

EL BAÚL DE MÚSICA

por Alessandro Pierozzi

Un hilo de esperanza musical

Hace unos meses leía con emoción un dossier dedicado a la Asociación Música en Vena (a la que felicito vivamente, así como a otros colectivos que dedican su esfuerzo y pasión a aliviar el sinsabor de la enfermedad con unos “hilos de vida y esperanza” tan musicales) y a su enorme labor artístico-terapéutica que realiza junto a músicos, voluntarios y personal sanitario. He de confesar que apenas tenía conocimiento sobre este proyecto, lo que se dice “de oídas”, y por ello me lancé a conocer sus conciertos, actividades... ¿Por qué no investigar? ¿Por qué no probar? Es como si un médico-músico extendiera un recetario de partituras plagadas de notas indoloras, con un tratamiento que no se extrae de ningún laboratorio ni se sirve en ninguna farmacia, pero que se demuestra compatible, efectivo y, yo diría, hasta necesario.

Recordé entonces la lectura de un libro de Don Campbell que me regalaron, hace ya unos veinte años y que ahora triunfaría en la sección de “autoayuda”, titulado *El efecto Mozart*. El texto obtuvo un gran éxito comercial, favorecido por el apabullante marketing norteamericano y la inevitable polémica entre partidarios y detractores de las conclusiones del musicólogo, basadas en estudios realizados en 1993 en la Universidad de California por parte de la psicóloga francesa Raucher, en los que certificaba una mejoría sustancial en las capacidades de razonamiento de personas con problemas espacio-temporales tras escuchar la *Sonata KV 448* de Mozart, placebo que se extendía durante unos 10-15 minutos.

Campbell defendía en su libro, entre otras cosas, el poder curativo de la música, su influencia a nivel mental o la importancia de ésta en el desarrollo del aprendizaje en los niños menores de tres años. Un artículo del prestigioso diario *The Telegraph* (2015), se hacía eco de un estudio llevado a cabo por la Universidad de Oxford y avalado por la Sociedad de Cardiología Británica, en el que los doctores llegaron a la conclusión que la prescripción del *Va pensiero* de Verdi, el *Nessun dorma* de Puccini o el *Ave Maria* de Schubert ayudaban a disminuir la presión arterial y estabilizar el ritmo cardiaco: mágico, ¿verdad?

Celia Ruiz Bernal escribió en la revista *Leitmotiv* del Real Conservatorio de Granada un interesante artículo, “Dislexia y Musicoterapia”, en el que se analizaba como la música ayuda a personas con dislexia: “Existen teorías que admiten la directa relación entre patrones verbales y patrones musicales, cómo influye una práctica musical dirigida en el desarrollo de habilidades que favorecen el proceso de aprendizaje de lecto-escritura y como la aplicación de un tratamiento pedagógico preventivo con técnicas de musicoterapia influye positivamente en la superación de las dificultades de aprendizaje de los alumnos disléxicos”.

La web de Veteranos de los EE.UU se hace eco del proyecto que se desarrolló en Zablocki VA Medical Center de Milwaukee con soldados llegados de Iraq y Afganistán, que asistieron a clases de guitarra para aliviar los casos de estrés postraumático. La Universidad de Toronto investigó el papel

“El binomio música-salud da mucho juego y son muchos los temas que tendrían cabida en nuestro baúl: los beneficios sobre los órganos vitales, la inclusión de la musicoterapia en los sistemas públicos de salud, etc.”



Música en Vena es una asociación sin ánimo de lucro dedicada transformar en alivio el sufrimiento de las personas en los hospitales a través de la música en directo.

de la música clásica a la hora de combatir el insomnio, ya que “los ritmos y patrones tonales de este tipo de música crean un estado de ánimo meditativo y unas ondas cerebrales lentas”, lo cual ayuda para no pasar las noches... ¡contando ovejas!

Jeff Anderson, coautor de una investigación realizada por la Universidad de Utah y publicada por *The Journal of Prevention of Alzheimer*, defiende que “las personas con demencia se enfrentan a un mundo que les resulta desconocido y, en consecuencia, padecen ansiedad y desorientación. Y en este contexto, creemos que la música aprovecha la red de relevancia del cerebro cuya funcionalidad aún es relevante”.

La depresión es una de las “plagas” más graves y habituales en la población mundial con unos 320 millones de afectados (datos de 2017). En los últimos años se ha reforzado la idea de combinar el tradicional tratamiento farmacológico de antidepresivos con el uso de la música en sus distintas vertientes, lo que se ha demostrado efectivo a la hora de aumentar el nivel de participación y aceptación de los pacientes en las terapias. Estos serían algunos de muchos ejemplos que a lo largo del mundo se dan y los pasos que de forma progresiva se están dando, pienso, en la buena dirección.

El binomio música-salud da mucho juego y son muchos los temas que tendrían cabida en nuestro baúl: los beneficios sobre los órganos vitales, el acercamiento a los entramados psicológicos del ser humano, la inclusión de la musicoterapia en los sistemas públicos de salud, el análisis pormenorizado por edades, géneros... Según se desprende de entre los varios estudios y proyectos científicos, el poder que ejerce la música en el ser humano va mucho más allá de lo racional, incluso de lo inalcanzable. Tanto a nivel físico como neurológico los avances son siempre más activos y son más las voces favorables a que la música actúe como elemento de base para acciones terapéuticas que ayuden al enfermo a afrontar las muchas enfermedades que nos rodean y que, dicho sea de paso, nunca queremos que lleguen porque... “lo importante es la salud”. ¡Música, gracias por existir!

Alessandro Pierozzi en  @biblioalex70

<https://alessandropierozzi.com/>