

**Título: LA MUSICOTERAPIA EN EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS.**

Autora: J., Díaz Rodríguez.\*

Institución: Universidad de Ciencias Médicas de La Habana, Facultad “Victoria de Girón”

Dirección postal: Calle 146 No.2504 entre 25 y 31, Cubanacán, CP. 11600. La Habana, Cuba.

Correo institucional: [jennydr@infomed.sld.cu](mailto:jennydr@infomed.sld.cu)

Correo personal: [jennyseydr@gmail.com](mailto:jennyseydr@gmail.com)

\*Lic. Jennysey Díaz Rodríguez, Psicóloga Residente de Especialidad en Psicología de la Salud, Profesora Instructor.

## RESUMEN:

La música ha acompañado a la humanidad a lo largo de su historia. El valor terapéutico de ésta se ha empleado en ámbitos sanitarios, educativos y comunitarios. Sobre la eficacia en el tratamiento complementario de múltiples patologías, destaca un sinnúmero de autores cuyos aportes y presupuestos teóricos han demostrado mediante resultados palpables la importancia de la Musicoterapia en el proceso salud-enfermedad. Entre los aportes más relevantes sobresalen las investigaciones dirigidas a las personas con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH); dado que dicho trastorno afecta las actividades, el control de las emociones y del comportamiento en sentido general. Teniendo en cuenta la repercusión de este trastorno a nivel mundial, la notable prevalencia y comorbilidad; resulta de interés de los profesionales de la salud mental continuar profundizando en su estudio y formas de abordaje multidisciplinarias. El presente trabajo se orienta a fundamentar la pertinencia de la Musicoterapia como herramienta efectiva en el proceso psicoterapéutico de niños y niñas con TDAH. Apoyándose en una minuciosa revisión bibliográfica se constata la intervención en población infantil con el trastorno, y su incidencia en la reducción de la sintomatología y otros trastornos asociados. Se diseña propuesta de intervención aplicable en un Centro Comunitario de Salud Mental de la capital cubana. Se recomienda la necesidad de incentivar la formación de musicoterapeutas y la utilización de esta terapia en el contexto de la Salud en Cuba.

SUMMARY Music has accompanied humanity through its history. Its therapeutic value has been used in the sanitary, psicoeducational and communal spaces all over the world. For its effectiveness in the complementary treatment of multiple pathologies, several authors have contributed with theories and proved by means of palpable results the importance of the Music Therapy in the process of health-disease. One of these relevant contributions is the research on people with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD); as it impedes or affects activities, control of emotions and behavior in general. Considering the repercussion of this disorder worldwide and its increasing prevalence and comorbidity; it is important for the health-care professionals of our country to continue delving deeply into its study and multidisciplinary forms of dealing with it. The present work is addressed to sustain the pertinence of the Musical Therapy as an effective tool for the psychotherapeutic approach of boys and girls with ADHD. Supported by a thorough bibliographic revision, the intervention in infantile population with the disorder and its

incidence in the reduction of the symptomatology and the correlated disorders have been verified. A proposal of intervention for its application in a Mental Health Community Center has been designed. It is recommended to encourage the formation of musical therapists and motivate the use of this treatment in the context of health in Cuba.

## INTRODUCCIÓN

La Musicoterapia es una terapia con grandes potenciales, estudiada y practicada profesionalmente desde finales del siglo XX.<sup>1</sup> Etimológicamente significa «terapia a través de la música» (Poch, I, 1999, p. 39), se trata de “la aplicación científica del arte de la música y la danza con finalidad terapéutica para prevenir, restaurar y acrecentar la salud tanto física como mental y psíquica del ser humano, a través de la acción del musicoterapeuta”. Se le ha considerado como una forma terapéutica de comunicación no verbal fundamentalmente, aplicada a la prevención, diagnóstico y tratamiento de posibles dificultades o trastornos que presentan las personas. Lo anterior expresa cómo la música puede mover al ser humano en todas sus dimensiones: física, psicológica, espiritual, etc; este poder se utiliza en Musicoterapia para conseguir objetivos terapéuticos y mejorar o restaurar el equilibrio en las personas. Una de las patologías que ha sido abordada a partir de este recurso es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), según el manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5; el cual está caracterizado por un determinado grado de déficit de atención y/o hiperactividad y/o impulsividad que resulta desadaptativo e incoherente en relación con el nivel de desarrollo de los niños y niñas, y que por lo general se presenta antes de los 7 años de edad. De este trastorno se plantea que al tener su génesis en alteraciones neurológicas requiere fundamentalmente de un tratamiento farmacológico; es decir, la medicación es el recurso de primera elección. Sin embargo, otras posiciones defienden “que es simplemente una característica propia de un alto porcentaje de niños o un problema de comportamiento que puede ser subsanado aplicando técnicas de modificación de conducta u otro tipo de terapias alternativas”<sup>2</sup>. Con estas posiciones encontradas se resta validez al abordaje multidimensional que requiere el trastorno. Lo cierto es que, el TDAH es un importante problema de salud pública debido a varias razones: 1. su alta prevalencia; 2. el inicio en etapas precoces de la infancia; 3. a ser un proceso incapacitante y crónico, 4. a la afectación de las diferentes esferas comportamentales (familiar, escolar y social), y 5. su alta comorbilidad.<sup>3</sup>

En los escolares menores (entre 7 y 9 años) se observa el mayor número de consultas en los centros de salud relacionadas con este trastorno. Los padres acuden refiriendo que los hijos se distraen con facilidad, presentan inquietud motora, conducta impulsiva perturbadora, y atraviesan por diferentes problemas asociados, como los trastornos específicos de aprendizaje (lecto- escritura), repetición de cursos escolares, rechazo por los compañeros, relaciones familiares alteradas, las manifestaciones de una baja autoestima y un comportamiento agresivo. De esta consulta derivará el proceso de intervención orientado a estos pacientes. Se ha comentado que el tratamiento farmacológico es la elección por excelencia; ante lo cual algunos familiares se muestran preocupados por las posibles implicaciones que pudiera generar, retrasando el manejo inicial oportuno de dicha condición. Otras familias expresan su necesidad de complementar la medicación con otras formas de intervención. Nos encontramos, por tanto, ante la necesidad de adoptar formas de tratamiento que si bien no reemplacen la misma, acompañen la terapéutica biológica. En este sentido se ha podido constatar cómo se interviene a partir de técnicas psicoterapéuticas, cognitivas y conductuales encaminadas a los problemas de aprendizaje y la regulación del comportamiento.

Una de las alternativas terapéuticas que en la actualidad ha ido cobrando aceptación, es la Musicoterapia. Esta disciplina, que al decir de Serafina Poch (2001) “está integrada en el grupo de terapias creativas” y “no es una terapia alternativa”, tiene el objetivo de impactar en la salud de las personas en diferentes ámbitos de su vida con una tendencia más novedosa que, si bien requiere de estudios para la mejor comprensión de su impacto sobre la patología, se expresa en la autorregulación, la comunicación y las relaciones interpersonales, entre otros beneficios. El uso de la Música con fines terapéuticos, ha mostrado aportes, bases e interesantes resultados, en nuestro país con un primer antecedente en 1898, se plasma el tratado más antiguo escrito en Cuba acerca del uso de la música con fines de curación. El Grupo en Formación de Musicoterapeutas Cubanos, que se fue fortaleciendo y enriqueciendo con la incorporación de distintos miembros y niveles de especialización; aplicándose en disímiles patologías y problemáticas sociales. Destacan las investigaciones y trabajos publicados por la Doctora Teresa Fernández de Juan y colaboradores, así como la actuación de profesionales de diversas especialidades y carreras en ámbitos educativos y de la salud; la intervención en grupos poblacionales específicos como el adulto mayor, mujeres violentadas, patologías psiquiátricas como el Alzheimer, entre otras. Pese a los beneficios probados,

algunos autores restan valor a las técnicas musicoterapéuticas, considerándola una modalidad inferior y de limitada eficacia. Por otra parte, tampoco se tiene referencia de trabajos llevados a cabo en Centros Comunitarios de Salud Mental con niños y niñas con TDAH cuyo tratamiento farmacológico haya sido acompañado desde el abordaje musicoterapéutico. Surgen entonces las siguientes interrogantes: ¿Será la Musicoterapia una herramienta efectiva en la reducción de la sintomatología y la regulación del comportamiento de los menores en etapa escolar afectados por TDAH? De ahí que esta propuesta se oriente a fundamentar la fortaleza de los presupuestos teóricos que han sustentado esta modalidad terapéutica, específicamente dirigida a un trastorno psíquico como el abordado, que muestra índices de prevalencia y comorbilidad cada vez más significativos en la población infantil a nivel mundial y en nuestro país. Con esta investigación, a partir de una primera fase de revisión bibliográfica y una segunda de propuesta de intervención; se presenta por vez primera un estudio de este tipo dirigido al TDAH en niñas y niños escolares menores en Cuba en el contexto de la atención del Centro Comunitario de Salud Mental, como eslabón esencial en la promoción de salud y prevención de trastornos de origen psíquico. Por lo anterior el presente trabajo va encaminado a:

- Fundamentar el valor de la Musicoterapia como recurso terapéutico en el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad en niñas y niños escolares menores.
- Proponer plan de intervención para el trabajo grupal con niñas y niños con TDAH atendidos en el CCSM municipio Cerro.

TIPO DE ESTUDIO. Estudio de metodología cualitativa, basada en los análisis individuales y grupales de la muestra seleccionada. Teniendo en cuenta el tipo de investigación se llevará a cabo un estudio exploratorio al tratarse de un tema ampliamente estudiado en el contexto nacional, sin embargo, escasas fuentes consultadas vinculan la Musicoterapia y el TDAH. Al término de las sesiones deberá ampliarse la investigación a partir del estudio correlacional de estas dos variables, teniendo en cuenta que se pretende estudiar la influencia de una sobre la otra. El método a emplear será el deductivo con la finalidad de, y partiendo de una premisa general, obtener conclusiones a partir de los casos observados. Se apoyará en los presupuestos teóricos aportados por diferentes autores para posteriormente pasar a la fase de recolección de datos empíricos, a partir de las observaciones, etc. Según el grado de abstracción se trata de una investigación aplicada, puesto que se persigue demostrar la efectividad del método musicoterapéutico

en el TDAH en el ámbito de la atención de salud comunitaria. Al ser una investigación de tipo investigación-acción en su segunda etapa, se centrará en generar cambios en los pacientes que forman parte de la muestra seleccionada; a partir de una vinculación teoría-práctica. Selección de la muestra. De una población de 11 menores atendidos en el Centro por TDAH, se escogió una muestra intencional para los fines del estudio de 4 pacientes, se buscó que hubiese paridad por tanto se seleccionaron 2 hembras y 2 varones (todos en el rango de 7 a 9 años) Criterios de inclusión: Tener el consentimiento de los padres para que los hijos participen en el estudio. Los menores estar motivados a participar. Diagnóstico de TDAH y estar medicados con un solo fármaco común (Metilfenidato). Criterios de exclusión: No tener el consentimiento de los padres para que los hijos participen en el estudio. Poca o nula motivación por participar. Tener diagnóstico de TDAH y estar medicados con más de un fármaco. Métodos y técnicas. Método teórico: Revisión y análisis documental: A partir de diversas fuentes bibliográficas y las Historias clínicas archivadas en el Centro. Método empírico: Observación Directa: a partir de guía de observaciones generales. Se registrará el comportamiento de cada uno de los casos después de cada sesión y al finalizar el tratamiento. Entrevista a familiares. Técnicas. Ficha sonora de elaboración propia y validada por expertos. Dinámicas diseñadas para la investigación.

#### Resultados:

A partir de la revisión bibliográfica, han sido demostrados estos los efectos de la música sobre las personas, los principales se centran a nivel: Fisiológico: desarrollo del sentido del oído, aprendizaje y organización del mundo de los sonidos. Altera el ritmo cardíaco, el pulso, la presión sanguínea, la respiración, la respuesta galvánica de la piel. Influye en las respuestas musculares y motoras: en el reflejo pupilar, los movimientos peristálticos del estómago, incrementa la actividad muscular, tiene efectos relajantes. Afecta a los niveles de resistencia al dolor y la respuesta cerebral. Psicológicos: facilita los fenómenos de catarsis y sublimación. La música estimulante aumenta la energía corporal y estimula las emociones. La música sedante produce sedación física y una respuesta intelectual contemplativa. Puede evocar, despertar, provocar, fortalecer y desarrollar cualquier emoción o sentimiento humano. Efectos intelectuales: contribuye al desarrollo la capacidad de atención sostenida, por su inmediatez, persistencia y constante variedad. Estimula la imaginación, la capacidad creadora y la reflexión. Ayuda al niño a transformar el pensamiento pre-lógico en lógico, debido a que la música hace tomar consciencia del

tiempo sin apagar la afectividad. Ayuda a desarrollar la memoria y a activarla. Desarrolla el sentido del orden y la capacidad de análisis. Facilita el aprendizaje, al mantener en actividad las neuronas cerebrales. Promueve la autoeducación, ya que implica aceptar o rechazar el sonido escuchado. Ejercita el autodominio en la modulación de la voz y en el movimiento corporal. Desde lo social, la música posibilita una experiencia de relación con los demás, ofreciendo medios para expresarse de manera socialmente aceptable, orientando la conducta hacia los otros, fomentando la comunicación verbal y no verbal, permitiendo la cooperación y la competición sana, facilitando el aprendizaje de habilidades sociales y proporcionando entretenimiento y recreo. A partir de lo anterior, la música usada como recurso terapéutico en niños y niñas con TDAH, consigue el logro de los objetivos generales de la Musicoterapia: Autoconocimiento físico, emocional, intelectual y social. - Conocimiento de otros y comunicación interpersonal. - Conocimiento del entorno físico. - Expresión verbal y afectiva. - Sensibilización de las áreas sensoriomotrices y su integración.

Conclusiones:

El uso de la música con fines terapéuticos muestra efectividad para el manejo de los síntomas de personas con TDAH, permitiendo trabajar las habilidades sociales y de autocontrol; la capacidad de atención selectiva; optimizar funciones intelectuales para un mejor aprendizaje; posibilitado encontrar un espacio para la relajación, la expresividad, el autoconocimiento y el fomento de una adecuada autoestima, entre otros logros. Llevar la Musicoterapia al contexto de los servicios de salud comunitarios, constituye una oportunidad para abordar el continuum salud-enfermedad con un enfoque pluridimensional. Se considera que queda aún mucho por hacer en materia de Musicoterapia en el ámbito nacional en su relación con trastornos psíquicos como el TDAH.

Referencias bibliográficas:

1. Aquino López, Y. (2018). Musicoterapia: sus beneficios en el tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. Trabajo final de máster: ISEP. Disponible en: <https://www.isep.es> [citado el 15 may 2019] Acebes de Pablo, A. (2014).
2. Llamas Rodríguez, J.C. (2014). Alumnos con TDAH y musicoterapia: cómo trabajar en primaria para mejorar el desarrollo personal y escolar en estos niños.

Universitat Jaume: Artseduca. Disponible en: <https://www.dialnet.unirioja.es>  
[citado el 7 may 2019]

3. Hidalgo Vicario M.I., Soutullo Esperón, C. (2008). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH). Madrid: Ergon. Disponible en: <https://pediatriaintegral.es>  
[citado el 12 mar 2019] Palacios Sanz, J.I. (2019). El concepto de musicoterapia a través de la Historia. Disponible en: <https://www.researchgate.net> [citado el 21 abr 2019]
4. Portela Sabari, A., Carbonell Naranjo, M., Hechvarría Torres, M., Jacas García, C. (2016). Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: algunas consideraciones sobre su etiopatogenia y tratamiento. MEDISAN vol.20 no 4. Disponible en: <https://www.scielo.sld.cu> [citado el 12 mar 2019] Guarchaj Tum, V.R. (2018). Musicoterapia y Trastorno por Hiperactividad. Quetzaltenango. Tesis de grado. Disponible en: <https://www.recursosbiblio.url.edu.gt> 2018/05/22 [citado el 21 abr 2019]
5. Carrascosa Oriola, V. (2012). El abordaje Plurimodal en musicoterapia, para el desarrollo de habilidades comunicativas desde el recurso de las canciones. Tesina del Máster en Musicoterapia. Valencia: ISEP. Disponible en: <https://www.isep.es>  
[citado el 21 abr 2019] Alvin, j. (1967).
6. Schapira, D; Ferrari, K; Sánchez, V; y Hugo, M. (2007). Musicoterapia. Abordaje plurimodal. Argentina: ADIM. Pelizzari, P., Rodríguez, R. (2005). Salud, escucha y Creatividad. Ediciones Universidad del Salvador. Musicoterapia en el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad en niñas y niños.