

Efecto de la música en el comportamiento del ser humano*Effect of music on human behavior*

M.Sc. Maydolis Guerrero Viltres, Lic. Yoandris Orlando Lebrigio Galafet, M.Sc. Milaidys Mendoza Vázquez.

E-mail: mguerreroviltres@udg.co.cu, ylebrigiog@udg.co.cu, mmendozav@udg.co.cu

RESUMEN

El arte musical se revela como una disciplina eminentemente social, ya que se ha ido creando a lo largo de la historia, se crea por y para grupos de personas que asumen distintos roles sociales en su relación con la música. El objetivo de este trabajo es reflexionar sobre los beneficios que aporta la música a la salud. La música ayuda a los pacientes a ganar control sobre su ritmo de caminar después de sufrir un Traumatismo Encéfalo Craneano (TEC), estimulan la memoria anterógrada y retrógrada, ayudan a incrementar la autoestima, estimulan a formar nuevas relaciones sociales, y se puede utilizar como método de contacto con la realidad.

Palabras clave: Música, Salud, Comportamiento Humano

ABSTRACT

Musical art is revealed as a eminently social discipline, thus it has been created throughout history, its created by and for groups of people who assume diferente social roles in its relationship with music. The purpose of this work is to reflect on the benefits that music brings to human health. Music helps patients in regaining control over their walking pace after suffering a Traumatic Brain Injury(TBI) it also helps to stimulate the retrgrade and the anterograde memory, it helps with self esteem, stimulates to create new social relations and it can be used as a contact with reality.

Keywords: Music, ethics, human behavior

Introducción

El arte es definido en general como una herramienta simbólica que provoca, retiene e induce emociones ambivalentes, produciendo en la vida afectiva y en los pensamientos de las personas cierta confusión que operan a su vez sentimientos híbridos (Igartua, Álvarez, Adrián y Páez, 1994). Siguiendo la misma línea, Brennan (1988) muestra a la música en particular, como el arte de combinar los sonidos ajustados a la medida del tiempo bajo una coordinación de notas armónicas que, de acuerdo a su composición como la melodía, armonía y el ritmo, tiene como fin agradar al oído de quien la escucha, sin perder su característica de influir en los sentimientos del oyente.

La música, como toda manifestación artística, es un producto cultural. El fin de este arte es suscitar una experiencia estética en el oyente, y expresar sentimientos, circunstancias, pensamientos o ideas. La música es un estímulo que afecta el campo perceptivo del individuo; así, el flujo sonoro puede cumplir con variadas funciones (entretenimiento, comunicación, ambientación, etc.) (Estupiñan, 2017).

Según Hormigos y Cabello (2004), el arte musical se revela como una disciplina eminentemente social, ya que se ha ido creando a lo largo de la historia, se crea por y para grupos de personas que asumen distintos roles sociales en su relación con la música, los participantes de un evento musical interactúan entre sí y se destina a un determinado público el que se concibe como grupo social con gustos determinados. El fenómeno musical no es tan solo importante por su valor cultural, sino también por ser un elemento dinámico que participa en la vida social de la persona, y al mismo tiempo la configura.

Temas como la injusticia social, la violencia, las drogas, el suicidio, la delincuencia y el sexo, comienzan hacer parte de las diferentes expresiones artísticas y entre ellas la música, muchas veces a través de las letras y en algunos casos en los bailes y vestuarios.

Por esta razón, las Artes Musicales juegan un papel importante dentro de la evolución social y cultural, la música, según cada época, determina estilos de vida e influye en los hábitos de las personas que conforman un colectivo social. Pueden intervenir en las costumbres, valores, emociones y pensamientos de las diferentes comunidades. (Riethmüller, 2016)

Definir la música fundiéndola con la ética, no es sólo una hipótesis ingeniosa, sino también la expresión de una convicción derivada de la Antigüedad, que abarcó más de dos siglos y medio; una creencia compartida tanto por aficionados como por músicos profesionales, por entusiastas de la música y por no-músicos. Filósofos, politólogos, políticos y, en particular, teólogos y pedagogos, han mantenido a lo largo de la historia que la música y la ética se encuentran unidas (Alvarado, 2013).

La música no solo es producida por instrumentos musicales de diversa índole, sino que también puede ser generada por las cuerdas vocales, y de acuerdo a la intención con que se cante podemos experimentar

sensaciones y estados de paz, tranquilidad, alegría y felicidad, pero también de rabia y odio, entre otros. La garganta es un puente físico y simbólico entre la cabeza y el corazón, por tanto el canto puede ser una forma de desarrollar una relación entre la mente y las emociones (Mosquera, 2013).

Es por ello que el objetivo de este trabajo es reflexionar sobre los beneficios que aporta la música a la salud humana.

Desarrollo

Se debe entender la música como una práctica comunicativa y expresiva fundamental, cercana a cualquier individuo y habitual en cualquier cultura, sin exclusividad de ninguna clase social, siendo así parte de la vida cotidiana de todos los individuos que integran la sociedad (Hormigos y Cabello, 2004).

Entonces, la música es la práctica humana que por medio de la construcción auditiva- temporal, fomenta valores primarios como son el placer o el gusto, el auto- crecimiento y el autoconocimiento. En esta línea, la música es inherentemente multicultural, ya que involucra muchas prácticas musicales o incontables culturas musicales. En términos prácticos, la música posee cuatro aspectos fundamentales que son importantes considerar (Elliot, 1995):

1. La música es un esfuerzo humano, que depende principalmente de la construcción socio- cultural.
2. La música nunca incorpora elementos formales aislados, ya que considera la melodía, armonía, ritmos, timbres, entre otros; como elementos integrados. De esta manera, tanto el compositor, interprete y auditor logran distinguir desde su plano dimensional los diferentes elementos sonoros.
3. La música se relaciona con diferentes acciones como son el movimiento, la danza, la dirección orquestal, entre otras.
4. La música puede abordar una vasta variedad de objetivos y funciones sociales. Por ejemplo, sirve de acompañamiento en celebraciones e incluso, se utiliza para invocar dioses. En este sentido, sirve como vehículo para comunicar creencias, valores y formas de comportamientos.

El sentido musical comienza su desarrollo en el periodo de gestación del ser humano, ya que el feto se encuentra siempre inmerso en una sonósfera: los latidos del corazón, la respiración y la voz de la madre, los ruidos intestinales, pulmonares, entre otros; forman parte del ambiente sonoro del útero materno, ambiente del feto. Luego de nacer, dicho sentido se va desarrollando continuamente a través del tiempo junto a sus otros sentidos, ya que junto al desarrollo musical, los niños y niñas logran desarrollar distintos aspectos importantes para su formación, como son el desarrollo perceptivo y creativo, entre otros. De esta manera se constituyen los estados de conciencia, los que se definen como sistemas constituidos por

subsistemas y estructuras. Estos sistemas determinan el funcionamiento mental que hace que una vivencia percibida sea de una manera específica y no de otra (Martínez y Colarte, 2013)

La música está presente en cada momento de la vida del infante, ya que ellos cantan, bailan, palmean, o dicen frases de canciones en sus juegos, al asearse, a las horas de comer, e incluso al dormirse con una canción de cuna. Así, la música se transforma en una herramienta de desarrollo de las múltiples cualidades del ser humano, que afecta en los ámbitos afectivos, cognitivos y sociales del individuo, por lo que se transforma en un recurso muy potente para poder interferir positivamente en el desarrollo integral de un niño (Rayen, 2008).

En esta línea, Davydov (1988) presentó el pensamiento de orden superior, como el pensamiento artístico, moral y legal, el pensamiento de orden superior es el resultado de la interpenetración del pensamiento crítico, creativo y afectivo, ya que el pensamiento y las emociones no se oponen entre sí necesariamente, por ejemplo el afecto es una forma de pensamiento y una forma de emoción, si se puede pensar de forma crítica y creativa, también se puede pensar con afecto. Por este motivo, la empatía permite acrecentar la creatividad, ya que así se experimenta una progresión de vivencias mayor a las de una sola existencia. Así, la creatividad se vuelve una de las tres capacidades que influyen significativamente en el desarrollo del área intelectual, siendo además una de las destrezas esenciales para la evolución humana.

Una de las importantes cualidades de la música es su flexibilidad, ella puede ser usada de manera pasiva (solo escuchando), activa (tocando un instrumento), pasiva y activa a la vez (tocando instrumentos y escuchando, e inactiva (silencio absoluto). También puede ser utilizada de manera grupal (socializando) e individual (explorando creatividad y expresión personal) (Nagore, 2004).

La música tiene la capacidad de provocar en todos nosotros respuestas emocionales. Las emociones pueden ser positivas o negativas y con distinta intensidad. Las emociones positivas inducen conductas de cercanía y las negativas, conductas de retirada. Ambas respuestas están mediadas por el córtex prefrontal ventro-medial (derecho para la aproximación e izquierdo para la retirada). La música comunica información emocional; no obstante, sí observamos las respuestas fisiológicas ante las emociones y las respuestas emocionales que provoca la música, ésta induce cambios fisiológicos en nosotros como cualquier otro estímulo emocional (Custodio y Cano, 2017).

Se pueden distinguir trastornos a nivel acústico psicofísico, trastornos a nivel de la percepción auditiva precategorial, percepción categorial de elementos musicales, trastornos de la percepción de la configuración musical, en los procesos simbólicos musicales, función ejecutora o en el complejo aprendizaje-percepción musical (Estupiñan, 2017).

Otros autores demuestran la importancia de la música en diferentes problemas neurológicos. El mejor ejemplo es el doctor Oliver Sacks, quien dijo en 1999 en el *National Satellite Broadcast* de musicoterapia que él usaba la música en pacientes con Parkinson porque la música era un fenómeno que ocurría en todo el cerebro y ésta era una característica muy importante de la que se podía sacar provecho (Fubini, 2001).

Existen otras investigaciones sobre musicoterapia en el tratamiento de problemas neurológicos como Alzheimer, Parkinson, y traumatismo de cráneo. Algunas publicaciones recientes sobre los efectos que tiene la estimulación rítmica en enfermos con traumatismo de cráneo describen los efectos terapéuticos de una de las cualidades más importantes y utilizadas en la musicoterapia, el ritmo. Los artículos mencionan como el uso controlado del ritmo ayuda a pacientes con traumatismo de cráneo y trastornos persistentes de la marcha, a controlar y mejorar su ritmo natural de caminar.

El propósito de estos estudios fue examinar el uso de la estimulación rítmica auditoria (ERA) en la mejoría de la marcha de pacientes con traumatismo de cráneo, quienes ya no presentan progreso con la terapia de rehabilitación física convencional.

Un importante factor para poder tener movimientos coordinados es tener primero un buen sentido rítmico. La facilitación de estímulos rítmicos para ayudar a la regularidad del tiempo en movimientos de la marcha, puede ayudar a desarrollar velocidad, cadencia y simetría, como ya ha sido demostrado en trastornos de la marcha en pacientes con enfermedad cerebro vascular (Thaut, Rice 1997) y con Parkinson (Thaut 1993). Resultados de investigaciones en pacientes con Traumatismos Encéfalo Craneanos (TEC) han demostrado que pueden sincronizar su patrón del caminar con el uso de la estimulación rítmica auditiva.

Los incrementos a través del tiempo se ven en velocidad, cadencia y longitud del paso, aun cuando el paciente no está teniendo progreso en la terapia física tradicional. Los resultados de este estudio son especialmente importantes ya que fueron logrados por pacientes que estaban pasados de la fase inicial de los tres meses de recuperación neurológica espontánea, donde ocurren los beneficios más significativos de la terapia física (Nagore, 2004).

Otro ejemplo de la aplicación de musicoterapia se puede mostrar en el caso de los adultos mayores, donde la música se utiliza con diferentes objetivos. Generalmente los tratamientos con música se enfocan en: estimulación sensorial, orientación a la realidad, remotivación y reminiscencias (Zárate, 2001).

En la estimulación sensorial, el musicoterapeuta realiza actividades musicales para que el paciente redescubra el contacto con el medio ambiente que lo rodea. Este contacto puede ser redescubierto a través de actividades musicales muy simples y pasivas que solo exijan a los paciente metas básicas como estar despierto durante la sesión, responder si o no a una pregunta cantada, pequeños movimientos de dedos, brazos, pestañadas, etc. Un ejemplo de aplicación sería cantar una canción de bienvenida y el objetivo

será que cada paciente sea capaz de levantar la mano y darla a la musicoterapeuta cuando su nombre sea cantado. En orientación a la realidad, las canciones son utilizadas para reeducar al paciente que esta desorientado o confundido con respecto a información de tiempo y espacio como día, mes, año, lugar donde se realiza la sesión. Un ejemplo de aplicación sería cantar una canción donde el paciente tenga que completar la letra de la canción con el día respectivo de la semana que se encuentra. Remotivación es una técnica que se utiliza con fines de estimular el pensamiento y la interacción verbal entre los miembros del grupo. Esta técnica es utilizada en pequeños grupos que presentan actividades cortas y muy estructuradas. La reminiscencia puede ser utilizada con el fin de incrementar socialización, desarrollar relaciones personales y fortalecer la autoestima. Un ejemplo de aplicación sería cantar canciones específicas de la época de juventud del paciente que traigan memorias positivas. Después de cantarlas, discutir las memorias y compararlas con las canciones de los otros pacientes. Estas técnicas aplicadas a los adultos mayores, también pueden ser utilizadas con diferentes edades y enfermedades (Vega, 1997).

Extensas investigaciones sobre musicoterapia están siendo realizadas en mujeres embarazadas, niños con autismo, adolescentes con problemas de conducta, adultos y enfermos terminales. Diferentes técnicas se aplican dependiendo del paciente y del tipo de música utilizada. Cada paciente es diferente y ha sido afectado por la música de diferentes maneras a lo largo de su vida. Lo que puede parecer entretenido, bueno o a gusto a una persona, a otra puede generarle malos recuerdos, asociaciones negativas, etc. Por este motivo, un extenso estudio sobre las capacidades musicales del paciente, su historia clínica, y sus gustos musicales se realizan antes de cualquier aplicación de la musicoterapia (Willems, 1981).

La música está siendo utilizada con diferentes funciones (reducir estrés, calmar dolor, incrementar la autoestima, cambiar conductas inapropiadas), las cuales están siendo estudiadas y expandidas a otras funciones que tienen como objeto final ayudar al ser humano a conocerse a sí mismo y poder vivir mejor en sociedad (Zárate y Díaz, 2001).

La investigación, realizada por el Instituto de Tecnología de Georgia, en Estados Unidos, desafió a un grupo de adultos jóvenes y mayores a tratar de recordar una serie de nombres mientras escuchaban música (Boletín, 2015).

Un equipo de investigación dirigido desde la Universidad Queen Mary de Londres, Reino Unido ha analizado los resultados de 73 ensayos controlados aleatorios donde se observó el impacto de la música en la recuperación postoperatoria, en comparación con la atención estándar u otras intervenciones no médicas como los masajes.

Los resultados confirmaron, por primera vez, el vínculo entre música en la sala de operaciones y la reducción significativa del dolor postoperatorio.

Esta revisión sistemática involucró a cerca de 7 000 pacientes y los resultados confirmaron, por primera vez, el vínculo entre la música en la sala de operaciones y una reducción significativa en el dolor postoperatorio, la ansiedad postoperatoria y la necesidad de medicación de alivio del dolor tras la operación.

La elección de la música, el momento y la duración variaba en todos los estudios analizados, y el trabajo demuestra que estos factores no marcan apenas diferencias en el resultado. La música era eficaz incluso cuando los pacientes estaban bajo anestesia general.

Según Hole, Hirsch, Ball y Meads (2015) existen pruebas suficientes para demostrar que la música debe estar disponible para todos los pacientes sometidos a cirugía. Los enfermos deben poder elegir el tipo de música y el momento, adaptándose a las diferentes configuraciones dependiendo de los requerimientos médicos y equipos involucrados.

Poner en cuestión las cualidades éticas de la música de ningún modo significa minusvalorar, por ejemplo, los importantes esfuerzos y evidentes éxitos que ha logrado la terapia musical con niños autistas. Pero esta asistencia médica, que en muchos casos ayuda a las personas a reaccionar ante nuevos sonidos, está lejos de ser música entendida como forma de arte, enfocándose más bien en la música en la medida en que es capaz de incitar emociones. Por lo tanto, el uso de la música en la terapia es un acto ético sin que ello implique que la música tiene poderes éticos. Uno puede negar el presunto vínculo inherente entre música y bondad, o rechazar la improbable creencia de que la música como tal puede influir en el carácter humano, para bien y para mal, por razones éticas (Riethmüller, 2016)

Otros autores plantean que al incluir la música como parte de su educación, los niños disfrutaban momentos de alegría en los que tienen la oportunidad de generar mayores niveles de comunicación, socialización y creatividad (Rayen, 2008).

En tal sentido, a partir de sus potencialidades y de considerar que la música puede ser un recurso pedagógico que trascienda su función puramente estética o de esparcimiento, se decidió utilizar ésta manifestación en el estudio del enfoque de género en los niños. La integración del juego y la música contribuye al alcance de los objetivos previstos en tanto son dos recursos de demostrada aplicación en las edades tempranas de la vida (Martínez, 2013).

Conclusiones

Las personas que acceden a una conciencia musical, logran dominar y comprender los efectos que causa la música en ellos, así lograrían expresarla en los distintos ámbitos musicales.

La música ayuda a los pacientes a ganar control sobre su ritmo de caminar después de sufrir un Traumatismo Encéfalo Craneano, estimulan la memoria anterógrada y retrograda, ayudan a incrementar la autoestima, estimulan a formar nuevas relaciones sociales, y se puede utilizar como método de contacto con la realidad.

Referencias bibliográficas

- Alvarado, RA (2013). La música y su rol en la formación del ser humano. Recuperado de: http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/122098/La_musica_y_su_rol_en_la_formacion_del_ser_humano.pdf;sequence=1
- Boletín (2015). El ruido y la música podrían afectar los procesos de memorización. Recuperado de: <http://boletinaldia.sld.cu/aldia/2015/02/16/el-ruido-y-la-musica-podrian-afectar-los-procesos-de-memorizacion/>
- Brennan, J. (1988). Cómo acercarse a la música. México: Plaza y Valdés.
- Custodio, N., Cano-Campos, M (2017). Efectos de la música sobre las funciones cognitivas. Revista de Neuro-Psiquiatría; 80(1), pp. 61-71
- Davydov, V. (1988). The mental development of younger school children in the process of learning activity. Soviet Education, 30 (9), 48- 83.
- Elliott, D. (1995). Music Matters. Nueva York: Oxford University Press.
- Estupiñán Díaz, JD (2017). La música como influencia en los patrones de comportamiento del ser humano. Recuperado de: <http://www.monografias.com/trabajos94/musica-como-influencia-patrones-comportamiento-del-ser-humano/musica-como-influencia-patrones-comportamiento-del-ser-humano.shtml#ixzz54eFYdS8V>
- Fubini, E. (2001). Música y lenguaje en la estética contemporánea. Madrid: Alianza Música.
- Hole, J., Hirsch, M., Ball, E., Meads, C (2015). Music as an aid for postoperative recovery in adults: a systematic review and meta-analysis. The Lancet.

- Hormigos, J., Cabello, A. (2004). La construcción de la identidad juvenil a través de la música. *Revista española de sociología*; (4), pp: 259- 270.
- Igartua, J., Álvarez, J. & Páez, D. (1994). Música, Imagen y Emoción: Una Perspectiva Vigostkiana. *Psicothema*, 6 (3), 347-356.
- Martínez Trujillo N, Colarte Torres A (2013). La música y el enfoque de género en niños y niñas. *Rev Cubana Enfermer*;29(1): 5-17. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000100003&lng=es.
- Mosquera, I. (2013). Influencia de la música en las emociones. *Realitas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*; 1(2), 34-38.
- Nagore, M. (2004). El análisis musical, entre el formalismo y la hermenéutica. *Músicas al sur*, 1 (1): 6-18.
- Rayen, E (2008). Influencia de la música en el aprendizaje de los niños. Recuperado de: <http://www.slideshare.net/Licentiar/influencia-de-la-msica-en-el-aprendizaje-de-los-nios-1>
- Riethmüller, A (2016). Música más allá de la Ética. Recuperado de: <http://www.latorredelvirrey.es/musica-mas-alla-de-la-etica/>
- Vega, C. (1997). Mesomúsica: Un ensayo sobre la música de todos. *Revista Musical Chilena*, 51 (188): 75- 96.
- Willems, E. (1981). El valor humano de la educación musical. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Zárate, P., Díaz, V (2001). Aplicaciones de la musicoterapia en la medicina. *Rev. méd. Chile*;29(2). Recuperado de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872001000200015

Síntesis curricular de los autores

- Maydolis Guerrero Viltres. Licenciada en Educación Musical en el Instituto Superior Politécnico de Santiago de Cuba. Profesor Auxiliar. Máster en Desarrollo Socioeconómico Local. Se desempeña como profesora de la Universidad de Granma, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-2328-8655>
- Yoandris Orlando Lebrigio Galafet. Licenciado en Estudios Socioculturales. Se desempeña como Profesor Instructor de la Universidad de Granma. <https://orcid.org/0000-0003-3242-6180>
- Milaidys Mendoza Vázquez. Profesor Auxiliar. Máster en Desarrollo Socioeconómico Local. Se desempeña como profesora de la Universidad de Granma, Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-6909-8582>