



Universidad de Valladolid

Grado en Historia y Ciencias de la Música

Facultad de Filosofía y Letras

**LA APLICACIÓN DE LA
MUSICOTERAPIA EN EL ÁMBITO
GERIÁTRICO A TRAVÉS DE LAS
CANCIONES DE LA INFANCIA
UN ESTUDIO DE CASO**

Trabajo de Fin de Grado

Presentado para la obtención del título de Grado en Historia y Ciencias de la Música por

LAURA CASTELL HERNÁNDEZ

Realizado bajo la dirección de Susana Moreno Fernández y Enrique Cámara de Landa

Junio 2017

Curso académico: 2016-2017



Universidad de Valladolid
Grado en Historia y Ciencias de la Música
Facultad de Filosofía y Letras

**LA APLICACIÓN DE LA
MUSICOTERAPIA EN EL ÁMBITO
GERIÁTRICO A TRAVÉS DE LAS
CANCIONES DE LA INFANCIA
UN ESTUDIO DE CASO**

Trabajo de Fin de Grado

Presentado para la obtención del título de Grado en Historia y Ciencias de la Música por

LAURA CASTELL HERNÁNDEZ

Realizado bajo la dirección de Susana Moreno Fernández y Enrique Cámara de Landa

Junio 2017

Curso académico: 2016-2017

El autor

VºBº de los tutores

“La música es el arte más cercano a las lágrimas y a los recuerdos”

Oscar Wilde

En primer lugar agradecer a mis tutores, Enrique Cámara de Landa y Susana Moreno Fernández, por la resolución de mis consultas y soporte en el desarrollo de este trabajo. No cabe duda de mis agradecimientos a Lorena Escribano González por todo su apoyo, indicaciones, ayuda, por prestarme todos sus conocimientos sobre su práctica en musicoterapia y porque gracias a ella he podido llevar a cabo mi estudio de caso. Y, cómo no, a Salustiana, mi añorada abuela, por sus veteranos conocimientos sobre canciones infantiles, por sus horas cantándomelas y por sus modestas pero valiosas aportaciones a este trabajo.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	13
1.1.Objeto de estudio: presentación y justificación.....	13
1.2.Estado de la Cuestión	14
1.3.Hipótesis y objetivos	15
1.4.Fuentes y metodología	16
1.5.Estructura del trabajo	18
2. APLICACIONES DE LA MUSICOTERAPIA EN EL ÁMBITO GERIÁTRICO	19
3. ESTUDIO DE CASO.....	31
3.1.Caracterización y contextualización del grupo de estudio	31
3.2.El repertorio infantil.....	32
3.3.Propuesta de actividades.....	40
3.4.Planteamiento y desarrollo de las sesiones.....	45
3.5.Capacidad de respuesta por parte del grupo a la realización de las actividades propuestas	52
3.6.Evaluación de las actividades	55
4. CONCLUSIONES	61
5. BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DOCUMENTALES.....	65
6. ANEXOS	71
6.1.Anexo1	71
6.2.Anexo 2.....	92

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Objeto de estudio: presentación y justificación

Con este trabajo pretendo acercarme a la aplicación de la musicoterapia en el ámbito geriátrico a partir de una serie de sesiones propuestas y desarrolladas con dos grupos de entre 20 y 25 ancianos en la Residencia para mayores *Gerovida* de Arroyo de la Encomienda (Valladolid). Para ello utilizo un repertorio musical concreto, constituido por canciones tradicionales infantiles españolas, como medio para ejercitar la memoria de las primeras canciones que aprendieron estas personas con las que trabajo en las sesiones.

La actividad de musicoterapia ya se desarrolla, se podría decir que de manera rutinaria, en este tipo de centros geriátricos, por lo que me parece interesante llevarla a cabo de diferente modo; así decido realizar la actividad centrándome en un repertorio concreto ya que generalmente se utiliza un repertorio variado, de diferentes géneros musicales, sin centrarse en ninguno concreto, para desarrollar las sesiones musicoterapéuticas.

Algunos estudios señalan que los últimos recuerdos en olvidar a lo largo de nuestras vidas son los de la infancia¹. Igualmente, Lorena Escribano González, musicoterapeuta que trabaja en el centro en estudio a quien presentaré más adelante, me indica que ella misma se ha dado cuenta de que a menudo en las sesiones de musicoterapia en el ámbito geriátrico resulta más fácil trabajar con repertorio de la infancia, desde canciones tradicionales infantiles hasta canciones propias de juegos infantiles, etc., ya que es el repertorio que, muchas veces, las personas mayores mejor recuerdan. En este trabajo presento un estudio de caso desde el que poner a prueba la eficacia de este uso terapéutico del repertorio musical infantil.

¹ Según José María Ruiz Vargas, catedrático de Psicología de la Memoria en la Universidad Autónoma de Madrid, "Porque a esa edad estamos abiertos a todo tipo de estímulos; somos esponjas, inmaduros, y guardaremos esas memorias hasta que nos muramos", citado en Juan Cruz, "Somos nuestra infancia", *El País*, 26 Febrero 2011.

1.2. Estado de la cuestión

A la hora de desarrollar este punto, desde la lectura de diversos trabajos publicados en España acerca de musicoterapia en el ámbito geriátrico no he podido encontrar ningún estudio concreto sobre musicoterapia con repertorio infantil. A pesar de esto no cabe duda de que existen estudios de musicoterapia en el ámbito geriátrico en general², así como algunos centrados en diferentes aspectos o problemas, como pueden ser la demencia, EA (enfermedad de Alzheimer), etc.³. Los estudios más abundantes de musicoterapia sobre demencias se centran en el alzhéimer⁴, ya que “es el tipo más frecuente, siendo responsable del 50-80% de los casos”⁵ Por otro lado, “Es importante destacar que las primeras citas bibliográficas (sic) sobre música y musicoterapia con demencias de los pasados años ochenta y principios de la década de los noventa-hacen

² Leivinson, Cora (2010), *Musicoterapia en el ámbito geriátrico*. Inédito. Recuperado de:

<http://coraleivinson-musicoterapia.blogspot.com.ar/p/mis-libros.html>.

Jone M. Luna Miranda, “Tesis Musicoterapia en Geriatria (Centro de día Bullón)”. Inédito. Recuperado de

[http://files.joneluna-net.webnode.es/200000032-bd778be6fa/TESIS%20MUSICOTERAPIA%20Y%20GERIATR%C3%8DA%20\(sin%20anexos\).pdf](http://files.joneluna-net.webnode.es/200000032-bd778be6fa/TESIS%20MUSICOTERAPIA%20Y%20GERIATR%C3%8DA%20(sin%20anexos).pdf).

Ruth Bright, *La Musicoterapia en el tratamiento geriátrico* (Buenos Aires: Bonum, 1993).

Rocío Sánchez Palomino, “Efectos de la Música en el envejecimiento activo” (trabajo de Fin de Grado, Universidad de Jaén, 2014), <http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/737>.

³ Rolando O. Benenson y Antonio Yepes, *Musicoterapia en psiquiatría. Primer cuaderno* (Buenos Aires: Barry, 1976)

Melissa Mercadal-Brotons y Patricia Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias* (Barcelona: Monsa-Prayma Ediciones, 2008).

Esther García Valverde, *Guía de orientación 1. Intervenciones no farmacológicas. Musicoterapia en personas con demencia* (Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2014)

⁴ Sandra García Gómez, “Musicoterapia en el tratamiento de los síntomas de la Enfermedad de Alzheimer” (Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2013), <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/3340>. A través de este trabajo la autora presenta el uso de actividades musicales para el tratamiento de la EA.

Raquel Medina Velázquez, “La intervención logopédica en la memoria de las personas con Alzheimer con ayuda de la música” (Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2014), <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/6458>. Raquel muestra el trabajo en conjunto de logopedia y musicoterapia para el tratamiento de la EA y los efectos de la música sobre los individuos a través de casos clínicos.

Alicia Sáez San Ildefonso, “Los efectos de la práctica musical con personas que padecen la enfermedad de Alzheimer” (Trabajo de Fin de Máster, Universidad de Valladolid, 2014), <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/7809>. A partir de la explicación de la EA y los diferentes ámbitos donde aplicar la musicoterapia se basa en los beneficios encontrados en la EA tras la utilización de esta terapia no farmacológica y presenta diferentes actividades para su demostración.

Alba Qhōra López Escobar, “Musicoterapia en Alzheimer: propuesta de intervención psicopedagógica centrada en un estudio de caso” (Trabajo de Fin de Máster, Universidad de Valladolid, 2015), <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/14975>. En este trabajo su autora presenta diferentes técnicas para el tratamiento de la EA y propone la musicoterapia como una terapia alternativa analizando un caso individual.

⁵ Esther García Valverde, *Guía de Orientación 1. Intervenciones no farmacológicas. Musicoterapia en personas con demencia* (Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2014), pág 7.

referencia a la categoría general de EA sin distinguir los diferentes subtipos de demencia”⁶. Todos estos trabajos y publicaciones a cerca de los efectos de la música sobre la EA desde mi punto de vista son de gran importancia para concienciar a la población acerca de este tipo de demencia y de cómo es posible su mejora con los usos de la musicoterapia. Me refiero a mejorar la calidad de vida de quienes la padecen, ya que sabemos que se trata de una enfermedad incurable. Mi hipótesis es que para tratar este tipo de demencia también podría funcionar muy bien el repertorio infantil, porque - como ya he mencionado anteriormente- lo que los pacientes recuerdan muy a menudo son canciones de su pasado más remoto.

Existen numerosas publicaciones y estudios sobre la musicoterapia en el ámbito geriátrico en forma de manuales y libros, además de proyectos, tesis doctorales o Trabajos de Fin de Grado o Máster⁷, todos ellos como los citados en la bibliografía de este estudio. Todos estos trabajos presentan una información preparada para ayudar a inexpertos, principiantes o desconocedores del tema, y resultan de fácil acceso, por lo cual suponen un buen recurso para conocer muchos aspectos de la musicoterapia, un mundo aún desconocido para mucha gente.

Más allá de estudios en torno a la musicoterapia en el ámbito geriátrico centrándose en diferentes problemas, no he podido encontrar estudios que enfoquen y valoren algún repertorio musical concreto. Este hecho refuerza el interés de desarrollar el tema elegido en mi TFG.

1.3. Hipótesis y objetivos

Una vez introducido el tema, parto de la hipótesis de un funcionamiento más ameno de una sesión de musicoterapia en el ámbito geriátrico con repertorio musical infantil que con un repertorio diverso, dado que las emociones que les puedan producir a los mayores dichas canciones hacen que se encuentren más activos y participativos. Presento entonces a partir del objetivo principal de este TFG, que es aportar un estudio de caso desde el cual examinar el uso del repertorio infantil en la musicoterapia en el ámbito geriátrico, los siguientes objetivos específicos:

⁶ Mercadal-Brotons y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, 42.

⁷ Ejemplos citados en la nota 7.

- Presentar algunas definiciones generales de musicoterapia en el ámbito geriátrico que resulten útiles en este estudio
- Caracterizar y contextualizar el grupo que participa en el caso de estudio
- Definir las actividades específicas a llevar a cabo con los ancianos que constituyen el grupo en estudio, concretando el repertorio infantil seleccionado y los procedimientos aplicables
- Examinar la capacidad del grupo de estudio para realizar las actividades llevadas a cabo en las sesiones
- Reflexionar sobre mi capacidad para llevar a la práctica el estudio, teniendo en cuenta mi inexperiencia en el ámbito de la musicoterapia
- Evaluar las actividades implementadas para averiguar cuáles de ellas resultan más efectivas

1.4. Fuentes y metodología

En este apartado se presentan las fuentes de información y la metodología aplicada para llevar a cabo este trabajo.

Puesto que lo que se presenta es un estudio de caso, son muy importantes las fuentes primarias, recopiladas básicamente de las sesiones de musicoterapia programadas y realizadas en la residencia *Gerovida* situada en la calle Francisco Vitoria, 24, de Arroyo de la Encomienda, municipio de la provincia de Valladolid muy próximo a su capital. Cuando hablo de Lorena Escribano me estoy refiriendo a la musicoterapeuta de la residencia *Gerovida*, a quien tras conocer como musicoterapeuta en la residencia para la tercera edad de Villalar de los Comuneros, donde se encontraba mi abuela paterna, la hablé sobre mi propuesta de estudio y me facilitó su ayuda. Esta me explicó su trabajo en la residencia *Gerovida* y me ofreció llevar a cabo mi estudio allí con ella. En el capítulo 3 “Estudio de caso”, donde desarrollo la explicación del estudio de caso, presentaré el contexto y las actividades planificadas y realizadas y mostraré los resultados obtenidos. Todo esto con el apoyo de Lorena, quien me ha prestado información y me ha ayudado a llevar a cabo las actividades. Lorena Escribano González es licenciada en Filología Hispánica. Es cantautora y editó un disco con canciones propias en 2001. Desde 2002 realiza actuaciones participativas para mayores con rancheras, boleros... Al mismo tiempo, desde 2005 trabaja en residencias y centros

para mayores realizando terapia musical. Además de en la residencia *Gerovida*, ha trabajado en otras como *Nuestra Sra. Del Rosario* (Valladolid), *Centro Lacort* (Valladolid), *Santa Cruz* (Villalar de los Comuneros) o el *Centro de Día Vitalia* (Valladolid).

A la hora de desarrollar el trabajo empírico del estudio de caso aplicado en este TFG se han seguido procedimientos como la toma de datos relativos a las características de la sesión, el número de participantes, sus particularidades, etc. Todas las orientaciones metodológicas que he tomado como ayuda para enfocar y poder llevar a la práctica las actividades de musicoterapia, partiendo de la base y ayuda de Lorena, las he obtenido de diferentes tipos de fuentes, que serán citadas posteriormente, como libros, trabajos, tesis y proyectos, además de algunas noticias de periódicos y diferentes recursos web tanto de musicoterapia en general como de musicoterapia centrada en el ámbito geriátrico. Respecto al repertorio infantil, ha sido básicamente obtenido de diferentes recursos web que recopilan canciones tradicionales infantiles. *Mi Cajita de Música*⁸, me ha servido como recurso auditivo para una primera toma de contacto; en *Mama Lisa's World*⁹ encontré diferentes partituras, letras y recursos auditivos; mientras *Canciones infantiles*¹⁰ de 'Pacomova eresmas' me ha sido útil para comprobar algunas letras. Quiero destacar sobre todo el uso de *Youtube* y *Spotify* como apoyo auditivo. He acudido igualmente a algunos de los principales cancioneros que recogen repertorio musical tradicional asociado con la infancia. Concretamente he conseguido localizar y consultar el *Cancionero popular de la provincia de Santander. 1, Cancionero infantil español*¹¹, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*¹², el *Cancionero popular infantil español*¹³ o el *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos*¹⁴ entre otros.

⁸ Mi Cajita de Música, "Rondas tradicionales y juegos infantiles", <http://www.micajitademusica.com/es/generos/rondas-tradicionales-y-juegos-infantiles>.

⁹ Mama Lisa's World en español, Músicas y culturas internacionales, "Canciones y rimas por continente", Europa – España, <http://www.mamalisa.com/?t=sc&c=71>.

¹⁰ Pacomova eresmas, "Canciones infantiles y villancicos", http://pacomova.eresmas.net/paginas/canciones_infantiles.htm.

¹¹ Sixto Córdova y Oña, *Cancionero popular de la provincia de Santander. 1, Cancionero infantil español: es más nacional que regional* (Santander: Diputación Provincial de Santander, 1980).

¹² Juan Tomás y José Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales* (Barcelona, Madrid: Instituto Español de Musicología, Instituto "San José de Calasanz" de Pedagogía, 1954).

¹³ Juan Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español* (Madrid: Antonio Carmona Editor, 1969).

¹⁴ Manuel Garrido Palacios, *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos* (Palma de Mallorca: Calima Ediciones S.L., 2003).

1.5. Estructura del trabajo

Este Trabajo de Fin de Grado se compone de 6 capítulos generales que incluyen la introducción, las conclusiones, la bibliografía y los anexos. He comenzado con una introducción en la que explico en qué consiste dicho trabajo, muestro un estado de la cuestión, y presento la hipótesis y los objetivos de partida, así como la metodología y las fuentes utilizadas, finalizando esta introducción con este apartado en que explico la estructura del trabajo. No hago una inclusión de marco teórico como tal en este capítulo ya que se encuentra implícito en el siguiente. En el segundo capítulo presento las definiciones generales necesarias y aplicadas en el desarrollo de este estudio, acerca de la musicoterapia en el ámbito geriátrico en general, mostrando aquí toda la fundamentación teórica para llevar a cabo el estudio. En el tercer capítulo concreto el estudio de caso, desde su preparación y desarrollo hasta sus resultados, con la contextualización concreta del grupo de estudio y las definiciones generales sobre repertorio infantil español del cual he realizado una selección para el estudio. Planteo en él una serie de posibles actividades de aplicación en sesiones musicoterapéuticas con el repertorio de la infancia, con las cuales intento evaluar la capacidad de los pacientes que han participado en las mismas de recordar, y comprobar cómo la música mueve sus emociones al recordar, o su participación cuando se les presenta algo de lo que son capaces de acordarse, como es este repertorio. Como explicaré detalladamente en dicho capítulo, he llevado a cabo estas actividades en 4 sesiones en la residencia ya citada. Continúo así con las conclusiones obtenidas en relación a los diversos objetivos inicialmente trazados en el trabajo. También presento posibles propuestas futuras de ampliación de este estudio y realización de estudios afines. Para finalizar, detallo toda la bibliografía y fuentes documentales utilizadas y en los anexos muestro los principales materiales que he manejado durante el estudio.

2. APLICACIONES DE LA MUSICOTERAPIA EN EL ÁMBITO GERIÁTRICO

A lo largo de la historia se han conocido efectos terapéuticos de la música en numerosas culturas. En la cultura occidental podemos encontrar diversos mitos, leyendas, estudios e incluso ciertas evidencias de dicho uso curativo en las obras de Platón y Aristóteles¹⁵.

La musicoterapia se puede utilizar tanto en ámbitos muy diversos como con pacientes muy diferentes. De lo que se trata, explicado brevemente, es de utilizar como medio terapéutico tanto la música como actividades musicales variadas. Para que una terapia con música tenga un buen funcionamiento es importante garantizar un uso apropiado de la música y saber qué tipo de música seleccionar y utilizar, según las necesidades, en cada ocasión. Es decir, conviene tener en cuenta por ejemplo elementos como la caracterización del grupo en el que se interviene mediante la musicoterapia o el carácter y el contenido del repertorio musical utilizado. El de las personas mayores es uno de los grupos más importantes con los que se suele aplicar musicoterapia. Un buen porcentaje de musicoterapeutas en todo el mundo trabaja con personas mayores en centros geriátricos.

Como ya he adelantado, la musicoterapia es el uso profesional de la música como medio terapéutico. La definición de esta especialidad utilizada generalmente es la aportada por la Federación Mundial de Musicoterapia (World Federation for Music Therapy) en 2011:

Music therapy is the professional use of music and its elements as an intervention in medical, educational, and everyday environments with individuals, groups, families, or communities who seek to optimize their quality of life and improve their physical, social, communicative, emotional, intellectual, and spiritual health and wellbeing. Research, practice, education, and clinical training in music

¹⁵ García Valverde, *Guía de orientación 1. Intervenciones no farmacológicas. Musicoterapia en personas con demencia*, pág. 5.

therapy are based on professional standards according to cultural, social, and political contexts.¹⁶

No obstante, esta no es una definición universalmente válida, sino que ha ido variando a lo largo de los años y se emplea de una manera u otra según la población con la que se aplique. En mi estudio me dirijo al ámbito geriátrico, en el cual la musicoterapia se puede aplicar tanto sobre personas enfermas o con alguna afectación, como sobre personas en un estado saludable. En el estudio de caso realizado distinguimos entre “grupo de válidos” o “grupo de asistidos”. Algunos ejemplos de casos en los que aplicar musicoterapia en el ámbito geriátrico aparecen muy bien reflejados en el siguiente cuadro de colectivos de aplicación de musicoterapia que encontramos en el presentado por Melissa Mercadal - Brotons y Patricia Martí Augé en el *Manual de Musicoterapia en Geriatria y Demencias*, 2008:

Tabla 1.3. Colectivos-Entornos de aplicación de la musicoterapia			
EDUCACIÓN	MEDICINA	SALUD MENTAL	GERIATRIA
Escuelas educación general Escuelas de educación especial	Hospitales generales Centros de rehabilitación Clínicas de dolor	Hospitales psiquiátricos Centros de día Centros penitenciarios	Centros geriátricos Centros/hospitales de día Asociaciones/domicilios
Retraso del desarrollo Discapacidades físicas	Bebés prematuros Pediatria	Esquizofrenia y otros trastornos psicóticos	Personas en estado de salud Trastornos del estado de ánimo
Problemas sensoriales Autismo Pluridiscapacidad	Cirugía Problemas respiratorios Cardiología	Abuso de sustancias Trastornos de la conducta	Problemas neurológicos: AVC Parkinson

¹⁶ “La musicoterapia es el uso profesional de la música y sus elementos como una intervención en ambientes médicos, educativos y cotidianos con individuos, grupos, familias o comunidades que buscan optimizar su calidad de vida y mejorar sus condiciones físicas, sociales, comunicativas, emocionales, intelectuales y su salud espiritual y bienestar. La investigación, la práctica, la educación y la formación clínica en musicoterapia se basan en normas profesionales de acuerdo con contextos culturales, sociales y políticos.” - World Federation of Music Therapy. About WFMT: What is Music Therapy? WFMT, 2011.

es	Rehabilitación física	alimentaria	Demencias
Problemas de aprendizaje Problemas de comportamiento Déficit de atención/Hiperactividad	Dolor agudo y crónico Oncología Neurología UCI Cuidados paliativos	Trastornos del estado de ánimo Trastornos de la personalidad Trastornos de ansiedad	Problemas médicos Enfermedades terminales

Tabla 1. Colectivos-entornos de aplicación de la musicoterapia.¹⁷

William B. Davis presenta una serie de objetivos importantes en la intervención musicoterapéutica en el ámbito geriátrico, en concreto en residencias para personas mayores, que me sirven de guía en mi estudio de caso:

1. Incrementar la fuerza, la movilidad y la extensión del movimiento de las extremidades superiores e inferiores (Cotter, 1959; Olson, 1984; Weidman, 1986).
2. Promover la interacción social (Bright, 1972; Clair, 1996; Johnson, 1990; Lipe, 1991; Lord y Gardner, 1993; Pollock y Namazi, 1992; Roskam, 1993; Wylie, 1990).
3. Estimular la memoria a largo plazo (Johnson, 1990; Wylie, 1990).
4. Mejorar la memoria reciente y otras capacidades cognitivas (reducir la confusión, mejorar la retención de información), (Johnson, 1990; Prickett y Moore, 1991; Reigler, 1980).
5. Mejorar la orientación hacia la realidad (Bumanis y Yoder, 1987; Smith-Marchese, 1994; Reigler, 1980).
6. Mejorar la autoestima (Bright, 1972; Clair, 1996; Johnson, 1990; McClosky, 1985).
7. Promover la relajación/reducir el estrés (Bright, 1972; Clair, 1996; Johnson, 1990; McClosky, 1985).
8. Mejorar las habilidades verbales (Cotter, 1959; Johnson, 1990).
9. Mejorar la higiene personal (Kurz, 1960).
10. Reforzar la estimulación sensorial (Wolfe, 1983).
11. Mejorar las habilidades comunicativas (Redinbaugh, 1988).

¹⁷ Mercadal – Brotons y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, pág. 13. En la tabla se muestran las diferentes áreas y dentro de estas los diferentes casos en los que aplicar musicoterapia. Yo he señalado el ámbito que abarca mi trabajo, la geriatría, dentro del cual podemos apreciar los centros geriátricos y los diferentes colectivos que pueden encontrarse en ellos.

12. Reducir el comportamiento disfuncional (Bright, 1972; Clair, 1996; Gibbons, 1984, 1988).
13. Aumentar la reminiscencia (Bright, 1972; Byrne, 1982; Johnson, 1990; Olson, 1984; Wylie, 1990).
14. Mejorar comportamientos motores y verbales en pacientes con la enfermedad de Alzheimer (Clair, 1996; Millard y Smith, 1989).
15. Mantener niveles de participación en pacientes con la enfermedad de Alzheimer (Brotos y Pickett-Cooper, 1994; Clair y Bernstein, 1990; Millard y Smith, 1989).
16. Disminuir el deambular (Fitzgerald-Cloutier, 1993; Groene, 1993).
17. Ayudar a recordar información (Lipe, 1995; Smith, 1986; Sambandham y Schirm, 1995; Depperschmidt, 1992; Prockett y Moore, 1991; Aldridge y Aldridge, 1992).
18. Reducir la agitación (Brotos y Pickett-Cooper, 1996; Clair, 1996; Goddaer y Abraham, 1994; Gerdner y Swanson, 1993).¹⁸

Partiendo de esta eficacia que la música puede tener en las personas mayores como medio para conseguir un estado activo y saludable, se desarrollan las actividades de terapia con música, la musicoterapia. La musicoterapia en este ámbito se suele presentar desde dos puntos de vista, bien desde la prevención, o bien desde la intervención terapéutica¹⁹. En el caso de las actividades para la prevención se trata de mantener activa la independencia de las personas mayores para, como la propia expresión indica, prevenir pérdidas de memoria o de salud. Cuando ya hablamos de intervención se trabaja con personas dependientes, sin autonomía, las cuales necesitan ser estimuladas para estar en activo. Melissa Mercadal – Brotos y Patricia Martí Augé muestran un plan de intervención para cada uno de los dos niveles con diferentes talleres o actividades²⁰: a nivel de prevención a) de memoria, b) de música y psicomotricidad, c) de música y danza, d) un conjunto vocal y e) uno instrumental, y al nivel de intervención terapéutica a) musicoterapia con estimulación cognitiva, b) reminiscencia, c) socialización, d) rehabilitación física, e) estimulación sensorial y f) emocional.

En el ámbito geriátrico uno de los tipos de musicoterapia que se lleva a cabo es la denominada funcional, también utilizada en balnearios y clínicas especializadas. Se utilizan ejercicios rítmicos y de percusión para desarrollar la expresión musical y para la

¹⁸ William B. Davis, Kate E. Gfeller, *Introducción a la Musicoterapia. Teoría y Práctica* (Barcelona: Editorial de Música Boileau), pág. 141.

¹⁹ Mercadal – Brotos y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, pág 19.

²⁰ Ídem, págs. 27-30.

mejora física y psíquica que complementan otro tipo de terapias de este mismo estilo²¹. Para el tratamiento musicoterapéutico de ciertos casos de demencias en este ámbito geriátrico, me parece interesante el programa de diferentes tipos de musicoterapia que propone el Centro de Referencia Estatal de Atención a personas con enfermedad de alzhéimer y otras demencias, de Salamanca, ya que establece diferentes tipos de musicoterapia según la afección de cada persona:

- **Musicoterapia creativa:** esta intervención grupal pretende abrir canales de comunicación y expresión de emociones a través de la improvisación terapéutica, canto, composición de canciones, o modalidades receptivas. Va dirigida a personas en fases leves de la enfermedad.
- **Musicoterapia de expresión y comunicación:** terapia grupal dirigida a personas con deterioro cognitivo moderado. La expresión emocional, la estimulación y la socialización son los principales objetivos que trabajamos.
- **Musicoterapia de Estimulación:** intervención grupal o individual basada en la estimulación de las funciones cognitivas conservadas en la que se utilizarán técnicas de la Musicoterapia Neurológica (NMT).
- **Musicoterapia individualizada:** enfocada a personas con necesidades específicas (trastornos de conducta, adultos menores de 65 años,...).
- **Musicoterapia en fases avanzadas:** terapia individualizada realizada con personas con un deterioro cognitivo grave o muy grave. Sus principales objetivos son favorecer la conexión con el medio y la comunicación.
- **Musicoterapia para familiares y usuarios:** programa dirigido a familiares y personas con demencia de manera conjunta en el que se pretende crear un espacio de expresión, comunicación, descubrimiento de uno mismo y de los demás a través de experiencias musicales compartidas.²²

En mi estudio de caso se podría decir que, de entre todas estas, se desarrolla principalmente una musicoterapia creativa, ya que con el repertorio infantil me he basado principalmente en la expresión de emociones y los grupos en los que aplico la terapia no presentan afecciones graves. Podría considerarse también que pongo en práctica la musicoterapia de expresión y comunicación, porque se presenta algún

²¹ Aljoscha A. Schwarz y Ronald P. Schweppe, *Cúrate con la música* (Barcelona: Robinbook, s.l., 2002), págs. 21 y 22.

²² CRE Alzheimer Salamanca, “Musicoterapia”, Musicoterapia en el CRE de Alzheimer, http://www.crealzheimer.es/crealzheimer_01/terapias_no_farmacologicas/musicoterapia/index.htm (consultada el 14 de marzo de 2017).

paciente con problemas neurológicos leves o trastornos del estado de ánimo, y pretendo también estimularles y fomentar la socialización dentro del grupo.

Según Aljoscha A. Schwarz y Ronald P. Schweppe, en *Cúrate con la música*, “Ninguna definición abarca la música en su totalidad. Cada persona la define a su modo y establece su particular relación con ella.”²³ Los autores de *Cúrate con la música* realizan un despliegue de posibles definiciones de música:

MÚSICA ES...

Hay diferentes maneras de describir la música. A continuación te presentamos algunas de ellas. ¿Coincide alguna con la tuya? Música es...

- ... una agradable distracción,
- ... una posibilidad de ahondar en nuestros sentimientos,
- ... una posibilidad de expresar nuestros sentimientos,
- ... un método terapéutico fácil y natural,
- ... un remedio para el insomnio,
- ... un estimulante,
- ... aliento para el alma,
- ... un camino hacia nuestro interior,
- ... expresión del goce de vivir,
- ... un medio de inspiración y motivación,
- ... consuelo en los momentos difíciles,
- ... un camino hacia la armonía y el crecimiento interior,
- ... un modo de llenar de magia nuestra vida.

Tabla 2. Descripciones de música.²⁴

²³ A. Schwarz y P. Schweppe, *Cúrate con la música*, pág. 32.

²⁴ Ídem, pág. 33.

La música está presente en nosotros de manera rutinaria, desde que nacemos hasta que morimos²⁵, “es un aspecto común de la vida diaria de muchos bebés y continúa siendo una forma artística predominante a lo largo de nuestras vidas”²⁶. Se suele decir que la música es un lenguaje universal, aunque no verbal, y pese a que no es necesaria para la supervivencia, siempre debemos tener en cuenta que está presente en nuestras vidas de manera permanente, en la mayoría de nuestras actividades vitales, de manera directa o indirecta, y en todas las culturas, en todas las edades²⁷. Pero cuando se llega a la tercera edad, a la vejez, hay cierta tendencia al olvido, a la pérdida de memoria, e incluso a la pasividad a la hora de realizar ciertas actividades entre las cuales se podrían incluir las musicales, aunque no es algo que se pueda generalizar. Habitualmente se piensa que al envejecer empeoran las vidas de las personas, tienen más enfermedades o se va llegando una etapa de debilidad e inactividad. Sin embargo, se ha de tener en cuenta que también por su edad éstas acumulan una gran experiencia en la vida. En esta etapa, la vejez, son importantes las actividades que mejoren la calidad de vida de estas personas mayores, su actividad vital, y un tratamiento o terapia que puede ser interesante para ello es la musicoterapia por la capacidad de estimulación tanto a nivel físico como emocional que puede llegar a tener la música. La pasividad relativa a la capacidad de escuchar y reaccionar ante la música puede poseer cierta analogía con la pérdida de oído o con la dificultad de comprender o realizar ciertos ritmos. Pero no cabe duda de que todo esto no obsta para que en la tercera edad haya un disfrute de la música tanto pasiva como activamente cuando el estado de las personas se lo permite.

La música provoca diversas sensaciones sobre nuestro cuerpo y hace florecer nuestros sentimientos; en *Cúrate con la música*, los autores explican que puede producir 3 efectos diferentes, desde reacciones corporales, cambios en el estado de ánimo, hasta equilibrar nuestro interior eliminando bloqueos psíquicos. Es por todo esto que tanto a

²⁵ “Si nos detenemos un instante a reflexionar sobre el universo sonoro y musical en el que transcurre la vida, cada etapa del desarrollo está acompañada por: sonidos intrauterinos, canciones de cuna, canciones relacionadas a juegos corporales infantiles, danzas, canciones románticas, himnos de fraternidad, cantos religiosos, canciones juveniles en las que se reconocen generaciones, etc. Todas ellas están asociadas a emociones de diversa naturaleza y van conformando nuestro bagaje cultural musical.” Martín Pino Rodríguez, “Reflexiones sobre música y neurociencia”, *Medicina y Humanidades. Vol. III*, núm 3 (2011): 47.

²⁶ B. Davis, E. Gfeller, *Introducción a la Musicoterapia. Teoría y Práctica*, pág. 37.

²⁷ Ídem

la música como al sonido se les da usos terapéuticos o curativos. Aljoscha A. Schwarz y Ronald P. Schweppe muestran las siguientes posibles aplicaciones:

RESUMEN. Posible aplicaciones de la música

- La música alivia el dolor y tiene efectos antiespasmódicos.
- Armoniza el ritmo cardíaco y la circulación y normaliza la tensión arterial.
- Refuerza el sistema inmune y estimula la curación de enfermedades graves.
- Equilibra el ritmo respiratorio y alivia los procesos asmáticos.
- Calma los impulsos cerebrales, nos lleva a estados de relajación profunda y ayuda a reducir el estrés.
- Incrementa la producción de endorfinas y estimula la felicidad.
- De manera indirecta (a través del nervio auditivo y de la medula espinal), armoniza el tono muscular y la postura.
- Sirve de estímulo al cerebro y retarda la decadencia intelectual (incluso han llegado a observarse mejorías en enfermos de Alzheimer).
- Aumenta la capacidad de concentración y el rendimiento.
- Mejora el estado de ánimo y permite combatir el nerviosismo, los miedos, el mal humor, la irritación o la depresión.
- Amplía nuestros horizontes y logra una conexión con la energía vital del Cosmos.
- Renueva nuestras energías y acaba con el agotamiento y la indolencia.
- Aumenta la resistencia en el deporte.
- Aumenta nuestra capacidad de disfrute y nos llena de magia y de poesía.
- Enriquece las relaciones humanas.
- Nos permite entrar en contacto con nuestros sentimientos y expresar emociones.

- Ayuda a olvidar preocupaciones y problemas.
- Transmite seguridad y bienestar.

Tabla 3. Posibles aplicaciones de la música.²⁸

Como se recoge en *Introducción a la Musicoterapia* de William B. Davis, Kate E. Gfeller y Michael H. Thaut²⁹, es posible que no exista un repertorio musical concreto que funcione mejor que otros, sino que probablemente las personas mayores muestren mayor gusto por la música que escuchaban en su juventud; además se ha demostrado en diferentes estudios que las preferencias por distintos gustos musicales en la tercera edad varían según diversos aspectos personales, como pueden ser la educación y el acceso a la cultura que estas personas hayan tenido a lo largo de su vida.

Según el *Manual de Musicoterapia en Geriátría y Demencias*, de Melissa Mercadal – Brotons y Patricia Martí Augé³⁰, se ha comprobado que la música conocida mejora el estado de ánimo, aporta tranquilidad y bienestar, y produce otro tipo de efectos positivos en enfermos que han olvidado muchos recuerdos personales. Además, en la mayoría de los casos los pacientes suelen tener gran capacidad de recordar una canción de su pasado lejano. Lo que se explica en dicho manual de todo esto es que muchas veces damos valor a la música como algo para ser simplemente escuchado o bailado y no somos conscientes de que a través de ella podemos mover recuerdos, emociones o sentimientos.

La música es expresión viva de emociones, y de las más diversas, y es tal vez la forma más sublime de expresarlas. Dice Ciorán, “...solo en la música y en el amor hay sensaciones únicas”. Siendo la música un arte temporal que capta el instante de aquella sensación que no se repite nunca de igual manera, continúa Ciorán: “El éxtasis musical implica una vuelta a la identidad, a lo originario, a las raíces primarias de la existencia. En el que solo queda el ritmo puro de la existencia, la corriente inmanente y orgánica de la vida. Oigo la vida. De ahí arrancan todas las revelaciones”

El punto de acercamiento a la música está motivado, generalmente, por la función recreativa y la identificación social que proporciona la música a los niños y jóvenes. Pero tiene casi siempre un carácter amateur, lo que no siempre va de la

²⁸ Schwarz y Schweppe, *Cúrate con la música*, págs. 24 y 25.

²⁹ B. Davis, E. Gfeller, H. Thaut, *Introducción a la Musicoterapia. Teoría y Práctica*, págs. 42-43.

³⁰ Mercadal Brotons y Marí Augé, *Manual de musicoterapia en geriátría y demencias*, 2008.

mano con la disciplina, la destreza y el rigor que requiere la música de nivel profesional, ni con su valor a nivel del desarrollo, de interacción cognitiva, de manejo del lenguaje y de sus propiedades y de su simbología para develar y valorar su contenido. “La Música es un elemento que estimula el diálogo entre los dos hemisferios ya que permite un equilibrio dinámico entre las capacidades de ambos. Es uno de los elementos con mayor capacidad para la integración neurofuncional y neuropsicológica”. (Jauset).³¹

De la misma manera que la música puede ser utilizada con algunos fines curativos es fundamental conocer la importancia de escucharla prestando atención para poder apreciar lo que transmite y que sean eficaces esos efectos, así como conocer que existen músicas que son buenas para dichos usos curativos y músicas que, por lo contrario, pueden ser perjudiciales. Algunos estilos musicales pueden inducir ciertos estados provocantes o alterantes, como agresividad, aunque esto puede depender de la cultura, las costumbres o los gustos musicales.

Desde los años 80 se creía que la música ejercía cierto efecto sobre las personas con demencias; esto es algo que poco a poco se ha ido comprobando mediante intervenciones en dichas personas por parte de musicoterapeutas³², lo cual demuestra los efectos de la música en la memoria. Pero pese a que la música por sí sola tenga efectos sobre la memoria o los sentimientos, para llevar a cabo toda actividad de terapia con música es importante una buena formación del musicoterapeuta.

Cuando nos referimos a la capacidad de recordar recuerdos en la tercera edad a veces nos encontramos ante pérdidas de facultades de memoria e incluso casos de demencias. Pero existen datos que nos muestran que la música ayuda a los ancianos a recordar momentos importantes de su vida, porque estas personas a menudo siguen cantando canciones de su pasado o simplemente tarareando las melodías o bailándolas cuando las escuchan.³³ Este dato también me permite reforzar la idea de que entre la música del pasado que les ayude a recordar viejos tiempos pueda ser significativa la de su infancia. Respecto a este tipo de pérdida de facultades, las demencias, desde la

³¹ Martín Pino Rodríguez, “Reflexiones sobre música y neurociencia”, *Medicina y Humanidades*. Vol. III, núm 3 (2011): 45.

³² García Valverde, *Guía de Orientación I. Intervenciones no farmacológicas. Musicoterapia en personas con demencia*, pág. 10.

³³ Mercadal - Brotons, Martí Augé, *Manual de Musicoterapia en Geriatría y Demencias*, pág. 42.

musicoterapia se tratan diferentes áreas que Melissa Mercadal-Brottons y Patricia Martí Augé nos presentan en su *Manual de Musicoterapia en Geriatría y Demencias*.

Tabla 3.3. Áreas tratadas por la musicoterapia en demencias
Área físico-motriz
Área cognitiva
Área socioemocional
Área conductual

Tabla 4. Áreas tratadas por la musicoterapia en demencias.³⁴

Desde la musicoterapia se trata el área físico-motriz, porque estos pacientes pierden destreza en su motricidad y la música estimula las diferentes funciones del cerebro relacionadas con estas habilidades, ayudando a realizar movimientos o expresiones. Su eficacia en el área cognitiva queda demostrada, porque fortalece la memoria y los recuerdos, en muchas ocasiones el lenguaje, e incluso la atención. El área socioemocional se trata para mejorar la conducta social y adaptaciones a nuevas situaciones, pero sobre todo para optimizar el estado de ánimo y potenciar la interacción y participación en grupos, así como la comunicación. Y el área conductual, como la propia palabra define, se asiste para reanimar la conducta y la calidad de vida de los pacientes. De todo ello se deduce que la musicoterapia mejora la participación de los pacientes en las actividades musicales, que hay mayor respuesta a la música en vivo que grabada por parte de las personas con demencias, y un aumento de la capacidad para cantar y aprender, según la fase de su demencia, ya que el canto es una de las actividades que más se desarrollan en el ámbito geriátrico; la música puede llegar a funcionar como calmante.³⁵

³⁴ Ídem, pág. 42.

³⁵ Ídem, págs. 43 y 44.

3. ESTUDIO DE CASO

3.1. Caracterización y contextualización del grupo de estudio

Mercadal-Brotons y Martí Augé presentan en su *Manual de Musicoterapia en Geriatría y Demencias*, 2008 los diferentes grupos sobre los que se puede aplicar musicoterapia en el ámbito geriátrico.

Tabla 2.2. Trastornos y diagnósticos más frecuentemente tratados con musicoterapia en geriatría
Personas mayores en estado de salud
Personas mayores con afectaciones neurológicas: accidentes vasculares cerebrales, Parkinson, demencias
Personas mayores con trastornos del estado anímico-depresión
Personas mayores con dolor, insomnio y otros problemas de tipo médico
Personas mayores con enfermedades terminales
Cuidadores de personas mayores: familiares.

Tabla 5. Trastornos y diagnósticos más frecuentemente tratados con musicoterapia en geriatría³⁶

El grupo de mi estudio está dividido a su vez en dos grupos, el de asistidos y el de válidos, según su estado de salud. Ambos están formados por, aproximadamente, 20 pacientes cada uno aunque se registraron algunas faltas de asistencia en las sesiones. El grupo de asistidos necesita mayor asistencia por parte de los auxiliares del centro, ya que presentan problemas, en este caso sobre todo físicos, de movilidad, de mayor grado, lo cual requiere más ayuda a la hora de realizar ciertas actividades en la terapia. En cambio, en el grupo de válidos de manera general los pacientes se valen por sí mismos a la hora de realizar movimientos, lo cual facilita la realización de más actividades. Respecto a la clasificación de Mercadal-Brotons y Martí Augé en el grupo de válidos nos encontramos generalmente con personas mayores en buen estado de salud, pero

³⁶ Mercadal-Brotons y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, págs. 22-23.

además tanto en este como, con mayor presencia, en el de los asistidos, nos encontramos con casos de trastornos del estado anímico-depresión y con dolor, insomnio y otros problemas de tipo médico.

3.2. El repertorio infantil

Este tipo de repertorio, transmitido oralmente en la cultura tradicional española y en parte recogido en cancioneros, se ha transmitido de generación en generación a lo largo de la historia. Todos lo hemos ido aprendiendo en alguna medida de nuestras generaciones pasadas y generalmente de forma oral. Además suele estar integrado por canciones muy pegadizas, lo que facilita su aprendizaje. Esta transmisión oral es un factor que favorece que las canciones vayan sufriendo cambios en sus letras.

A la hora de seleccionar las canciones concretas para utilizar en las sesiones de musicoterapia programadas en mi estudio de caso empírico, tuve presente que trabajo con personas mucho más mayores que yo, las cuales probablemente estén familiarizadas con muchas canciones que se hayan perdido y hoy se desconozcan. Contamos además con factor contrario, pues pueden existir canciones infantiles más recientes que yo he aprendido durante mi infancia y que ellos no han llegado a conocer. Para ello, con ayuda de mi abuela Salustiana, de 83 años de edad, procedente de Rueda, municipio Vallisoletano, he trabajado con una serie de cancioneros que recopilan canciones de las cuales yo ignoraba que eran tradicionales en la infancia de los mayores. Los cancioneros nacionales consultados, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*³⁷, *Cancionero popular infantil español*³⁸, *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos*³⁹, *Cancionero infantil español*, incluido en el *Cancionero popular de la provincia de Santander*⁴⁰, muestran versiones concretas de un repertorio sujeto a variaciones en sus letras según zonas geográficas. En el grupo amplio de personas con las que he trabajado en las sesiones, me he encontrado con la misma situación, pues de una misma canción se sabían diferentes versiones.

³⁷ Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*, 1954.

³⁸ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 1969.

³⁹ Garrido Palacios, *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos*, 2003.

⁴⁰ Córdova y Oña, *Cancionero infantil español*, 1980.

Para facilitar su uso en las sesiones diseñadas, el repertorio musical seleccionado comprende canciones tradicionales infantiles que existían en épocas pasadas y que siguen siendo conocidas actualmente. A fin de realizar la selección de estos temas he contado con la colaboración tanto de mi abuela como de mi hermana Irene, profesora de educación infantil. He seleccionado un total de 34 canciones para mi estudio de caso pero el repertorio tradicional infantil es muy extenso y se podrían seleccionar multitud de canciones.

Presento a continuación el elenco de canciones seleccionadas que procede tanto de la consulta de los cancioneros antes mencionados como del testimonio oral de mi abuela y de mi hermana. En los cancioneros a los que he recurrido no viene información sobre los juegos o las actividades que se realizaban con cada canción, por lo que la información que presento se basa en lo que me ha mi abuela y en lo que yo aprendí en mi infancia. Para trabajar con este repertorio durante las sesiones he seleccionado una grabación de audio de cada una de entre las versiones disponibles en la web. Adjunto, como nota al pie tras el título de la canción, la fuente de la grabación de audio utilizada.

CANCIONES DE CORRO

- **“Dónde están las llaves”**⁴¹

Es una canción o baile de corro o de rueda. Se denominan así porque se bailaban en círculo.

- **“Al corro de la patata”**⁴²

Juego infantil cantado haciendo un corro. En el “achupé, achupé sentadito me quedé” los ejecutantes se sientan en el suelo. Podría ser un juego de niñas, ya que se canta en femenino.

⁴¹ “CantaJuego – Donde Estan Las Llaves”, YouTube video, 1:51, subido por “CantaJuegoVEVO”, 22 mayo 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=Idf3jz-m5Tg>.

⁴² “CantaJuego – Al Corro de la Patata”, YouTube video, 1:17, subido por “CantaJuegoVEVO”, 13 septiembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=JBtZ23q2wZo>.

- **“Arroyo claro”**⁴³

Canción de corro que las niñas solían cantar agarradas de la mano.

- **“El patio de mi casa”**⁴⁴

Es otro de los bailes de corro en el que se agachan cuando lo va diciendo la canción. También se canta en femenino, lo cual puede indicar que antes fuese una canción que solo interpretasen o bailasen las niñas.

- **“Estaba el señor Don Gato”**⁴⁵

Baile que se realiza en grupo a modo de juego infantil o baile de corro. Sin embargo, Córdova y Oña⁴⁶ advierte que, según la escritora Fernán Caballero, la letra de este canto es un poema muy antiguo, quizá ahora se recoja en forma de canto.

- **“La tarara”**⁴⁷

Canción recopilada y versionada por Federico García Lorca que se canta como canción de corro.⁴⁸

- **“Quisiera ser tan alta como la luna”**⁴⁹

Es una canción de corro pero con su parte didáctica ya que tiene una temática histórica.

- **“Ratón que te pilla el gato”**⁵⁰

Se trata de un juego de corro en que dos niños fuera del corro representan al ratón y al gato y tienen que jugar a pillarse mientras se canta la canción.

⁴³ “Arroyo Claro”, YouTube video, 1:01, subido por “Tatarachin”, 4 febrero 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=PFJcIRfm6Q4>.

⁴⁴ “CantaJuego – El Patio de Mi Casa”, YouTube video, 1:41, subido por “CantaJuegoVEVO”, 24 marzo 2011, <https://www.youtube.com/watch?v=y5feapXl9sw>.

⁴⁵ “CantaJuego – Estaba el Señor Don Gato”, YouTube video, 2:00, subido por “CantaJuegoVEVO”, 3 marzo 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=hB9Dz8FvDs8>.

⁴⁶ Córdova y Oña, *Cancionero infantil español*, 274.

⁴⁷ “CantaJuego – La Tarara”, YouTube video, 2:10, subido por “CantaJuegoVEVO”, 13 septiembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=tuCFiYOsJI>.

⁴⁸ Federico García Lorca, “La Tarara”, http://federicogarcialorca.net/mp3/la_tarara.htm.

⁴⁹ “Quisiera ser tan alta como la luna canción infantil completa con dibujos animados”, YouTube video, 1:41, subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 23 junio 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=M4cm9gWhX9c>.

⁵⁰ “Ratón que te pilla el gato”, YouTube video, 1:57, subido por “Divucsa Music”, 2 noviembre 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=5oKA1qs97aQ>.

CANCIONES DE GESTOS

- **“Antón Pirulero”**⁵¹

Se trataba de un juego de gestos en el que cada participante tenía que realizar el que se le asignaba. Cuando se equivocaba entregaba una prenda a la persona a la que se había nombrado “madre”. En su cancionero, Garrido Palacios⁵² lo explica como un juego en el que lo que se imitan con los gestos son instrumentos mientras una niña da palmas, y cuando esta cambia las palmas por el gesto de uno de los instrumentos el participante que esté realizando esto debe pasar rápidamente a tocar las palmas, pues si no lo hace paga su prenda. Después, los participantes tienen que realizar unas pruebas para recuperar sus prendas. Garrido Palacios presenta la misma letra que la versión del CantaJuego aquí utilizada, pero con algunas repeticiones.

- **“Cinco lobitos”**⁵³

Es una canción para aprender los primeros gestos de la infancia realizados con las manos.

- **“Chino capuchino”**⁵⁴

Es una canción de gestos que se utiliza para ejercitar la memoria.

- **“San serení de la buena, buena vida”**⁵⁵

Es una canción de oficios en la cual se imitan estos con gestos.

- **“Palmas palmitas”**⁵⁶

Otra de las canciones, como “Cinco lobitos”, que se utilizaban para aprender los primeros gestos en la infancia.

⁵¹ “CantaJuego – Anton Pirulero”, YouTube video, 2:30, subido por “CantaJuegoVEVO”, 25 noviembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=z5oX6VLizYk>.

⁵² Garrido Palacios, *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos*, 100.

⁵³ “CantaJuego – Cinco Lobitos / Palmas Palmitas”, YouTube video, 1:54, subido por “CantaJuegoVEVO”, 25 noviembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=vl2i4iEcoAc>.

⁵⁴ “Chino capuchino – Canciones infantiles”, YouTube video, 0:35, subido por “artesaniaslat”, 16 julio 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=VfpNhDpwU-I>.

⁵⁵ “San Serení de la Buena Vida”, YouTube video, 2:49, subido por “Divucsa Music”, 7 noviembre 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=wH4pNVszAGw>.

⁵⁶ “CantaJuego – Cinco Lobitos / Palmas Palmitas”. Segunda parte.

CANCIONES DE COMBA

- **“Al pasar la barca”**⁵⁷

Es una canción de comba. Se denominaban canciones de comba las que se cantaban mientras se saltaba la cuerda. Normalmente la comba siempre ha sido un juego de niñas.

- **“El cocherito leré”**⁵⁸

Es otra de las canciones de comba en la que se eleva la comba bailándola en el canto de cada “leré”.

- **“Los chinitos de la china”**⁵⁹

Es otra de las denominadas canciones de comba. A veces al final se cuenta “¡uno, dos, tres!” para combinarlo con esos saltos de la comba.

CANCIONES DE ENTRETENIMIENTO

- **“Ahora que vamos despacio”**⁶⁰

Esta canción infantil tanto lo que me cuenta mi abuela como lo que yo recuerdo es que simplemente era cantada sin realizar ningún juego. Es quizá por esto que Córdova y Oña⁶¹ la clasifique como canción de entretenimiento.

⁵⁷ “Canciones infantiles – Al pasar la barca”, YouTube video, 2:32, subido por “Divucsa Music”, 7 noviembre 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=895Y0tL7zLE>.

⁵⁸ “Canción Infantil El Cocherito Lere”, YouTube video, 1:29, subido por “Iolin1196”, 23 noviembre 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=j02rn8TjaxM>.

⁵⁹ “Los chinitos de la China – Rimas y retahílas infantiles – Juegos de patio y comba”, YouTube video, 1:17, subido por “Cuentacuentos Beatriz Montero”, 4 mayo 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=AXiit26roqQ>.

⁶⁰ “CantaJuego – Vamos a Contar Mentiras”, YouTube video, 2:53, subido por “CantaJuegoVEVO”, 14 septiembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=MOtBkUe2VKw>.

⁶¹ Córdova y Oña, *Cancionero infantil español*, 355.

CANCIONES DE RONDA

- **“Arroz con Leche”**⁶²

Es una canción de ronda, la cual desconocían todos los pacientes que participaron en las sesiones. Sí conocían otra versión con la misma melodía que se presenta, por ejemplo, en el cancionero de Garrido Palacios⁶³, bajo el título “La viudita del Conde Laurel”. Quizá porque sea la misma canción en que se intercalen las estrofas de “Arroz con Leche” y “La Viudita del Conde Laurel” como ocurre en la grabación de audio que yo utilizo. Ambas piezas abarcan la misma temática, y en el estribillo la persona que interpreta la canción escoge con quién se quiere casar.

- **“Cucú cantaba la rana”**⁶⁴

Ronda infantil muy pegadiza por el “cucú” que imita a la rana. El problema que encontré en la grabación de audio que utilicé es que repite el “cucú” dos veces al principio de cada estrofa y todos se la sabían cantándolo solo una vez y esto les despistaba.

CANCIONES DIDÁCTICAS

- **“Los pollitos”**⁶⁵

Es una historia o un cuento en forma de canción; también puede considerarse didáctica, ya que es una manera de explicar algo cantando.

- **“Pinocho fue a pescar”**⁶⁶

Es una canción en la que el protagonista es un personaje de cuento y transmite una historia cantada.

⁶² “Arroz con leche (Canciones y Rondas Infantiles)”, YouTube video, 1:26, subido por “toycantando”, 16 julio 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=-QLLboEyOs4>.

⁶³ Garrido Palacios, *Cancionero popular infantil: poemario de los juegos*, 46.

⁶⁴ “cu cu cantaba la rana (canción infantil)”, YouTube video, 1:21, subido por “toycantando”, 24 julio 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=A5pA3oSFCuQ>.

⁶⁵ “Los pollitos dicen”, YouTube video, 1:26, subido por “radiocfg”, 22 septiembre 2007, https://www.youtube.com/watch?v=oTApI_rUZ2E.

⁶⁶ “Pinocho fue a pescar canción infantil completa con dibujos animados”, YouTube video, 1:42, subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 16 julio 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=EydoO35AHac>.

- **“Tengo una muñeca”**⁶⁷

Esta canción se utiliza como medio para aprender a sumar.

- **“Tengo, tengo, tengo”**⁶⁸

Es una canción didáctica con la cual se enseña cantando.

CANCIONES DE CUNA

- **“Duérmete niño”**⁶⁹

Se trata de una nana para dormir a los niños.

CANCIONES PARA OTROS JUEGOS O SOBRE OTRAS TEMÁTICAS

- **“A tapar la calle”**⁷⁰

Con esta canción se realizaba un juego infantil que consistía en tapar la calle uniéndose niños y niñas agarrados de la mano y formando una fila. Lo que se conoce generalmente de esta canción son los cuatro primeros versos:

*A tapar la calle
que no pase nadie
Que pase mi abuelo
comiendo buñuelos*

⁶⁷ “CantaJuego – Tengo Una Muñeca Vestida De Azul”, YouTube video, 2:39, subido por “CantaJuegoVEVO”, 22 mayo 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=UuukLLa5g3k>.

⁶⁸ “Tengo, tengo, tengo canción infantil completa con dibujos animados”, YouTube video, 1:37, subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 25 mayo 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=3lnCqejjDYA>.

⁶⁹ “Duermete niño canción infantil completa con dibujos animados”, YouTube video, 1:41, subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 27 abril 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=e3VBLQG8QYw>.

⁷⁰ “A tapar la calle que no pase nadie canción infantil completa con dibujos animados”, YouTube video, 1:38, subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 14 julio 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=GHVDmgLEfm0>.

- **“Aserrín, aserrán”**⁷¹

Esta canción versa sobre San Juan. Se cantaba durante un juego de estimulación a los más pequeños en el que se les balanceaba imitando el movimiento de serrar.

- **“La chata merengüela”**⁷²

Hidalgo Montoya presenta una canción titulada “La Reina Berengüela”⁷³ con una letra desconocida para mí. Por las grabaciones que he encontrado y he utilizado en mi estudio de caso es más conocida la versión de “La chata Merengüela”, que surge como pronunciación alternativa a la Reina Berengüela.

- **“Mambrú se fue a la guerra”**⁷⁴

Se solía cantar mientras se jugaba a la rayuela, que también era generalmente un juego de niñas. Córdova y Oña en la clasificación de su cancionero lo introduce en los cantos de corro con mímica⁷⁵, por lo que probablemente el juego que se realice con esta canción variará por zonas geográficas.

- **“Que llueva que llueva”**⁷⁶

Es una canción que se solía cantar para invocar a la lluvia, porque se decía que al cantar todos juntos se armaba el bullicio suficiente para que se escuchase en el cielo.

Además de estas canciones que acabo de detallar, he seleccionado y aplicado en las sesiones de musicoterapia otras que no aparecen en los cancioneros revisados, pero que he aprendido por transmisión oral y podrían ser conocidas por los ancianos con los que voy a llevar a cabo mi estudio de caso como “El auto de papá”, “El botón de Martín”, “La gallina turuleta”, “La vaca lechera” o “El baile de los pajaritos”. Aunque no he encontrado esta última clasificada como repertorio infantil como tal, en mi entorno siempre se ha reproducido para ser bailada por niños, y quería comprobar su efecto en mi estudio.

⁷¹ “Aserrín aserrán canción infantil”, YouTube video, 2:23, subido por “toycantando”, 10 junio 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=fe2xikVQDJg>.

⁷² “CantaJuego – La Chata Merengüela”, YouTube video, 2:14, subido por “CantaJuegoVEVO”, 1 septiembre 2010, <https://www.youtube.com/watch?v=i3T94bJGbA0>.

⁷³ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 95.

⁷⁴ “Mambrú se fue a la guerra – canciones infantiles de Cantatoo”, YouTube video, 2:16, subido por “Cantatoo Canta”, 10 julio 2013, <https://www.youtube.com/watch?v=waQGTuxmK8w>.

⁷⁵ Córdova y Oña, *Cancionero infantil español*, 85.

⁷⁶ “Que llueva Que llueva Canción infantil”, YouTube video, 1:59, subido por “toycantando”, 18 octubre 2014, <https://www.youtube.com/watch?v=8qzzWzI6ZlQ>.

La selección de las grabaciones en audio para su reproducción en las sesiones, ha sido probablemente la tarea más difícil, porque las grabaciones que existen son demasiado actuales. Primero, porque de algunas canciones apenas existen versiones, y en las encontradas presentaban letras que ni son las que yo conozco ni las que aparecen en los cancioneros⁷⁷. En segundo lugar, la música tiene ritmos muy rápidos e incluso pueden llegar a resultar molestos para los pacientes. No obstante, estas grabaciones cumplieron su función como estímulo de la memoria. Las he utilizado solo como base en las sesiones, ya que los asistentes en cuanto reconocían las canciones preferían cantarlas ellos mismos y ante sus cantos Lorena y yo solíamos pausar la reproducción, porque les resulta más cómo.

Una vez recopiladas las versiones grabadas he realizado una distribución de cuáles canciones podrían funcionar mejor para cada actividad a desarrollar con los pacientes lo cual aparece expuesto en el siguiente punto con la propuesta de actividades.

3.3. Propuesta de actividades

Para realizar actividades en musicoterapia se pueden utilizar diferentes recursos como el canto, la escucha, la danza, improvisar con instrumentos musicales o juegos musicales, entre otros, y con cada uno de ellos se estimula una función del organismo, como se puede observar en la siguiente tabla:

4.1. Técnicas de musicoterapia y áreas funcionales estimuladas/activadas					
Audición	Canto	Tocar instrumentos musicales	Composición/improvisación	Danza/movimiento	Juegos musicales
Participación	Participación	Participación	Participación	Participación	Participación
Socialización	Socialización	Socialización	Socialización	Socialización	Socialización

⁷⁷ Muestro en anexo 1, pág. 71, algunas variaciones presentadas en los diferentes cancioneros utilizados para la selección del repertorio.

	Autoestima	Autoestima			Recreación
Atención Concentración	Memoria remota	Motricidad Praxias	Atención Concentración	Motricidad	Atención Concentración
Gnosias auditivas	Memoria reciente	Estimulación sensorial	Creatividad	Atención	Memoria inmediata/reciente
Memoria remota	Orientación a la realidad	Memoria inmediata	Expresión/comunicación no verbal	Estimulación sensorial	Gnosias auditivas
Relajación	Atención	Atención	Expresión/comunicación verbal	Orientación a la realidad	Gnosias visuales
	Lenguaje	Gnosias auditivas	Expresión de sentimientos		

Tabla 6. Técnicas de musicoterapia y áreas funcionales estimuladas/activadas.⁷⁸

Las actividades que planteo para las sesiones del estudio son las siguientes:

- **Actividad 1: Bingo musical**

Esta actividad está orientada a la concentración y la escucha activa. Consiste en distribuir una serie de



Práctica de la actividad 1: Bingo musical

⁷⁸ Mercadal – Brotons y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, pág. 66. En la tabla aparece reflejada la función a la que está orientada cada actividad musical utilizada en la terapia.

tarjetas a cada participante, poner el audio de diferentes canciones y cada uno tiene que ir tachando las que aparecen en su tarjeta. Muestro las plantillas utilizadas en los anexos⁷⁹.

- **Actividad 2: Selección del elemento citado en tarjetas**

La actividad consiste en buscar entre las tarjetas el elemento o la temática principal de cada canción escuchada. Esta actividad está orientada a la escucha activa, la atención, la visualización, la concentración y la memoria inmediata. En los anexos presento las tarjetas utilizadas para la actividad con los diferentes elementos representativos de las canciones seleccionadas⁸⁰.

- **Actividad 3: Búsqueda de canciones a partir del elemento que aparezca en una tarjeta**

La actividad está orientada a la memoria remota, al lenguaje y a la participación grupal. Consiste en la búsqueda de canciones a partir de una temática o un elemento. Se pide a un participante que elija una tarjeta y a partir de ella el grupo debe buscar canciones y cantarlas. Para esta actividad se pueden utilizar las tarjetas de la actividad anterior y partir de un elemento concreto o bien tarjetas que indiquen una temática general como las que muestro en los anexos⁸¹.

- **Actividad 4: Polirritmias con instrumentos caseros y canto**



Grupo de participantes realizando panderetas para la Actividad 4: Polirritmias con instrumentos caseros y canto

Se trata de una actividad de acompañamiento instrumental orientada a la estimulación sensorial, la atención y la memoria tanto remota como inmediata. En esta actividad utilizamos instrumentos como panderetas realizadas con platos de cartón y legumbres que imitan las sonajas, tambores de latas y globos para imitar la membrana o maracas construidas con cucharas de

⁷⁹ Anexo 2, pág. 92.

⁸⁰ Anexo 2, pág. 94.

⁸¹ Anexo 2, pág. 96.

plástico y legumbres. Una vez repartidos entre el grupo aprenderemos una serie de ritmos y los aplicamos para interpretar canciones como las que muestro en los ejemplos de los anexos⁸².

- **Actividad 5: Juegos de percusión corporal**

También orientada a la estimulación sensorial, la atención y la memoria, aunque en este caso se trabaja sobre todo la inmediata además de la atención y la concentración. Se reproducen canciones en las que aparecen frases y palabras repetidas. A cada una de ellas se le asocia un movimiento de percusión corporal como puede ser una palmada, un golpe con el pie, un chasquido de dedos... y hay que estar atento para realizar el movimiento asociado cada vez que escuchemos la frase o la palabra indicada. Muestro las canciones que planteo con las indicaciones de percusión corporal en los anexos⁸³.

- **Actividad 6: Canciones para completar mediante escucha**

Lo principal a trabajar en esta actividad es la memoria remota, ya que se reproducen canciones en las cuales faltan algunas palabras o frases, o bien se las detiene en algún momento, para que los pacientes recuerden la letra y las sigan cantando. En los anexos presento las canciones utilizadas para esta actividad⁸⁴.

- **Actividad 7: Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes**

Esta actividad es similar a la anterior, pero en este caso muestro la letra de una canción, eliminando algunas palabras y sustituyéndolas por imágenes y dibujos, de tal manera que canten la canción, sin utilizar el audio, siguiendo la letra y consiguiendo continuar cuando aparecen los dibujos, los cuales han de reconocer. Muestro ejemplos en los anexos⁸⁵.



Puesta en práctica de la actividad 7: Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes.

⁸² Anexo 2, pág. 97.

⁸³ Anexo 2, pág. 98. Las canciones de este anexo también son utilizadas para la actividad anterior de polirritmias.

⁸⁴ Anexo 2, pág. 99.

⁸⁵ Anexo2, pág. 101.

- **Actividad 8: Adivina la canción**

La actividad se basa en la escucha activa y en la memoria remota. Simplemente se reproducen diferentes canciones y ellos tienen que identificar qué canción están escuchando. Además aprovechamos y la seguimos cantando en grupo para estimular emocionalmente.

- **Actividad 9: Representación de la canción con movimientos/gestos**

Esta actividad consiste en asociar movimientos a la letra de la canción e intentar recordarlos mientras se escucha y se canta. Está orientada a la memoria tanto remota como inmediata, así como a la estimulación sensorial, a la concentración y a la atención. Muestro algunos ejemplos en los anexos⁸⁶.

- **Actividad 10: Adivina la canción representada con gestos**

Asociada sobre todo a la concentración y a la atención, consiste en poner unos cascos o prestar una lista de canciones a uno de los participantes mostrándole una canción, la cual tiene que representar con gestos y movimientos al resto de compañeros, quienes deben acertar qué canción es para luego cantarla todos juntos.

- **Actividad 11: Pictionary musical**

Lo ideal de esta actividad es poner cascos a uno de los participantes o, en su defecto, decirle una canción o mostrarle una lista de canciones para que elija una y dibuje algo representativo de ella. El resto del grupo debe adivinar que canción está representando y, una vez acertada, cantarla con él. Con esta actividad se trabaja la participación grupal, la estimulación sensorial y la creatividad.

- **Actividad 12: Baile tradicional infantil**

Con esta actividad trabajamos la estimulación sensorial y la memoria, ya que los pacientes han de recordar movimientos. Es una actividad muy parecida a la de representación con gestos y movimientos. La diferencia es que con esta la idea es mover más partes del cuerpo y no solo la parte superior.

⁸⁶ Anexo 2, pág. 102.

- **Actividad 13: Sopa de letras musical**

Esta actividad, quizá la más complicada, está orientada a la atención y la concentración. Consiste en buscar el elemento principal que aparezca en las canciones que vayan sonando. Muestro la sopa de letras realizada en los anexos⁸⁷.

- **Actividad 14: Teléfono escacharrado**

Orientada a la atención y la concentración. Todos hemos jugado alguna vez de pequeños al famoso teléfono escacharrado, a decirnos cosas al oído en fila hasta llegar al último y comprobar si la información se transmitía correctamente. En esta actividad se trata de jugar diciendo alguna frase representativa de alguna canción o simplemente su título, para después cantarla todos juntos.

Cómo bien había adelantado pensé que cada actividad requería unas canciones concretas. Para actividades como bingo musical, canciones para completar, para adivinar la canción, baile, teléfono escacharrado o la sopa de letras, se podría utilizar cualquier canción de las seleccionadas. En cambio, para otras actividades que exigían elementos más exactos he preferido seleccionar canciones más concretas. Por ejemplo para las actividades de tarjetas y pictionary musical he seleccionado canciones que tuviesen elementos que se reconociesen de manera rápida y definida, como “Al Pasar la Barca”, “Ratón que te pilla el gato”, “¿Dónde están las llaves?”... Para las actividades de polirritmias o percusión he seleccionado canciones donde se repitiesen palabras o frases como “Mambrú se fue a la guerra” o “Quisiera ser tan alta como la Luna”, y para la actividad de representación con gestos me parecían más adecuadas canciones que contasen historias como “Los pollitos” o “Pinocho fue a pescar”.

3.4. Planteamiento y desarrollo de las sesiones

Para el desarrollo de cada sesión una vez previstas las actividades, Lorena, la musicoterapeuta del centro de mayores *Gerovida* me prestó la ayuda principal. No obstante, antes de llegar al centro y recibir sus indicaciones, para evaluar la viabilidad de las actividades planteadas y guiarme en el planteamiento de las sesiones me serví de las indicaciones tomadas del *Manual de Musicoterapia en Geriatría y Demencias* de

⁸⁷ Anexo 2, pág. 103.

Melissa Mercadal – Brotons y Patricia Martí Augé⁸⁸. Las autoras proponen planificar las sesiones según una serie de puntos para lograr un desarrollo con “fluidez” y un “resultado exitoso”. El procedimiento propuesto sería, en este orden: formación de grupos, preparación de la sala, materiales y organización de las sesiones.

A la hora de constituir un grupo debemos marcar unos objetivos terapéuticos para así tener en cuenta que las necesidades de los integrantes sean similares. Para llevar mejor a cabo los objetivos marcados conviene formar grupos pequeños, pero el número de integrantes va a depender del estado de salud de los pacientes, y en mi caso ha dependido además del número de residentes y de su disposición a participar.

Una vez formado el grupo, se recomienda su disposición en la sala de tal manera que todos puedan ver y estar en contacto con el musicoterapeuta, evitando distracciones con cualquier movimiento tanto de dentro como de fuera de la sala. Para ello se recomienda también que se utilice siempre la misma sala, para evitar la desorientación, y que esta esté preparada acústicamente.

Básicamente el material que se necesita para las sesiones suele ser un equipo de música, instrumentos musicales, cancioneros, material de estimulación sensorial y psicomotricidad y material para juegos musicales.

Finalmente, respecto a la organización en sí de las sesiones, hay que tener en cuenta tanto los objetivos terapéuticos como la disponibilidad y recepción de los integrantes del grupo para decidir cuál es el mejor momento para llevar a cabo cada sesión. A veces en el momento de desarrollo de la sesión influye la decisión del centro, hay que tener en cuenta sus rutinas y sus programas. Una vez concretado el momento de su ejecución se decide cuántas sesiones se realizan, en relación a las necesidades y posibilidades de los participantes, o al programa rutinario del centro. También se define la duración de las mismas normalmente en relación al estado de salud y las necesidades de los integrantes del grupo. Por último, se determina el formato de cada sesión, proponiendo lo que se puede hacer para iniciarla de modo a captar la atención de los participantes, llevar a cabo el desarrollo de la misma mediante diferentes actividades, y finalizarla de una manera organizada.

Llevando esto a la realidad de mi estudio de caso, ¿cómo se han desarrollado estos procedimientos?

⁸⁸ Mercadal – Brotons y Martí Augé, *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*, págs. 46-49.

- Formación del grupo

En mi caso dispongo de dos grupos uno de asistidos y otro de válidos, de unos 20 participantes cada uno⁸⁹, cuya tarea de formación ha sido realizada previamente por Lorena, lo cual ha facilitado mi trabajo por lo que yo no puedo presenciar ninguna dificultad ante este punto. Lorena hace una división en grupos según sus estados de salud y su capacidad o nivel de participación para que exista un equilibrio de intervención y terapia. Lo ideal es contar con grupos reducidos, pero en la práctica en residencias para mayores es muy difícil conseguirlo.

- Preparación de la sala

Cada grupo tiene otorgada una sala de manera fija. El grupo de asistidos con mayor nivel de dependencia utiliza una sala bastante amplia, pero solo podemos utilizar la mitad porque tiene una columna en medio que impediría la visibilidad de medio grupo. Así nos quedamos con una sala un poco pequeña para un grupo de 20-25 personas. Resulta más complicado trabajar así, porque hay que colocarlos en filas y esto dificulta la proximidad con los pacientes. En contrapartida, la sala tiene bien ocultas las vías exteriores, como son ventanas y puertas, para evitar las distracciones de los participantes.

El grupo de asistidos con menor nivel de dependencia y el grupo de válidos utilizan la misma sala, bastante amplia. Esto nos permite colocarlos en semicírculo o en forma de U, pudiéndonos así acercar a todos para que el grupo esté más activo, atraer su atención y aumentar su participación. Esta sala También tiene sus vías exteriores bien ocultas para evitar distracciones, con lo que está muy bien preparada para una sesión de musicoterapia.

- Material utilizado y preparación del mismo

Lo primero y más importante recurso material necesario es un reproductor de música. Como no suele disponerse de tiempo previo para la preparación, lo más cómodo es utilizar un amplificador y una tableta o un móvil con *Spotify*, lo cual garantiza el acceso inmediato a los ejemplos musicales. Esto es lo que suele utilizar Lorena, pero en mi caso para reproducir las canciones que llevaba preparadas descargadas utilicé el ordenador. Esto tampoco supuso gran pérdida de tiempo, porque solo hubo que conectar el ordenador al amplificador.

⁸⁹ Explicación de los grupos en el punto 3.1. Caracterización y contextualización del grupo de estudio.

Los materiales que utilicé para las actividades que he planteado son los siguientes:

- Canciones: en *Spotify* o ya descargadas.
 - Plantillas para el bingo: Las hice a ordenador y con letra muy grande, muy importante, para que lo pudiesen leer bien; para ir tachando las canciones que iban saliendo utilizamos gomets como material para la estimulación sensorial.
 - Tarjetas: Hechas también a ordenador a un tamaño bastante grande para que lo vean desde lejos y plastificadas para su conservación.
 - Instrumentos musicales: hechos con elementos caseros como platos de cartón, sopa, latas, globos, cucharas de plástico, nueces, rollos de cartón del papel de cocina...
 - Cartulinas con canciones: En las cartulinas puse a ordenador las letras de las canciones infantiles seleccionadas, cambiando algunas palabras por dibujos o imágenes.
 - Pizarra: Una pizarra hecha con un folio plastificado para que al pintar con rotulador especial para pizarras se pueda borrar.
 - Cascos para escuchar música.
 - Sopas de letras: impresas a ordenador con letra grande y rotuladores para resolverlas.
- Organización de las sesiones

Las sesiones en la residencia están establecidas de manera rutinaria los lunes y los miércoles. Cada día se realiza una sesión de 1 hora aproximada con cada uno de los grupos. Las sesiones de mi estudio se llevaron a cabo en abril, ya que Lorena me explicó que a lo largo de su experiencia ha podido comprobar que los participantes están más receptivos a la terapia cuando llega el buen tiempo.

Antes de cada sesión tomamos unos minutos para colocar correctamente al grupo y animar a sus integrantes a que participen, explicándoles lo que vamos a realizar en ella. Conviene juntar a las personas que suelen estar más activas, más participativas, con las menos predispuestas para animarles de manera tanto directa como indirecta; para esto también se implican otros trabajadores del centro, los auxiliares, al menos en la sesión de los asistidos con mayor dependencia.

Una vez visto todo este procedimiento presento el programa y planteamiento de las sesiones realizadas para mi estudio. El estudio se dividió en dos días con la ejecución de dos sesiones sucesivas cada día, una con cada grupo.

Día 12 de abril:

SESIÓN 1: Grupo de asistidos de menor dependencia. 20 asistentes.

Actividades preparadas:

- Adivina la canción
- Canciones para completar mediante escucha
- Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes
- Representación de la canción con movimientos/gestos
- Adivina la canción representada con gestos

Actividades llevadas a cabo:

- Adivina la canción
- Canciones para completar mediante escucha

La sesión estaba preparada para aproximadamente 1 hora, por lo que preparé 5 actividades de 10 minutos cada una con un margen para la presentación y por si pudiese alargarse un poco alguna. Finalmente solo hemos podido llevar a cabo dos actividades, pues además de que se han alargado, se han ido realizando en conjunto. Cuando adivinábamos la canción la seguíamos todos e íbamos parándola para completarla para ver de lo que nos acordábamos. De ese modo comprobamos que se daban casos de letras diferentes y las compartíamos.

SESIÓN 2: Grupo de válidos. 6 asistentes (nunca viene tan poca gente, pero me ha venido bien porque de ese modo se trabaja de manera más cercana y he podido desarrollar las actividades con más soltura)

Actividades preparadas:

- Bingo musical
- Selección de elemento citado en tarjetas
- Búsqueda de canciones a partir del elementos que aparezca en una tarjeta
- Pictionary musical

- Teléfono escacharrado

Actividades llevadas a cabo:

- Búsqueda de canciones a partir de elementos que aparezca en una tarjeta
- Bingo musical

Al igual que en la anterior sesión, estaba preparada para aproximadamente 1 hora con 5 actividades de 10 minutos cada una, con un margen para presentación y posible extensión de alguna de las actividades. Para la búsqueda de las canciones a partir de las tarjetas he tenido que realizar algunos cambios *in situ* para facilitar la actividad. Esta se ha extendido porque se han cantando algunas versiones diferentes que se sabían algunas pacientes. La actividad de bingo musical he aprovechado para extenderla, a fin de realizar también la actividad de adivina la canción y la de completar las mismas. Con sugerencias previas de Lorena, tomé la decisión de alargar la actividad ayudándome de otras, porque encontramos algunas complicaciones para llevar a cabo las actividades de Pictionary musical y Teléfono escacharrado que explicaré en la evaluación de las sesiones desarrolladas.

Día 26 de abril:

SESIÓN 3: Grupo de asistidos de menor dependencia. 15 asistentes.

Actividades preparadas:

- Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes
- Representación de la canción con movimientos/gestos
- Adivina la canción representada con gestos
- Sopa de letras musical



Realización de la actividad de representación con gestos

Actividades llevadas a cabo:

- Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes
- Representación de la canción con movimientos/gestos

Dado que en la sesión anterior comprobé que las actividades tienden a extenderse, para las sesiones de este día preparé una actividad menos para cada sesión, 4 en vez de 5, con algo más de 10 minutos de margen para cada actividad.

Finalmente se extendieron aún más de lo que me esperaba, por un lado porque la actividad de completar canciones con dibujos supuso más tiempo, ya que tuve que acercarme prácticamente a los pacientes de uno en uno para que viesen bien los dibujos. La segunda actividad realizada también se alargó, pues a los mayores les costaba mucho trabajo tanto retener los gestos en su memoria como realizarlos cuando se los proponía a pesar de ser repetitivos y aparentemente fáciles de retener⁹⁰. Al comprobar la dificultad que les supone la realización de gestos, decidí suprimir la actividad de adivinar la canción representada con gestos. Explico de manera más detallada el porqué en el punto 3.5. “Evaluación de actividades”.

SESIÓN 4: Grupo de válidos. 12 asistentes.

Actividades preparadas:

- Polirritmias con instrumentos caseros y canto (+ construcción de instrumentos)
- Juegos de percusión corporal
- Baile tradicional infantil
- Sopa de letras musical

Actividades llevadas a cabo:

- Polirritmias con instrumentos caseros y canto (+ construcción de instrumentos)
- Juegos de percusión corporal



Ejecución de actividad de polirritmias con la pandereta realizada por los participantes en la sesión.

En esta sesión empezamos con las polirritmias y para ello construimos allí los instrumentos para familiarizarnos con ellos. Con la ayuda de Lorena decidí que el instrumento más fácil y rápido de realizar con los pacientes era la pandereta, por lo que todos los asistentes realizaron su propia pandereta, con platos de cartón y sopa, y

⁹⁰ Ejemplo mostrado en anexo 2, pág. 102.

después continuamos con la actividad. La idea era realizar polirritmias tanto con instrumentos como corporales, pero finalmente solo pudimos ejecutar algunos ritmos básicos con las panderetas y con palmas en canciones con repeticiones.

3.5. Capacidad de respuesta por parte del grupo a la realización de las actividades propuestas

Algunos aspectos que he tenido en cuenta ante las sesiones, tomados como ejemplo de Melissa Mercadal – Brotons y Patricia Martí Augé, son el repertorio, el ritmo y el tempo, la extensión vocal o la tesitura, el volumen, la instrumentación, o la forma de presentar la música. Partiendo de estas premisas, me planteo algunas preguntas posibles que resolver tras mi estudio, que afectan a los parámetros detallados a continuación:

Repertorio: La adaptación de los pacientes al repertorio infantil ha resultado muy satisfactoria. Es para mí sorprendente que durante toda una sesión gran parte de los integrantes del grupo se mantuvieran activos, pendientes de la escucha y con un alto nivel de participación. Como me ha comentado Lorena, a veces ellos mismos suelen solicitar canciones que les gusten y en las sesiones desarrolladas no ha habido propuestas de cambios a otro tipo de repertorio. Si en algún momento alguno de los participantes ha hablado de otra canción o solicitado otra canción que no fuese la que se estuviese escuchando, siempre se mantenían dentro del repertorio infantil, lo cual me ayudaba también a saber que estaban activos. En algunas ocasiones sí resultó difícil la adaptación a las letras. Como ya he expuesto y muestro en los anexos, en diversos cancioneros la misma canción aparece en muchas ocasiones con letras diferentes. Se da el caso también de que las canciones descargadas para la escucha en las sesiones son muy actuales y han cambiado las letras y las melodías con respecto a cómo los pacientes las aprendieron de pequeños. También entre ellos se registran diferentes versiones de letras según sus procedencias geográficas. Por otro lado, de algunas canciones solo se saben la estrofa principal o el estribillo, en cuya entonación o declamación se mostraban participativos. Lo que hicimos con estas canciones que se manifestaban bajo diversas versiones fue pararlas y proponerles que las cantasen ellos, lo cual es lo que más disfrutaron. Propusimos además cantar todas versiones para aprendérmolas, y eso les hizo sentir muy especiales.

Lo más destacable, y lo que yo pretendía con este estudio, es lo que esta música les hace sentir a los ancianos con los que he trabajado. Se puede decir, de una manera un tanto coloquial, que en cada sesión “se respiraba felicidad”. Durante las actividades con el repertorio también les formulamos preguntas sobre dichas canciones y lo más importante es lo que ellos destacan que esta música les hace recordar. Nos cuentan lo que hacían cuando cantaban estas canciones. Con casi todas hacían juegos, pero también les retrotraen a su infancia, tal y como se refleja en testimonios como: “estamos recordando cosas de cuando éramos pequeñas”, “ay hija, hay cosas que nunca se olvidan”, “estas canciones son de cuando era yo pequeña” o “recordar es volver a vivir”.

Ritmo/tempo: el repertorio infantil tradicional se ha grabado y arreglado con nuevas estéticas más actuales en años recientes, aplicando tempos más rápidos que como se cantaban antes, lo cual al reproducirlo desconcierta a las personas mayores. Ellos ralentizan el ritmo y los tempos de estas canciones porque las cantan como ellos las aprendieron. Como les cuesta adaptarse a esos tempos, en las sesiones paramos la reproducción para que ellos mismos las cantasen a su ritmo, porque si no se pierden y sienten que lo están haciendo mal. Cuando cantan a su ritmo sin que las canciones les vayan “pisando”, se sienten más libres.

Extensión vocal/tesitura: desde mi punto de vista, las canciones infantiles no suponen mucha dificultad a la hora de ser cantadas. No exigen gran extensión vocal o tesitura, por lo que los mayores no tienen problemas en su voz a la hora de cantarlas. No obstante, si se dio algún comentario por parte de los asistentes como “ahora somos viejas y no cantamos como antes”, quizá porque ellos crean que cuando eran pequeños tenían mayor capacidad para cantar estas canciones.

Volumen: como ya he explicado al principio, muchas veces las personas mayores presentan pérdida auditiva, pero no debemos asociar eso a tener que ponerles el volumen muy alto. Lo que sí es importante tener en cuenta a la hora de hablarles es ponernos frente a ellos y hablar lento para que nos entiendan mejor. Como el repertorio tradicional infantil es un repertorio que han agradecido escuchar, no han dado mucha importancia al volumen, aunque si es verdad que no lo quieren bajo, porque no lo escuchan bien, y los que están cerca del amplificador no lo quieren alto en exceso porque puede llegar a ser molesto. Pero además del volumen de la música reproducida también es importante fijarnos en el volumen de su voz cuando ellos cantan. En este caso solo estamos utilizando un repertorio concreto, el infantil, y al cantar en grupo más o menos hay un volumen equilibrado, pero siempre se escucha alguna voz que canta un

poquito más alto, se podría decir que con más seguridad. Creo que esto podría estar relacionado con que son personas que han cantado anteriormente, porque sean canciones que les hagan sentirse seguros de cantar con fuerza, por lo que les pueda recordar o simplemente por el hecho de que se las sepan bien o porque les guste cantar o sientan que este es uno de sus puntos fuertes.

Instrumentación: en este estudio los instrumentos utilizados han sido caseros y de percusión. La percusión no suele ser muy bien recibida por las personas mayores porque, como he comprobado desde mi experiencia personal, la relacionan con ruido y les altera. Pero en este caso se ha utilizado una percusión sencilla evitando el bullicio y la agitación, con instrumentos elaborados con materiales de lo cotidiano que les hagan mover recuerdos. Hemos construido pandeetas y el resultado ha sido muy grato. Por una parte, el ver que ellos mismos pueden hacerlo por sí solos les hace sentirse bien con ellos mismos, se auto valoran de manera muy positiva, y por otra parte darse cuenta de que están elaborando un instrumento con sus propias manos que después pueden tocar les sorprende y les hace sentirse muy felices. Como percusión corporal hemos utilizado las palmas, pues es lo que más les divierte y cuando están inmovilizados, en sillas de ruedas, les da satisfacción poder interactuar con la música de alguna forma. Lo más difícil fue seguir el ritmo. Al principio con la ayuda de Lorena y mía lo seguían, pero después lo iban perdiendo poco a poco, cantando cada uno a su manera. Pero me parece que también es bueno darles esa libertad de disfrutar de la música y expresarse con los instrumentos sin la necesidad de que se vean obligados a seguir un ritmo, por lo que no hice mucho hincapié en hacerles seguir el ritmo durante mucho tiempo.

Presentación de la música: la teoría de la musicoterapia dice que normalmente son más receptivos a música en vivo, dado que el estar viéndolo les hace prestar más atención. En mis sesiones utilicé un reproductor y reaccionaron gratamente. Bien es cierto que en cuanto reconocían la canción que estaba sonando preferían ser ellos quienes la interpretasen, con un sorprendente y destacable nivel de participación grupal. Pienso que quizá esto esté relacionado con lo que comentaba anteriormente sobre los tempos a los que se han grabado estas canciones infantiles, que ellos prefieran cantar como las recuerdan pues además, nos comentaban a Lorena y a mí, estas canciones les traían recuerdos de su infancia.

3.6. Evaluación de las actividades

Las actividades que más efectivas han resultado han sido sin duda alguna las de adivinar y completar las canciones, ya que para los ancianos que participaron en los grupos de estudio cantar canciones de cuando eran pequeños y darse cuenta de que se siguen acordando de ellas es una grata satisfacción y mejora mucho su autoestima. Pero también han funcionado bien las actividades realizadas con las tarjetas y las de percusión, a pesar de los cambios que supusieron como voy a explicar en la evaluación individual de cada actividad.

Gracias a la importante la involucración tanto por parte de Lorena como mía, ambos grupos, aunque evidentemente por su mejor estado de salud el de válidos, se han mostrado muy activos antes las actividades, y creo que en ello ha influido su conocimiento del repertorio. Sí es verdad que en unas actividades se han mostrado más activos que en otras en las que hemos tenido que involucrarnos nosotras más. Principalmente Lorena por su soltura y porque tiene más capacidad para resolver ciertas situaciones. De ahí que unas actividades destaquen más por su efectividad. Es muy importante valorar las cualidades de los participantes en las sesiones de musicoterapia, así como premiarles para que se sientan más capaces y para mejorar tanto su autoestima como sus emociones.

- Actividad 1: Bingo musical

Esta actividad tuvo su éxito porque un bingo siempre puede llegar a ser muy divertido, pero puedo presentar algunas propuestas de mejora después de haberla llevado a cabo. Planteé esta actividad para buscar las canciones por títulos, es decir, como muestro en los anexos en la plantilla que entregaba a los asistentes. En ella se reflejaban los nombres de las canciones, lo cual resultó un poco pesado para los participantes, porque les suponía ir leyendo todas una a una. Tras ver el trabajo que había costado realizar mi propuesta, Lorena me planteó para un futuro realizar esta actividad para poderla ejecutar a golpe de vista con números. Para ello sugirió presentar a los participantes una serie de canciones con un número asociado a cada una de ellas de manera clara y que en su plantilla solo tuvieran que buscar el número sin tener que leer todos los nombres de las canciones, evitando así su distracción y cansancio. Por otro lado, para la estimulación sensorial en vez de tachar con un lápiz/bolígrafo las

canciones, entregué gomets. Esto también supuso algún pequeño problema, porque a veces les costaba despegarlos y teníamos que ir Lorena y yo despegándolos uno a uno.

- **Actividades 2 y 3: Selección del elemento citado en tarjetas y Búsqueda de canciones a partir del elemento que aparezca en una tarjeta**

Decidí realizar las dos actividades en conjunto para facilitar la participación. En un principio pensé en repartir una tarjeta a cada participante para desarrollarlas, pero en la puesta en común con Lorena pensamos que era más fácil que yo mostrase una tarjeta y mediante mis preguntas les estimulase a participar y les ayudase a estar más activos. Así, más que seleccionar un elemento de la canción que se escucha entre todas las tarjetas, se desarrolla más la actividad de la búsqueda de la canción a partir de un elemento. Entre todos, y a partir de mis preguntas y mi ayuda, primero descubríamos qué era lo que aparecía en la tarjeta y luego cantábamos canciones a partir del mismo.

Considero que esta actividad es bastante participativa, porque les hace a todos estar pensando y facilitando propuestas, se muestran muy activos, y cuando aparecen canciones o versiones de canciones que unos u otros desconocen muestran un grato interés en aprenderlas.

- **Actividades 4 y 5: Polirritmias con instrumentos caseros y canto y Juegos de percusión corporal**

Como bien he comentado, mi idea era realizar polirritmias con diferentes instrumentos que llevaría preparados para evitar la pérdida de tiempo, .Pero Lorena me propuso que ellos mismos comprobasen su capacidad de elaborar el instrumento que iban a tocar y familiarizarse con él. Por eso reducimos la actividad a la percusión con panderetas. Tuvo un resultado muy positivo, porque con esta actividad descubrieron que todos, más allá de cantar, pueden tocar un instrumento y acompañar con él las canciones que están escuchando. Por otro lado, se eleva su autoestima cuando se ven capaces de construirlo ellos mismos tocar con algo que han realizado con sus propias manos. Puesto que estamos trabajando con música infantil, cabe destacar además que trabajamos con un instrumento con el que los niños se suelen familiarizar en su infancia, y esto también hace a los mayores despertar recuerdos.

He unido estas dos actividades porque las realizamos en conjunto, de modo que con las mismas canciones trabajamos la percusión corporal. En la sesión anterior

habíamos realizado la actividad de gestos y había supuesto dificultades. La de percusión corporal tiene un nivel mayor de dificultad porque implica una retención en la memoria de gestos que además deben seguir un ritmo. Asimismo Lorena me comentó que ella ya lo había intentado y para ellos es muy complicado por su estado de salud; generalmente se suelen centrar en las palmas. Por esto no dejamos esta actividad de lado, sino que la realizamos con palmas, lo cual motivó a los participantes. El problema de esta actividad es que les gusta seguir el ritmo de las palmas con alguna libertad, sin seguir unas pautas marcadas de cómo y cuándo darlas más allá del ritmo continuo de la canción. Como ya había comentado, no veo un problema a esto, porque también conviene dejarles momentos de libertad y expresión para su motivación.

- **Actividades 6 y 8: Canciones para completar mediante escucha y Adivina la canción**

Son dos actividades que de manera indirecta se han realizado continuamente en todas las sesiones. Cantar es lo que más les gusta y motiva a los participantes, y adivinar las canciones es lo que a lo largo de todas las sesiones más les ha hecho participar. Con cualquier actividad tanto Lorena como yo les hacíamos adivinar qué canción era la que estaba sonando para hacerles estar activos y participativos, pero incluso cuando nosotras no se lo preguntábamos ellos mismos lo decían, porque de alguna manera se sentían orgullosos de reconocerlas. Por otro lado, en cuanto ellos reconocían la canción la cantaban y para ejercitar su memoria continuamente resultaba efectivo bajar el volumen de la música y hacer que algunos fragmentos de la canción los continuasen ellos sin música. A veces al bajar el volumen comprobamos en qué momentos que no recuerdan bien determinados fragmentos de la canción, y nosotros les ayudamos a recordar con preguntas. Otras veces convenía destacar la voz de los participantes, quienes disfrutaban cantando solos lo que probablemente fuera el fragmento más conocido de la canción.

- **Actividad 7: Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes**

Esta actividad es muy interesante, pero quizá habría sido más fácil de realizar con auxilio de tecnología como un proyector con una pantalla grande y haberlo desarrollado con diapositivas. Lo realicé en cartulinas con las letras y los dibujos lo más grande que pude, pero aún así resultó difícil, porque no todos los pacientes tienen la misma capacidad visual, por lo que tuve que acercarme uno a uno cada vez que queríamos desarrollar una frase y así se descontroló un poco la actividad. En cuanto uno

descubría la primera frase, el grupo completo ya sabía la canción y la seguían prácticamente sin estar pendientes de los dibujos. Aún así, algunos prestaban cierto interés solo por la curiosidad de ver lo que presentaba en las cartulinas, pero ya no seguían la canción de igual manera.

- **Actividad 9: Representación de la canción con movimientos/gestos**

Para esta actividad solo desarrollamos la canción “Los Pollitos”, como he explicado en su desarrollo y muestro en los anexos. Este tipo de actividades relacionadas con baile y gestos, por lo general les cuesta y tan solo las puede realizar un número mínimo de participantes del grupo. El resto se centra en cantarla, dar palmas o como mucho realizan los gestos una o dos veces. Quizá este tipo de actividades sean para grupos en otro tipo de ámbitos geriátricos en que haya mayor movilidad. En esta ocasión se desarrolló con el grupo de asistidos y podría haber funcionado mejor con el de válidos.

- **Actividad 10: Adivina la canción representada con gestos**

Dado que la anterior actividad no tuvo un desarrollo satisfactorio decidí no llevar a cabo esta otra, porque iba a suponer muchas complicaciones. Si al grupo le cuesta o le resulta pesado seguir una canción con gestos acompañados por mí, es complejo que ellos mismos realicen gestos para representar una canción y que el resto la adivine.

- **Actividad 11: Pictionary musical**

En la puesta en común con Lorena también decidimos no llevar a cabo esta actividad con estos grupos. Ellos se mentalizan que vienen “a música” y no suelen mostrarse participativos a la hora de tener que escribir, dibujar, etc. Con esta actividad se les obliga a pensar más. Sobre todo a la persona que tiene que realizar el dibujo representativo de la canción. Por ello, consideramos que la mejor solución era sustituir esta actividad cuando se quisiese realizar por la de buscar canciones a partir de los elementos de las tarjetas.

- **Actividad 12: Baile tradicional infantil**

Después de haber intercambiado opiniones con Lorena sobre el planteamiento de mi estudio y ella darme algunas instrucciones sobre el trabajo de la musicoterapia y de

cómo eran los grupos con los que iba a trabajar, esta actividad la propuse consciente de que probablemente no pudiese realizarse, por las limitaciones físicas de los pacientes, como una posibilidad de comparar la teoría con la realidad. En la bibliografía que he leído y he ido citando a lo largo del trabajo sobre la práctica de la musicoterapia en ámbito geriátrico se suelen proponer actividades de baile. A la hora de llevarla a cabo, aunque ciertos pacientes se han levantado por su propio pie a bailar porque les animaban las canciones, en estos centros resulta muy difícil desarrollar actividades de baile con los grupos completos debido a su estado de salud, con un número elevado de pacientes en silla de ruedas.

- **Actividad 13: Sopa de letras musical**

Es una actividad que, como comenté con Lorena, quizá pueda resultar muy indicada para sesiones de musicoterapia en otros ámbitos. Con esta actividad ocurren los mismos problemas que con el bingo, por lo que decidimos con hacerla. No conviene desafiar a los mayores a buscar un elemento de las canciones entre un embrollo de letras. Esto les cansa la vista, además de que primero tienen que adivinar cuál es el elemento, ya que no se les da escrito, y esto puede resultar muy pesado para ellos.

- **Actividad 14: Teléfono escacharrado**

Esta actividad Puede resultar inapropiada en el sentido de que personas con sordera puedan sentirse molestas porque o bien no escuchan o bien no lo entiendan y surjan enfados o enfrentamientos. Por tanto, también podría ser una actividad divertida pero quizá en otro tipo de ámbitos.

4. CONCLUSIONES

Tras mi experiencia adquirida en este estudio de caso llevado a cabo en el centro... con ayuda de Lorena Escribano González, musicoterapeuta del centro, creo que la musicoterapia con repertorio infantil puede funcionar bastante bien en el ámbito geriátrico, porque no solo ayuda a expresar emociones individualmente, sino que -como terapia de grupo- con la música se pueden desarrollar actividades que generan gran participación y comunicación. Con dicho repertorio del cancionero tradicional infantil español he conseguido una involucración satisfactoria por parte de los asistentes que ha facilitado, a su vez, el desarrollo de las sesiones. Cuando Lorena me presentó ante los participantes y les comentó que las sesiones que yo iba a impartir iban a ser realizadas con canciones de la infancia, la respuesta general fue muy positiva. Al final de la primera sesión les preguntamos si les había gustado recordar esas canciones de su infancia y la respuesta grupal fue un sí con mucha alegría, y la respuesta de una de las asistentes fue “recordar es volver a vivir”. Con este repertorio se desenvuelve una comunicación amena que les hace expresar sus emociones. En el desarrollo de las sesiones iban surgiendo comentarios de los participantes como “estamos recordando cosas de cuando éramos pequeños” o “estas canciones son de cuando era yo pequeña”, y algunos nos contaban anécdotas de su pasado, de su infancia, o explicaban lo que hacían cuando en su momento cantaban estas canciones. Esto supone para ellos una grata emoción, porque se están sintiendo escuchados y están recordando conocimientos y prácticas que ahora se han perdido.

En el cuerpo del trabajo he presentado algunas definiciones generales de la musicoterapia en el ámbito geriátrico que me han servido de guía y a partir las cuales se pueden medir, a la hora de llevar el estudio a la práctica, los efectos de la musicoterapia en la estimulación sensorial, el movimiento de emociones, la mejora de la atención, la comunicación, la memoria, el autoestima, etc. A lo largo de mi estudio de caso he ido valorando como se han logrado estos efectos con las actividades realizadas.

He presentado también la selección de canciones infantiles concretas utilizadas en las sesiones de musicoterapia llevadas a cabo, las cuales en su gran mayoría he podido comprobar que aún recuerdan los participantes en las sesiones. Es importante esta selección porque, como se ha podido constatar, las actividades requieren de unas

canciones concretas y para definir las es necesario un estudio previo del repertorio para evitar enfrentarnos a problemas de última hora. También he podido comprobar que es importante conocer a los grupos con los que se va a trabajar antes de preparar las actividades, como bien me explicó Lorena y me dio instrucciones sobre ello, para que las actividades estén diseñadas de acuerdo a su estado de salud y puedan realizarlas.

Con ayuda de Lorena pude definir mis actividades propuestas. Lo único que quizá me faltaron recursos tecnológicos para haberlas diseñado mejor, como por ejemplo la posibilidad de haber tenido un proyector o una pantalla, como he comentado en la evaluación de las actividades. Además de la preparación de actividades concretas, Lorena me aconsejó ir preparada con preguntas, comentarios o simples “cotilleos” al respecto de las canciones que iba a reproducirles, porque es algo que les mantiene muy activos durante las sesiones. He podido comprobar que esto les ayuda mucho a fortalecer su comunicación y participación, así como el hecho de involucrarles en actividades lúdicas como el bingo o darles premios, como un caramelo o una chocolatina.

La planificación, desarrollo y evaluación de las sesiones de musicoterapia supuso un gran reto para mí, dado que era la primera vez que me enfrentaba a ello y me estaba sirviendo de información de manuales, sin ninguna formación ni experiencia previa en esta área. Me resultaron de gran ayuda las pautas de Lorena, y su presencia era un apoyo para salir de situaciones complicadas. Como he comentado en el capítulo 3, y como es evidente, el grupo de válidos estaba más capacitado para realizar las actividades que el grupo de asistidos, pero para ello siempre es posible adaptar las actividades a su estado de salud y ayudarles a poder realizarlas. El canto y el acompañamiento con palmas fueron los principales modos de participación en ambos grupos, pero cabe reconocer que han mostrado interés por el resto de actividades que se les ha propuesto.

El manejo de estos repertorios me ha ofrecido la oportunidad, de comprobar en las sesiones que su uso da lugar a ejercitar la memoria y a fomentar la comunicación grupal, así como a aprender nuevos conocimientos. Aunque varias actividades no se hayan podido llevar a cabo, gracias al desarrollo de estas sesiones con canciones asociadas a la infancia de los participantes hemos conseguido mover sus emociones e incluso hubo quien se levantó a bailar en alguna ocasión. También se ha logrado

fortalecer su memoria, por lo menos durante las sesiones, ya que recordar tiempos pasados, su infancia, recordar canciones de entonces, les ha hecho trabajar este ámbito. Esto quiere decir que la propuesta ha tenido un resultado satisfactorio y gratificante. Con la propuesta de estas actividades y tras su evaluación he podido comprobar cómo con su aplicación se han podido lograr esos efectos de estimulación sensorial, movimiento de emociones, mejora de la atención y la comunicación, así como de la memoria o el autoestima, que cómo he mencionado anteriormente se pretende con la musicoterapia en este ámbito. Cómo adelantaba en la evaluación de actividades, las más efectivas fueron las de adivinar y completar canciones ya que de alguna manera eran las que más elevaban su autoestima cuando se daban cuenta que eran capaces de recordar canciones de cuando eran pequeños, además de que han sido actividades que se han desarrollado conjuntamente con las demás. Pero con el resto de actividades que han podido llevarse a cabo también he podido comprobar los efectos de la musicoterapia. Tanto el bingo, como las actividades de tarjetas, de gestos, polirritmias o percusión corporal, implicaban una escucha activa con su correspondiente atención y concentración, memorita tanto remota como inmediata y una estimulación algunas física, pero todas ellas emocional, lo cual. Su implicación a la hora de contar anécdotas como aportar sus conocimientos sobre los juegos y las canciones de su infancia les hacía sentirse escuchados y realizaba su autoestima.

En este trabajo me he centrado en un estudio de caso con un repertorio concreto de música infantil; más adelante resultaría interesante no solo desarrollar un estudio con música infantil, sino quizá con diferentes repertorios musicales. Por ejemplo, Lorena en algunas de sus sesiones me ha enseñado el buen funcionamiento de las mismas con las canciones de la época de juventud de los mayores, o con música tradicional, lo cual también daría lugar a desarrollar un buen trabajo o estudio de caso. Por otro lado, después de esta experiencia se me ocurre que sería interesante seguir llevando a cabo esta propuesta de aplicación de la musicoterapia en el ámbito geriátrico en un futuro, aunque quizá no tienen por qué ser sesiones completas con repertorio infantil, para evitar la monotonía. Sería muy interesante poner en práctica el desarrollo de musicoterapia con canciones de la infancia de abuelos con sus nietos como medio para fortalecer relaciones, para aumentar el autoestima de los abuelos ayudados por sus nietos, así como para seguir transmitiendo ese repertorio que ha ido quedando en parte relegado al pasado o a la memoria de los mayores como aquellos que han participado en

este estudio de caso. No sé si resultaría efectiva la propuesta en residencias para la tercera edad, o podría proponerse en centros cívicos u otro tipo de centros sociales para mayores.

5. BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DOCUMENTALES

Bibliografía

- Ancelin-Schützenberger, A. y Marie Jean Sauret. *Nuevas terapias de grupo*. Madrid: Ediciones Pirámide, S.A., 1980.
- Benenzon, Rolando O. y Antonio Yepes. *Musicoterapia en psiquiatría. Primer cuaderno*. Buenos Aires: Barry, 1976.
- Boyce-Tillman, June. *La música como medicina del alma*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, 2003.
- Bright, Ruth. *La Musicoterapia en el tratamiento geriátrico*. Buenos Aires: Bonum, 1993.
- Córdoba de Parodi, Mirta A. *Música y Terapia. Enfoque transpersonal de la música*. Barcelona: Ediciones Índigo, 1998.
- Córdova y Oña, Sixto. *Cancionero infantil español*. Santander: Diputación Provincial de Santander, 1980.
- CRE Alzheimer Salamanca, “Musicoterapia”, Musicoterapia en el CRE de Alzheimer.
http://www.crealzheimer.es/crealzheimer_01/terapias_no_farmacologicas/musicoterapia/index.htm (consultada el 14 de marzo de 2017).
- Cruz, Juan. “Somos nuestra infancia”. *El País*, 26 Febrero 2011.
- Davis, William B., Kate E. Gfeller, y Michael H. Thaut. *Introducción a la Musicoterapia. Teoría y Práctica*. Barcelona: Editorial de Música Boileau, 2000.
- García Gómez, Sandra. “Musicoterapia en el tratamiento de los síntomas de la Enfermedad del Alzheimer”. Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Valladolid, 2013. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/3340>.
- García Valverde, Esther. *Guía de orientación I. Intervenciones no farmacológicas. Musicoterapia en personas con demencia*. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales, 2014.
- Garrido Palacios, Manuel. *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*. Palma de Mallorca: Calima Ediciones S.L., 2003.
- Hidalgo Montoya, Juan. *Cancionero popular Infantil Español*. Madrid: Antonio Carmona Editor, 1969.

- Luna Miranda, Jone M. “Tesis Musicoterapia en Geriatría (Centro de día Bullón)”. Inédito. Recuperado de [http://files.joneluna-net.webnode.es/200000032-bd778be6fa/TESIS%20MUSICOTERAPIA%20Y%20GERIATR%C3%8DA%20\(sin%20anexos\).pdf](http://files.joneluna-net.webnode.es/200000032-bd778be6fa/TESIS%20MUSICOTERAPIA%20Y%20GERIATR%C3%8DA%20(sin%20anexos).pdf)
- Mateos Hernández, Luis Alberto (coord.). *Terapias Artístico Creativas: Musicoterapia, Arteterapia, Danza Movimiento Terapia, Drama Terapia, Psicodrama*. Salamanca: Amarú Ediciones, 2011.
- Mercadal-Brotons, Melissa y Patricia Martí Augé. *Manual de musicoterapia en geriatría y demencias*. Barcelona: Monsa-Prayma Ediciones, 2008.
- Meyer, Leonard B. *Emoción y significado en la música*. Madrid: Alianza Editorial S.A., 2001.
- Pino Rodríguez, Martín. “Reflexiones sobre música y neurociencia”. *Medicina y Humanidades*. Vol. III, núm 3 (2011): 45.
- Romeu Figueras, Juan Tomás y José. *Cancionero Escolar Español*. Barcelona, Madrid: Instituto Español de Musicología e Instituto “San José de Calasanz” de Pedagogía, 1954.
- Sánchez Palomino, Rocío. “Efectos de la Música en el envejecimiento activo”. Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Jaén, 2014. <http://tauja.ujaen.es/handle/10953.1/737>.
- Schwarz, Aljoscha A. y Ronald P. Schreppe. *Cúrate con la música*. Barcelona: Robinbook, s.l., 2002.

Recursos documentales

- “A tapar la calla que no pase nadie canción infantil completa con dibujos animados”. YouTube video, 1:38. Subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 14 julio 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=GHVDmgLEfm0>.
- “Arroyo Claro”. YouTube video, 1:01. Subido por “Tatarachin”, 4 febrero 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=PFJcIRfm6Q4>.
- “Arroz con leche (Canciones y Rondas Infantiles)”. YouTube video, 1:26. Subido por “toycantando”, 16 julio 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=-QLLboEyOs4>.

- “Aserrín aserrán canción infantil”. YouTube video, 2:23. Subido por “toycantando”, 10 junio 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=fe2xikVQDJg>.
- “Canción Infantil El Cocherito Lere”. YouTube video, 1:29. Subido por “lolin1196”, 23 noviembre 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=j02rn8TjaxM>.
- “Canciones infantiles – Al pasar la barca”. YouTube video, 2:32. Subido por “Divucsa Music”, 7 noviembre 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=895Y0tL7zLE>.
- “CantaJuego – Al Corro de la Patata”. YouTube video, 1:17. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 13 septiembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=JBtZ23q2wZo>.
- “CantaJuego – Anton Pirulero”. YouTube video, 2:30. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 25 noviembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=z5oX6VLizYk>.
- “CantaJuego – Cinco Lobitos / Palmas Palmitas”. YouTube video, 1:54. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 25 noviembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=vl2i4iEcoAc>.
- “CantaJuego – Donde Estan Las Llaves”. YouTube video, 1:51. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 22 mayo 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=Idf3jz-m5Tg>.
- “CantaJuego – El Patio de Mi Casa”. YouTube video, 1:41. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 24 marzo 2011. <https://www.youtube.com/watch?v=y5feapXl9sw>.
- “CantaJuego – Estaba el Señor Don Gato”. YouTube video, 2:00. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 3 marzo 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=hB9Dz8FvDs8>.
- “CantaJuego – La Chata Merengüela”. YouTube video, 2:14. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 1 septiembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=i3T94bJGbA0>.
- “CantaJuego – La Tarara”. YouTube video, 2:10. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 13 septiembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=tuCfFiYOsjI>.
- “CantaJuego – Tengo Una Muñeca Vestida De Azul”. YouTube video, 2:39. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 22 mayo 2012, <https://www.youtube.com/watch?v=UuukLLa5g3k>.

- “CantaJuego – Vamos a Contar Mentiras”. YouTube video, 2:53. Subido por “CantaJuegoVEVO”, 14 septiembre 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=MOtBkUe2VKw>.
- “Chino capuchino – canciones infantiles”. YouTube video, 0:35. Subido por “artesaniaslat”, 16 julio 2010. <https://www.youtube.com/watch?v=VfpNhDpwU-I>.
- “cu cu cantaba la rana (canción infantil)”. YouTube video, 1:21. Subido por “toycantando”, 24 julio 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=A5pA3oSFCuQ>.
- “Duermete niño canción infantil completa con dibujos animados”. YouTube video, 1:41. Subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 27 abril 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=e3VBLQG8QYw>.
- “Los chinitos de la China – Rimas y retahílas infantiles – Juegos de patio y comba”. YouTube video, 1:17. Subido por “Cuentacuentos Beatriz Montero”, 4 mayo 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=AXiit26roqQ>.
- “Los pollitos dicen”. YouTube video, 1:26. Subido por “radiocfg”, 22 septiembre 2007. https://www.youtube.com/watch?v=oTApI_rUZ2E.
- “Mambrú se fue a la guerra – canciones infantiles de Cantatoo”. YouTube video, 2:16. Subido por “Cantatoo Canta”, 10 julio 2013. <https://www.youtube.com/watch?v=waQGTuxmK8w>.
- “Pinocho fue a pescar canción infantil completa con dibujos animados”. YouTube video, 1:42. Subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 16 julio 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=EydoO35AHac>.
- “Que llueva Que llueva Canción infantil”. YouTube video, 1:59. Subido por “toycantando”, 18 octubre 2014. <https://www.youtube.com/watch?v=8qzzWzI6ZlQ>.
- “Quisiera ser tan alta como la luna canción infantil completa con dibujos animados”. YouTube video, 1:41. Subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 23 junio 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=M4cm9gWhX9c>.
- “Ratón que te pilla el gato”. YouTube video, 1:57. Subido por “Divucsa Music”, 2 noviembre 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=5oKA1qs97aQ>.
- “San Serení de la Buena Vida”. YouTube video, 2:49. Subido por “Divucsa Music”, 7 noviembre 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=wH4pNVszAGw>.
- “Tengo, tengo, tengo canción infantil completa con dibujos animados”. YouTube video, 1:37. Subido por “VideoKidsTV Dibujos”, 25 mayo 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=3lnCqejjDYA>.

- Cosas de peques. “Rondas infantiles”. Canciones.
<http://www.cosasdepeques.com/rondas-infantiles>.
- Mama Lisa’s World en español. Músicas y culturas internacionales. “Canciones y rimas por continente”, Europa – España. <http://www.mamalisa.com/?t=sc&c=71>.
- Mi Cajita de Música. “Rondas tradicionales y juegos infantiles”.
<http://www.micajitademusica.com/es/generos/rondas-tradicionales-y-juegos-infantiles>
- Orientación Andujar. “Colección de Canciones infantiles tradicionales para niños y niña”.
<http://www.orientacionandujar.es/2016/05/18/coleccion-canciones-tradicionales-ninos-nina/>.
- Pacomova eresmas. “Canciones infantiles y villancicos”.
http://pacomova.eresmas.net/paginas/canciones_infantiles.htm.

6. ANEXOS

Anexo 1. VARIACIONES DEL REPERTORIO INFANTIL EN DIFERENTES CACIONEROS

“A tapar la calle”

A tapar la calle que no pase nadie
solo mis abuelos comiendo buñuelos
y tortillas amarillas,
nos pondremos de rodillas.⁹¹

En el Cancionero Escolar Español de Juan Tomás y José Romeu Figueras⁹² la encontramos como “Vamos a atajar la calle”. Se trata de una versión recogida en Murcia.

Vamos a atajar la calle,
que no pase nadie.
Que pasen mis abuelos,
comiendo pan y buñuelos.
Maravilla, maravilla,
aquí mismo de rodillas.
Este niño que traemos,
¿cómo le pondremos?
Niño Jesús, besa la cruz.⁹³

No he conseguido ninguna grabación de estas dos versiones, por lo que he utilizado la que yo conocía con los versos más repetitivos:

A tapar la calle
que no pase nadie
que pase mi abuelo
comiendo buñuelos

⁹¹ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 14.

⁹² Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*, pág. 40.

⁹³ Ídem, 40-41.

“Ahora que vamos despacio”

Con la misma música de esta también se puede cantar “Mi abuelo tenía un huerto...”

Ahora que vamos despacio,
vamos a contar mentiras,
tra-la-rá,
vamos a contar mentiras.

Por el mar corren las liebres,
por el monte las sardinas,
tra-la-rá,
por el monte, las sardinas.

Mi abuelo tenía un peral,
criando ricas manzanas,
tra-la-rá,
criando ricas manzanas.

Con el ruido de las nueces,
salió el amo del manzano,
tra-la-rá,
salió el amo del manzano.

Chiquillos no tiréis piedras,
que no es mío el melonar,
tra-la-rá,
que no es mío el melonar.

Si me rompéis un pepino
os lo tendré que pagar,
tra-la-rá,
os lo tendré que pagar.⁹⁴

⁹⁴ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 8-9.

“Al corro de la patata”

La versión de Romeu Figueras está recogida en Ciudad Real.

Tanto en el cancionero de Romeu Figueras como en el de Hidalgo Montoya aparece la misma versión.

Al corro de la patata
comeremos ensalada.
Lo que comen los señores:
naranjitas y limones.
Achupé, achupé,
sentadita me quedé.⁹⁵

En el Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos, Manuel Garrido Palacios sin embargo presenta una versión que yo desconocía en la que cambia los dos versos finales por estos 4:

diciendo de este modo,
chungalagalero,
diciendo de este modo,
chungalagalá.⁹⁶

“Al pasar la barca”

1

Al pasar la barca
me dijo el barquero:
«las niñas bonitas
no pagan dinero».
- Yo no soy bonita
ni lo quiero ser,
yo pago dinero
como otra mujer.

2

⁹⁵ Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*, 22-23.

Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 14.

⁹⁶ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 38.

La volví a pasar
me volvió a decir:
«las niñas bonitas
no pagan aquí».

Al volver la barca
me volvió a decir:
«esta morenita
me ha gustado a mi».⁹⁷

“Antón pirulero”

Antón, Antón,
Antón Pirulero,
cada cual, cada cual
atienda a su juego,
y el que no lo atienda,
pagará una prenda.⁹⁸

“Arroyo claro”

La versión que encuentro de Romeu Figueras está recogida en Badajoz. En el Cancionero Popular Infantil Español, Juan Hidalgo Montoya presenta misma letra pero repite la primera estrofa y añade una más al final.

Arroyo claro,
fuente serena.
Quién te lavó el pañuelo
saber quisiera.

Me lo han lavado,
me lo han tendido
en el romero verde
que ha florecido.

Me lo ha lavado
una serrana,

⁹⁷ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 7.

⁹⁸ Ídem, 15.

en el río de Atocha,
que corre el agua.

Una lo lava,
otra lo tiende,
otra le tira rosas
otra claveles.⁹⁹

“Arroz con leche”

Arroz con leche
me quiero casar
con una señorita
que sepa bordar,
que sepa abrir la puerta
para ir a jugar.

Escoge con quien quiere casarse mientras dice:

Con ésta sí,
con ésta no,
con esta señorita
me caso yo.¹⁰⁰

“Aserrín aserrán”

1

Aserrín, aserrán,
los maderos de San Juan;
el marinero en la popa
aserrando un banco está.

2

Aserrín, aserrán,
las palomitas se van,
las del cura vuelan mucho,
también las del sacristán

3

Aserrín, aserrán,

⁹⁹ Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*, 110-111.

¹⁰⁰ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 46.

las campanas de San Juan,
las de adelante corren mucho,
las de atrás se quedarán.¹⁰¹

“Cinco lobitos”

Cinco lobitos
tiene la loba,
cinco lobitos,
detrás de la escoba.¹⁰²

“Chino capuchino”

Garrido Palacios presenta tres versiones muy parecidas pero con pequeñas variantes en sus letras.

173

Soy un chino capuchino mandarin (sic), in, in,
de la era, de la era del Japón, pon, pon,
mis coletas de tamaño regular, ar, ar,
que con ellas me divierto sin cesar, ar, ar.
Al pasar por un trampolín, in, in,
una chica me tiró del coletín, in, in:
Oye, chica, no me hagas enfadar, dar,dar,
que contigo no se puede discutir, hum, hum (hacen burla).

174

Soy el chino capuchino mandarin, in, in,
de la era, de la era del Japón, pon, pon,
mi coleta de tamaño regular, ar, ar,
que con ella yo me pienso pasear, ar, ar.
Al entrar en un cafetín, tin, tin,
una mona me tiró del coletín, ay, ay,
yo le dije: Niña hermosa ven con mí
al país, al país de la ilusión, on, on.

175

¹⁰¹ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 18.

¹⁰² Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 23.

Soy el chino capuchino mandarin, in, in,
de la era, de la era del Japón, pon, pon,
mi coleta de tamaño regular, ar, ar,
que con ella me divierto sin cesar, ar, ar,
me metí en un cafetín, tin, tin,
una niña me tiró del coletín, ay, ay,
Oye, chica, yo no quiero discutir, tir, tir,
sobre el chino capuchino mandarin, in, in.¹⁰³

“Cucú cantaba la rana”

Cú cú, cantaba la rana.
Cú cú, debajo del agua.
Cú cú, paso un caballero.
Cú cú, con capa y sombrero.
Cú cú, paso una señora.
Cú cú, con traje de cola.
Cú cú, paso un marinero.
Cú cú, vendiendo romero.
Cú cú, le pidió un ramito.
Cú cú, no le quiso dar.
Cú cú, y se echo a llorar.¹⁰⁴

“¿Dónde están las llaves?”

Garrido Palacios presenta una versión poco diferente a la de Hidalgo Montoya, cambia algunas palabras y repite algunos versos, además del orden de algunas estrofas, por ejemplo la primera la coloca la última.¹⁰⁵

Yo tengo un castillo,
matarile-rile-rile,
yo tengo un castillo,
matarile-rile-ron,
pim-pón.
¿Dónde están las llaves?,
matarile-rile-rile,

¹⁰³ Ídem, 74-75.

¹⁰⁴ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 94.

¹⁰⁵ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 39-40.

¿dónde están las llaves?,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

En el fondo del mar,

matarile-rile-rile,

en el fondo del mar,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

¿Quién irá a buscarlas?,

matarile-rile-rile,

¿quién irá a buscarlas?,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

Irá Carmencita,

matarile-rile-rile,

irá Carmencita,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

¿Qué oficio le pondrá?,

matarile-rile-rile,

¿qué oficio le pondrá?,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

Le pondremos peinadora,

matarile-rile-rile,

le pondremos peinadora,

matarile-rile-ron,

pim-pón.

Este oficio tiene multa,

matarile-rile-rile,

Este oficio tiene multa,

matarile-rile-ron,

pim-pón.¹⁰⁶

¹⁰⁶ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 34-35.

“Duérmete niño”

Duérmete niño mío,
que viene el coco
y se lleva a los niños
que duermen poco.¹⁰⁷

“El cocherito leré”

Hidalgo Montoya, presentada a continuación, la titula “Un cocherito”. Garrido Palacios presenta una versión más breve, solo las dos primeras estrofas, y en vez de cantar “leré”, canta “lerén”.¹⁰⁸

Un cocherito, leré
me dijo anoche, leré,
que si quería, leré
montar en coche, leré.

Y yo le dije, leré
con gran salero, leré.
no quiero coche, leré
que me mareo, leré.

El nombre de María
que cinco letras tiene:
la eme, la a, la erre, la i, la a.
Ma-rí-a.¹⁰⁹

“El patio de mi casa”

El patio de mi casa
es particular:
cuando llueve se moja
como los demás.
Agáchate
y vuélvete a agachar
que las agachaditas

¹⁰⁷ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 23.

¹⁰⁸ Ídem, 44.

¹⁰⁹ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 113.

no saben bailar.

Hache, I, jota, K,
ele, elle, eme, A,
que si tú no me quieres
otro amante me querrá.

Hache, I, jota, K,
Ele, Elle, Eme, O,
que si tú no me quieres
otro amante tendré yo.¹¹⁰

Garrido Palacios presenta una versión mucho más breve.

En mi casa hay un patio
muy particular,
que cuando llueve se moja,
como los demás.¹¹¹

Pero más adelante presenta como una canción diferente parte de las últimas estrofas de Hidalgo Montoya con una estrofa más.

Hache, i, jota, ka,
ele, eme, ene, a,
que si tú no me quieres
otro novio me querrá.
Chocolate, molinillo,
corre corre, que te pillo,
a estirar, a estirar,
que el demonio va a pasar.¹¹²

“Estaba el señor Don Gato”

Hidalgo Montoya la titula “Estando el Señor Don Gato”.

1

Estando el Señor Don Gato
sentadito en su tejado,

¹¹⁰ Ídem, 81.

¹¹¹ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 40.

¹¹² Ídem, 79-80.

¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
sentadito en su tejado ,
ha tenido la noticia
por si quiere ser casado,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
por si quiere ser casado.

2

Con una gata morena
sobrina del gato pardo,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
sobrina del gato pardo;
de contento que se ha puesto
se ha caído, se ha matado,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
se ha caído, se ha matado.

3

Se ha roto siete costillas.
el rabo y el espinazo,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
el rabo y el espinazo.
Ya lo llevan a enterrar
por la calle del Pescado,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
por la calle del Pescado.

4

Al olor de las sardinas,
el gato ha resucitado,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
el gato ha resucitado,
por eso dice la gente:
«siete vidas tiene un gato»,
¡marramamiau!, ¡miau!, ¡miau!,
«siete vidas tiene un gato».¹¹³

¹¹³ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 58-59.

“La chata merengüela”

Pronunciación alternativa a la Reina Berengüela, que nos presenta Garrido Palacios.

La chata perigüela (o merengüela),

güi, güi, güi,

como es tan fina

tri co tri co tri,

como es tan fina lairón,

lairón, lairón, lairón, lairón,

se pinta los colores

güi, güi, güi,

con gasolina,

tri co tri co tri,

con, gasolina lairón...

Y su madre le dice,

güi, güi, güi,

- Quítate eso,

tri co tri co tri,

quítate eso, lairón...

que va venir tu novio,

güi, güi, güi,

a darte un beso,

tri co tri co tri,

a darte un beso, lairón...

- Mi novio ya ha venido,

güi, güi, güi,

ya me lo ha dado,

tri co tri co tri,

ya me lo ha dado, lairón...

- ¿Por dónde vas a misa,

güi, güi, güi,

que no te veo,

tri co tri co tri,

que no te veo?, lairón...

- Por un callejoncito,

güi, güi, güi,
que han hecho nuevo,
tri co tri co tri,
que han hecho nuevo, lairón...¹¹⁴

“La tarara”

Tiene la Tarara
un vestido blanco
que sólo se pone
en el Jueves Santo.

La Tarara, sí,
la Tarara, no,
la Tarara, madre
que la bailo yo.

Tiene la Tarara
un dedito malo,
que no se lo cura
ningún cirujano.

La Tarara, sí, etc

Tiene la Tarara
un cesto de frutas
y si se las pido
me da las maduras.

La Tarara, sí, etc

Tiene la Tarara
un cesto de flores,
que si se las pido
me las da mejores.

¹¹⁴ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 77-78.

2 lLa Tarara, sí, etc¹¹⁵

“Los chinitos de la China”

Los chinitos
de la China
cuando no tienen café,
tiran piedras a lo alto
y dicen que va a llover.¹¹⁶

“Los pollitos”

Los pollitos dicen:
pío, pío, pío,
cuando tienen hambre,
cuando tienen frío.

La gallina busca
el maíz y el trigo,
les da la comida
y les presta abrigo.

Bajo sus dos alas
se están quietecitos,
y hasta el otro día
duermen los pollitos.¹¹⁷

“Mambrú se fue a la guerra”

Mambrú se fue a la guerra,
mire usted, mire usted, qué pena.
Mambrú se fue a la guerra,
no sé cuando vendrá,
do, re, mi, do, re, fa,
no sé cuando vendrá.

¹¹⁵ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 103.

¹¹⁶ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 64.

¹¹⁷ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 86.

Si vendrá por la Pascua,
mire usted, mire usted, qué gracia.
si vendrá por la Pascua,
o por la Trinidad.
do, re, mi, do, re, fa,
o por la Trinidad.

La Trinidad se pasa,
mire usted, mire usted, qué guasa,
la Trinidad se pasa,
Mambrú no viene ya.
do, re, mi, do, re, fa,
Mambrú no viene ya.¹¹⁸

“Pinocho fue a pescar”

Yo conozco una versión más extensa pero Garrido Palacios nos muestra esta de una sola estrofa.

Pinocho fue a pescar
al río Guadalquivir,
se le cayó la caña
y pescó con la nariz.¹¹⁹

“Que llueva que llueva”

La versión que siempre he escuchado es esta que muestra Garrido Palacios:

Que llueva, que llueva,
la Virgen de la Cueva
los pajaritos cantan,
las nubes se levantan,
que sí, que no,
que caiga un chaparrón
en medio la estación,
que rompa los cristales
y que salga el sol.
Y que toque el tambor,

¹¹⁸ Ídem, 66.

¹¹⁹ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 76.

Pon, pon, porrompompón.¹²⁰

Aunque Hidalgo Montoya presenta una parecida:

Que llueva, que llueva
La Virgen de la Cueva
Los pajaritos cantan,
Las nubes se levantan.

Que llueva, que llueva
¡que si! ¡que no!,
¡que llueva un chaparrón!
Que siga lloviendo,
los pájaros corriendo,
florezca la pradera
al sol de primavera
¡que si! ¡que no!,
¡que llueva un chaparrón!
¡que no me moje yo!¹²¹

“Quisiera ser tan alta como la luna”

Esta versión de Romeu Figueras está recogida en Madrid.

Quisiera ser tan alta
como la luna,
¡pim, pam, fuego!,
como la luna,
para ver los soldados
de Cataluña,
¡pim, pam, fuego!,
de Cataluña.

De Cataluña vengo
de servir al rey,
con licencia absoluta

¹²⁰ Ídem, 24-25.

¹²¹ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 88.

de mi coronel.

Al pasar por el puente
de Santa Clara,
se me cayó el anillo
dentro del agua.

Por sacar el anillo saqué un tesoro,
¡ay, ay!, saqué un tesoro, saqué un tesoro:
una Virgen del Carmen
y un San Antonio.

Corra usted, madre,
con el dinero,
que van de prisa
los carboneros.¹²²

En el Cancionero popular Infantil Español de Juan Hidalgo Montoya aparece una versión diferente, más conocida:

Quisiera ser tan alta
como la Luna,
¡ay, ay!,
como la Luna,
como la Luna;
para ver los soldados
de Cataluña,
¡ay, ay!,
de Cataluña,
de Cataluña.

De Cataluña vengo
de servir al Rey,
¡ay, ay!,
de servir al Rey,

¹²² Romeu Figueras, *Cancionero escolar español: colección de cantos tradicionales*, 50-51.

de servir al Rey;
con licencia absoluta
de mi coronel,
¡ay, ay!,
de mi coronel,
de mi coronel.

Al pasar por el puente
de Santa Clara,
¡ay, ay!,
de Santa Clara,
de Santa Clara;
se me cayó el anillo
dentro del agua,
¡ay, ay!,
dentro del agua,
dentro del agua.

Al sacar el anillo
saqué un tesoro,
¡ay, ay!,
saqué un tesoro,
saqué un tesoro:
una Virgen de plata
y un Cristo de oro,
¡ay, ay!,
y un Cristo de oro,
y un Cristo de oro.¹²³

“Ratón que te pilla el gato”

Ratón que te pilla el gato,
ratón que te va a pillar;
si no te pilla esta noche
te pilla en la madrugada.¹²⁴

¹²³ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 90-91.

¹²⁴ Ídem, 97.

“San serení de la buena, buena vida”

Hidalgo Montoya la presenta ya con la letra completa:

San Serení,
de la buena, buena vida,
así, así,
hacen los zapateros,
así, así, así,
así me gusta a mí.

San Serení,
de la buena, buena vida,
así, así,
hacen las costureras,
así, así, así,
así me gusta a mí.

San Serení,
de la buena, buena vida,
así, así,
hacen las planchadoras,
así, así, así,
así me gusta a mí.

San Serení,
de la buena, buena vida,
así, así,
hacen las peinadoras,
así, así, así,
así me gusta a mí.¹²⁵

Mientras que Garrido Palacios muestra la letra de la estrofa y que con este modelo de estrofa se deben ir nombrando todos los oficios que se conozcan.

Al Sanserení de la buena vida,
al Sanserení de la buena vi,
así hacen los carniceros,
así, así, así.¹²⁶

¹²⁵ Ídem, 100-101.

“Tengo una muñeca”

Hidalgo Montoya muestra la versión completa de esta canción, mientras que en la obra de Garrido Palacios solo encuentro la estrofa en la que se realizan las sumas “dos y dos son cuatro...”¹²⁷.

Tengo una muñeca
vestida de azul
con su camisita
y su canesú.

La saqué a paseo,
se me constipó,
la tengo en la cama
con mucho dolor.

Y esta mañanita
me dijo el doctor
que le dé jarabe
con un tenedor.

Dos y dos son cuatro,
cuatro y dos son seis,
seis y dos son ocho,
y ocho dieciséis,
y ocho veinticuatro,
y ocho treinta y dos.

Ánimas benditas,
me arrodillo yo.¹²⁸

“Tengo, tengo, tengo”

Tengo, tengo, tengo,
tú no tienes nada,
tengo tres ovejas
en una cabaña.

Una me da leche,
otra me da lana,
otra me mantiene

¹²⁶ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 93.

¹²⁷ Ídem, 91.

¹²⁸ Hidalgo Montoya, *Cancionero popular infantil español*, 106.

toda la semana.
Caballito blanco,
llévame de aquí
llévame hasta el pueblo
donde *yo nací*.¹²⁹

“Palmas palmitas”

Palmas, palmitas
que viene papá,
palmas, palmitas,
y algo traerá;
higos, castañas,
pastillitas de jabón,
requetebuenas son;
tu papá fue a la feria,
pronto vendrá,
te traerá un perrito
y te dirá guá guá.¹³⁰

¹²⁹ Ídem, 105.

¹³⁰ Garrido Palacios, *Cancionero Popular Infantil. Poemario de Juegos*, 23.

Anexo 2. MATERIALES DE LAS ACTIVIDADES

Tarjetas del bingo:

AL PASAR LA BARCA	DÓNDE ESTÁN LAS LLAVES	EL PATIO DE MI CASA
TENGO UNA MUÑECA	EL COCHERITO LERÉ	QUÉ LLUEVA QUÉ LLUEVA
LOS CHINITOS DE LA CHINA	DOS Y DOS SON CUATRO	AL CORRO DE LA PATATA

DÓNDE ESTÁN LAS LLAVES	CHINO CAPUCHINO	EL PATIO DE MI CASA
TENGO UNA MUÑECA	EL COCHERITO LERÉ	QUISIERA SER TAN ALTA COMO LA LUNA
LA TARARA	DOS Y DOS SON CUATRO	AL CORRO DE LA PATATA

DÓNDE ESTÁN LAS LLAVES	A TAPAR LA CALLE	EL PATIO DE MI CASA
ESTABA EL SEÑOR DON GATO	EL COCHERITO LERÉ	QUISIERA SER TAN ALTA COMO LA LUNA
LA TARARA	CHINO CAPUCHINO	ANTÓN PIRULERO

QUÉ LLUEVA QUÉ LLUEVA	A TAPAR LA CALLE	EL PATIO DE MI CASA
ESTABA EL SEÑOR DON GATO	TENGO UNA MUÑECA	LOS CHINITOS DE LA CHINA
LA TARARA	CHINO CAPUCHINO	ANTÓN PIRULERO

AL PASAR LA BARCA	DÓNDE ESTÁN LAS LLAVES	AL CORRO DE LA PATATA
TENGO UNA MUÑECA	RATÓN QUE TE PILLA EL GATO	QUÉ LLUEVA QUÉ LLUEVA
LOS CHINITOS DE LA CHINA	DOS Y DOS SON CUATRO	QUISIERA SER TAN ALTA COMO LA LUNA

Ilustración 1. Diseño de impresión de plantillas para la actividad de bingo

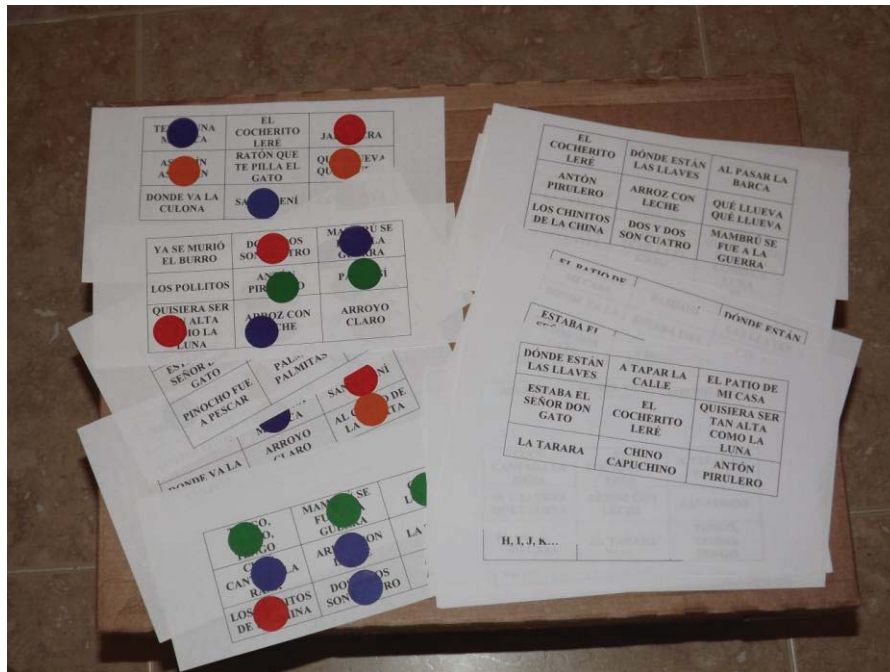
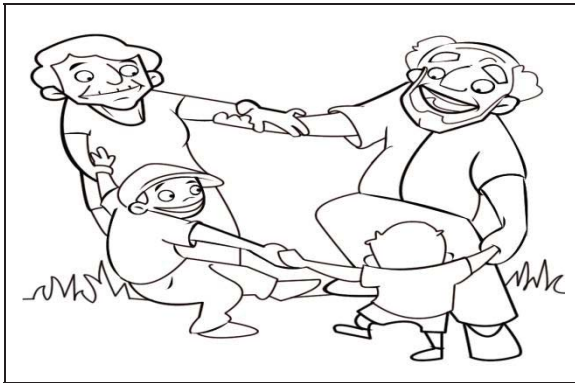


Ilustración 2. Presentación de las plantillas del bingo antes y después de realizar la actividad

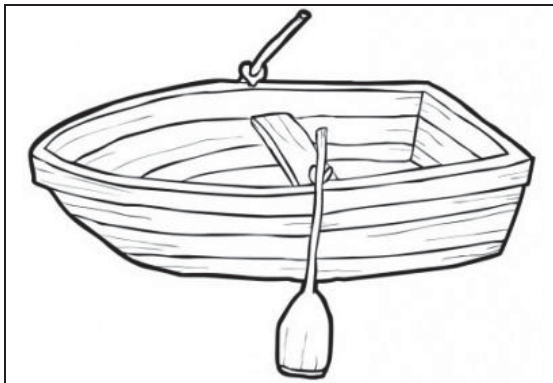
Tarjetas de la actividad de búsqueda de elementos de las canciones:



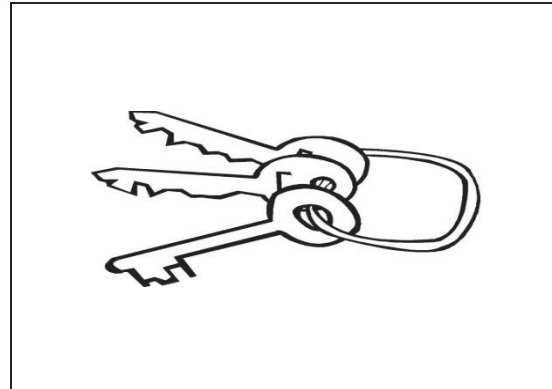
Al corro de la patata.



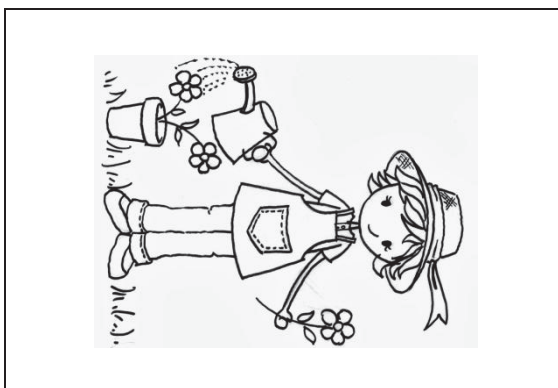
Quisiera ser tal alta como la luna.



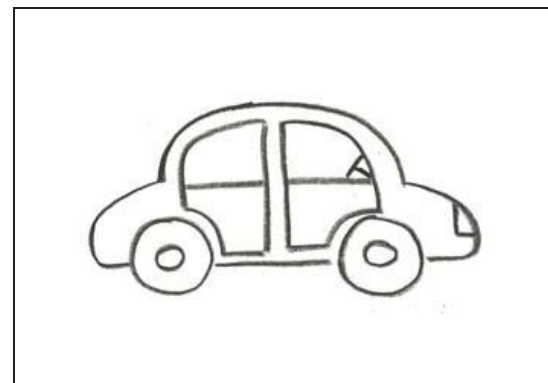
Al pasar la barca.



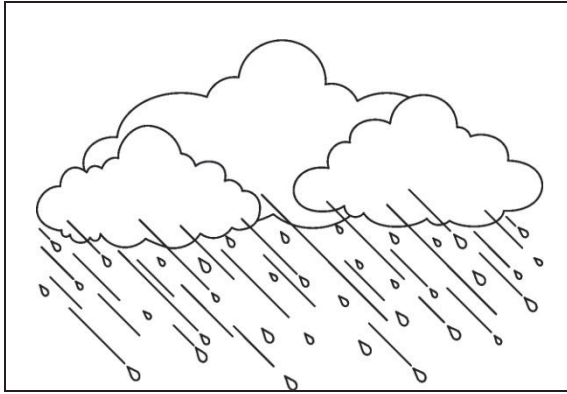
¿Dónde están las llaves?



La jardinera.



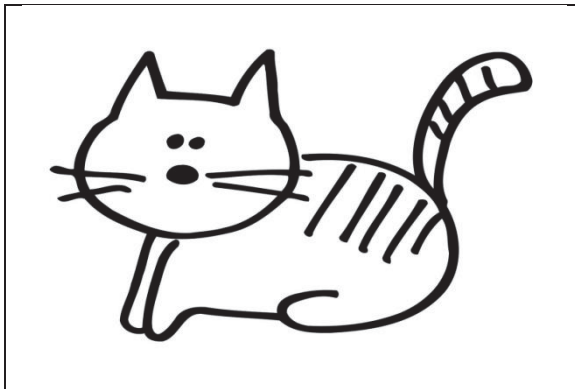
El cocherito leré.



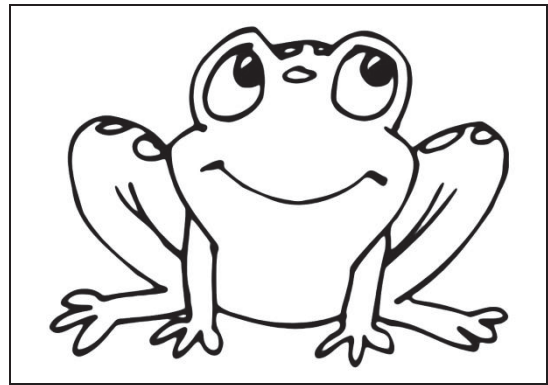
¡Qué llueva qué llueva!



Tengo una muñeca vestida de azul.



Estaba el Señor Don Gato.



Cucú cantaba la rana.

Ilustración 3. Diseño de impresión de las tarjetas para la actividad





Ilustración 4. Tarjetas impresas utilizadas para el desarrollo de esta actividad

Tarjetas de la actividad de búsqueda de canciones a partir del elemento citado:

ANIMALES

COMIDAS

Ilustración 5. Diseño de impresión de tarjetas para la actividad



Ilustración 6. Tarjetas impresas utilizadas para el desarrollo de esta actividad.

Instrumentos utilizados para las polirritmias:



Ilustración 7. Panderetas, tambores y maracas que construí para interpretar las polirritmias.

Canciones utilizadas para la actividad de polirritmias y percusión corporal:

Mambrú se fue a la guerra,
¡qué dolor, qué dolor, qué pena!

(3 chasquidos de dedos)

o

(3 golpes de pandereta)

Mambrú se fue a la guerra,
no sé cuando vendrá.

Do-re-mi, do-re-fa,

(3 palmadas, 3 palmadas)

o

(3 golpes de pandereta, 3 golpes de pandereta)

no sé cuando vendrá.

Si vendrá por la Pascua,
¡qué dolor, qué dolor, qué guasa!

(3 chasquidos de dedos)

o

(3 golpes de pandereta)

si vendrá por la Pascua,

o por la Trinidad.

Do-re-mi, do-re-fa,

(3 palmadas, 3 palmadas)

o

(3 golpes de pandereta, 3 golpes de pandereta)

o por la Trinidad.

La Trinidad se acaba,
¡qué dolor, qué dolor, qué rabia!,

(3 chasquidos de dedos)

o

(3 golpes de pandereta)

la Trinidad se acaba

Mambrú no viene ya.
 Do-re-mi, do-re-fa,
(3 palmadas, 3 palmadas)
 o
(3 golpes de pandereta, 3 golpes de pandereta)
 Mambrú no viene ya.

Por allí viene un paje,
 ¡qué dolor, qué dolor, qué traje!
(3 chasquidos de dedos)
 o
(3 golpes de pandereta)
 por allí viene un paje,
 ¿qué noticias traerá?
 Do-re-mi, do-re-fa,
(3 palmadas, 3 palmadas)
 o
(3 golpes de pandereta, 3 golpes de pandereta)
 ¿Qué noticias traerá?

Canciones para completar mediante escucha:

Se va bajando el volumen en los momentos que se considere más oportuno como podría ser en los momentos en que se muestra en el siguiente ejemplo _____.

Tiene la Tarara
 un _____
 que sólo se pone
 en el _____.

La Tarara sí,
 la Tarara no,

 _____.

Tiene la Tarara
un dedito malo
que no se lo cura

_____.

Tiene la Tarara
un _____,
y si se las pido
me las da maduras.

Tiene la Tarara
un cesto de flores,
que _____

_____.

Tiene la Tarara
unos pantalones
que de arriba abajo


_____.


Tiene la Tarara
un vestido verde

_____.


Canciones para completar a partir de dibujos/imágenes:

AHORA QUE VAMOS DESPACIO

Ahora que  despacio (x2)

Vamos a contar  tralala(x3)

Salí de mi  (x2)

Con  de seis semanas tralala(x3)

Me encontré con un  (x2)


Cargadito de  tralala (3)


Empecé a tirarle  (x2)


Y cayeron  tralala (x3)

Con el ruido de las  (x2)



Salió el dueño del  tralara (x3)



Niño no tires mas  (x2)

Que no es mío el  tralara (x3)


Es de una pobre  (x2)

Que vive con seis maridos tralara (x3)






Por el  corren las  (x2)



Por el  las  tralara (x3)


Y así se acaba esta historia (x2)


De un  sin igual tralara (x3)



LA TARARA



1. Tiene la Tarara un  que sólo se pone en 
 La Tarara sí, la Tarara no,
 La Tarara   

2. Tiene la Tarara un  que no se lo cura 
 ... [ESTRIBILLO] ...

3. Tiene la Tarara un  y si se las pido me las da maduras
 ... [ESTRIBILLO] ...

4. Tiene la Tarara un  que si se las pido me las da mejores
 ... [ESTRIBILLO] ...

5. Tiene la Tarara unos  que de arriba abajo son todo 
 ... [ESTRIBILLO] ...

6. Tiene la Tarara un  lleno de  y de cascabeles
 ... [ESTRIBILLO] ...

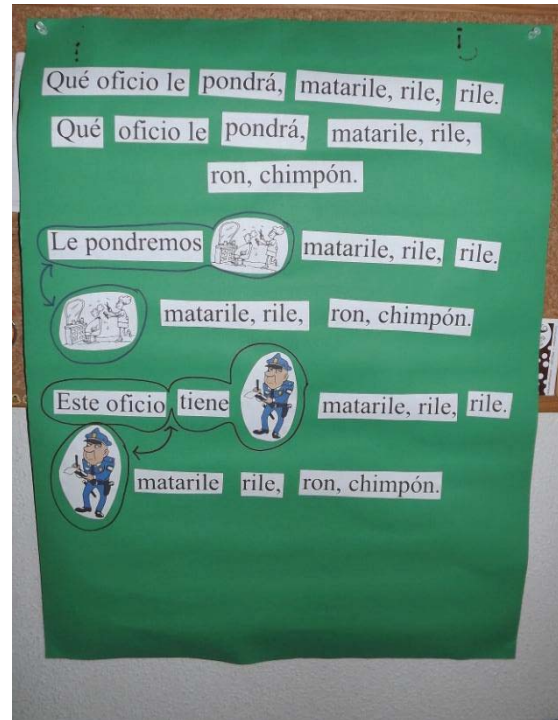


Ilustración 8. Cartulinas realizadas con la sustitución de imágenes para el desarrollo de esta actividad

Gestos para la representación de canciones:



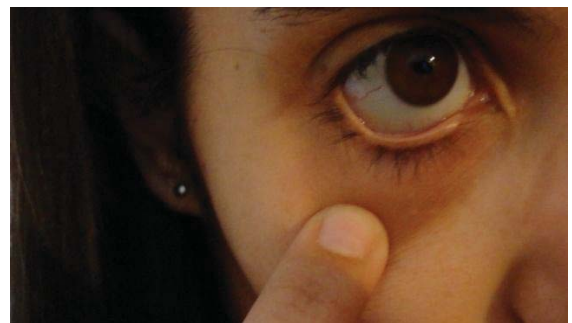
Los pollitos dicen pío pío pío



cuando tienen hambre



Cuando tienen frío.



La gallina busca el maíz y el trigo



Les da la comida



y les presta abrigo...

Sopa de letras:

B	C	T	A	L	I	P	U	A	R
A	O	R	G	A	T	O	R	E	B
E	R	I	B	T	O	L	U	N	A
O	R	E	C	A	O	L	O	C	R
C	O	C	H	E	C	I	T	O	C
A	S	T	I	N	O	T	M	I	A
S	R	A	N	A	I	O	J	H	N
J	E	D	O	S	R	E	F	G	T

Corro (*El Corro de la patata*), pollito (*Los pollitos*), Barca (*Al pasar la barca*), chino (*los chinitos de la china*), chochecito (*El cocherito leré*) *ellos cantan el cochecito leré, gato (*Estaba el señor don gato*), luna (*Quisiera ser tan alta como la luna*), rana (*Cucú cantaba la rana*), dos (*Tengo una muñeca*).

B	C	T	A	L	I	P	U	A	R
A	O	R	G	A	T	O	R	E	B
E	R	I	B	T	O	L	U	N	A
O	R	E	C	A	O	L	O	C	R
C	O	C	H	E	C	I	T	O	C
A	S	T	I	N	O	T	M	I	A
S	R	A	N	A	I	O	J	H	N
J	E	D	O	S	R	E	F	G	T

