Sesión X | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|--|---|----------------------------|---|
| 14 de septiembre de 2016 | | | | | |
| Calentamiento corporal con la "Múcura" pista versión Lucho Bermúdez. Se emplea la cumbia para realizar movimientos corporales mientras se acompañan con el manejo de maracas. | Se baila libremente al ritmo de la canción, realizando movimientos con las maracas. El baile involucra el movimiento de todo el cuerpo lo cual permite seguir el desarrollo de este eje temático. | | Se observa que las participantes presentan mayor comodidad al emplear el instrumento durante el baile, realizando movimientos libres. | | El ritmo de cumbia es muy bien aceptado por la población, pues ayuda a proporcionar alegría a través del baile y las adultas expresan sentirse más despiertas. |
| Actividad de creación con la guacharaca. Se propone a cada adulta inventar un pequeño fragmento rítmico empleando la guacharaca. | | Al emplear la guacharaca se desarrolla el dominio de las dos manos, teniendo que adaptarse a un control preciso para producir el sonido de figuras rítmicas. Las adultas disfrutan creando con el instrumento. | La coordinación mejora pues hay mayor control manual para manejar el instrumento que en un comienzo presento algunas dificultades al requerir la coordinación de las dos manos. | | Las actividades que permiten la creación libre incrementan el estado emocional de las participantes, al permitirles explorar sus capacidades. El deseo de participar hace que busquen los medios para adecuarse y participar de todas las actividades propuestas. |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| <p>Canción “Dos gatos” Se interpreta la canción con esterillas marcando el pulso de la canción, luego se procede a realizar solo el fragmento rítmico: “dibi dibi di bom bom” Con los instrumentos.</p> | <p>El trabajo realizado con el fragmento rítmico demuestra mayor habilidad con el instrumento al requerir precisión para realizar dicha sección.</p> | <p>Se observa mayor coordinación por parte de dos participantes, mientras que las otras dos adultas demuestran mayor autocontrol, lo cual requiere dominio de su coordinación.</p> | <p>Se desarrollan con más fluidez los movimientos de direccionalidad que requiere la esterilla hay menor dependencia de la parte visual.</p> | <p>La canción presenta un texto divertido que afianza sensaciones positivas a las participantes.</p> |
| <p>Repaso del ritmo de vals con la canción “Ándale” y trabajo con los instrumentos ritmo de guabina “Naranja dulce”</p> | <p>El ritmo de la guabina requiere precisión al igual que el ritmo de vals, las participantes logran controlar con mayor precisión su parte manual.</p> | <p>La coordinación rítmica de las adultas se mantiene durante toda la canción de “Ándale”, falta seguir trabajando el ritmo de guabina para lograr la misma estabilidad,</p> | | <p>Al interpretar rítmicamente estable toda la canción las participantes se sienten muy motivadas al observar la evolución de su proceso.</p> |
| <p>REFLEXION</p> | | | | |
| <p>Esta sesión fue muy interesante observar la motivación de las adultas por participar en las actividades, “Lilia” quién presenta una condición particular en sus extremidades superiores, se involucró tanto con el deseo de participar que asumió una posición distinta de su cuerpo para poder interpretar la guacharaca, sujetándola con su quijada y su pecho para poder interpretarla, proceso que aplicó también con la esterilla, esto impactó bastante la atención de todas las participantes al demostrar que no hay barreras para participar, por lo contrario se brindan posibilidades a través de la práctica instrumental para demostrar todas las capacidades de las adultas.</p> | | | | |

| Actividad Sesión XI | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|---|--|--|---|--|
| 21 de septiembre de 2016 | | | | | |
| Escuchando la pista de la "Pollera colora" en versión de Lucho Bermúdez se proponen diferentes movimientos con extremidades superiores mientras se llevan maracas en las manos, siguiendo el ritmo de la música. | Se observa mayor relajación en brazos y manos, además los movimientos se realizan con mayor concordancia rítmica con la música. | | La relajación que han logrado permite que mejore la coordinación al controlar el sonido de las maracas de acuerdo a los movimientos. | | El ritmo de la cumbia despierta el interés y fomenta el deseo de moverse a través del baile espontáneo, lo cual demuestra un incremento en los estados anímicos. |
| Se procede a realizar el pulso con instrumentos escuchando la pista de la cumbia anteriormente trabajada. | | El control manual en la ejecución de los instrumentos ha mejorado sobre todo en los instrumentos como la guacharaca y esterilla. | La coordinación manual muestra su avance al realizar la marcación del pulso con los instrumentos. | Se emplea al observar los movimientos de la profesora que guía la actividad, aunque se recurre también al aspecto auditivo. | Crean una conciencia auditiva que les permite darse cuenta del proceso en el cual han mejorado, lo cual produce en las participantes una sensación de bienestar. |

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| <p>Repaso del ritmo de vals canción "Ándale", se observa El proceso de cada adulta para evidenciar sus fortalezas y debilidades, y se realiza el ensamble grupal, que es acompañado por la profesora en la guitarra.</p> | <p>El ritmo ya se mantiene estable durante toda la canción, lo que permite observar mayor precisión en el control manual.</p> | <p>La coordinación está relacionada con la concentración al permitir que las participantes toquen Sin distraerse por el canto.</p> | <p>En esta sesión se observa como las participantes integran su coordinación visual a su aspecto auditivo, ya que empiezan a usar la referencia auditiva como guía para seguir el ritmo musical.</p> | <p>Al realizar el proceso de ensamble las adultas manifiestan emotividad al lograr mantener su coordinación y concentración durante toda la canción.</p> |
|--|---|--|--|--|

REFLEXION

Durante esta clase participaron activamente las adultas ya que presentan una gran afinidad con ritmos movidos como la "Cumbia" lo cual genera estados de ánimo positivos, por lo tanto, se piensa seguir trabajando con este ritmo la motricidad gruesa al observar el gusto que despierta en ellas y como las invita a realizar movimientos a través del baile espontaneo, además es muy gratificante observar el proceso que han tenido con el ritmo de "vals" ya que logran mantener su atención, coordinación y concentración durante toda la canción, ellas mismas hacen conciencia de su progreso y "Paola" lo expresa con estas palabras: "como hemos progresado", al referirse de esta manera se muestra una asimilación del conocimiento que les permite reconocer sus capacidades.

| Actividad Sesión XII | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|--|-----------------|--|--|---|
| 28 de septiembre de 2016 | | | | | |
| Cumbia “Danza negra”, pista versión Lucho Bermúdez para trabajar la motricidad gruesa utilizando las maracas se dispone a escuchar la música y se exploran diferentes movimientos planteados por las adultas. | A partir de la creación de movimientos con las maracas se desenvuelve la relajación corporal, para liberar tensiones. | | Las participantes se muestran más cómodas al manejar las maracas, esto evidencia que hay mayor coordinación manual al notarse movimientos relajados y controlados. | | Esta actividad incentiva la evocación de recuerdos positivos, ya que algunas mencionan experiencias en grupos de baile, y expresan sentirse motivadas y despiertas. |
| Movimientos corporales asociados a la palabra para practicar el ritmo de “Guabina” así: Palabra “Pan” pasos en el puesto con palmas. Palabra “Pizza” Desplazamiento dos pasos al frente. | Movimientos intencionados de acuerdo con el sonido, desarrollan el control corporal de las participantes, avanzando en el dicho proceso. | | Se observa más coordinación al realizar las palmas de acuerdo con el sonido de la palabra. | Es visible el aumento de la sincronización entre la vista y el movimiento corporal al realizar los desplazamientos propuestos. | La asociación del ritmo a palabras cotidianas fomenta en ellas la apropiación del ritmo, lo cual facilita el proceso, además las palabras empleadas causaron afinidad con sus gustos. |

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| <p>Guabina “Naranja dulce”.</p> <p>Se procede a escuchar la canción interpretada por la profesora, marcando el pulso con los instrumentos, luego se recuerda la explicación del ritmo con los instrumentos para realizar su práctica.</p> | <p>Se empieza a observar que dos de las participantes realizan mayor apropiación del ritmo con los instrumentos, evidenciando mayor control de ellos.</p> | <p>La coordinación en el ritmo de la guabina se refleja en que las adultas logran marcar el pulso aún falta mantener la constancia en este.</p> | <p>Se asocian los movimientos que hace la profesora en la guitarra como referencia para aplicar las mismas direccionalidades en los instrumentos de percusión menor, esto facilita el proceso al ser una guía para las participantes.</p> | <p>La afinidad de las adultas con los ritmos colombianos las hace sentir muy cómodas al interpretar esta canción expresando su gusto.</p> |
| <p>Se inicia el repaso de las canciones “Cuando voy por la calle” y “Ándale” para afianzar la práctica del ritmo de “Vals”.</p> | <p>Durante la práctica del vals se refleja mayor relajación y precisión, en la mayoría de las participantes.</p> | <p>Instrumentos como la esterilla y la guacharaca han desarrollado la coordinación de ambos manos al reflejarse en la producción de un sonido estable.</p> | | <p>Las participantes se alegran al integrar un ensamble musical con los instrumentos manteniendo su concentración y coordinación.</p> |
| <p>REFLEXION</p> | | | | |
| <p>En el desarrollo de esta sesión se observa el progreso en el grupo diferenciando el proceso de cada una de acuerdo con sus posibilidades, es muy positivo interpretar música como un grupo, y en aras de resaltar sus capacidades se repasan las dos canciones con ritmo de “Vals”, para preparar la muestra final en la cual se evidenciara el proceso de cada adulta y será el escenario para seguir motivando la expresión de todas las participantes.</p> | | | | |

| Actividad Sesión XIII | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|---|---|---|--|---|--|
| 28 de septiembre de 2016 | | | | | |
| La profesora encargada interpreta la canción "la fiesta" guabina planteando diferentes velocidades, mientras que las participantes realizan diferentes movimientos corporales a la vez que van interpretando las maracas. | Se resalta la respuesta corporal de las adultas a los cambios de velocidad, pues hay mayor conciencia y control de los movimientos. | | Los diferentes cambios de velocidad representan dificultad para controlar el instrumento en algunas integrantes del grupo. | | Su estado de ánimo se beneficia al emplear el movimiento corporal, pese a que se muestra dificultad en una de las participantes al presentar mareos ocasionados por su medicación. |
| Se procede a marcar el pulso de la canción "La fiesta" Guabina, para realizar el ritmo con instrumentos, realizando un seguimiento individual. | | Al observar el proceso individual con dos de las participantes se observa que han mejorado en el proceso de autocontrol y manejo del pulso rítmico. | La coordinación de las adultas ha mejorado al mostrar relajación manual al interpretar los instrumentos, aunque falta seguir trabajando en una coordinación sostenida. | La atención visual en la dirección de los movimientos al ejecutar los instrumentos ha mejorado permitiendo mejorar la coordinación. | Al enfocar la atención en un proceso individual con cada participante, se incrementa la seguridad de cada una incentivando su estado emocional. |

Se trabajó en reforzar el ritmo de "Vals" con la canción "Ándale" al ser una de las que tuvo mayor aceptación por parte de las participantes.

Se afianza el trabajo para mantener el pulso durante toda la canción con cada una de las adultas. Permitiendo repasar todo el proceso para afianzar su destreza en el instrumento.

La coordinación en una de las adultas se complica al ser una de las participantes que mayor dificultad ha presentado ocasionada por los medicamentos empleados para su diagnóstico mental.

A pesar de las dificultades presentes en las dos adultas sus estados emocionales siempre han contado con la mayor disposición para participar en todas las actividades, esto es muy importante pues a través del proyecto la música ha fortalecido su aspecto emocional.

REFLEXION

Está sesión fue dedicada al proceso de dos de las adultas que han presentado mayor dificultad, ya que por procesos de la institución las otras participantes no asistieron, lo cual permitió trabajar detenidamente en un proceso individual que permitió brindar apoyo para seguir contribuyendo en el fortalecimiento del aspecto físico y emocional de las adultas, a través de la práctica de instrumentos de percusión menor.

| Actividad Sesión XIV | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|---|---|--|--|--|
| 12 de octubre de 2016 | | | | | |
| Calentamiento con pista de la “Guabina Santandereana” versión trío Morales Pino, para afianzar el ritmo de guabina se realizan movimientos con extremidades superiores e inferiores al ritmo de la música. | Los movimientos corporales se adaptaron con sincronía al ritmo de la canción. | | | | Las participantes expresan sentimientos positivos al realizar una preparación corporal que permite lograr su relajación. |
| Se realiza la práctica instrumental del ritmo de guabina con las canciones “La fiesta” y “Naranja dulce” | | Se observa el avance de dos de las participantes en la ejecución del ritmo con los instrumentos al mantenerse rítmicamente estables durante toda la canción | La coordinación manual muestra desarrollo al observar que todo el grupo realiza el pulso de las canciones a una velocidad lenta. | La referencia de los movimientos en la guitarra sirve de guía visual y auditiva para facilitar el proceso, se logra la continuidad rítmica en una velocidad lenta. | El estado emocional fue positivo al participar activamente en él ensamble de las canciones. |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| <p>Fragmento rítmico canción “Palo bonito”, se emplea este fragmento para realizar un ejercicio de motricidad fina al cantar la canción y realizar el movimiento de algunos dedos de la mano, para luego realizar el pulso con los instrumentos.</p> | <p>Las participantes logran la actividad satisfactoriamente ya que todas lograron cantar y realizar los movimientos propuestos.</p> | <p>La coordinación sigue el progreso ya que marcan el pulso con los instrumentos, Además, “Paola” logra realizar el ritmo real del fragmento con la guacharaca.</p> | <p>La coordinación visual se hace visible al demostrar un control en el movimiento de los dedos mientras se canta.</p> | <p>La actividad propuesta con las manos genera un estado positivo, al conectar el aspecto lúdico con la música.</p> |
| <p>Se dialoga con las participantes para escoger los temas de su preferencia y se inicia su práctica para la muestra final. Las canciones seleccionadas fueron la guabina “Naranja dulce”, y en ritmo de vals la canción “Ándale”</p> | | <p>El progreso de la coordinación en el grupo es bueno, se asignaron los papeles rítmicos para el ensamble de acuerdo con las capacidades y el proceso de cada integrante.</p> | | <p>Se encuentran muy motivadas y alegres por la presentación que se realizará a sus compañeras, pues este espacio les permite demostrar las capacidades desarrolladas durante el proceso.</p> |
| <p>REFLEXION</p> | | | | |
| <p>Se asignaron papeles específicos de acuerdo con las capacidades de las participantes, dos de ellas realizarán el pulso mientras que sus compañeras realizan el acompañamiento del ritmo específico, esto permite involucrar a todas las integrantes del grupo brindándoles la posibilidad de expresarse musicalmente, reconociendo los logros de cada una, ya que todos los procesos de las adultas son diferentes y por esto es muy importante otorgar el valor significativo resaltando sus capacidades.</p> | | | | |

| Actividad Sesión XV | Motricidad Gruesa | Motricidad Fina | Coordinación manual | Coordinación visomotora | Estado Emocional |
|--|----------------------|--|--|---|--|
| 19 de octubre de 2016 | | | | | |
| Se realiza un diálogo con las adultas para escoger el nombre que va a permitir identificarlas en el texto de este proyecto. Algunas proponen nombres de frutas, de animales, pero luego se decide escoger nombres de personas. | | | | | Fueron positivas las emociones expresadas por las adultas, ya que les pareció divertido tener la posibilidad de bautizarse. Además, esta actividad les evocó emociones pues algunas de ellas escogieron su nombre recordando personas que relacionan con afecto o un gusto particular. |
| Actividad lúdica con la guabina "Naranja dulce". Se rotan en un círculo dos panderetas al ritmo de la canción experimentando diferentes velocidades evitando que se encuentren. | | El control al rotar las panderetas es muy satisfactorio, ya que no hay problemas en controlarlo ni dificultad al realizar el movimiento de rotación. | Se observa buena coordinación con la música al realizar la actividad con coherencia rítmica. | Se presenta una sincronización de la visión y la parte motora satisfactoria, realizando los cambios de velocidades. | Las participantes expresaron su gusto por esta actividad al involucrar la parte lúdica con la música, por esto experimentarla de nuevo beneficia su estado emocional. |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| <p>Repaso final de la canción "Ándale" y "Naranja dulce" con instrumentos.</p> | <p>El ensayo demuestra el control de instrumentos como esterilla, guacharaca y pandereta, reflejando un avance al liberar tensiones manuales que permitieron lograr dicho control.</p> | <p>La coordinación es sostenida durante toda la canción demostrando la concentración para mantener un ritmo estable durante la canción. Dos de las participantes logran acercarse al proceso de disociación, al cantar y tocar un fragmento de la canción.</p> | <p>El aspecto visual ya no es el centro para interpretar los instrumentos, ahora se toma conciencia del aspecto auditivo relacionándolo simultáneamente al practicar un ritmo continuo.</p> | <p>La cercanía de una presentación genera aspectos emocionales favorables, ya que las participantes se sienten identificadas con un nuevo grupo, que les permite transmitir sus emociones.</p> |
|--|--|--|---|--|

REFLEXION

Es satisfactorio observar el proceso que se ha llevado a cabo durante el desarrollo de este proyecto, en esta última sesión al escuchar y reconocer las participantes dentro de un ensamble musical con instrumentos de percusión menor se siente el avance a nivel emocional y físico el cual logra que ellas puedan presentarse de manera satisfactoria durante la muestra realizada en el Centro Femenino Especial J.J.Vargas el día 16 de Noviembre de 2016 realizada ante algunos doctores y sus demás compañeras, lo cual permite abrir la puerta a nuevos espacios que permitan explorar, desarrollar y expresar las capacidades de las residentes del centro beneficiando sus condiciones durante las clases de música, y lograr que esto repercuta en su calidad de vida.

ANEXO III. ENTREVISTAS

A continuación se presentan las entrevistas a las adultas del Centro Femenino especial J.J Vargas, que participaron en el proyecto, para llevar a cabo este procedimiento se realizó un dialogo con ellas el día 19 de octubre, en el cual escogieron algunos nombres de su preferencia, con el fin de proteger su identidad.

Entrevista a Lilia

Miércoles 2 de noviembre de 2016

- ¿Cuántos años tienes?
Doctora yo cumplo ahorita en febrero, 55 me parece mucho.
- ¿Cuánto tiempo llevas en el Centro Femenino especial J.J. Vargas?
Yo llevo desde el hospital de la misericordia, era bonito habían niñas bonitas los padres de familia iban y las llevaban y las dejaban muy bonito, desde chiquitica estuve con muchos doctores y doctoras, y me veía con mis otras compañeras y ellas me querían los familiares nos querían, yo también las quería, compartíamos con mi mama y mi papa ellos iban a visitarnos, nos dijeron que nos iban a trasladar para este instituto, y nosotras no nos gustó, y la gente los familiares de las niñas se pusieron bravos y se las llevaron para sus casas y otros quedamos aquí. Unos fallecieron aquí delante de mí, falleció una niña que estaba aquí trabajando en la huerta de la misma fecha que yo llegue.
- ¿Qué familiares tienes?
Mi papa se llama Carlos Abel, mi mama se llama leonilde, mi hermana Flor, Bertha, Yolanda, Hasbleidi y mi hermana Blanca.
- ¿De qué familiares recibes visita?
De mi familia, mi hermana Flor, viene la mona y Yolanda y Pilar.
- ¿Cuánto tiempo llevas asistiendo a las clases de música que la Universidad Pedagógica realiza en el centro?
Desde el año cuando llego el primer practicante, y eso si lo conocimos nosotras hace poquito yo fui a Fusa y me encontré con él y me encontré con un

hermano mío. Me pregunto por todas mis compañeras que si estaban haciendo el baile.

- ¿Qué te gusta de las clases de música?
Me gustan lo joropos, la guabina la música del doctor Miguel y los carrangueros.
- ¿Qué música te gusta? ¿Por qué?
Los bambucos, la guabina, todo, la música que se pueda bailar y se mueva uno.
- ¿Qué instrumento musical te gustaría aprender a tocar?
Me gusta el acordeón, porque eso tocaba mi hermano Wilson a mí me enseñó en la casa y tiene un acordeón bonito que se lo dejo a mi hermana Yolanda.
- ¿Qué sientes que te ayuda a mejorar las clases de música?
Sí, mejoro, a mí me gusta la clase de musicoterapia y me gusta estar aquí con ustedes.
- ¿Qué te parecen los instrumentos de percusión menor con los que trabajamos?
Bien, me gustaron son bonitos todos la maraca, las pandereta y la guacharaca.

Entrevista a Rocío

Miércoles 1 de Febrero de 2017.

- ¿Cuántos años tienes?
47 años.
- ¿Cuánto tiempo llevas en el centro Femenino especial J.J. Vargas?
7 años.
- ¿Qué familiares tienes?
Hermanos, sobrinas y sobrinos

- ¿De qué familiares recibes visita?
Mis hermanos, mis hermanas mis sobrinas.
- ¿Conoces la causa por la que ingreso al centro?
Sí, porque me enferme y no podía estar en mi casa, además tengo diabetes, esquizofrenia, hipoplasia adrenal.
- ¿Cuánto tiempo llevas asistiendo a las clases de música que la Universidad Pedagógica realiza en el centro?
Como 3 años.
- ¿Qué te gusta de las clases de música?
El instrumento del piano, los instrumentos, el canto.
- ¿Qué música te gusta? ¿Por qué?
La romántica, me gusta porque es suavcita, agradable.
- ¿Qué instrumento musical te gustaría aprender a tocar?
El piano, la guitarra y el piano, porque es como difícil, por ejemplo la guitarra es como difícil coger el tono, me gusta la música como balada.
- ¿Qué sientes que te ayuda a mejorar las clases de música?
Me des estreso, es tener una oportunidad para algo especial.
- ¿Qué te parecen los instrumentos de percusión menor con los que trabajamos?
Buenos, porque es fácil de tocarlos, me gusto la esterilla porque es fácil de tocar, y al tocar sentía paciencia, serenidad.
- ¿Cómo te sientes participando en actividades musicales?
Me siento como serenada, bien, alegre, me gustaría conocer más instrumentos.

Entrevista a Yaneth

Adulta residente del Centro Femenino Especial J.J. Vargas.

22 de Febrero de 2016

- ¿Cuántos años tienes?
Tengo 30, voy a cumplir 31 en Febrero.
- ¿Cuánto tiempo llevas en el Centro Femenino especial J.J. Vargas?
Yo llevo aquí siete años.
- ¿Qué familiares tienes?
Mi cuñada que es la única que viene a visitarme, mi mama y papa viven en Cundinamarca, mi niña que tiene 8 años y se llama Ángela María.
- ¿De qué familiares recibes visita?
Mi cuñada y mi niña o a veces me llevan a la casa.
- ¿Cuánto tiempo llevas asistiendo a las clases de música que la Universidad Pedagógica realiza en el centro?
Desde el año que llegaron los primeros profesores.
- ¿Qué te gusta de las clases de música?
Me gusta cantar, me gusta la música toda.
- ¿Qué música te gusta? ¿Por qué?
La popular, romántica y tantito la de Dios, Jhony Rivera , me gusta la letra las canciones.
- ¿Qué instrumento musical te gustaría aprender a tocar?
Me gusta el tambor.
- ¿Qué sientes que te ayuda a mejorar las clases de música?
Me ayuda a mejorar sobre el ejercicio, la salud, uno respira se siente uno mejor de la enfermedad que tiene, me siento más pilas, más despierta, y contenta.

- ¿Qué te parecen los instrumentos de percusión menor con los que trabajamos?
Bien, me gustaron, me gusto la esterilla porque sentía una relajación para las manos, las maracas servían para la salud, me mantenían despierta.

Entrevista a Paola

Adulta residente del Centro Femenino Especial J.J. Vargas.

Miércoles 1 de febrero de 2017

- ¿Cuántos años tienes?
65 años.
- ¿Cuánto tiempo llevas en el centro Femenino especial J.J. Vargas?
Llevo aproximadamente 2 años pasados.
- ¿Qué familiares tienes?
No, pues ellos viven en Bogotá, no sé si de unos poquitos porque no tengo para llamarlos, y aquí las llamadas son restringidas, mi hermanito que vive en Arbeláez,
Mi hermana Gladis que vive en Mirandelas, Marina que vive por ahí cerca de ella, por el problema de trabajo nadie viene. Mi papa murió cuando tenía 70 años y mi mama vive en Estados Unidos.
- ¿De qué familiares recibes visita?
Casi no me visitan, no le estoy diciendo, viene mi hija con el esposo, o marina sola, cuando no tiene pico y placa, mi hija se llama Fanny, diga Fanny no mas no se puede decir los nombres completos porque de pronto lo atracan a uno por ahí.
- ¿Cuánto tiempo llevas asistiendo a las clases de música que la Universidad Pedagógica realiza en el centro?
Desde que llegue aquí comenzaron con el cuento de la música.
- ¿Qué te gusta de las clases de música?
De las clases de música, pues me gusta recordar cuando estaba haciendo en el SENA.

- ¿Qué estabas haciendo en el SENA?
Estudiando música, guitarra, y al estudiar guitarra a uno le ponen letras de canciones, la letra de canciones va con el nombre de cada escritor, por ejemplo el vals de Valdez, que es solo yo solo tu es un vals de Valdez, las mañanitas no se de quien son todas esas canciones tienen su nombre de los personajes que las hicieron, hicieron la letra.
- ¿Qué música te gusta? ¿Por qué?
A mí, que me guste...me gusta la música como movible comoailable, movida y aquí como lo envician a uno a escuchar música, pero a ratos se cansa uno porque ahí una chicharra todo el día, le dan música todo el día.
- ¿Qué instrumento musical te gustaría aprender a tocar?
La guitarra es un fraude... por ahí la tambora, porque es como más fácil.
- ¿Qué sientes que te ayuda a mejorar las clases de música?
El ritmo, aprender ritmos, en lo físico por que le enseñan a uno presentación, para la memoria claro, para la memoria es bueno.
- ¿Qué te parecen los instrumentos de percusión menor con los que trabajamos?
Muy claros y concisos, la guacharaca me gusto más, porque con la guacharaca le sale más fácil a uno el sonido en lugar de las maracas.
- ¿Cómo te sientes participando en actividades musicales?
Me siento como algo que me hiciera expresarme algún día con las personas, quisiera poder poner la música a expresarle las personas, estudiar canciones buenas que tengan producción que sirvan para expresarle a las personas, regar la música por todo el mundo para que expresen a las personas, si no expresan quien compra un disco nadie.

Entrevista a la Doctora Jessica Paola Peña.

Psicóloga activa del Centro Especial Femenino José Joaquín Vargas.

Miércoles 12 de octubre de 2016

- ¿Cuánto tiempo lleva trabajando con la institución?
Tres años y medio, llevo trabajando acá en la institución en diferentes proyectos.
- ¿Qué tipo de actividades realizan las adultas relacionadas con psicomotricidad, terapia ocupacional y fisioterapia?
Acá tenemos diferentes programas de acuerdo a esa parte de la psicomotricidad, donde se trabaja de forma interdisciplinar el área de la educación física, que es aquella área que les ayuda a ellas a través de las actividades de danza y música. Todas las mañanas acá se realiza una actividad física acompañada de música, en donde ellas asisten y participan a través del baile y la expresión corporal.
En la parte de terapia ocupacional simplemente es la parte de motricidad fina, donde hacen bordados, pero no hay nada relacionado con la música, solamente se limita como a esa parte de habilidades motrices finas, manualidades, bordados, es básicamente lo que hacen ellas desde terapia ocupacional.
- Podría describir brevemente el cuadro clínico que presentan las adultas.
Lilia presenta un retraso mental moderado, ella a pesar de que cuenta con muchas habilidades de tipo ocupacional y todo lo que conlleva sus actividades de la vida diaria, ella realiza estas actividades por sí sola, se encuentra integrada al servicio niño Jesús, que es un servicio de personas mayores, pero que tienen mucha funcionalidad, ellas son capaces de realizar actividades como arreglo de su espacio habitacional, arreglo de su ropa, lavado de su propia loza. Ella es una persona que se integra fácilmente a las actividades, participa de una actividad ocupacional, le agrada todas las actividades que tengan música y baile, participa de forma adecuada, digamos, la dificultad con Lilia un poco ha sido la relación con sus pares porque tiende a ser muy impulsiva, algo conflictiva, sin embargo pues se ha trabajado con ella y luego de abordar especialidades, ha logrado modularse un poco. Le agrada el taller

de música, para ella asistir es una actividad muy importante dentro de su proceso institucional.

Rocío, tiene como diagnóstico esquizofrenia, en este momento con síntomas residuales, pues no tiene actividad alucinatoria ni delirante, está estable. Es una paciente con procesos cognitivos muy conservados, se integra a todas las actividades con un desempeño muy alto. La dificultad con Rocío en la institución son los hábitos de higiene y autocuidado, es un poco descuidada en eso, pero por lo general es una paciente muy pilosa y muy tranquila.

Yaneth: Ella tiene un trastorno afectivo bipolar es una paciente en donde la mayor característica son las fluctuaciones que tiene sus estados de ánimo, entonces puede entrar en una etapa depresiva, una etapa un poco de euforia, está siendo manejada por toda el área de psiquiatría con toda la parte farmacológica. Ella se vincula a los talleres, participa en los talleres de reciclaje, es una paciente muy tranquila, muy cordial y muy colaboradora con sus pares y en general con su entorno, lo que la motiva a ella es su hija, tiene una niña pequeña más o menos como unos cuatro años y pues es la mayor alegría que motiva a Yaneth.

Paola tiene una situación familiar muy compleja, está en un proceso de adaptación, pues no tiene mucho tiempo en la institución, pero pues ya en este momento se encuentra más adaptada, es una paciente con muchos procesos cognitivos conservados, tiene un diagnóstico de esquizofrenia pero logra interactuar muy bien, sobre todo con figuras de autoridad, logra expresar sus inquietudes fácilmente le interesan muchas cosas novedosas, no le agrada lo rutinario y las cosas simples, pues se interesa por cosas más complejas. La mayor característica de ella sobresale en su apariencia le gusta maquillarse mucho, estar presente en todas las actividades, destacarse, se ha mantenido estable desde que ingreso.

- ¿Qué tipo de trastornos psicomotores presentan las adultas?

Por ejemplo Lilia por sus patologías de base ella tiene una afectación motora asociado a su retraso mental, y sumado a eso tiene dificultad en la coordinación, en la realización de algunas actividades, pero por lo general de acuerdo a las capacidades que tiene trata de hacer lo mejor. Las otras adultas se ven afectadas obviamente por el hecho de los medicamentos, que influyen en la actividad motora, igualmente sus procesos de aprendizaje, su historia de vida como tal.

- ¿Cómo influyen Los medicamentos utilizados para el tratamiento de las patologías mentales, en la parte psicomotora?

Algunos medicamentos utilizados en la esquizofrenia tienden a presentar en las personas un temblor generalizado, que afecta la coordinación, no pueden hacer varias cosas al mismo tiempo porque se les dificulta. Todo medicamento psiquiátrico tiene eventos adversos.

- ¿Usted considera que la música podría ayudar a mejorar aspectos psicomotrices?

Pues yo pienso, que obviamente la música tiene mucho impacto en la parte emocional, en la parte motriz y cognitiva, yo pienso que la música les ayuda mucho a ellas, habrán cosas que se relacionen directamente con el medicamento que son muy difíciles de tratar que ya se tienen que solucionar con el tratamiento y la valoración de psiquiatría, pero pienso que les ayuda en la coordinación, en la parte emocional, el poder expresar ellas a través de la música, lo que sienten lo que piensan, el poder relacionarse pues la música les ayuda a tener estados de calma

Y tranquilidad que les permiten relacionarse.

- ¿Cree usted que al involucrar un instrumento de percusión menor a las clases, habrá más beneficios para las adultas?

Yo pienso que sí, igual independientemente de que sea un instrumento de percusión menor, pues todo instrumento va a favorecer muchos aspectos en ellas, en este caso lo que yo evidencio es que un instrumento de percusión menor pues es mucho más fácil de aprender a tocar, o lo que implica el poder tener el contacto con la percusión, y el poder tocar y expresar a través del instrumento.

- ¿Qué opina de incorporar a la práctica habitual un instrumento de percusión menor?

Yo pienso que traería muchos beneficios para ellas, pues no sería limitarlas a que el estudiante de música sea el que dirija el instrumento, y se limite a un solo proceso de canto, si no que ellas puedan interactuar con ese instrumento, y al ser un instrumento que brinde facilidad para ellas se motivaran más.

- Algún comentario final que quiera realizar.

Pues en general el taller de música causa mucho impacto, ellas todos los miércoles están pendientes de asistir, les agrada compartir con otras personas que vienen de afuera, y es una actividad muy provechosa y con grandes beneficios.

Entrevista al Doctor José Miguel Acosta Galvis

Psicólogo activo del centro especial femenino José Joaquín Vargas.

Miércoles 9 de noviembre de 2016

- ¿Cuánto tiempo lleva trabajando con la institución?

Ya llevo aquí trabajando 4 años y medio.

- ¿Qué tipo de actividades realizan las adultas relacionadas con psicomotricidad, terapia ocupacional y fisioterapia?

Aquí realizan actividades, desde esa parte principalmente con el área de educación física, fisioterapia, terapia ocupacional, donde organizan caminatas, ejercicios en terapia ocupacional, motricidad fina, también les hacen actividades de motricidad gruesa como caminatas, salidas, y en educación especial, también hay un grupo que están seleccionadas, que son las que realizan permanentemente actividades manuales, tareas, etc....y con el área de psicología en la parte de estimulación sensorial, también se trabaja la motricidad.

- ¿Alguna actividad que relacione la psicomotricidad con la música?

No, aquí en el centro no, pues lo que es básicamente las fiestas, las celebraciones que se realizan, pues es música ambiental para que bailen, pero del resto no más.

- Podría describir brevemente el cuadro clínico que presentan las adultas.

Las personas que se encuentran en el centro son todas personas mayores de 18 años, todas del sexo femenino.

Rocío presenta un cuadro de trastorno afectivo bipolar y esquizofrenia, es decir una alteración emocional, donde a veces está en un cuadro depresivo, y por

otras épocas en un cuadro eufórico, donde realiza muchas actividades, y en el depresivo por lo contrario tiende a no realizar ningún tipo de actividad, ni tiene ningún tipo de motivación.

Yaneth, ella tiene un cuadro de trastorno afectivo bipolar, y en ella es un poco más marcado la etapa de la euforia.

Paola tiene esquizofrenia paranoide, donde presenta alucinaciones, delirios, alucinaciones visuales y algunas veces alucinaciones auditivas.

Lilia tiene problema de tipo epiléptico, es una afección neurológica, donde presenta convulsiones, y eso le genera un deterioro progresivo a nivel del sistema nervioso central, del cerebro.

- ¿Cómo influyen Los medicamentos utilizados para el tratamiento de las patologías mentales, en la parte psicomotora?

La influencia es bastante alta, porque son personas que llevan con un tratamiento farmacológico, durante un periodo prolongado, entonces, obviamente estas sustancias actúan a nivel del cerebro, y eso tiene unas consecuencias, dependiendo de la patología, dependiendo de cada uno de los medicamentos, tiene unos efectos a nivel neurológico que efectivamente altera la parte de la motricidad, del lenguaje, de la atención, inclusive la misma postura, alteraciones en el ciclo de sueño, entonces eso si influye, sobre todo cuando se lleva un tiempo prolongado de toma de esos medicamentos.

- ¿Qué tipo de trastornos psicomotores presentan las adultas, ocasionados por los medicamentos?

Temblor involuntario, dificultad en la marcha, dificultad para la coordinación, alteración en los movimientos voluntarios, si se quiere de pronto colocar una mano, pie o parte del cuerpo en cierta posición, eso se ve afectado, porque la señal del cerebro no llega a la parte del cuerpo que se necesita, también produce disminución en la capacidad de reacción, aletargamiento, entonces la persona empieza con movimientos lentos pareciera como si le costara mayor dificultad realizar cada uno de los movimientos, y algunas producen dificultades a nivel muscular, entonces produce rigidez, falta de flexibilidad etc....

- ¿Usted considera que la música podría ayudar a mejorar aspectos psicomotrices?

Si claro que sí, precisamente una tendencia de las psicopatologías es el aislamiento, y la falta de actividad, uno de los mayores motivadores donde uno

encuentra que existe gran cantidad de respuesta es la música, el simple hecho de tararear alguna canción conocida, de bailar porque les gusta la canción que están escuchando, o el desplazarse inclusive de un sitio hacia otro para escuchar mejor la música que puede estar sonando eso es de una gran ayuda, y pues con el grupo que está aquí trabajando de la Pedagógica se ve mucho más el progreso.

- ¿Qué elementos considera que son importantes para la psicomotricidad de las adultas?

Todo lo que tiene que ver con un salón con buena ventilación donde las personas puedan estar cómodas, contar con una serie de alternativas de instrumentos, con los que ellas puedan interactuar, que sean unos instrumentos resistentes, otros un poco más delicados pero que progresivamente se vaya trabajando con ellos para lograr como una especie de avance por niveles, al nivel de trabajo de la interacción con instrumentos.

- ¿Qué opina de las clases de música que reciben las adultas?

Son espectaculares, en el sentido en que las que están participando, primero el grupo se escogió porque quisiera participar de manera voluntaria, porque se les presenta cual es el trabajo que realizan y ellas asisten voluntariamente, y la motivación que les genera a ellas es grandísima, aparte de todos los logros a nivel de memoria, atención, coordinación, toda la parte psicomotriz, toda esa estimulación que brinda, la alegría el ver en ellas la estabilidad emocional y como se sienten orgullosas de sus logros, eso es bastante positivo. Además que muchas veces personas que casi ni siquiera interactúan, que no hablan, cuando están en las clases de música uno las escucha cantar, interactuar, sonreír con expresiones faciales, pues de verdad uno dice las artes definitivamente sacan muchas cosas buenas de las personas.

- ¿Cree usted que al involucrar un instrumento de percusión menor a las clases, habrá más beneficios para las adultas?

Sí, se nota el proceso, no es lo mismo simplemente interpretar una canción o aprenderse una canción, al verlas cuando ya tienen la oportunidad de interactuar con diferentes instrumentos que produzcan algún tipo de sonido, sobre todo la percusión porque eso involucra todo lo que tiene que ver la motricidad, entonces eso favorece mucho a las personas, además el llevar un ritmo, el producir sonidos, producir música, pues, eso también genera unos efectos positivos.

- ¿Qué opina de incorporar a la práctica habitual un instrumento de percusión menor?

Estaría, de acuerdo con que se continuara el proceso y se mantuviera el trabajo, porque como todo lo que uno quiera hacer en la vida, es cuestión de aprendizaje y práctica, y pues, a ellas a nivel neurológico, emocional, y físico les favorece bastante, entonces sería muy bueno que se continuara con ese grupo de percusión que se ha venido trabajando.

- Algún comentario final que quiera realizar.

La motivación para participar en el grupo de música es altísimo, ellas asisten de manera voluntaria, motivadas, inclusive en los periodos de receso por vacaciones a mitad y fin de año, ellas ya tienen más o menos una idea en que época se retoma el curso, y ellas nos preguntan siempre cuándo van a venir los músicos, en qué fecha es que llegan, y siempre están a la expectativa. Eso genera un cambio muy positivo que yo he tenido la oportunidad de seguir el proceso desde el principio, ver como muchas habilidades cognitivas de ellas han mejorado, la misma parte de socialización, interacción donde se establecen vínculos entre algunas de ellas, mayor tolerancia al trabajo, el verlas uno a veces con las hojas que les entregan repasando y aprendiéndose las canciones, es algo que se puede tomar como un “hobbie” que les produce a ellas muchos beneficios a nivel motriz, cognitivo, emocional, social, es bastante positivo, y pues, obviamente tanto el docente como las personas que vienen acá a la práctica se destacan por su trato excelente con las personas, nunca hemos tenido ningún inconveniente, de que se hayan presentado altercados o dificultades eso es bastante positivo, y siempre la buena disposición de las personas que vienen a trabajar acá, con el cumplimiento de su horario y de sus actividades.

Eso es para resaltar.

Entrevista al profesor Héctor Ramón.

Coordinador de la práctica pedagógica musical en el Centro Femenino Especial J.J Vargas.

15 de Febrero de 2017.

- ¿Cuánto tiempo lleva coordinando la práctica de estudiantes, que se realiza en el centro femenino especial J.J Vargas?

Desde el segundo semestre de 2014, iniciamos con dos estudiantes.

- ¿Qué beneficios cree que han tenido las adultas a través de las clases de música?

Yo he observado una evolución favorable al comienzo fue muy duro, pues teníamos muchos problemas de atención, problemas de actitud, a veces llegamos a observar peleas inclusive dentro de las adultas, pienso que la música las ha ayudado, primero a socializar mejor, y les ha dado como un sentido de identidad respecto a la música, es decir ellas ya sienten que son parte del grupo de música y eso hace que sientan identidad dentro de la institución y por ejemplo, ya el ambiente en cursos de música es mucho más relajado de lo que era al comienzo, pues hubo cosas bonitas pero también había momentos difíciles, digamos eso se ha superado mucho. Pues está el avance musical indudablemente también toda la parte afectiva siento que se ha afectado favorablemente, aparte hay una identificación que entre ellas se quieren, se soportan más se tratan mejor.

- ¿Qué opina de la labor que han hecho los practicantes durante sus clases?

Ha sido una labor muy entregada, realmente los estudiantes trabajan con mucha dedicación, cariño y mucho amor, estamos procurando algo que todos podemos mejorar y es sistematizar un poco más, ser más rigurosos en la sistematización, en los informes y poder presentar productos sobre todo escritos más consistentes, pero por lo demás siento que ha sido una labor de mucha entrega, y siento que ha habido resultados que varían según las condiciones de las adultas, también según las condiciones de los estudiantes, hay estudiantes que tienen fortalezas en canto, otros tienen fortalezas en otros aspectos, entonces digamos que las fortalezas de los estudiantes musicales, las que tienen en la carrera son las que siempre se evidencia con el grupo con

el que están trabajando, es decir los estudiantes hacen una labor buena, siento que algunos de ellos deberían ser más polifacéticos, siento que los cantantes deberían trabajar más el ritmo, los que tienen buen ritmo deberían trabajar más el canto y así en general lo que hace falta, pero por lo demás siento que ha sido una labor muy responsable, muy entregada, muy consiente.

- A través de su experiencia, ¿Qué herramienta considera que falta incorporar en las clases con las adultas?

De pronto, sería un acompañamiento más cercano de los profesionales de la institución, porque pienso que la música está ahí todo el tiempo, pero una articulación mayor con los psicólogos por ejemplo, podría ayudar a mejorar los resultados tanto en los aspectos de calidad de vida de ellas como en lo musical, pienso que esa articulación ha mejorado pero todavía puede darse mucho mejor.

- ¿Qué problemas de psicomotricidad observa en las adultas del centro femenino especial J.J Vargas?

Bueno, hay unos que son por la medicación, que uno ve que a veces son muy lentas que a veces se duermen inclusive, el control rítmico siempre es un problema, a veces puede ser por la droga psiquiátrica, o a veces por sus condiciones algunas tienen parálisis cerebral parcial, monoparesia. Generalmente tienen muchos problemas para mantener un ritmo, entonces digamos el pulso para ellas es difícil, conseguir un pulso unificado con ellas es mucho más trabajoso de lo que sería por ejemplo, con un grupo de niños, que tienden a sincronizarse más fácilmente, la imitación rítmica en niños regulares es algo que se hace más fácil en ellas causa problemas. Hay problemas de emisión vocal, de respiración de manejo de la voz, entonces eso hace que también haya dificultades a la hora de hablar por ejemplo de conciencia de la afinación. Siempre me he preguntado qué tantos problemas auditivos puede haber en ellas, si hay problemas auditivos significa que el mismo ritmo no se puede escuchar bien, si hay problemas de audición, de percepción, el aspecto de comprensión si hay problemas de comprensión de lo que se escucha no hay una estructura mental que permita organizar lo que se está escuchando pues llevarlo a la práctica, hacerlo sonar va a hacer bastante difícil. Tenemos un espectro muy amplio como muchos sitios de la cadena donde se puede fallar, lo que se escucha, lo que se procesa lo que se quiere reproducir y lo que finalmente se puede reproducir, puede que haya conciencia clara en lo que se

quiere reproducir, pero de pronto la motricidad no da, es toda una cadena que puede fallar.

- ¿Qué elementos cree que tiene la música para ayudar a mejorar la psicomotricidad de las adultas?

El elemento ritmo es fundamental, definitivamente el elemento ritmo porque es lo que permite sincronizar, hay una palabra que me gusta usar mucho y es intención, como a través de la intención uno puede producir un resultado, en que momento la música me puede producir ese impulso, esa intención de lograr algo, esa motivación de aproximarme corporalmente a lo que estoy escuchando, como a través del ritmo puedo mejorar el problema de marcha, hay unas adultas que tienen problemas de marcha, de velocidad, de asimetría, entonces como la conciencia rítmica me puede ayudar a que ellas tengan conciencia de mover mejor su cuerpo, de moverse más armónicamente. Todo eso, a mí me parece fundamental, también están los aspectos de la música como la melodía, la armonía todo eso que podría ayudar mucho pero fundamentalmente el elemento ritmo dentro de un contexto musical, estético va a hacer algo que les puede favorecer muchísimo su motricidad en general.

- ¿Considera que la música puede ayudar en los diagnósticos psiquiátricos de las adultas? ¿De qué manera?

Si, algo que dice Willems que también lo usa mucho la musicoterapia y habla de los ordenamientos, como la música nos ayuda a ordenar y darle sentido a toda nuestra experiencia humana, como la música nos puede ayudar a organizar nuestros pensamientos, como la música nos puede ayudar a entender mejor nuestros sentimientos, como la música nos puede ayudar a autorregularnos, algo muy importante por ejemplo en la interpretación musical en grupo, bueno también individual pero sobre todo en grupo es que cuando yo estoy en grupo la música de alguna forma me ayuda a regular mi actitud, mis comportamientos mi volumen de la voz, mi volumen sonoro, de acuerdo al grupo, es un factor de autorregulación que tiene que ver con el comportamiento en principio, pero que también se puede visibilizar en el manejo de las emociones, en el reconocimiento de las emociones, entonces es algo que ofrece beneficios psicológicos y motrices en muchos planos.

- Si pudiera involucrar un instrumento a las clases de las adultas ¿Cual escogería? ¿Por qué?

Pues hay muchos, dependiendo yo diría que casi cualquiera se podría incorporar, dependiendo de lo que ellas puedan hacer, yo siempre empiezo no con este grupo pero con otras agrupaciones que tengo en otros contextos, uno siempre inicia con un instrumento que puedan hacer con una mano, que pueda sonar con una mano generalmente es una maraca o sonajero es lo que pueda funcionar muy fácilmente con una mano, después uno pensaría en instrumentos que funcionen con dos manos, puede ser una esterilla, puede ser una guacharaca, una pandereta que se toca con una mano y se sacude con otra por ejemplo, hay un instrumento que siempre me ha gustado pero que es complicado de asumir y es todos los instrumentos de viento, trabajar los vientos, trabajar las flautas, con ellas, hay un problema de higiene que no es fácil de solucionar necesitaríamos que cada una tuviera su propia flauta o algo así, pero eso pienso que les ayudaría mucho a mejorar su emisión, el manejar instrumentos de viento les ayudaría a tomar conciencia de su respiración, de su emisión de aire y a partir de ahí podríamos mejorar la emisión vocal y de paso también iría a reforzar un poco la capacidad de relacionar lo que se escucha con lo que se reproduce, en últimas estaríamos hablando de una cosa que les podría mejorar todo su sistema de comunicación en general.

- ¿Qué beneficios piensa usted, que puede tener interpretar un instrumento de percusión menor en las adultas?

Lo que ya hablábamos del ritmo, a partir de la interpretación de un instrumento por sencillo que sea, resulta que yo puedo exportar algunas de esas facultades a otros aspectos de mi vida, entonces por ejemplo, si quiero tocar bien una esterilla, quiero tocar bien una maraca, quiero tocar bien un tambor lo primero que tengo que hacer es tomar conciencia de cómo está ubicado mi cuerpo, de cómo voy a golpear, en que ángulo lo voy a tocar si quiero tocar fuerte o quiero tocar suave, entonces todo esto es primero que todo un ejercicio de conciencia corporal antes que nada, sea el instrumento del tamaño que sea, y lo demás todos los aspectos que hablábamos aspectos rítmicos, la conciencia rítmica, la conciencia musical como eso se incorpora a los movimientos y como se puede exportar a otros aspectos de su vida, como a partir por ejemplo, de un ejercicio que hago para percusión menor de pronto puedo mejorar mi conciencia motriz cuando camino, entonces hay muchísimas posibilidades.

- ¿usted cree que al incorporar un instrumento de percusión menor a las clases, se efectuaría un cambio a nivel físico y emocional de las adultas?

Si claro, indudablemente esta todo lo que hemos hablado, la autorregulación, el control, la conciencia, si sería bueno acompañar el hecho de tocar el instrumento como con apuntes respecto a la conciencia, porque a veces los mismos músicos también caemos en el error de tocar un instrumento y hacerlo sonar como suena, y pensar que sonó bien, pero a veces nos saltamos ese aspecto de la conciencia como lo estoy haciendo, como puedo mejorar, entonces si se toman los aspectos de la música y de la interpretación y se refuerzan con aspectos cognitivos, por ejemplo, mira toma conciencia como estas tocando eso potenciaría más el beneficio que ofrece el simple hecho de tocar.

- Al observar el proceso del proyecto ¿Qué aspectos considera que han mejorado las adultas con la práctica de instrumentos de percusión menor que han realizado?

Es visible que a partir de la conciencia, de la observación de un aspecto y de ayudarles a ellas a observar ese aspecto pues ellas van mejorando, todos los seres humanos tenemos música en nuestro ser, entonces ellas también, y de pronto muchas veces nadie ha tenido la paciencia de ayudarles a sacar esa música, de ayudarles a expresar, entonces pienso que al existir un proyecto que específicamente trata sobre su conciencia motriz, indudablemente es incorporar al hecho de tocar, que es lo que hacemos generalmente, muchas veces tocamos y que suena sin darnos cuenta de lo que sucede, cuando se incorpora el elemento de conciencia pues el beneficio es mucho mayor.

- ¿Qué opina de incorporar y mantener la práctica de los instrumentos de percusión menor, a las clases habituales de las adultas?

Me parece fantástico, es una buena idea habría que crear un pequeño protocolo, un pequeño manifiesto para que la continuidad se de, dentro de ese mismo marco de intención, porque insisto los músicos muchas veces caemos en la rutina de repetir por repetir, entonces es importante que además de que continúe la percusión que quede como un manifiesto, algo que permita entender cuál es el sentido de tocar los instrumentos, que va más allá de tocarlos por tocarlos, en la medida que eso exista seguramente se podrá observar y realmente se podrá construir sobre lo que ya existe.

- Algún comentario final que considere relevante mencionar.
 Estamos en un proceso también desde la Universidad, desde la facultad de ser más juiciosos en la documentación, hay que insistir aún mucho, este proyecto se podría trascender, me parece que este proyecto en general el de Sibate, tiene unas posibilidades de trascendencia muy grandes, porque la Universidad es pionera, en estos momentos somos pioneros en estar en sitios como estos, entonces pienso que viene una tarea muy grande una responsabilidad muy grande y es de documentar, de hacer que esto se convierta en un legado, no solo para la Universidad Pedagógica, si no que ojala que salgan documentos que impacten la educación musical, pienso que es posible y pienso que tenemos la oportunidad y responsabilidad de hacerlo.

Entrevista a percusionista Sandra Paola Zabaleta

Percusionista en formación de la Universidad pedagógica Nacional.

Noviembre 8 de 2016.

- ¿Cuánto tiempo lleva practicando la percusión?
 11 Años
- ¿Por qué escogió practicar a nivel profesional la percusión?
 Porque siempre he sentido una conexión especial, única, con los instrumentos de percusión, quise explotarla al máximo, siento la necesidad de seguir conociendo aprendiendo y enriqueciendo el caminar por este gran mundo mágico de la percusión.
- Hábleme un poco de los elementos de la psicomotricidad que usted considera que se pueden trabajar a través de la percusión menor.
 - Motricidad gruesa
 - Coordinación motriz
 - Relaciones espacio-temporales
 - Sensopersepción
 - Tonicidad muscular
 - Concentración

A nivel psicomotriz, en ambos casos, tanto en la percusión menor como la mayor, se desarrollan todos estos procesos, la diferencia radica en el nivel de intensidad que se requiere y que en la percusión mayor se desarrolla en mayor proporción la disociación.

- ¿Qué beneficios brinda practicar algún instrumento de percusión menor?
Aporta a la optimización de los procesos psicomotrices. Como baterista, el tocar instrumentos de percusión menor me permite conocer detalladamente la estructura rítmica de algún género específico, por consiguiente, abordarlo con mayor facilidad en la batería. Aporta herramientas de andamiaje para llegar a interpretar instrumentos de percusión mayor. El trabajo de ensamble musical en algunas ocasiones por el formato instrumental, la percusión menor se convierte en el eje de estabilidad del tempo del grupo, esta responsabilidad se convierte en uno de los aspectos a trabajar y mejorar.
- ¿Cuánto tiempo lleva de práctica con las adultas del Centro Femenino especial JJ Vargas?
9 meses aproximadamente.
- Conociendo a la población del centro Femenino J.J Vargas, ¿Qué beneficios se podrían adquirir a nivel psicomotriz, a través de la práctica de los instrumentos de percusión menor?
Mejorar u optimizar la postura, a nivel global, ya que al ejecutar cualquier instrumento se requiere de una postura del cuerpo determinada, durante el proceso de practica con instrumentos de percusión, el cuerpo aprenderá nuevas posturas, y a nivel, más detallado, se requiere de una tonicidad muscular determinada y adecuada para cada instrumento de percusión, la cual se ira adquiriendo durante el proceso, con el fin de lograr una sonoridad agradable. El objetivo sería generar una conciencia por parte de cada una de las adultas con respecto a su postura durante la práctica con los instrumentos y que esto trascienda durante el desarrollo de sus actividades cotidianas.
Teniendo en cuenta que el momento en el cual se está llevando a cabo la práctica con los instrumentos, es para ellas un espacio de salir de la rutina, hacer otras actividades. La actividad musical con instrumentos de percusión puede contribuir en el mejoramiento de su estado anímico, psicológico y las relaciones interpersonales.

- ¿Qué piensa de incorporar la práctica de los instrumentos de percusión menor a las clases habituales de música que reciben las adultas del centro Femenino especial J.J. Vargas?

Considero que aporta al mejoramiento de las necesidades y falencias que presentan las adultas del Centro a nivel psicológico y afectivo, también complementa y optimiza el trabajo desarrollado por parte de todo el equipo de práctica pedagógica en el Centro Femenino especial J.J Vargas.

- Al presenciar el proceso de las adultas a través de este proyecto, ¿En qué aspectos considera que se han notado cambios?

En cuanto a los objetivos musicales, se evidencia un gran avance en cuanto a la conciencia del pulso, estabilidad en la ejecución consecutiva de células rítmicas, hasta lograr tocarlas en un pequeño ensamble con la guitarra.

A nivel comportamental, se evidenció progreso en los niveles de escucha, atención y concentración, teniendo en cuenta que en la mayoría de los casos la medicación que les es suministrada afecta estos procesos; mayor autorregulación de reacciones aceleradas o bruscas frente a las indicaciones dadas, se observó motivación y alegría por estar en este proceso, lo cual contribuye con su estado emocional y psicológico.

A nivel psicomotriz, mayor control de los movimientos para ejecutar los instrumentos, mejoraron las relaciones espaciotemporales.

- ¿Qué aspectos considera que se pueden llegar a desarrollar a través de un instrumento como las maracas?

A través de este instrumento se pueden desarrollar aspectos como: Relación Espacio-temporal, control y conciencia de la amplitud de movimiento de los brazos para el control adecuado de las semillas. Direccionalidad de los movimientos requeridos. Relación y correspondencia entre el tiempo y espacio de los movimientos para el control de las semillas. Tonicidad muscular, fuerza adecuada para realizar los movimientos. Estado de los músculos para el agarre del instrumento y la ejecución de los movimientos requeridos. Resistencia muscular para mantener la constancia durante un tiempo determinado y motricidad gruesa.

- ¿Qué aspectos considera que se pueden llegar a desarrollar a través de un instrumento como la guacharaca?

Relación Espacio-temporal, control y conciencia de la amplitud de movimiento de los brazos acorde a la longitud del instrumento. Direccionalidad de los movimientos requeridos. Relación y correspondencia entre el tiempo y amplitud de los movimientos. Tonicidad muscular, fuerza adecuada para realizar los movimientos, estado de los músculos para el agarre del instrumento y la ejecución de los movimientos requeridos. Resistencia muscular para mantener la constancia durante un tiempo determinado y motricidad gruesa.

- ¿Qué aspectos considera que se pueden llegar a desarrollar a través de un instrumento como la esterilla?

Relación Espacio-temporal, control y conciencia de la amplitud de movimiento de los brazos acorde a la longitud y colocación del instrumento. Direccionalidad de los movimientos requeridos, relación y correspondencia entre el tiempo y amplitud de los movimientos. Tonicidad muscular, fuerza adecuada para realizar los movimientos. Estado de los músculos para el agarre del instrumento y la ejecución de los movimientos requeridos. Resistencia muscular para mantener la constancia durante un tiempo determinado, motricidad gruesa y sensación de vibración.