**Encuentro de Psicólogos.**

**“El trabajo con Estudiantes con Discapacidad Visual”**

***PROGRAMA DE INTERVENCIÓN INDIVIDUAL Y GRUPAL***

***PARA LA REHABILITACION Y ACOMPAÑAMIENTO***

***EN LOS PROCESOS DE DUELO EN LA POBLACIÓN***

***CON CEGUERA Y BAJA VISIÓN,***

***ALUMNOS ASISTENTES AL PATRONATO LUZ DEL CIEGO EN PANAMÁ.***

***NOHORA ELVIRA DÍAZ***

***PSICÓLOGA***

***PATRONATO LUZ DEL CIEGO***

***Panamá, noviembre 2012***

**Biografía del autor:**

Nohora E. Díaz, nació en Bogotá, Colombia, donde cursó su educación primaria y secundaria. Siendo una adolescente, comenzó a trabajar como Operadora Internacional en la Empresa Nacional de Telecomunicaciones de Colombia, donde hizo su carrera en las áreas operativa, técnico, administrativa y docente, consiguiendo su pensión vitalicia a muy temprana edad.

Al cambiar su residencia permanente en Panamá y siendo aún joven, reinició sus estudios universitarios en la Universidad Interamericana de Panamá, donde se residió como Licenciada en psicología, alternando esta actividad con el servicio voluntario que presta en el Patronato Luz del Ciego, donde atiende la población con discapacidad visual en la parte psicológica y en el apoyo de la elaboración individual del duelo. Actualmente se actualiza haciendo un Diplomado en Musicoterapia en la Universidad Especializada de las Américas en Panamá.

**El Patronato Luz del Ciego:**

La Fundación Ricardo Galindo Quelquejeu fue creada en el año 1981, por el Arquitecto Inocencio Galindo V (q.e.p.d), y su esposa, Doña María Quelquejeu de Galindo, como una manera de perpetuar la memoria de su hijo, Ricardo Galindo Quelquejeu.

Esta institución desarrolla varios programas o actividades en la sociedad panameña, una de ellas es el  Centro Educativo Luz del Ciego, reconocido por el Ministerio de Educación de la República de Panamá. Este centro educativo ofrece cursos en informática, con programación especializada para personas con discapacidad visual,  también ofrece capacitación a la población con baja visión, lo cual les permite realizar trabajos escritos en macro tipo, en audio o con el programa Jaws.

El Patronato cuenta con personal administrativo, docente y un equipo multidisciplinario de profesionales que atienden a  estudiantes, usuarios y a personas de la comunidad que requieren de sus servicios. Se ofrece también cursos de guitarra, realización de seminarios, talleres, cursos cortos, eventos y otras capacitaciones especialmente organizadas para esta población.

 Esta digna labor va dirigida a la población joven, a los adultos y a los adultos mayores ciegos o con baja visión, con una variedad de acciones que tienen como finalidad contribuir al mejoramiento de la condición de vida de esta población  en lo personal, educativo, profesional y social.

El trabajo de esta institución también beneficia a la población vidente en formación para trabajar en el área de la Educación Especial; de igual manera estudiantes universitarios de otras especialidades que requieren orientaciones e  informaciones sobre la población que atendida  se acercan a la institución a buscar apoyo.

El crecimiento continuo y sostenido del Patronato Luz del Ciego le ha permitido ofrecer programas muy avanzados en Panamá para la *rehabilitación integral* de las personas con discapacidadad visual. Adoptando las nuevas tecnologías y tendencias mundiales para aplicarlas en los procesos de integración socio-laboral de esta población. El objetivo es preparar a los estudiantes y usuarios para que puedan enfrentar los retos que el futuro les depara.

A nivel internacional el Patronato está adscrito a organizaciones que trabajan en beneficio de la población con discapacidad visual, como son La Unión Latinoamericana de Ciegos (ULAC) y el Grupo Latinoamericano de Rehabilitación Profesional  (GLAP-IIPD); además, mantiene estrechas relaciones con otras organizaciones de países amigos que trabajan en beneficio de la población con discapacidad en América y Europa.

**Cursos, Ayudas y Orientaciones que se Brindan a la Población:**

* + **Informática.**

La tecnología de la informática proporciona herramientaspoderosas para las personas no-videntes o con baja visión. El Patronato Luz del Ciego pone estas herramientas a disposición de sus estudiantes y usuarios para que puedan desarrollar una independencia total en el uso de las computadoras, para que puedan hacer sus investigaciones, acceder a las redes sociales y también puedan competir en el mercado laboral.

* + **Música.**

Con el propósito de fomentar, estimular y desarrollar el arte musical en sus distintas manifestaciones entre los estudiantes con discapacidad visual, el Patronato Luz del Ciego da inicio al curso de música a partir del mes de abril de 1993.

 En este curso se desarrolla un programa que incluye aspectos teóricos, históricos y prácticos, con el fin de ofrecer al alumno, los conocimientos generales relacionados con el ámbito musical y despertar en él una motivación hacia el estudio de la música.

También se les ofrecen las herramientas básicas para comprender el proceso de composición y ejecución de la música, brindándole la oportunidad para que puedan ejecutar un instrumento.

* + ***Servicio de Grabaciones de Material Variado para Estudiantes.***

Se les graban las lecciones e investigaciones para que ellos los puedan transcribir en la computadora por medio de la ayuda del Programa Jaws, instalado en los equipos del Patronato Luz del Ciego.

* + **Desarrollo Personal.**

 El desarrollo personal involucra la superación del individuo en todas las áreas importantes de la vida: salud física, desarrollo mental, desarrollo espiritual, proyección laboral, estabilidad económica y relaciones interpersonales.

La superación personal busca alcanzar los objetivos supremos del ser humano como son: tener un propósito de vida, vivir feliz, vivir conscientemente, alcanzar la plenitud y desarrollar el máximo potencial, lograr el equilibrio entre todas las áreas importantes de la vida, mantener relaciones sanas, vivir cómodamente, aprender a lograr objetivos y a solucionar problemas, entre otros.

Esto se logra efectuando talleres, seminarios, charlas que tienen como base los principios, hábitos y valores correctos como la disciplina, integridad, persistencia, respeto, amor y servicio.

* + **Proyecto de Vida.**

El proyecto de vida es la dirección que el hombre se marca en su vida, a partir del conjunto de valores que ha integrado y jerarquizado vivencialmente, a la luz de la cual se compromete en las múltiples situaciones de su existencia, sobre todo en aquellas en que decide su futuro, como son el estado de vida y la profesión. La dificultad mayor para trazar el proyecto de vida reside en tener que tomar una decisión, en tener que elegir una dirección fundamental con exclusión de otra u otras direcciones fundamentales. Frecuentemente ante este compromiso se adopta una actitud de huida que conduce a la persona a un estado de indecisión, es decir, hacia un "conflicto existencial" que, al no ser resuelto, se convierte en crónico.

De esta manera se les enseña a los alumnos a manejar la ansiedad y el miedo a la responsabilidad, a manejar su incapacidad y a reconocer la manera por lo que se debe renunciar a muchas de las posibilidades presentadas, a ser conscientes de la influencia del ambiente social contrario a los compromisos definitivos, a sobrellevar los conflictos entre los pares, tomando consciencia de que es difícil de enfrentar cuando se notan las diferencias, a la vez que buscar soluciones y no ser parte del problema.

* **Motivación.**

La motivación está compuesta de necesidades, deseos, tensiones, incomodidades y expectativas. Constituye un paso previo al aprendizaje y es el motor del mismo. La ausencia de motivación hace complicada la tarea del profesor.

Es aquí donde debemos intervenir en las expectativas del alumno para que comience su aprendizaje y logre su realización personal.

* **Orientación Profesional.**

Elhecho de que el alumno sea ciego no puede impedir su aprendizaje**,** al contrario, el alumno invidente tiene que buscar muchas herramientas para su realización personal y en este aspecto se le debe ayudar a encontrar su profesión de acuerdo a sus posibilidades, incapacidad y sentido de vida.

Por medio de diferentes test podremos visualizar las aptitudes del estudiante y encaminarlo hacia la consecución de sus metas, ya sea escogiendo una carrera técnica o universitaria, lo cual le dará una herramienta importante en su futuro.

También se le hace un seguimiento y se le asesora en las dudas que se le presenten, en los trabajos que se le asignen, en las investigaciones que necesite, para que así pueda tener un mejor desempeño y logre reafirmar su propia auto eficacia.

* **Procesos de Duelo y Pérdidas.**

Es importante que el invidente reconozca su limitación, que pueda expresar sus sentimientos, deje de lado sus miedos, culpas y angustias y aprenda a aceptar ayuda de profesionales o terapeutas y se deje guiar para conseguir su desarrollo personal al hacer que sus planes a corto y mediano plazo se concreten. Al aceptar la perdida, el alumno estará en capacidad de asimilar el hecho no desde la mente sino a través de los sentimientos.

La mente puede, ante el suceso, entender el hecho en sí y comportarse como si fuera cierto, es por eso que hasta el sentir de nuestros actos cotidianos no nos demuestre que aceptamos lo irreversible de lo ocurrido y actuemos en consecuencia, no hemos pasado adelante esta tarea. Esto es más complejo e importante, como en todas las tareas, la estrategia de darse tiempo y permiso es esencial pues sin ello, no podemos aceptar en todos los niveles el hecho definitivo de la falta de visión.

Cuando nos enfrentamos a la pérdida y tomamos consciencia de nuestro sentido de vida, de lo que realmente valemos como personas, exploramos las capacidades que tenemos para adaptarnos a los cambios, fijamos los patrones que nos pueden servir en la tarea de encontrarnos con nosotros mismos y si se consigue además la ayuda de una terapeuta que nos guie, nos entienda y vigile nuestro proceso, es cuándo podremos reaccionar y encontrar las verdaderas respuestas, no del “porqué”, si no del “para qué ”y encaminar nuestra vida con un sentido diferente, entendiendo que todo cambio implica una pérdida, del mismo modo que cualquier pérdida es imposible sin el cambio.

Con las herramientas anteriormente descritas y con la colaboración del Patronato Luz del Ciego, podemos efectuar un cambio positivo en los alumnos, logrando que se vuelvan más proactivos, participativos y colaboradores, a la vez que conscientes del papel que desempeñan y se sientan miembros importantes en el grupo social en el cual se desenvuelven.

Para ayudarles en el proceso de elaboración de la pérdida a la que se enfrentan, hemos diseñado dos tipos de intervención: Individual y grupal, las cuales me permito presentarles a continuación:

* **Intervención Individual.**

Consiste en una actividad terapéutica que se centra en la identificación y posterior tratamiento de las dificultades y de los conflictos específicos que pueden surgir a nivel individual, familiar y de su entorno social.

 Comprende al individuo en su contexto y expresa que la relación entre las personas y su entorno está sujeta a una dinámica circular de influencias recíprocas.

 El contexto más significativo es la familia, la cual se entiende como un sistema. Así, las disfunciones de los individuos se consideran en relación con los comportamientos y las expectativas de los otros miembros del sistema en el cual evolucionan y se mantienen.

 La intervención individual que es llevada a la práctica, abarca la psicopatología y los conflictos de relación tanto en el individuo, pareja y familia, como en los procesos de duelo que esté afrontando por su nuevo estado de incapacidad y en las dificultades propias del medio escolar, sanitario y social.

Después de la respectiva entrevista y haber aplicado los test concernientes a la sintomatología, se procede a elaborar un programa de diez sesiones, donde el invidente se va a ver confrontado con las diferentes etapas de su duelo:

Hacemos la revisión de elaboración del duelo, por etapas.

De hecho se habla en Psicología de la Ceguera que hay tres etapas en la rehabilitación psicológica de un ciego, y esto también en parte es válido para su familia, por las que habrá de pasar inevitablemente: un primer estado de shock, luego un período de profunda depresión, para llegar por último a la aceptación de su déficit.

* **Estado de Shock, Evitación o negación.**

El estado de shock es una especie de adormecimiento psíquico. La persona atina a nada, no llora ni ríe, cae en el mutismo pues le ha impresionado tanto esta pérdida de sus ojos que no sabe cómo reaccionar, hasta que toma conciencia en pocas semanas de su nueva condición. Se sumerge en un estado depresivo tal que sólo quiere morir. Muchas veces en esta etapa intentan suicidarse, reaccionan con violencia, quieren estar solos. Quienes les rodean en esos instantes deben tener mucha comprensión y darse cuenta que las palabras de consuelo poco podrán hacer por ella, pero sí es muy importante que sienta la amorosa compañía de otros junto a ella.

 En verdad llora la pérdida de su vista y de toda una vida funcionando de acuerdo a ciertos esquemas. Pensemos que tendrá que aceptar su nueva condición de ciego para poder iniciar cualquier aprendizaje rehabilitativo y readaptativo.

En ese estado se desarrollan sentimientos de ira, culpa y miedo, los cuales tenemos que identificar y tratar para que los síntomas no empeoren.

La ira, al igual que el miedo tiene ciertas manifestaciones físicas: taquicardia, sudoración, alteración motora generalizada, indigestión, dolor en zona cardiaca, hiperactividad, con posterior agotamiento físico, dolor de cabeza, etc. Y a nivel psicológico, pérdida del control, toma acelerada de decisiones, obnubilación, pérdida de la noción de la realidad, conductas agresivas, entre otras.

Para orientar estas emociones es necesario acordar con el estudiante ciertas tareas a realizar durante los días siguientes a la primera sesión. Entre ellas están:

* Identificación de iras y miedos contenidos.
* Describir que se puede hacer con esos sentimientos.
* Identificar que es lo que le hace perder el control, y la posible solución.
* Buscar dentro de sí, los recursos que en momentos así, lograrían calmarle.
* Sanar espacios y situaciones. Observar que consecuencias trae esa actitud.

En las siguientes sesiones se hace recopilación de datos y se procede a evaluar y confrontar el contenido. Seguidamente se hacen las mismas valoraciones con los sentimientos de culpa y los “deberías”. Se recomiendan audios de autoayuda para ser escuchados en consulta, se le pide opinión al estudiante sobre los mensajes, se dan otros ejemplos, se tratan de cambiar esquemas, de volverlos más realistas y acordes al aquí y al ahora.

* **Profunda depresión y tristeza**

Los sentimientos de pena y tristeza se sienten físicamente en el plexo solar, el estudiante lo expresa como “me duele el corazón”, se siente opresión, sensación de ahogo, de no poder más, de tener problemas respiratorios. La aflicción que le sigue a este evento está acompañada de llanto frecuente, sensación de desamparo, soledad, pérdida momentánea de la noción del futuro, temor ante la toma de decisiones, paralización de la cotidianidad, desestructuración de su proyecto de vida. Estas manifestaciones son normales en los primeros días, luego de un mes, el alumno ya necesita la intervención.

Esta tristeza tiene en su contenido oculto un miedo profundo a la sensación de minusvalía y apocamiento, el mundo se les reduce a un profundo dolor. La cual generalmente termina en depresión, donde también se acunan con los sentimientos de ira y frustración generando problemas mayores en el individuo. Es aquí donde se le enseña al alumno a canalizar sus emociones y se le hace notar que es una excelente oportunidad para revisar todo lo que nos ha dolido en el transcurso de nuestra historia de vida.

Tareas para trabajar con el alumno en esta etapa de pena y tristeza:

* Ubicar la magnitud del dolor y su procedencia.
* Expresar en consulta todos los temores que se sienten.
* Soltar la ira y la frustración ante una silla vacía.
* Golpear varias veces un cojín y expresarle el dolor sentido.
* Contestarle honestamente al terapeuta, quien se considera que es y cómo se ve a sí mismo.
* Buscar sus cualidades y defectos. Analizarlos.
* Analizar la experiencia como una oportunidad para cambiar de estilo de vida.
* Soñar con conseguir otras metas diferentes a las que tenía en el momento del evento.

En esta etapa debemos reforzarle mucho la autoestima, pedirle a los familiares y compañeros que lo apoyen y lo orienten, que vean lo mejor de él y se lo digan.

La información sensorial no visual (que en realidad en muchas ocasiones el normo visual no aprovecha porque no le indica apenas nada en comparación con los datos aportados por la vista), para el ciego puede ser vital, y dependen mucho de utilizar sus sentidos adyacentes, los cuales optimizan para superar la deficiencia.

 Los estímulos sensoriales que percibe el invidente por los cuatro sentidos restantes son para él mucho más significativos, y sabe organizarlos de forma más adecuada para orientar su conducta. La diferencia es fundamentalmente cualitativa, pues estriba en que necesita aprovechar mejor la información sensorial no visual, utilizando de distinto modo los elementos sensoriales que posee.

 Esta población diría yo que es la más receptiva, reflexiva y agradecida de ver el esfuerzo que se hace con ellos para mantenerlos animados y motivados para comenzar cada día como si fuese el último y el mejor.

Otra tarea muy importante para el alumno es darle la oportunidad de escuchar algunos audios de conferencias dadas por motivadores y expertos en el tema de autoayuda, cito el ejemplo de las conferencias guiadas del Dr. Santiago Rojas, Médico Bioenergético Colombiano, en los cuales habla sobre la depresión y la ansiedad, las diferentes formas de entenderlas, afrontarlas y manejarlas, donde también nos da orientación y consejos básicos para aprender a respirar, nos recomienda comer sanamente y hacer ejercicio físico según nuestras posibilidades.

De la misma manera, Jaime Jaramillo, “Papá Jaime”, ha desarrollado en los últimos años una técnica innovadora, simple y poderosa, probada en miles de seres humanos alrededor de todo el mundo, llamada SER™, para manejar la depresión, el miedo, el apego, la ansiedad, el estrés y las adicciones. Esta técnica busca despertar la consciencia y fortalecer el carácter a través de la fuerza de voluntad para que los seres humanos le den más significado a su vida, siendo maestros de su mente y discípulos de su corazón.

 Mediante esta travesía del corazón a la mente, se logra descubrir la poderosa fuerza interior que emana y fluye abundantemente para liberarnos de las cadenas limitantes como el estrés, el miedo, la tristeza, los apegos y la depresión.

 Al escuchar estas charlas, podemos terapeuta y alumno, discutir muchos temas interesantes que allí se tratan, a la vez que podremos identificar cómo se puede lograr encontrar paz interior y armonía entre cuerpo, mente y alma.

* **Asimilación y aceptación del déficit.**

El proceso de aceptación de la ceguera por parte del individuo es como un nuevo nacimiento. Mientras no se comprenda que la persona con vista o normo visual que era ya ha muerto, no podrá manifestarse la nueva persona, ciega pero con grandes capacidades de readaptación.

 Aplicando este principio a la rehabilitación de las personas ciegas, podemos decir que en tanto el ciego no renuncie psicológicamente a su antigua vida de persona con vista, no podrá resucitar como persona ciega rehabilitada.

Saber que este proceso de reconocimiento de la pérdida de la visión va por el camino significa que ha logrado adaptarse a los cambios que este evento implica, también logrará encontrar el camino final de reconstrucción emocional y física, encontrará nuevos vínculos y disfrutará más de lo que siempre ha tenido.

Reconocer que se está superando el duelo y mantenerse optimista ante un futuro cercano, poder reacomodar la vida y hacer las transformaciones respectivas en un estilo de vida totalmente desconocido, es ahí cuando el alumno entiende que aunque el camino es incierto y difícil, el crecimiento y el aprendizaje lo harán en este momento una persona nueva, valiosa e irrepetible.

 El aprendizaje del sistema Braille, el uso del bastón, el método de cálculo mediante el sistema de ábaco, el dominio de la computadora con el lector de pantalla, o programa Jaws, el manejo de los programas de Office, como son el Word, Excel, Power Point, las ayudas Tiflotécnicas que se les brindan y todas las técnicas que le permitirán desenvolverse normalmente en el medio, aprender y mejorar su condición de vida actual, pasar por esta toma de conciencia de su nueva vida y la aceptación de esa condición lo preparará para integrarse de una manera fácil a los distintos grupos que asisten al Patronato Luz del Ciego y comenzar su aprendizaje viviendo cada día a la vez y dando lo mejor de sí en todos los contextos.

* **Intervención grupal.**

Dos veces al mes se organizan diversas charlas, seminarios, talleres, conferencias, mesas redondas, entre otras, con los estudiantes y usuarios de la institución, como una manera de fortalecer su formación integral.  Se abordan temas variados y de actualidad, algunos son sugeridos por la institución y otros por el estudiantado.  Se realizan dos veces al mes en horario de 2:00 a 4:30 p.m.

A la población de adultos jóvenes se les dicta dos talleres por medio de charlas con ayudas de videos y lectura guiadas, de la siguiente manera:

* **Video Foro, Diferentes temáticas, ejemplo: Información sobre el Sexo y el Amor**

**Modalidad:** video charla, dirigido a los adultos que quisieran asistir y en especial a los adolescentes que asisten al Patronato, Se les proyecta un video educativo sobre Amor y Sexo, enfermedades venéreas, VIH y Sida, el cual trata de concientizar a los jóvenes sobre su elección al decidirse a tener relaciones sexuales. Luego de la escucha de este video hay un foro de discusión del tema.

* **Análisis de Lectura, Charla Proyecto de Vida**

Modalidad: Lectura dirigida. Se les lee diferentes temas, por ejemplo: el Tratado de Melquisedec: Descubrir y Realizar su razón de ser. Tratado que enseña al lector como descubrir su razón de ser, construir su propia visión, aprender a vencer los obstáculos, Ir más allá del deseo y atreverse a actuar para alcanzar las metas propuestas. Se discuten diversos temas concernientes al tratado.

* **Temas para Reflexionar**

 Al grupo de la tercera edad se le imparten varios talleres, durante cada martes, con la participación de la mayoría de la población que son dieciséis los que asisten con regularidad al Patronato Luz del Ciego. Los asistentes pueden disfrutar de algunas lecturas de motivación y reflexión, como a continuación se describe:

* **Lecturas Guiadas sobre diversos temas.**

**Modalidad**: Lecturas guiadas, por ejemplo, durante varios martes se les leyó el libro “El Profeta”, de Kalil Gibran, donde se analizaron diferentes temas, tales como: la felicidad, el matrimonio, los hijos, la amistad, las compras, los negocios, la vivienda, el vestido, las despedidas.

Además el grupo en ocasiones pide temas de conversación, sobre alimentación, alcoholismo, modales, manejo de la frustración, autoestima, respeto a los demás, tolerancia, etc.

Estas escuchas se hacen en audio de videos educativos, Sistema MP3, audios de películas con temas de interés en la cual lleve un mensaje y al terminar se discute el aprendizaje.

He de anotar que a este grupo en especial, le encanta escuchar cuentos infantiles que tengan alguna moraleja, la que da tema de conversación y se pasa un rato agradable.

* **Sesión de Gimnasia con Respiración Consciente.**

**Modalidad:** ejercicios relajantes de acuerdos a las posibilidades de cada uno, estiramiento para las personas que pueden todavía hacerlo y relajación con respiración. Se les hace énfasis en la forma de respirar y se toma consciencia que la respiración es vida, combinado con sentimientos de paz, quietud y armonía.

Generalmente se hacen por unos diez minutos, al terminar cada sesión de charlas o aprendizajes.

* **Musicoterapia.**

El objetivo de esta terapia es la escucha consciente de los instrumentos, sonidos que se llevan al corazón y se trata que hagan vibrar con sus tonos cada uno de nuestros centros energéticos y al hacerlos con emoción, se liberan las tensiones de la vida diaria, se mejoran los niveles de oxígeno en el cuerpo, al igual se elevan los niveles de consciencia y se logran vivenciar momentos de paz, placer y alegría.

Tomamos como base el estudio elaborado por el Dr. Juan Manuel Orjuela, residente de psiquiatría en la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá, donde en uno de sus apartes, dedica el estudio al Efecto ansiolítico de la Musicoterapia y dice : “La música está presente en todas las culturas y nos acompaña desde los albores de la historia de la humanidad. Desde tiempos ancestrales se le ha atribuido un efecto relajante y curativo, que es evidente en los rituales de sanación mediante cantos, danzas e interpretación de instrumentos.

El ritmo regular de la música podría estar relacionado con sus efectos relajantes. Al parecer, esta vinculación tiene como fundamento el patrón rítmico del latido cardiaco materno, percibido por el feto durante los nueve meses de vida intrauterina. Por tal razón, las madres suelen utilizar tácticas rítmicas para calmar el llanto de sus hijos, al golpear ligeramente sus espaldas o acunarlos. De hecho, los bebés son cargados por sus madres instintivamente del lado izquierdo, de manera que los latidos cardiacos se escuchen intensamente y evoquen en el niño recuerdos del placer obtenido en la vida prenatal. Son justamente estos efectos “curativos” y relajantes los que han vinculado la medicina con la música desde tiempos remotos. Los rituales mágicos de curación y sanación habitualmente se acompañan de cantos, danzas y música interpretada con instrumentos rudimentarios.

Prácticamente, la música ha evolucionado con el ser humano y se ha complejizado con el paso del tiempo, sin perder en este proceso su esencia básica y reconfortante. Según la Federación Mundial de Musicoterapia, esta se refiere al uso profesional de la música y sus elementos como una intervención en ambientes cotidianos, médicos y educativos, en los que participan diferentes individuos, grupos, familias o comunidades, al procurar optimizar la calidad de vida y mejorar el funcionamiento físico, social, emocional, comunicacional e intelectual de estos.

 Así, la aplicación de la música como terapia se ha conceptualizado con el paso del tiempo, y se ha establecido en un amplio campo de acción, al orientar sus intervenciones a gran parte de la población.

Hoy en día, con el avance de las neurociencias y las técnicas imaginológicas, ha sido posible acercarse a los complejos mecanismos que subyacen al procesamiento musical. La música, como el lenguaje, es sintáctica y está formada por diversos elementos organizados jerárquicamente (tonos, intervalos y acordes).

Sin embargo, es muy probable que los mecanismos subyacentes en el procesamiento de ambos sean distintos. Se han documentado múltiples casos de amusia adquirida o congénita, en los que no se encuentra ningún tipo de alteración en el lenguaje, y casos de personas afásicas en las que no hay alteraciones musicales. Los estudios realizados en pacientes con daño cerebral nos muestran que el procesamiento de la música es modular. Al escuchar una canción se genera un “*input* acústico”, que corresponde a las aferencias rítmicas, tonales, líricas, etc., propias de una canción. Este “*input* acústico” ingresa a nuestro cerebro por vía sensorial, para ser procesado por un *módulo general* de análisis musical. Los principales elementos de este análisis se realizan mediante

dos *módulos específicos*. El primero, cuyo objeto de procesamiento es el componente musical, hace referencia a la organización temporal (ritmo y compás) y la organización tonal (análisis del contorno y los intervalos que nos llevan a codificar el tono). El segundo procesa la información lingüística (letra de la canción), mediante sistemas de procesamiento del lenguaje. Los resultados que obtenemos de estos dos análisis modulares nos llevan directamente al ‘léxico musical’, al análisis de la expresión emocional y a mover nuestro pie al ritmo de los instrumentos (tamborileo). El léxico musical hace referencia a la información musical que almacenamos progresivamente durante toda la vida y nos permite el reconocimiento de una canción. Si queremos cantar dicha canción, nuestro léxico musical se conectará con el fonológico, lo que genera aferencias vocales que llevan al canto. Por otro lado, también podemos tener la experiencia de que esta canción nos recuerde una situación particular, por ejemplo, un momento de la infancia. En este caso, estaría activándose la “memoria asociativa”, también relacionada con el léxico musical.

Otro aspecto de suma importancia, es la comunicación de la música con nuestras emociones. ¿De qué manera se produce el efecto ansiolítico que nos interesa? Es una pregunta aún sin resolver, sin embargo, como se mencionó antes, el resultado obtenido por el procesamiento modular se relaciona con la expresión afectiva, de manera que, así como ciertas melodías o ritmos evocan determinados recuerdos a través de las memorias asociativas, estos a su vez podrían estar vinculados con una carga afectiva placentera que disminuiría la ansiedad, así como los latidos del corazón recuerdan el placer de la vida uterina y calman al infante.

***Desarrollo y conclusión:*** El efecto ansiolítico de la musicoterapia está determinado por mecanismos complejos de procesamiento musical inscritos en la especie humana.

La activación de memorias asociativas y el análisis de la expresión emocional, ligados a la percepción tonal y temporal del módulo de procesamiento musical, son los principales componentes cognoscitivos involucrados en el efecto relajante

mediado por la música. La exposición musical desencadena mecanismos neuroprotectores, al promover la expresión de neurotrofinas. La música, por lo tanto, es una excelente y económica herramienta terapéutica, fácil de usar, accesible, con nulos efectos adversos y que puede utilizarse como coadyuvante en varias entidades nosológicas.”

Como vemos es una excelente herramienta para intervenir en proceso de duelo complicado, porque a veces el estudiante no quiere hablar de lo que lo atormenta, y da excusas de falta de comunicación, por intermedio de la musicoterapia, se ha podido demostrar en casos difíciles de autismo, por ejemplo, que el estudiante poco a poco hace un acercamiento y logra una vía de comunicación con el terapeuta y como dice el Dr. Orjuela es económico, relajante y divertido.

Cabe anotar que el Patronato Luz del Ciego, en su afán de prestar un servicio de excelente calidad y promover la buena salud mental de los estudiantes, efectúa salidas, excursiones y actividades, donde los estudiantes, comparten, socializan y aprenden, logrando de esta manera que se sientan parte activa de la sociedad en la cual se desenvuelven.