

XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2024.

# Musica y Salud Mental.

Barnabá, Elizabeth.

Cita:

Barnabá, Elizabeth (2024). *Musica y Salud Mental. XVI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXI Jornadas de Investigación. XX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VI Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VI Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-048/171>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/evo3/hQk>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# MUSICA Y SALUD MENTAL

Barnabá, Elizabeth

Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

El presente capítulo publicado en el libro “Psiquiatría Infanto Juvenil. Abordajes del s. XXI” (Dir. Dra. Brío, Cristina; Ed. Autores Argentinos, 2023) expone desde una mirada musicoterapéutica los beneficios del uso de la música como intervención terapéutica, con el fin de fundamentar y justificar las posibles derivaciones de los profesionales del campo de la salud mental a Musicoterapia. Dichas intervenciones se basan en técnicas rítmico-musicales (Bruscia, 2000) que abordan las diferentes áreas como el área emocional, cognitivo, sensorial, del lenguaje y la comunicación, implicadas en diversas patologías que afectan a la salud mental. Además, el trabajo hace un recorrido por diferentes objetivos de abordaje como son el desarrollo de la musicalidad, la regulación emocional, la generación de nuevas estructuras de pensamiento basadas en la experiencia vivenciada de factores y mecanismos resilientes, entre otros. Se desarrolla también el concepto de escucha empática (Roger, 1981) que sostiene esta práctica terapéutica para acompañar la vivencia de una experiencia creativa transformacional, que permite el cambio de percepción frente a los acontecimientos que perturban la salud, habilitando la sensibilidad como otra manera de procesar las vivencias.

## Palabras clave

Música - Musicoterapia - Salud mental - Musicalidad - Técnicas rítmico musicales

## ABSTRACT

### MUSIC AND MENTAL HEALTH

This chapter, published in the book “Child and Adolescent Psychiatry: Approaches of the 21st Century” (Ed. Dr. Cristina Brío; Argentine Authors Publishing, 2023), presents from a music therapy perspective the benefits of using music as a therapeutic intervention. The aim is to support and justify potential referrals from mental health professionals to music therapy. These interventions are based on rhythmic-musical techniques (Bruscia, 2000) that address various areas such as emotional, cognitive, sensory, language, and communication, involved in different pathologies affecting mental health. Furthermore, the work explores various therapeutic objectives such as the development of musicality, emotional regulation, the creation of new thought structures based on the experiential understanding of resilience factors and mechanisms, among others. It also delves into the concept of empathic listening (Rogers, 1981), which underpins this therapeutic practice to support the experience of a creative

transformational process. This process allows a change in perception regarding events that disturb health, enabling sensitivity as another way to process experiences.

## Keywords

Music - Music therapy - Mental health - Musicality - Rhythmic-musical techniques

## BIBLIOGRAFÍA

- Ball, P. (2010). *El instinto musical. Escuchar, pensar y vivir la música*. Turner.
- Benenzon, R. (1985) *Manual de Musicoterapia*. Enelivros.
- Benítez, M. A., Díaz Abrahan, V. y Justel, N. (2021). Plasticidad cerebral y entrenamiento musical en infantes. Una revisión sistémica. *Revista Electrónica de LEEME*. 47, 39-60. <https://doi.org/10.7203/LEEME.47.20376>
- Bruscia, K. (2000). *Definido Musicoterapia*. Enelivros.
- Damasio, A. (2014). *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Paidós SAICF.
- Español, S (2014) *Psicología de la música y del desarrollo*. Paidós.
- Goldstein, E. (2016) *Descubre la felicidad con mindfulness*. Paidós.
- Hervás, A. (2017). Desregulación emocional y trastornos del espectro autista. *Revista de Neurología*. 64(1), 17-25. <https://doi.org/10.33588/rn.64S01.2017030>
- Levitin, D. (2019). *El cerebro musical*. RBA Libros.
- Mosquera, I. (2013). Influencia de la música en las emociones: una breve revisión. *Realistas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1(2), 34-38.
- Pereira de Queiroz, G. (2003). *Aspectos da musicalidade e da música de Paul Nordoff y suas implicacoes na prática clínica musicoterapêutica*. Apontamentos Editora.
- Rogers, C. (1981) *Psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós.
- Shaffer, R. M. (2013) *El paisaje sonoro y la afinación del mundo*. Intermedio Editores.
- Storr, A. (2007) *La música y la mente. El fenómeno auditivo y el porqué de las pasiones*. Paidós.
- Trías, E. (2012). *El canto de las sirenas*. Galaxia Gutemberg.
- Wolff, F. (2022). ¿Por qué la música? *Del mundo musical a la música*. (2), 75-113. Serie Gong.