

Anudi brinda musicoterapia a sus socios para mejorar su calidad de vida

Irene Esteban dirige las sesiones individuales y colectivas en La Casa del Árbol

Redacción
Teruel

La asociación Anudi apuesta por la musicoterapia con un nuevo proyecto destinado a sus socios porque considera que esta ha adquirido un gran valor y eficacia como herramienta complementaria de intervención terapéutica en diferentes ámbitos sociales. La actividad, realizada por la musicoterapeuta Irene Esteban Hernández en el centro La Casa del Árbol de Teruel, se fundamenta en la igualdad de oportunidades y en la inserción en la sociedad de personas con discapacidad.

Se proponen sesiones tanto individuales como colectivas, en las que se desarrollan las habilidades y destrezas necesarias para su actividad cotidiana, teniendo en cuenta las necesidades específicas de cada paciente y de sus familiares, para facilitarles instrumentos útiles para la vida cotidiana y que mejoren su calidad de vida.

Irene Esteban afirma que “la música es la herramienta más rápida y potente para corregir patrones de comportamiento, conseguir comunicarse cuando no se tiene la capacidad del habla o ésta se encuentra limitada y produ-



Socios de Anudi en una de las sesiones de musicoterapia.

cir cambios en el estado anímico”.

Además, Esteban recalca la importancia de la musicoterapia debido a que “hay muchas personas en nuestra sociedad que se encuentran con dificultades para desarrollar con normalidad sus actividades diarias, tanto en el terreno laboral como en el de relación. La musicoterapia resulta un

tratamiento adecuado para mejorar esos aspectos y, consiguientemente, su calidad de vida”.

Sesiones

En las sesiones de terapia se promueven experiencias para la exploración de los sentimientos y las emociones de los pacientes, favoreciendo el conocimiento íntimo y el desarrollo de la autoes-

tima, así como la comunicación y la socialización, creando un espacio en el que disfrutar, comunicarse y aprender, además de favorecer la psicomotricidad, la coordinación visomotora, la autonomía personal, el lenguaje verbal, las emociones, las conductas disruptivas e inadaptadas, el desarrollo de la imitación y la producción de gestos funcionales, entre otros.

Irene Esteban responde así a la pregunta de porqué aplicar la musicoterapia: “Porque la música es terapéuticamente eficaz. Su eficacia deriva de que es la más social de las artes, nos acompaña a lo largo de nuestra vida y nos ayuda a expresar lo inexpresable, a llegar donde ningún otro arte puede llegar, a transmitir y a comunicarnos. Estas propiedades hacen idónea la musicoterapia en casos como el de las personas discapacitadas”.

“Como dijo A. Huxley: después del silencio, lo que más se acerca a expresar lo inexpresable, es la música. Su poder no acaba en hacer disfrutar a quien la escucha sino que, con disciplinas como la musicoterapia, consigue mejorar la vida de quien lo necesita, señalan los responsables de Anudi.