



**BIOMUSICA®**  
*International*



## **BIOMÚSICA EN ADOLESCENTES PORTADORES DE TRASTORNOS AFECTIVOS.**

*Una experiencia en el Centro comunitario de salud mental de Playa, La Habana – Cuba*

**(Dra. Mcs: Maria del Carmen Hernandez Saenz de Calahorra, Psicoterapeuta: Mairobis Rodriguez Hong) - ISPN206308**

**Resumen:** *Este proyecto de investigación surge por la necesidad de buscar alternativas de tratamiento psicoterapéutico para el trabajo esencialmente con adolescentes, y en este caso, adolescentes que acuden al Centro de Salud Mental del Municipio Playa, con alteraciones en sus emociones, dadas específicamente por ansiedad y depresión.*

**Introducción:** Los trastornos depresivos interfieren con el funcionamiento cotidiano del paciente. Ellos causan dolor y sufrimiento no sólo a quienes de ellos padecen, sino también a sus seres queridos. La depresión severa puede destruir tanto la vida de la persona enferma como la de su familia. Sin embargo, en gran parte, este sufrimiento se puede evitar. La mayoría de las personas deprimidas no buscan tratamiento. Aún cuando la gran mayoría (incluso quienes sufren de depresión severa) podría recibir ayuda. Gracias a años de investigación, hoy se sabe que ciertos medicamentos y psicoterapias son eficaces para la depresión. Estos tratamientos alivian el sufrimiento de la depresión.



La depresión en la niñez se empezó a reconocer solo hace dos décadas. El niño deprimido puede simular estar enfermo, rehusar a ir a la escuela, no querer separarse de los padres o tener miedo a que uno de los padres se muera. El niño más grande puede ponerse de mal humor, meterse en problemas en la escuela, comportarse como un niño travieso o indisciplinado, estar malhumorado o sentirse incomprendido.

Dado que los comportamientos normales varían de una etapa de la niñez a la otra, es a veces difícil establecer si un niño está simplemente pasando por una fase de su desarrollo o si está verdaderamente padeciendo de depresión. A veces el niño tiene un cambio de comportamiento marcado que preocupa a los padres, o el maestro menciona que el "niño no parece ser él mismo"



**Objetivos generales de nuestro trabajo:** A través de esta técnica nos proponemos trabajar sobre los aspectos emocionales, fisiológicos del individuo, es decir sobre el problema y cómo evoluciona el problema, ayudando a crear un equilibrio energético y estimulando la expresión y la comunicación.

**Objetivos específicos de nuestro trabajo:** La persona (más allá de una patología o de una aparente normalidad) es un ser en evolución permanente, dinámico, en constante transformación. El ser humano tiene la posibilidad de llegar más allá de su desarrollo orgánico, y crecer en conciencia. Esto, obviamente, es un objetivo que nos lleva a considerar la enfermedad y/o el sufrimiento mental como una fase que la persona atraviesa y de la cual puede aprender algo que tiene necesidad de aprender.

- Integrar al grupo.
- Estimular la creatividad.
- Favorecer la auto-observación.
- Aumentar el nivel de atención hacia el propio comportamiento y también respecto al grupo.
- Elevar la autoestima.
- Desarrollar asertividad.
- Eliminar tensiones.
- Desarrollar la empatía.

### **Composición del grupo**

El grupo estuvo constituido por 14 ADOLESCENTES, que son atendidos en el servicio de Psiquiatría infantil del CCSM de Playa, procedentes de diferentes Escuelas Secundarias de la Comunidad, e Institutos Tecnológicos.



Se les realizaron estudios psicológicos y psicométricos, todos con un coeficiente intelectual normal promedio en cuanto a la esfera cognitiva. Esfera afectiva conductual: síntomas de depresión y en algunos casos ansiedad. 8 integrantes del sexo femenino y 4 del sexo masculino. Edades comprendidas entre 12 y 17 años.

## **Materiales y métodos**

2 Psicoterapeutas, la operadora, especialista en este tipo de técnica y la Psiquiatra infantojuvenil. - Los materiales y métodos empleados parten esencialmente del empleo del sonido, en este caso un tipo de música creada por su autor e ideador de esta técnica Mario Corradini. - La voz, la energía corporal y los movimientos corporales indicados en las distintas fases de la técnica.

## **Resultados:**

*Con la aplicación de este método de intervención musical, obtuvimos resultados muy alentadores, los cuales causaron un impacto positivo en cada uno de los participantes y sus terapeutas. Los adolescentes mejoraron todos, su estado emocional, el sueño, la ansiedad, así como el rendimiento académico, que en algunos estaba siendo afectado, comprendieron la necesidad de trazarse metas, objetivos, elevaron su autoestima y la capacidad de interactuar con los demás. Las relaciones con sus padres mejoraron considerablemente. Se logró mejorar la relación maestro, familia, y adolescente.*

## **Conclusiones**

La Biomúsica es llamada “la Musicoterapia Evolutiva” porque consideramos que la persona (más allá de una patología o de una aparente normalidad) es un ser en evolución permanente, dinámico, en constante transformación. En Biomúsica se usa el sonido para influir sobre las tres áreas, a través de los ejercicios, evitando la somatización de los bloqueos energéticos y/o para hacer retroceder los procesos que afectan la salud física y mental. Destacamos por tanto el carácter preventivo de los ejercicios de la Técnica LADE antes señalada. Esta técnica nos da la potencialidad innata del ser humano, de crecer en su nivel de conciencia. Sabe que existe y es justamente esta propiedad humana la piedra basal sobre la que se construye la Evolución.

*“La música es el hombre escapado de sí mismo”. José Martí.*