

La música como estrategia mediadora para el cuidado en el adulto mayor interno

Elkin Fernando Galvis Velasco, Andrés Laureano Gámez Ayala, Jazmín Ponce Espinosa y

Margy Cristina Quiroz Quiñones

Trabajo de Grado para optar el título de Licenciados en Música

Directora

Patricia Casas Fernández

Doctora en Ciencias de la Educación

Universidad Industrial de Santander

Facultad de Ciencias Humanas

Escuela de Artes

Bucaramanga

2021

Dedicatoria

Este trabajo es dedicado a nuestros padres y a todo el Centro para el Cuidado del Adulto Mayor del Asilo San Rafael.

Agradecimientos

Queremos agradecerle a la Doctora Patricia Casas por habernos guiado y orientado en la elaboración del proyecto de grado. También, a María de los Ángeles Casafús Carrillo, quien nos apoyó durante todo el proyecto.

A Sor Edid, a las directivas y personal asistente del Asilo San Rafael. Asimismo, a todos los adultos mayores que nos colaboraron en el proceso de recolección de información.

A nuestros padres, que siempre estuvieron presentes durante toda la carrera.

Tabla de contenido

Introducción	11
1. Planteamiento del Problema	12
2. Justificación	15
3. Objetivos	17
3.1. Objetivo general.....	17
3.2. Objetivos Específicos.....	17
4. Antecedentes	18
5. Marco Teórico.....	21
5.1. Adulto mayor	21
5.1.1. Autonomía funcional	22
5.1.2. Deterioro cognitivo	23
5.1.3. Estado emocional	24
5.2. Cuidado.....	25
5.3. Música.....	26
5.3.1. Terapia musical.....	27
5.3.2. Música y emociones.....	28
5.3.3. La música y la educación	28
6. Metodología	29
6.1. Fases del Proyecto.....	29
6.2. Contexto del Asilo San Rafael.....	30

7. Estrategias musicales en el cuidado del adulto mayor.....	32
7.1. Población beneficiaria del proyecto.....	33
7.2. Diseño de Estrategias Musicales.....	34
7.3. Intervenciones musicales	39
7.4. Generalidades de la información recolectada	40
7.4.1. Diario de campo	40
7.4.2. Entrevistas.....	44
7.4.3. Formato de evaluación de las intervenciones	46
7.5. Análisis de la Información recolectada.....	53
8. Conclusiones	56
Referencias bibliográficas.....	58

Lista de figuras

Figura 1. Espacio físico de la intervención musical (Asilo San Rafael, 2021).....	33
Figura 2. Diseño de la estrategia 1. Música para el cuerpo	36
Figura 3. Diseño de la estrategia 2. Música para el corazón	36
Figura 4. Diseño de la estrategia 3. Música para el alma	37
Figura 5. Intervención musical en el Asilo San Rafael (2021).....	40
Figura 6. Sesión de la Estrategia 1. Música para el cuerpo	42
Figura 7. Sesión de la Estrategia 2. Música para el corazón	43
Figura 8. Sesión de la Estrategia 3. Música para el alma	44

Lista de tablas

Tabla 1. Cuadro de estrategias musicales	34
Tabla 2. Formato de evaluación de intervenciones musicales	38
Tabla 3. Cuadro cronograma de sesiones	39
Tabla 4. Cuadro de aspectos comunes de las entrevistas a profundidad	45
Tabla 5. Cuadro de adultos mayores que expresan opiniones sobre la música	47
Tabla 6. Cuadro de adultos mayores que cantan las canciones interpretadas	48
Tabla 7. Cuadro de adultos mayores que expresan sentimientos	48
Tabla 8. Cuadro de adultos mayores que expresan felicidad.....	49
Tabla 9. Cuadro de adultos mayores que expresan tristeza	49
Tabla 10. Cuadro de adultos mayores que expresan tranquilidad	50
Tabla 11. Cuadro de adultos mayores que participan e interactúan entre sí.....	51
Tabla 12. Cuadro de adultos mayores que participan e interactúan con el personal del asilo.	51
Tabla 13. Cuadro de adultos mayores que opinan sobre las canciones que quieren escuchar	52
Tabla 14. Cuadro de adultos mayores que manifiestan memoria auditiva	52
Tabla 15. Cuadro de la observación de coordinaciones motoras de extremidades superiores en los adultos mayores.....	53

Glosario

Adulto mayor: persona que tiene más de 60 años de edad, tienen un cambio constante conforme pasan los años.

Concepción: idea, opinión o manera de entender cierta cosa.

Cuidado: modo de actuar de la persona que pone interés y atención en lo que hace para que salga lo mejor posible.

Hermenéutica: técnica o método de interpretación de textos.

Intrínseco: que es propio o característico de la cosa que se expresa por sí misma y no depende de las circunstancias.

Interdisciplinarietà: pación de un problema de una disciplina sobre otra.

Longevos: que ha alcanzado o puede alcanzar una edad muy avanzada.

Multidimensional: que tiene varias dimensiones. Que afecta a diferentes aspectos de un asunto.

Música: arte de combinar sonidos a través del tiempo.

Praxis: práctica, en posición de teoría o teórica.

Religación: es la ligadura a la realidad en cuanto realidad para ser, no es un vínculo físico ni una presión social.

Subyacente: estar (una cosa) debajo de otra o supeditada a ella ocultamente.

Resumen

Título: La música como estrategia mediadora para el cuidado en el adulto mayor interno¹.

Autor: Andrés Laureano Gámez Ayala, Elkin Fernando Galvis Velasco, Jazmín Ponce Espinosa y Margy Cristina Quiroz Quiñones².

Palabras Clave: Adulto mayor, estrategias musicales, cuidado.

Descripción:

“La música como estrategia mediadora para el cuidado del anciano recluso” es un proyecto que tuvo como propósito final contribuir como añadido a la atención integral del adulto mayor mediante el diseño de tres estrategias musicales que se llevaron a cabo en 11 intervenciones de acompañamiento en el Asilo San Rafael de Bucaramanga, Colombia. A lo largo del documento, se expone la evidente necesidad de fortalecer el estado físico, mental y social de los residentes del Asilo a través de la intervención musical, especialmente en el contexto actual de la pandemia, donde la crisis social y emocional perjudica aún más a las personas de la tercera edad. En relación con ello, se presenta una aproximación teórico-conceptual a las categorías claves del trabajo: Adulto Mayor, Estrategias Musicales y Cuidado, lo que permite identificar desde la academia los efectos positivos de la música en el cuidado integral del adulto mayor. De la misma manera, se detalla las tres estrategias diseñadas e implementadas en el Asilo San Rafael, con sus respectivos mecanismos de recolección de información (diario de campo, entrevistas y formato de evaluación de las intervenciones), junto con el análisis de las intervenciones. Por último, a través de las conclusiones se presenta cómo la música contribuye al cuidado integral del adulto mayor del Asilo San Rafael, de la ciudad de Bucaramanga.

¹ Trabajo de grado.

² Facultad de Ciencias Humanas. Escuela de Artes. Directora: Patricia Casas Fernández, Doctora en Ciencias de la Educación.

Abstract

Title: Music as a mediating strategy for care in the internal elderly adult³.

Author: Andrés Laureano Gámez Ayala, Elkin Fernando Galvis Velasco, Jazmín Ponce Espinosa, y Margy Cristina Quiroz Quiñones⁴.

Keywords: Elderly, musical strategy, care.

Description:

The project known as “Music as a mediating strategy for inmate elderly care” had as an final purpose to contribute in addition to the comprehensive care of the elderly through the design of three musical strategies that were carried out in 11 accompaniment interventions in the Asilo San Rafael de Bucaramanga, Colombia. Throughout the document, the evident need to strengthen the physical, mental and social state of the residents of the Asylum through musical intervention is exposed, especially in the current context of the pandemic, where the social and emotional crisis harms even more to the elderly. In relation to this, a theoretical-conceptual approach is presented to the key categories of work: Elderly, Musical Strategies and Care, which allows the positive effects of music in the integral care of the elderly to be identified from the academy. In the same way, the three strategies designed and implemented in the San Rafael Asylum are detailed, with their respective information collection mechanisms (field diary, interviews and intervention evaluation format), along with the analysis of the interventions. Finally, through the conclusions, it is presented how music contributes to the integral care of the elderly at the San Rafael Asylum, in the city of Bucaramanga.

³ Bachelor thesis.

⁴ Faculty of Human Sciences. School of Art. Director: Patricia Casas Fernández, Doctor of Educational Sciences.

Introducción

La música como disciplina tiene diferentes campos de acción, uno de ellos, es la realización de proyectos sociales que busquen beneficiar poblaciones vulnerables. En este sentido, el presente proyecto “La música como estrategia mediadora para el cuidado en el adulto mayor interno” tiene como finalidad contribuir al cuidado integral de los adultos mayores a través del diseño y aplicación de tres estrategias musicales en el Asilo San Rafael de la ciudad de Bucaramanga, Santander, Colombia.

En la primera parte del documento se presenta la definición del problema, la justificación y los objetivos del proyecto, donde se resalta la importancia de la realización de la propuesta metodológica, que contribuye al fortalecimiento del estado físico y mental del adulto mayor, sobre todo teniendo en cuenta sus realidades personales y sociales y las transformaciones que estas realidades tuvieron después de un periodo de aislamiento a causa del Covid-19.

Posteriormente, se encuentran los antecedentes y el marco teórico consultado y analizado como fundamento epistémico de la propuesta a desarrollar; en estos apartados, se evidencia los efectos positivos de la música en el desarrollo cognitivo y emocional del adulto mayor.

A continuación, se aborda la metodología seleccionada para el desarrollo del proyecto, siguiendo la guía PMBook, la cual es un manual elaborado por el Project Management Institute, de Estados Unidos, para establecer criterios respecto a la elaboración y administración de proyectos, para el desarrollo del presente proyecto, se especifican cuatro fases del desarrollo: iniciación, planeación, ejecución y evaluación, además, se aborda brevemente el contexto del Asilo San Rafael.

El documento continúa con la presentación del diseño de las estrategias musicales seleccionadas para contribuir al cuidado integral del adulto mayor, por lo cual, primero se menciona la población beneficiada, se exponen las tres estrategias diseñadas las cuales son: música para el cuerpo, música para el corazón y música para el alma; adicionalmente, se explica el proceso de las intervenciones musicales, que en total fueron 11, en las cuales, se recolectó la información pertinente para el análisis y evaluación de las estrategias a través de tres mecanismos, a saber, diario de campo, entrevistas y formato de evaluación de Intervenciones.

Y, por último, después del análisis de la información, se presentan las conclusiones, que permiten evidenciar una respuesta favorable por parte de los adultos mayores a las estrategias diseñadas e implementadas en el Centro del Adulto Mayor.

1. Planteamiento del Problema

Los adultos mayores pertenecen a un grupo poblacional vulnerable que requiere una atención adecuada, oportuna e integral que responda a las necesidades propias de su edad, y así, fortalecer el estado físico y mental, para estimular su desarrollo cognitivo y emocional.

La Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez está dirigida a las personas de 60 años o más, por lo cual se puede inferir que en Colombia una persona es considerada adulto mayor a partir de la edad mencionada. Según el Departamento Administrativo Nacional de Estadística, DANE (2021), en Colombia hay un número aproximado de 6.808.641 de adultos mayores, lo que representa el 14.5% de la población total del país.

Según la teoría del desarrollo humano propuesta por Erikson Bordinon (2006), el envejecimiento humano constituye un proceso de ocho etapas, el cuál es multidimensional y se caracteriza por ser heterogéneo, intrínseco e irreversible; inicia con la concepción, se desarrolla durante el curso de vida y termina con la muerte.

Sin embargo, es importante mencionar que, las personas envejecen de múltiples maneras dependiendo de las experiencias, eventos cruciales y la realidad personal, familiar y sociocultural de cada uno, es decir, que los procesos de desarrollo individual y social, también tienen sus implicaciones en el proceso de envejecimiento, por lo cual, se hace necesario, conocer las realidades presentes, antes de realizar cualquier tipo de intervención.

Además, teniendo en cuenta la crisis mundial generada por la pandemia de Covid-19, la población de adultos mayores, que según la Organización Mundial de la Salud OMS (2020) pertenecen a la población de alto riesgo, contaron con medidas de aislamiento más estrictas que otros grupos poblacionales, lo que generó posteriormente un déficit en el estado psicológico y emocional de ellos, según lo afirmado en la página web oficial de la OMS en la publicación realizada en septiembre del año 2020, llamada *Las personas mayores de 60 años han sido las más afectadas por la COVID-19 en las Américas*, que explica que:

Si bien todos están en riesgo de contraer la COVID-19, las personas mayores tienen mayor probabilidad de enfermar gravemente si se infectan, con los mayores de 80 años muriendo a una tasa cinco veces mayor que la media. El informe de las Naciones Unidas “El impacto de la COVID-19 en las personas mayores” sugiere que esto puede ser debido a condiciones subyacentes que afectan al 66% de las personas mayores de 70 años (OMS, 2020).

En otras palabras, el confinamiento prolongado, ha afectado a los adultos mayores de distintas maneras, causando en la mayoría de los casos, desasosiego, tristeza, impaciencia, nerviosismo, problemas de insomnio o sensación de soledad, lo cual ha afectado su comportamiento social, como lo afirman Sánchez y Sánchez (2020):

En definitiva, el aislamiento al que se somete al adulto mayor en la cuarentena provoca una desconexión social lo que aumenta los problemas relacionados con la depresión y

la ansiedad. Por otra parte, estas dificultades son mucho más severas si las personas mayores sufren algún tipo de enfermedad mental o demencia puesto que esto las expone en mayor medida a las consecuencias del aislamiento tanto en el plano físico como en el mental. Además de esto están surgiendo otras complicaciones asociadas a la elaboración del duelo y sobre todo una serie de factores de riesgo de PGD (trastorno de duelo prolongado) asociados con la muerte por el COVID-19 (p. 35).

En este sentido, el Asilo San Rafael, de la ciudad de Bucaramanga, también fue afectado por la situación de salud pública y social causada por la pandemia Covid 19, debido a las restricciones preventivas que asumieron para fortalecer el autocuidado al interior del lugar, entre ellas el aislamiento completo, lo que implica no recibir visitas, ni tener interacciones sociales presenciales con personas diferentes a los compañeros y personal de servicio, desde el mes de marzo del año 2020; además, la influencia de los medios de comunicación, que a través de campañas de concientización y noticias, aumentaban la preocupación, angustia, miedo, y temor frente a la realidad.

Lo expuesto anteriormente, generó en la población del Asilo San Rafael un alto nivel de estrés emocional que a su vez se evidencia en los cambios en el comportamiento social de los adultos mayores residentes del mismo, tales como desesperación, depresión, ansiedad, soledad, angustia y la agresión entre los mismos compañeros del hogar.

De acuerdo con lo anterior, se evidenció la necesidad de contribuir a la mejora de la calidad de vida de la población mencionada, a través del acompañamiento con actividades que propicien la integración y evolución del estado emocional de los adultos mayores, implementando el diseño de estrategias musicales que puedan servir en futuras intervenciones para el cuidado del adulto mayor; por lo cual, la pregunta que orienta el proyecto es ¿cuáles

estrategias musicales aportan al cuidado y al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor?

2. Justificación

A menudo, se asocia la vejez con la enfermedad, por lo cual, se limitan a los adultos mayores a diferentes situaciones que no contribuyen al mejoramiento de habilidades físicas, mentales y sociales, sino al deterioro de las mismas; por otro lado, es importante reconocer las diferentes realidades a las que están expuestos los adultos mayores, como el abandono familiar, y la insuficiencia económica; muchos no cuentan con la posibilidad de recibir pensión laboral o subsidios del gobierno. también, un gran porcentaje de ellos, cuentan con poco acceso a los servicios de salud y de recreación.

Por lo cual, se hace necesario reconocer que los adultos mayores son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismos, su familia y la sociedad, lo que implica que el cuidado a ellos debe propiciar el desarrollo en cada una de las dimensiones del ser humano, de acuerdo a la etapa de desarrollo en la que se encuentran. Para Martínez Miguélez (2009):

El ser humano está formado por muchos subsistemas perfectamente coordinados: el subsistema físico, el químico, el biológico, el psicológico, el social, el cultural, el ético-moral y el espiritual. Todos juntos e integrados constituyen la personalidad, y su falta de integración o coordinación desencadena procesos patológicos de diferente índole: orgánica, psicológica, social, o varias juntas (p. 119).

En otras palabras, el cuidado al adulto mayor, debe generar procesos de fortalecimiento de todas las dimensiones del ser humano, y la música puede contribuir a este objetivo a través del uso de estrategias adecuadas que permitan el bienestar integral de la población, mediante

la interdisciplinariedad y la transdisciplinariedad, como se expresa en los objetivos de formación de la licenciatura en música de la Universidad Industrial de Santander, no solo, para el beneficio de las comunidades, sino como oportunidad de generar nuevos caminos académicos en el campo de la educación musical, al respecto, Binotto (2004), asegura que “se debe dialectizar el conocimiento musical hacia la religación entre la ciencia y la praxis de la vida para garantizar el potencial cognitivo de un fenómeno musicológico” (p.163).

Por lo anterior, la pertinencia del presente trabajo, no solo se evidencia en la propuesta metodológica que contribuye al cuidado del adulto mayor desde el fortalecimiento de su bienestar integral, sino que también aporta al logro de una visión inter y transdisciplinar de la música y de la lúdica, en propuestas académicas que resaltan la pertinencia de las artes en Colombia.

3. Objetivos

3.1. Objetivo general

Diseñar estrategias musicales que brinden calidad de vida al Adulto Mayor, en el Asilo San Rafael, en la ciudad de Bucaramanga.

3.2. Objetivos Específicos

Planear iniciativas de acompañamiento al Adulto Mayor por medio de estrategias musicales.

Intervenir a través de estrategias musicales a los Adultos Mayores del Asilo San Rafael para el mejoramiento en el estado de ánimo de los participantes.

Evaluar los efectos de la implementación de las estrategias musicales en el Asilo San Rafael.

4. Antecedentes

Justel, O’conor y Rubinstein (2015). Texto: “Modulación de la memoria emocional a través de la música en adultos mayores: estudio preliminar”

Un trabajo desarrollado en Buenos Aires, Argentina, con el objetivo de estudiar la posibilidad de fortalecer la memoria en adultos mayores a través de la implementación de distintos estímulos musicales tales como ruido blanco, música activante y relajante, como estrategia para la estimulación auditiva. Los autores inician describiendo la población seleccionada de 27 personas, los cuales fueron divididos en tres grupos experimentales, ellos en principio observaron imágenes con vínculos emocionales y otras sin vínculo emocionales, así mismo, fueron expuestos a diferentes estímulos musicales, mientras esto sucedía se analizaba el grado de activación física y emocional. Luego se realizaron pruebas de recuerdo libre y reconocimiento de las imágenes, de forma inmediata y diferida con una semana de diferencia. Posteriormente, se especifica la respuesta de cada grupo seleccionado con cada estímulo. Al finalizar, se concluye que los mejores resultados se obtuvieron con el grupo que escuchó música más activa. Por lo anterior, algunos de los resultados de este estudio visualizan que la metodología del presente proyecto, aporta resultados muy positivos.

Lazo (2013). Texto: “Programa de musicoterapia grupal para mejorar el estado emocional en pacientes de la tercera edad que presentan depresión moderada”

El trabajo inicia con una aproximación al concepto de tercera edad desde la perspectiva fisiológica, psicológica y social, posteriormente, profundiza en la patología de depresión en dicha población; en el segundo apartado, Lazo expone la importancia de la psicoterapia y algunos elementos a tener en cuenta en el proceso de acompañamiento; por su parte, el tercer capítulo, aborda directamente la influencia de la musicoterapia en el ser humano, para lo cual, realiza un recorrido histórico de la práctica, hasta el modelo musicoterapéutico de Rolando Benenzon.

En el cuarto capítulo se presenta la intervención realizada a los adultos mayores de 60 a 80 años de edad, que presentan depresión moderada y asisten a los Servicios Sociales del Adulto Mayor del IESS de la ciudad de Cuenca, Ecuador, la metodología fue mixta (cualitativa y cuantitativa), y se realizaron un total de sesiones con musicoterapia, con el fin de mejorar el estado emocional de la población seleccionada.

El autor concluye que la música empleada en la terapia, es de gran ayuda ya que permite ampliar canales de comunicación, lo que se evidencia, en la mejora de las relaciones interpersonales y sociales, asimismo, permite fortalecer las emociones y la autoestima en los pacientes con depresión moderada.

De acuerdo a lo anterior, este antecedente es importante para el presente trabajo, porque permite la comprensión de las ventajas de aplicación de la musicoterapia en personas de la tercera edad.

Cano y Custodio (2017). Texto: “Efectos de la música sobre las funciones cognitivas”

Para Custodio y Cano (2017), la música es una herramienta de comunicación que involucra sonidos con la finalidad de transmitir sensaciones y emociones por medio del ritmo, armonías y melodías asociadas a las capacidades psicomotoras y lingüísticas del ser humano. El cerebro posee zonas que procesan diversos componentes de la música, tales como el tono y la vibración; en los adultos, una de las principales motivaciones para acercarse a ella es la relación que tienen al expresar sus sentimientos y estados de ánimo.

Esto evidencia que la música puede provocar cambios positivos en los componentes actitudinales (sensaciones subjetivas, cambios en el sistema nervioso autónomo y endocrino, y expresiones motoras como sonrisas) y tendencias en la actividad, como bailar, cantar, aplaudir o tocar un instrumento.

Flechas y Triana (2012). Texto: “Propuesta de iniciación musical para el adulto mayor”

Tesis de grado que se fundamenta en una propuesta metodológica orientada al adulto mayor, a través del bosquejo de diferentes estrategias y actividades para crear espacios recreativos por medio de la musicoterapia, la lúdica y el aprendizaje, como estrategia para prevenir la depresión, fortalecer la motricidad y la memoria, con la finalidad de mejorar las condiciones de vida en el adulto mayor.

El aporte del trabajo, permite conocer y profundizar aspectos importantes del comportamiento de los adultos mayores, y los resultados que se pueden alcanzar por medio del acercamiento con la música.

Arias (2016). Texto: “La enseñanza musical en adultos mayores como estrategia para el encuentro de saberes”

La investigación desarrolla la implementación de una propuesta pedagógica para recuperar saberes y tradiciones orales de los adultos mayores beneficiarios del centro vida del municipio de Sopó, Cundinamarca en Colombia. La metodología implementada en la propuesta es la hermenéutica colectiva y la enseñanza musical, a través de talleres experienciales que permitieron la recuperación de saberes para la enseñanza a los jóvenes.

Lo anterior, evidencia que la música permite la construcción colectiva de saberes para fortalecer la tradición oral de la región y contribuir a la salvaguardia de la cultura y, de este modo, fortalecer la identidad personal y sociocultural de personas, grupos y comunidades, en este caso, específicamente de los adultos mayores, quienes contribuyen a la cohesión social a través de sus saberes y experiencias, además, el estudio concluye que esta propuesta metodológica permite la inclusión de los adultos mayores en espacios de participación colectiva, por lo cual, se podría implementar en otros contextos, y de esta manera mejorar la calidad de vida de la población.

5. Marco Teórico

A través del tiempo, la música ha contribuido al bienestar del ser humano, dado que brinda herramientas para fortalecer las dimensiones psicológicas, cognitivas y sociales. Frente a esto, Menninghaus (2013) concluye que, según los planteamientos de la evolución de Darwin, “los tonos musicales, ritmos y cadencias con carga afectiva atraviesan todo el campo del lenguaje” (p. 275). En otras palabras, que los procesos mentales y las relaciones interpersonales, están mediados por la música, incluidas las acciones de cuidado.

Por lo anterior, en el presente apartado, se abordarán las tres categorías claves del trabajo: Adulto Mayor, Música y Cuidado, para posteriormente analizar la relación entre ellas y la incidencia de la música como estrategia mediadora en el cuidado del adulto mayor interno.

5.1. Adulto mayor

Los seres humanos con un desarrollo sano, según Erikson (Bordignon,2006), atraviesan ocho etapas desde la infancia hasta la adultez tardía. En cada etapa, la persona debe enfrentar nuevos desafíos y dominarlos. Cada etapa se basa en el éxito de las etapas anteriores, es decir que, si los retos no se completan con éxito en una fase, es de esperar que resurjan como problemas en el futuro; por lo cual es necesario que en cada etapa la persona fortalezca cada una de las dimensiones del ser humano, en este sentido, a continuación, se mencionan, algunas características de los adultos mayores.

El Ministerio de Salud de Colombia (2020) señala que las personas mayores están sujetas a la ley y la actividad social, y son responsables de sí mismas, de sus familias, de la sociedad, de su entorno inmediato y de las generaciones futuras; por lo cual es importante aclarar que, el envejecimiento de la población, que se entiende como el fenómeno del aumento progresivo de la proporción de personas mayores de 60 años, es una realidad en algunos entornos sociales, en este sentido, cabe mencionar que, según el censo DANE (2021), el 14,5%

de la población del Departamento de Santander, Colombia, está categorizada como adultos mayores, de los cuales, el 17,2 % de ellos sufre alguna tipo de discapacidad, como se expresa en el documento Características Generales del Adulto Mayor en Colombia publicado en enero del 2021.

El proceso de envejecimiento no es igual para todas las personas, ya que depende de la historia, la realidad social particular, los hábitos, la fisionomía y capacidades de cada uno; al respecto, la OMS (2015) afirma que los cambios que configuran y afectan el proceso de envejecimiento son complejos, y clasifica a la población en las siguientes categorías: Tercera edad: 60 – 74 años, Cuarta edad: 75 – 89 años, Longevos: 90 – 99 años y Centenarios: >100 años.

Para el Ministerio de Salud de Colombia (2020), “la vejez presenta la estructura social y biográfica de los últimos momentos de la vida de una persona. El envejecimiento es, entre otras cosas, un proceso heterogéneo de acumulación de necesidades humanas, restricciones, cambios, pérdidas, habilidades, oportunidades y fortalezas”, ya que biológicamente, el envejecimiento está asociado con la acumulación de diversos daños moleculares y celulares, que, con el tiempo, reduce gradualmente las reservas fisiológicas, aumentan el riesgo de muchas enfermedades y, en general, reduce las capacidades físicas y mentales de la persona. A continuación, algunas características de los adultos mayores.

5.1.1. Autonomía funcional

Como se ha mencionado con anterioridad, las capacidades físicas de las personas se deterioran con la edad, esto se relaciona con la pérdida de autonomía, ya que los adultos mayores no cuentan con la capacidad de realizar acciones de personas más jóvenes, en otras palabras, el mantenimiento de la independencia viene determinado por el grado de adecuación de las capacidades funcionales de la persona a las exigencias de las actividades que debe

realizar.

Ellenberger (1987) sostiene que la pérdida de autonomía tiene como resultado que las actividades de la vida diaria no sean cumplidas, para él, el envejecimiento involucra una disminución en cuatro campos específicos: la fuerza física, las actividades sensoriales, la memoria a corto y largo plazo (dificultades en almacenar información) y el proceso psíquico, pero la inteligencia y la creatividad no se ven afectadas por el envejecimiento normal.

Es decir, que el término de autonomía funcional hace referencia a la capacidad física que tiene el adulto mayor para llevar a cabo determinadas actividades, teniendo en cuenta el potencial físico, (por la disminución del rendimiento corporal o por morbilidad), por lo cual, hablar de autonomía funcional es referirse también a la noción de independencia conductual.

5.1.2. Deterioro cognitivo

Los adultos mayores se consideran una población vulnerable en la sociedad porque en esta etapa de la vida, se producen cambios en la función mental que conducen a una disminución o al deterioro de la función cognitiva. Los déficits cognitivos son considerados trastornos psiquiátricos, los cuales están considerados en la Ley 1616 de 2013 del Congreso de Colombia como:

Una alteración de los procesos cognitivos y afectivos del desenvolvimiento considerado como normal con respecto al grupo social de referencia del cual proviene el individuo. Esta alteración se manifiesta en trastornos del razonamiento, del comportamiento, de la facultad de reconocer la realidad y de adaptarse a las condiciones de la vida (p. 2).

Para Vivas, Andrés y Canet (2015), en la vejez los órganos sensoriales no perciben correctamente los estímulos ambientales, por lo cual la percepción puede verse afectada, y,

aunque en esta etapa, los adultos mayores cuentan con un nivel de desarrollo cognitivo alto, la flexibilidad de intelecto y la capacidad de adaptación se ven reducidos, por ello se amplía el tiempo solicitado para resolver tareas perceptivas a diferencia de los jóvenes.

En general, la capacidad de retener información en la memoria inmediata, es decir la memoria a corto plazo, se mantiene sin importar la edad. Sin embargo, en la vejez se presenta una ligera disminución de la capacidad mental al guardar y manipular la información. Según un estudio publicado por la Revista Cubana de Medicina General Integral (2005), hay ocasiones en que los trastornos de depresión, visuales, auditivos y de lenguaje afectan el funcionamiento correcto de la memoria y en algunos casos puede simular demencia; además, como lo indica Pérez Martínez (2005), “hay que tener presente también que los problemas de memoria afectan justamente al 50 % de las personas mayores de 65 años, mientras que las demencias las padecen del 5 al 10 % de esta población”.

5.1.3. Estado emocional

Los cambios físicos, cognitivos y ambientales generalmente influyen en el estado de ánimo del adulto mayor, por eso es importante que se sientan amados y acogidos tanto por la sociedad como por sus familiares, y una manera importante es permitiéndoles participar activamente en tareas del hogar, toma de decisiones y actividades familiares. La sociedad tiene que cambiar y adoptar un nuevo punto de vista en donde los adultos mayores aprendan a envejecer dignamente y fortalecer su estado emocional. Frente a esto, Lascano y Gabriel (2017) afirman que los adultos mayores

se enfrentan no sólo a cambios físicos o a cambios que involucran un deterioro cognitivo, sino que también es probable que manifiesten ciertos sentimientos de abandono o soledad que podrían ser causados a raíz de que algunas veces sus familiares no los comprenden y más bien los toman como si fueran una carga (p. 35).

Es decir, que, los adultos mayores también son vulnerables a nivel emocional dado a los cambios a los que están expuestos al perder capacidad funcional física y cognitivamente, esto aumenta el miedo de abandono, poca participación familiar y social, y, entre otras cosas, pérdida de sentido de vida.

Conforme a lo anterior, las diferentes estrategias musicales propuestas en el presente proyecto propenden al fortalecimiento de la funcionalidad física (a través de la expresión corporal) y cognitiva (por medio de la remembranza y la memoria), así mismo, contribuyen al bienestar emocional con espacios de participación lúdicos artísticos.

5.2. Cuidado

Después de abordar algunas características del adulto mayor, a continuación, se realizará una aproximación al concepto de cuidado, que, en un sentido ético es comprendido como un acto de responsabilidad y reconocimiento hacía el otro, en este sentido, desde el punto de vista de Colliere (1993)

Cuidar es una acción individual que la persona ejerce sobre sí misma, pero es también un acto de reciprocidad que se tiende a ofrecer a cualquier persona hasta que pueda valerse por sí misma (autonomía) o a quienes temporal o definitivamente, requieren ayuda para asumir sus necesidades vitales (p. 25).

Por otro lado, para Watson (1979), “el cuidado se manifiesta en la práctica interpersonal, que tiene como finalidad promover la salud y el crecimiento de la persona”, en disciplinas como la enfermería, el concepto “cuidado” hace referencia a la esencia del quehacer profesional, por lo cual, en la práctica, los cuidadores establecen una relación con el paciente.

Por su parte, Gundelach (2016) afirma que el cuidado es un bien moral, que otorga reconocimiento y valor a la persona, y que, además procura dignificar la vida y de esta manera, brindar herramientas para que el otro asuma la vulnerabilidad propia del ser humano.

Por otra parte, cabe resaltar, que es necesario que los cuidadores tengan una preparación espiritual, social, emocional y mental, puesto que son personas que ejecutan un trabajo arduo a nivel personal y profesional, debido a que tienen que permanecer en estado de alerta ante cualquier situación que pueda afectar a la persona que cuidan.

En el caso específico del cuidado al adulto mayor, éste tiene que responder al logro del fortalecimiento de diferentes dimensiones, como la cognitiva, la emocional, espiritual y social, y no solo, la parte de salud física, por lo cual, la música puede ser una estrategia mediadora, que permita el bienestar integral de los ancianos, como es la propuesta metodológica del presente trabajo.

5.3. Música

Gerardo García Naumis (2016) define a la música como "el arte de combinar sonidos de manera armónica" que puede generar en el adulto mayor procesos de remembranza⁵ que conllevan a generar un alto impacto emocional vinculado, en muchos casos, a lazos afectivos a lo largo de su vida.

Según el National Institute of Health (2011), la música es capaz de evocar fuertes emociones positivas y elevar el estado de ánimo de las personas. Entre otras cosas, la música puede reducir el nivel de cortisol del cuerpo, una hormona que puede contribuir a la sensación de estrés y ansiedad. También puede desencadenar otras reacciones químicas en el cerebro, estimulando sentimientos positivos.

La historia de la música abarca todas las culturas y épocas conocidas, ya que es expresión de diferentes realidades culturales, económicas y sociales, en algunos casos, la música también es expresión de inconformidades y protestas.

⁵ Es la función del cerebro que permite al organismo codificar, almacenar y recuperar información del pasado

La música conmueve, inspira y, a veces, cura.⁶ Es una concepción muy válida para todos, especialmente para los adultos mayores que pueden enfrentar aislamiento, depresión, tristeza, deterioro cognitivo o dolor, más que todo después del confinamiento a causa del covid, por lo cual, en el marco de este proyecto, las intervenciones se llevaron a cabo partiendo de la premisa que los ancianos son seres funcionales y que la música puede contribuir a su bienestar integral.

Las personas, aprenden completamente a través de la repetición y la imitación, incluso de la escuela y la experiencia personal de la vida. Por ello, es necesario desarrollar una serie de actividades para llamar la atención de las personas mayores y llevar una mejor calidad de vida. Es en este punto donde la música y las múltiples habilidades que se desarrollan por medio de la misma, toman un mayor grado de importancia como principal medio de intervención que se hace transversal en el desarrollo y cuidado del adulto mayor.

5.3.1. *Terapia musical*

La musicoterapia es el uso de la música para mejorar tanto la salud física como la mental en las personas más allá de su papel principal para satisfacer exigencias estéticas en el ser humano. Hace más de 60 años se estableció el programa oficial de grado del departamento de Musicoterapia en los Estados Unidos, consolidado como una técnica clínica que influye en diversos campos basados en la investigación activa y diversa. En otras palabras, la musicoterapia es una técnica clínica que mejora la salud mental y física del paciente a través de una interacción activa o pasiva con la música y un musicoterapeuta capacitado profesionalmente.

⁶ Mental Health, Naturally: The Family Guide to Holistic Care for a Healthy Mind and Body (Copyright © 2010 American Academy of Pediatrics)

5.3.2. *Música y emociones*

En 2001, Blood y Zatorre mediante resonancias magnéticas funcionales estudiaron los cerebros de músicos que escuchaban el tercer concierto para piano en Re menor de Rachmaninoff; al hacerlo, observaron una activación en las áreas del cerebro involucradas en la excitación y en la generación de placer.

Por otra parte, Stefan Koelsch al estudiar los efectos de la música en personas no músicos, concluyó que la música disonante (no agradable) activa regiones cerebrales asociadas al miedo y, la música consonante (agradable), permite tanto experimentar emociones positivas y como la memorización de la música.

Así mismo, Drapeau (2009) demostró que personas con enfermedades mentales siguen siendo capaces de reconocer las emociones transmitidas por la música.

Lo anterior, permite inferir que la música puede provocar reacciones y emociones en las personas, lo que puede generar cambios a nivel físico, psicológico y social. En el caso de los adultos mayores, a pesar del deterioro cognitivo, pueden evocar emociones a través de la música, que pueden a su vez, mejorar su estado de ánimo y de esta manera, contribuir a su bienestar integral.

5.3.3. *La música y la educación*

La educación musical permite el desarrollo de diferentes capacidades del ser humano, como lo expresa Arguedas (2003), quien asegura que la música “se convierte en un elemento didáctico de gran importancia para el desarrollo cognitivo, afectivo y psicomotor que estimula la creatividad, la originalidad y espontaneidad innatas de la niñez y de las personas adolescentes”, porque en la enseñanza y aprendizaje de la música, las emociones evocadas favorecen a la libre expresión del cuerpo en diferentes formas; rítmico, armónico, instrumental

y vocal. Para los adultos mayores, la educación musical o la práctica musical, puede generar efectos favorables en sus dinámicas cotidianas, fortaleciendo la salud física y mental.

Después de abordar las categorías propuestas: *adulto mayor*, *cuidado* y *música*, se puede concluir que los efectos positivos de la música en la salud física y mental de las personas, pueden contribuir en el cuidado de una población vulnerable como es el caso de los adultos mayores, al brindar herramientas para el fortalecimiento de la memoria, de la expresión corporal y del bienestar emocional.

6. Metodología

Teniendo en cuenta que el objetivo del presente proyecto es “Diseñar estrategias musicales que brinden calidad de vida al Adulto Mayor, en el Centro Geriátrico Asilo San Rafael, en la ciudad de Bucaramanga”, la metodología seleccionada es cualitativa, que permite reflexionar sobre la influencia de la música en el cuidado del adulto mayor a través del análisis de los datos recolectados por medio de la observación, la intervención musical y las entrevistas. En este apartado, se presentan las fases del proyecto y se detalla brevemente el contexto del Asilo San Rafael.

6.1. Fases del Proyecto

El proyecto está estructurado en cuatro fases, según la guía PMBok donde se establecen cuáles son los parámetros para la gestión exitosa de proyectos. Las fases definen el desarrollo y alcance del mismo a través de procesos organizados que se mencionan a continuación:

Fase 1. Iniciación: En esta fase, la propuesta de proyecto se presentó al Comité de Proyectos de grado de la Escuela de Música para su aprobación; esta acción fue realizada en el semestre 2020-1; adicionalmente, se inició con la investigación bibliográfica para la construcción de los Antecedentes y del Marco Teórico.

Fase 2. Planeación: en esta fase se establecieron los objetivos, el alcance, la Institución donde se realizaron las intervenciones, la planeación de las sesiones, la metodología de intervención, el método de recolección de información y el análisis de la información, por lo cual, se diseñaron los formatos correspondientes:

1. Formato de manejo de datos personales (Apéndice 1).
2. Formato de diario de campo (Apéndice 2).
3. Formato de Entrevista (Apéndice 3).
4. Formato de evaluación de la Intervenciones (ver capítulo 7, cuadro 2).

Fase 3. Ejecución: el proyecto se desarrolló en los meses de agosto y septiembre del 2021, con un total de 11 intervenciones musicales con una duración de 90 minutos cada una, en el asilo San Rafael en la ciudad de Bucaramanga.

En cada sesión se recolectaron los datos a través del diario de campo y entrevistas no estructuradas a los adultos mayores, personal asistencial y directivas, así mismo, se obtuvo evidencia audiovisual.

Fase 4. Evaluación: En esta etapa se realizó el análisis de la información recolectada en cada una de las sesiones, y se contrastó con el marco teórico, lo que permitió evaluar el impacto de las estrategias para el cuidado del adulto mayor, que están explícitas en las conclusiones, además, se terminó el producto audiovisual.

6.2. Contexto del Asilo San Rafael

Antes de abordar el contexto del Asilo San Rafael, es necesario hacer una aproximación a la definición de asilo, el cual, según el diccionario en español de la Universidad de Oxford es un “establecimiento benéfico en el que se recoge y asiste a personas pobres o desvalidas”, en

el caso de los Adultos Mayores, son instituciones que brindan atención integral a la población, desde la vivienda, alimentación, cuidado, y demás aspectos necesarios para la vida digna.

Generalidades del Asilo San Rafael

El Asilo San Rafael es una institución sin ánimo de lucro que brinda cuidado integral a 140 adultos mayores en situación de vulnerabilidad familiar, social y económica. Fue fundado en 1943 gracias a la acción solidaria de un grupo de ciudadanos.

Según información suministrada por la administración del Asilo, la misión de la institución es: “Somos una entidad sin ánimo de lucro, del oriente colombiano dedicada al cuidado del adulto mayor, ofreciendo la oportunidad de vivir una vida más digna y justa; contando con la colaboración de un equipo humano profesional, con alta responsabilidad social y comprometido con el servicio y bienestar de los adultos mayores”.

Actualmente, es regentado por la comunidad religiosa Hijas de la Caridad de San Vicente de Paúl, y brinda servicios de estadía y alojamiento, terapia ocupacional, fisioterapia, cuidados de enfermería, aseo y salud personal, nutrición y alimentación, y, trabajo social, a los adultos mayores de la ciudad de Bucaramanga y lugares aledaños.

Así mismo cuenta con programas de Centro Vida que brinda servicios de calistenia, orientación nutricional, trabajo social, teoterapia, psicología, lúdica, recreación y alfabetización.

Descripción de la Población del Asilo San Rafael

El asilo, actualmente, tiene un total de 140 residentes que requieren cuidados profesionales, de los cuáles, 80 tienen capacidad funcional plena, 60 tienen capacidad funcional reducida, por lo cual 50 están en sillas de ruedas y 10 usan caminadores con una edad promedio de los adultos mayores de San Rafael que oscila entre 60 y 85 años.

Algunos residentes, en entrevistas realizadas por el equipo del proyecto, manifiestan que llegaron al asilo por diferentes realidades como abandono familiar, escasez económica y problemas de salud física y mental; específicamente, hicieron referencia a la soledad, como factor clave para tomar la decisión de estar en el asilo, otros por su parte, manifestaron que antes de llegar a San Rafael, vivían con sus familias, pero, las familias tomaron la decisión de internarlos, incluso algunos no volvieron a tener contactos con ellos, generando en muchos de ellos depresión, hasta el punto de pensar en el suicidio.

Respecto a las relaciones interpersonales, los adultos mayores manifiestan que estar internos y convivir con personas con culturas diferentes es un factor que afecta el ambiente social, ya que las costumbres, pensamientos y formas de hacer las cosas varía, y llegar a consensos, en algunas ocasiones, no es fácil, sin embargo, en general cuentan con un ambiente sano y agradable para los residentes del lugar a tal punto de sentirse como en familia, de igual manera, expresan que los trabajadores del lugar, son cariñosos, éticos, responsables y atentos con sus necesidades.

La pandemia de COVID 19 ocasionó algunos cambios en el estado emocional de los residentes, como miedo, estrés e incertidumbre, porque algunos residentes del lugar fallecieron a causa del virus, lo que afectó también la convivencia del lugar. También, manifestaron que por el aislamiento generado por la situación de salud pública, las visitas de las familias al interior del hogar fueron canceladas, al igual que las salidas de los adultos mayores; esto generó en ellos sentimientos de tristeza, abandono y soledad.

7. Estrategias musicales en el cuidado del adulto mayor

El proyecto tiene como finalidad aportar herramientas para el cuidado del adulto mayor a través de la implementación de estrategias musicales, por lo cual, se diseñaron tres estrategias que durante los meses de agosto y septiembre del año 2021 se llevaron a cabo en las

instalaciones del Asilo San Rafael. En el presente capítulo se detalla la población beneficiada, el diseño de las estrategias, el desarrollo de las intervenciones y el análisis de la información recolectada.

7.1. Población beneficiaria del proyecto

En cada una de las sesiones participaron un total de 30 adultos mayores, de los cuales, 20 tenían movilidad reducida y los demás contaban con capacidad funcional plena. La edad de los participantes oscila entre 60 y 85 años de edad, todos del género masculino, un pequeño grupo de los asistentes provenían de ciudades diferentes como Bogotá y Medellín, de la costa Atlántica y el centro del país.

Figura 1

Espacio físico de la intervención musical (Asilo San Rafael, 2021)



En la figura 1., se puede evidenciar que el espacio físico donde se realizaban las intervenciones musicales era adecuado para la población participante.

7.2. Diseño de Estrategias Musicales

De acuerdo al contexto socio histórico del Asilo San Rafael y a diferentes posturas académicas que aseguran un impacto positivo de la música en el desarrollo de habilidades físicas y mentales, como el mejoramiento del estado de ánimo, se diseñaron tres estrategias musicales para las intervenciones con los Adultos Mayores, cada estrategia involucra un tema específico: Interpretar varios géneros musicales, música instrumental y música para la estimulación por medio de textos con mensajes, como se puede evidenciar en el Cuadro 1. Estrategias Musicales.

Tabla 1

Cuadro de estrategias musicales

Nombre de la Estrategia	Géneros Musicales	Objetivo
Estrategia 1. Música para el cuerpo	Tropical, merengue, salsa, carranga, rancheras, popular, boleros, baladas, caribeña	Interpretar variados géneros musicales que sean atractivos para los adultos mayores del Asilo San Rafael
Estrategia 2. Música para el corazón	Música colombiana (Vals, pasillo, bambuco), música clásica, baladas solo instrumentales.	Aplicar la música instrumental como método de relajación para los adultos mayores.

Estrategia 3. Música para el alma	Música ambiental instrumental, cristiana con mensajes.	Combinar los estímulos musicales con mensajes de reflexión y motivación
-----------------------------------	--	---

Las estrategias se llevaron a cabo a través de 11 intervenciones musicales en el Asilo, cada intervención tuvo una duración de 90 minutos, las cuales se dividieron en tres momentos:

Momento 1. Rutina

En este momento, los estudiantes saludaban a los asistentes, realizaban la presentación personal y compartían con los adultos mayores un mensaje con el fin de motivarlos, animarlos y fortalecerlos emocionalmente.

Momento 2. Desarrollo de la actividad

Los estudiantes interpretaron mínimo 10 canciones de acuerdo a la estrategia correspondiente, y asimismo, se realizaron algunas actividades complementarias para mejorar el estado de ánimo de los participantes, como el baile, la participación activa en las interpretaciones, motivándolos a cantar y compartir con el grupo.

Momento 3. Finalización

Para finalizar la sesión, los estudiantes tenían un espacio de interacción con los participantes para conocer sus reacciones respecto a la intervención realizada en el desarrollo de la actividad.

A continuación, se presenta la estructura de las tres estrategias diseñadas para la implementación del proyecto, cabe resaltar que las estrategias 1 y 2 se realizaron cuatro veces y la estrategia 3, tres veces; en cada caso, la estructura no varía, solo cambian el repertorio musical, mensajes y reflexiones.

Figura 2

Diseño de la estrategia 1. Música para el cuerpo

 Universidad Industrial de Santander		UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER LICENCIATURA EN MÚSICA ASILO SAN RAFAEL PROYECTO DE GRADO			
LUGAR	Asilo San Rafael	FECHAS	24/08/2021 02/09/2021 03/09/2021 12/09/2021	Estrategia No.	1
PRACTICANTE	Elkin Fernando Galvis Velasco Andrés Laureano Gámez Jazmín Ponce Margy Cristina Quiroz Quiñones	NOMBRE DE LA ESTRATEGIA	MÚSICA PARA EL CUERPO		
OBJETIVO DE LA ESTRATEGIA	Interpretar variados géneros musicales que sean atractivos para los adultos mayores del Asilo San Rafael				
INDICADOR DE DESEMPEÑO					
COGNITIVA	Reconoce el repertorio musical y lo asocia a su vida.				
PROCEDIMENTAL	Participa de las intervenciones a través del baile u otras expresiones corporales.				
ACTITUDINAL	Manifiesta sus emociones a través de expresiones verbales y no verbales.				
MOMENTOS	DESCRIPCION	RECURSOS	DURACION		
RUTINA	En este momento, los estudiantes saludan a los adultos mayores, entablando un dialogo amigable con ellos. Además, se hace una breve introducción sobre la sesión de la jornada y se motiva a que participen de manera activa.	Voz Cabina de sonido	20 minutos		
DESARROLLO	Dando inicio a las actividades musicales, interpretarán en un promedio de 10 temas musicales de diferentes géneros y estilos como lo son Tropical, merengue, salsa, carranga, rancheras, popular, boleros, baladas, caribeña algunos temas en específico como: Noches de media luna, mi pensamiento, tus ojos, amargo y dulce, entre otras. En medio de cada una de las intervenciones los estudiantes motivarán a los adultos mayores la participación a través de expresiones corporales tales como el movimiento de sus brazos, el baile, las palmas entre otras expresiones corporales.	Voz Cabina de sonido Instrumentos video	50 minutos		
ACTIVIDADES DE FINALIZACION	Los estudiantes agradecen la participación de los Adultos Mayores y realizan preguntas para conocer las opiniones de los asistentes, así mismo, se interroga por las emociones que genera en ellos la intervención.	Voz Cabina de sonido	20 minutos		

Figura 3

Diseño de la estrategia 2. Música para el corazón

 Universidad Industrial de Santander		UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER LICENCIATURA EN MÚSICA ASILO SAN RAFAEL PROYECTO DE GRADO			
LUGAR	Asilo San Rafael	FECHAS	26/08/2021 30/08/2021 08/09/2021 15/09/2021	Estrategia No.	2
PRACTICANTE	Elkin Fernando Galvis Velasco Andrés Laureano Gámez Jazmín Ponce Margy Cristina Quiroz Quiñones	NOMBRE DE LA ESTRATEGIA	MÚSICA PARA EL CORAZÓN		
OBJETIVO DE LA UNIDAD	Aplicar la música instrumental como método de relajación para los adultos mayores.				
INDICADOR DE DESEMPEÑO					
COGNITIVA	Reconoce El repertorio musical y lo asocia a su vida.				
PROCEDIMENTAL	Participa de las intervenciones a través del baile u otras expresiones corporales.				
ACTITUDINAL	Manifiesta sus emociones a través de expresiones verbales y no verbales.				
	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	DURACION		
RUTINA	En este momento, los estudiantes saludan a los adultos mayores, entablando un dialogo amigable con ellos. Además, se hace una breve introducción sobre la sesión de la jornada y se motiva a que participen de manera activa.	Voz Sonido	20 minutos		
DESARROLLO	Para iniciar con la intervención musical se tendrán en cuenta algunos géneros musicales como Música colombiana (Vals, pasillo, bambuco), música clásica, tangos, baladas solo instrumentales. Destacando algunos temas como: La gata golosa, la cama vacía, pescador lucero, que vivan los novios, entre otros temas musicales. Durante las canciones, los estudiantes motivan a los adultos mayores para que participen a través de expresiones corporales, como el baile o movimiento de los brazos. Entre canciones los estudiantes, interactúan con los adultos mayores a través del dialogo para conocer sus preferencias musicales, los recuerdos que genera la música en ellos y para animar su participación activa.	Voz Instrumentos Video Sonido Equipo audio visual	50		
ACTIVIDADES DE FINALIZACION	Los estudiantes agradecen la participación de los adultos mayores y realizan preguntas para conocer las opiniones de los asistentes así mismo, se interroga por las emociones que genera en ellos la intervención.		10 minutos		

Figura 4

Diseño de la estrategia 3. Música para el alma

 UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER LICENCIATURA EN MÚSICA HOSPITAL NUESTRA SEÑORA DE GUADALUPE PROYECTO DE GRADO				
LUGAR	Asilo San Rafael	FECHAS	07/09/2021 10/09/2021 15/09/2021	Estrategia No. 3
PRACTICANTE	Elkin Fernando Galvis Velasco Andrés Laureano Gámez Jazmín Ponce Margy Cristina Quiroz Quiñones	NOMBRE DE LA ESTRATEGIA	MÚSICA PARA EL ALMA	
OBJETIVO DE LA UNIDAD	Combinar los estímulos musicales con mensajes de reflexión y motivación.			
INDICADOR DE DESEMPEÑO				
COGNITIVA	Reconoce El repertorio musical y lo asocia a su vida.			
PROCEDIMENTAL	Participa de las intervenciones a través del baile u otras expresiones corporales.			
ACTITUDINAL	Manifiesta sus emociones a través de expresiones verbales y no verbales.			
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
RUTINA	Este es un momento, los estudiantes saludan a los adultos mayores y entablan un dialogo amigable con ellos. Además, se hace una breve introducción sobre la sesión de la jornada y se motiva a que participen de manera activa.	RECURSOS	DURACION	
		Voz Sonido	20 minutos	
DESARROLLO	Los estudiantes interpretarán un promedio de 10 temas de diversos géneros musicales destacando algunos como: Música ambiental instrumental, de alabanza y adoración con mensajes algunos temas como: Al final de Lily Goodman el camino de la vida, Aleluya Il divo. Durante los cambios de temas, los estudiantes compartieron poemas tales como: Oda a edad de Pablo Neruda, mis abuelos son mi vida, las manos del abuelo entre otros. Sumado a esto se motivan a los adultos mayores para que participen a través de expresiones corporales, como el baile o movimiento de los brazos. Entre canciones los estudiantes, interactúan con los adultos mayores a través del dialogo para conocer sus preferencias musicales, los recuerdos que genera la música en ellos y para animar su participación activa.	Voz Instrumentos Video Sonido Equipo audio visual	50	
ACTIVIDADES DE FINALIZACION	Los estudiantes agradecen la participación de los adultos mayores y realizan preguntas para conocer las opiniones de los asistentes así mismo, se interroga por las emociones que genera en ellos la intervención.		10 minutos	

En cada sesión se recolectó información a través del diario de campo y entrevistas a los adultos mayores, personal operativo y administrativo; también se obtuvo evidencia audiovisual.

Después de cada sesión, el equipo líder del proyecto, conforme a lo observado en las intervenciones, realizaba el diligenciamiento del Formato de Evaluación de Intervenciones para conocer el impacto de la estrategia en la población beneficiada. Dicho formato funcionaba a partir de cuatro convenciones, que son las siguientes:

1. No se observa ningún tipo de manifestación física y/o emocional.
2. Ocasionalmente su participación es activa, con muestras actitudinales y emocionales notorias de agrado correspondientes a las actividades.
3. Manifiesta interés por las actividades musicales sugeridas aun cuando se le presentan algunas dificultades.
4. Su participación fue constante y productiva

Tabla 2*Formato de evaluación de intervenciones musicales*

EXPRESIÓN Y APRECIACIÓN	Evaluación			
	1	2	3	4
Expresan opiniones a los estudiantes sobre la música				
Cantan las canciones que se están interpretando				
Se evidencia expresión de sentimientos con la música				
Expresan felicidad				
Expresan tristeza				
Expresan tranquilidad				
Participan e interactúan entre sí				
Participan e interactúan con el personal del lugar				
Dan opiniones sobre el repertorio que les gustaría escuchar				
Hay manifestación de memoria auditiva				
Coordinación motora de extremidades superiores				

7.3. Intervenciones musicales

Como se ha mencionado con anterioridad, en total se realizaron 11 sesiones musicales en el Asilo San Rafael, en el Cuadro 3. Cronograma de Sesiones, se relacionan las fechas y las estrategias implementadas en las intervenciones.

Tabla 3

Cuadro cronograma de sesiones

Fecha	Estrategia
24/08/2021 SESIÓN N° 1	Estrategia 1 Música para el cuerpo
26/08/2021 SESIÓN N° 2	Estrategia 2 Música para el corazón.
30/08/2021 SESIÓN N° 3	Estrategia 2 Música para el corazón.
02/09/2021 SESIÓN N° 4	Estrategia 1 Música para el cuerpo
03/09/2021 SESIÓN N° 5	Estrategia 1 Música para el cuerpo
07/09/2021 SESIÓN N° 6	Estrategia 3 Música para el alma.
08/09/2021 SESIÓN N° 7	Estrategia 2 Música para el corazón.
10/09/2021 SESIÓN N° 8	Estrategia 3 Música para el alma.
12/09/2021 SESIÓN N° 9	Estrategia 1 Música para el cuerpo
13/09/2021 SESIÓN N° 10	Estrategia 3 Música para el alma.
15/09/2021 SESIÓN N° 11	Estrategia 2 Música para el corazón.

Las sesiones se desarrollaron en el quiosco del Asilo San Rafael, el cual es un espacio abierto y ventilado, con acceso fácil para el ingreso de los adultos mayores, sin embargo, al ser un espacio abierto la acústica se veía afectada, por lo cual, en las intervenciones se emplearon cabinas de sonido y micrófono con sus respectivas bases, mezclador de sonido, y todos los elementos necesarios para un funcionamiento adecuado.

Para las interpretaciones musicales, se usaron instrumentos como piano digital, saxofón, violín, chelo, guitarra acústica, bajo eléctrico y percusión menor, como guacharaca, pandereta, claves y egg shaker o ganzá, también se usaron pistas instrumentales.

Figura 5

Intervención musical en el Asilo San Rafael (2021)



7.4. Generalidades de la información recolectada

Para evaluar el impacto de las estrategias musicales en la población del Asilo San Rafael, se implementaron tres mecanismos de recolección de información: Diario de Campo, donde se relató la experiencia de cada sesión, las entrevistas a profundidad a los adultos mayores y personal del Asilo, para conocer su punto de vista sobre el trabajo realizado, y el Formato de Evaluación de las Intervenciones, para medir la satisfacción de los participantes. A continuación, se mencionan los aspectos más relevantes encontrados después de analizar la información.

7.4.1. Diario de campo

Desde la primera sesión de intervención musical, se evidenció el interés de los adultos mayores de participar en las sesiones musicales, se percibió una población anímica y

participativa, así mismo, en algunas ocasiones, se mostraban serios y problemáticos entre ellos mismos.

En cada sesión mostraban curiosidad por saber qué sorpresas se les llevaba ese día, y a medida que avanzaban las sesiones musicales su interés en participar y asistir aumentaban. La mayoría de veces acompañaban las canciones con sus palmas, sonrisas, cantos, bailes, movimientos de manos, algunas lágrimas de recuerdos y anécdotas que les traían las canciones. Por otra parte, habían residentes que se mostraron distantes y no a gusto del todo, debido a que manifiestan una mayor sensibilidad a los sonidos fuertes, sin embargo, en este punto cabe aclarar que, los volúmenes de la amplificación de los instrumentos fueron manejados moderadamente.

Durante las sesiones que pertenecen a cada estrategia, la mayoría de los participantes desde sus capacidades físicas, cognitivas y psicológicas participaron de forma interesada y expresaron su estado anímico con movimientos corporales como el baile, tocar un instrumento, movimiento de brazos, golpear las palmas de las manos, entre otros, como manifestación de felicidad y agrado.

En la primera estrategia “Música para el cuerpo” se pudo constatar que las intervenciones producían alegría a los adultos mayores, puesto que en esta primera estrategia se compartieron canciones de diversos géneros musicales que hacían referencia a la época de juventud de la población. Algunos de los asistentes aún con capacidades físicas reducidas se levantaron de sus puestos e invitaron tanto a personal de enfermería como a las estudiantes de la UIS para que los acompañaran a bailar.

Figura 6

Sesión de la Estrategia 1. Música para el cuerpo



Respecto a la segunda estrategia “Música para el Corazón”, los participantes manifestaron nostalgia, relajación y alegría al escuchar las canciones interpretadas instrumentalmente, en esta estrategia se les permitió un espacio a los adultos para que estuvieran en el escenario para cantar o tocar algún instrumento de percusión menor, algunos se animaron a estar en el escenario y otros se vincularon a las actividades musicales desde su puesto tocando instrumentos de percusión menor tales como guacharaca, pandereta, claves y egg shaker o ganzá.

Figura 7

Sesión de la Estrategia 2. Música para el corazón



En la tercera estrategia “Música para el alma”, también se evidenció nostalgia, pero se hicieron evidentes otros sentimientos no identificados con las estrategias anteriores, como lo son la tristeza y la melancolía.

Como parte de la estrategia, se compartieron mensajes, poemas y canciones para ellos, por lo cual, después de cada canción o mensaje, se preguntó a los asistentes qué recuerdos, emociones o historias llegaron a ellos a través al escuchar la canción o el mensaje, algunos lloraron sin comentar nada, en cambio otros contaban vivencias y recuerdos de su vida. Otra actividad fue brindar un espacio para que contaran vivencias, historias, poemas o chistes, lo que ellos consideraban pertinente compartir con sus compañeros, la mayoría de adultos que se motivaron a hablar fue para contar chistes, adivinanzas o trovas a diferencia de unos pocos que al saber que ese día se iba a realizar la actividad prepararon poemas y coplas dirigidas al personal de directivas, personal de asistencia y a los estudiantes de la UIS.

Figura 8

Sesión de la Estrategia 3. Música para el alma

**7.4.2. Entrevistas**

En el transcurso del proyecto, se realizaron entrevistas a profundidad a 10 adultos mayores del Asilo San Rafael, quienes con agrado aceptaron responder las preguntas en relación con el contexto del asilo y con las intervenciones realizadas, así mismo se encontraron aspectos en común en sus declaraciones, los cuales se organizaron en el Cuadro 4. Aspectos comunes de las entrevistas a profundidad.

Tabla 4*Cuadro de aspectos comunes de las entrevistas a profundidad*

POSITIVOS	POR MEJORAR	SUGERENCIAS
El Asilo cuenta con espacios adecuados, amplios y de esparcimiento para los adultos mayores	Las respuestas coinciden en que no hay aspectos por mejorar.	Continuar con las actividades que se desarrollan en el asilo San Rafael.
Cuenta con un personal calificado en el cuidado especial para el adulto mayor.		Continuar con la implementación de estrategias musicales que contribuyan al cuidado y al bienestar integral de los adultos mayores.
El trato recibido por parte de las hermanas Hijas de la Caridad de San Vicente de Paul los hace sentir respetados.		
Los asistentes a las actividades agradecen las		

<p>intervenciones musicales, dado que además de propiciar un ambiente agradable y de sano esparcimiento fortalece su estado de ánimo.</p>		
<p>Manifestaron que los estudiantes de la UIS además de ser respetuosos, contribuyeron a través de su talento al bienestar integral.</p>		
<p>Para ellos las estrategias musicales si aportan al cuidado integral dado que fortalece la dimensión psicológica y emocional del ser humano.</p>		

7.4.3. Formato de evaluación de las intervenciones

En cuanto al formato de evaluación de las intervenciones, al terminar cada sesión, los líderes del proyecto hicieron la evaluación correspondiente a través del formato donde se analizaron 11 ítems, cada uno de ellos se evaluaba de 1 a 4, donde 1 hace referencia a “No se observa ningún tipo de manifestación física y/o emocional”, el 2 es “Ocasionalmente su participación es activa, con muestras actitudinales y emocionales notorias de agrado

correspondientes a las actividades”, el 3 corresponde a “Manifiesta interés por las actividades musicales sugeridas aun cuando se le presentan algunas dificultades”, y por último, el 4 es “Su participación fue constante y productiva”. Después de diligenciar los 11 Formatos de Evaluación de las Intervenciones, se promedió los resultados de cada ítem, para evidenciar el impacto del trabajo realizado.

Expresión de opiniones

El primer ítem es *Expresan opiniones a los estudiantes sobre la música* y hace referencia a la libre opinión de parte de los adultos mayores a la música seleccionada para las sesiones, en este caso la mayoría de adultos mayores expresaron su agrado por el repertorio escogido sin embargo hubo algunos adultos mayores que mostraron indiferencia al momento de hablar.

Tabla 5

Cuadro de adultos mayores que expresan opiniones sobre la música

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón.	4	4,0
Estrategia 3. Música para el alma	3	4,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que en todas las estrategias se el promedio fue de 4,0.

Canto de las canciones interpretadas

La mayoría de adultos cantaron fragmentos de las canciones, aunque no pudieran pronunciar bien por la falta de su dentadura.

Tabla 6*Cuadro de adultos mayores que cantan las canciones interpretadas*

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón.	4	4,0
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,6

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que la estrategia con mayor porcentaje en este ítem fue la primera y segunda estrategia con un 4,0 y la de menor porcentaje fue la tercera estrategia con 3,6.

Expresión de sentimientos

Se evidencia expresión de sentimientos con la música. con esto se trató de captar hasta la más pequeña expresión facial, a algunos adultos era muy difícil descifrar si era de su agrado las canciones puesto que eran adultos mayores completamente dependientes y estaban en sillas de ruedas; aun así, mostraban indicios de felicidad o tristeza dependiendo de la estrategia trabajada.

Tabla 7*Cuadro de adultos mayores que expresan sentimientos*

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón.	4	3,75
Estrategia 3. Música para el alma	3	4,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fueron la primera y tercera estrategia con un 4,0 y la de menor porcentaje fue la segunda estrategia con 3,75.

Expresión de felicidad

Con este apartado se quería captar toda expresión o movimiento motora que indicara un atisbo de felicidad, ya fuera desde una sonrisa hasta los aplausos o baile.

Tabla 8

Cuadro de adultos mayores que expresan felicidad

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón.	4	3,75
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la primera estrategia con un 4,0 y la de menor porcentaje fue la tercera estrategia con 3,0.

Expresión de tristeza

Expresan tristeza, en este ítem la el objetivo es observar las expresiones de los adultos mayores con atención para captar emociones como la melancolía, soledad, nostalgia o aflicción.

Tabla 9

Cuadro de adultos mayores que expresan tristeza

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	1,25

Estrategia 2 Música para el corazón.	4	1,5
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la tercera estrategia con un 3,0 y la de menor porcentaje fue la primera estrategia con 1,25.

Expresión de tranquilidad

En este apartado se observan las expresiones de paz, serenidad, calma y sosiego en el adulto mayor dependiendo de las estrategias planteadas.

Tabla 10

Cuadro de adultos mayores que expresan tranquilidad

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	2,25
Estrategia 2 Música para el corazón	4	3,75
Estrategia 3. Música para el alma	3	2,6

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la segunda estrategia con un 3,75 y la de menor porcentaje fue la primera estrategia con 2,25.

Participación e interacción entre los adultos mayores

El objetivo de este ítem es examinar a los adultos mayores en el intercambio conversacional, emocional y su participación entre ellos mismos durante las sesiones.

Tabla 11

Cuadro de adultos mayores que participan e interactúan entre sí

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	3,75
Estrategia 2 Música para el corazón	4	1,5
Estrategia 3. Música para el alma	3	2,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la primera estrategia con un 3,75 y la de menor porcentaje fue la segunda estrategia con 1,5.

Participación e interacción con el personal del asilo

Este ítem está con el objetivo de analizar la interacción de los adultos mayores con el personal de enfermería, aseo, administrativo y con los estudiantes de la UIS durante las sesiones.

Tabla 12

Cuadro de adultos mayores que participan e interactúan con el personal del asilo

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón	4	3,75
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,33

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la primera estrategia con un 3,75 y la de menor porcentaje fue la segunda estrategia con 1,75.

Opiniones sobre el repertorio

Este apartado es importante, puesto que los adultos mayores a medida que avanza las sesiones la intención es que aumente la confianza con los estudiantes y puedan opinar sobre las canciones que desean escuchar ya sea por un recuerdo en específico o solo por un gusto.

Tabla 13

Cuadro de adultos mayores que opinan sobre las canciones que quieren escuchar

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón	4	3,75
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,33

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la primera estrategia con 4,0 y la de menor porcentaje fue la tercera estrategia con 3,33.

Manifestación de la memoria auditiva

El objetivo de este ítem es analizar la memoria a largo y corto plazo de los adultos dependiendo de los géneros de su agrado, se realizaron actividades para observar si se acordaban de poemas, historia, etc, o que pasaran al escenario a cantar canciones de su época.

Tabla 14

Cuadro de adultos mayores que manifiestan memoria auditiva

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón	4	4,0

Estrategia 3. Música para el alma	3	3,6
-----------------------------------	---	-----

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fueron la primera y segunda estrategia con un 4,0 y la de menor porcentaje fue la tercera estrategia con 3,6.

Coordinación motora de extremidades superiores

En este apartado se observa los movimientos tanto en su torso, brazos y cabeza, que indiquen felicidad, excitación o agitación a causa de las canciones expuestas en las sesiones.

Tabla 15

Cuadro de la observación de coordinaciones motoras de extremidades superiores en los adultos mayores

<i>ESTRATEGIA</i>	<i>No. de intervenciones</i>	<i>Promedio de evaluación</i>
Estrategia 1 Música para el cuerpo	4	4,0
Estrategia 2 Música para el corazón	4	3,25
Estrategia 3. Música para el alma	3	3,0

Al hacer el promedio del formato de evaluación se observa que las estrategias con mayor porcentaje en este ítem fue la primera estrategia con un 4,0 y la de menor porcentaje fue la tercera estrategia con 3,0.

7.5. Análisis de la Información recolectada

De acuerdo a los datos recopilados a través de los mecanismos de recolección de información que se mencionaron en el apartado anterior: diario de campo, entrevistas y formato de evaluación, se puede inferir que:

1. Las estrategias musicales diseñadas para las sesiones tuvieron un impacto positivo en los adultos mayores, a nivel emocional y físico.
2. Los adultos mayores manifestaron gran interés en cada una de las sesiones y fueron muy receptivos frente a cada una de las actividades desarrolladas.
3. Las intervenciones permitieron el fortalecimiento de la integración y la inclusión en el asilo San Rafael
4. Dentro de las estrategias se interpretaron distintos géneros musicales, aires colombianos y andinos, como también, tangos, pasillos, boleros, sones, baladas y música tropical, destacando esta última como uno de los géneros que tuvo mayor relevancia y gusto por parte de los adultos mayores del asilo San Rafael.
5. A través de la música, los adultos mayores experimentaron sentimientos como alegría, lo que fue un factor protector en la salud mental después de un tiempo prolongado de aislamiento a causa del COVID 19.
6. Los adultos mayores, en general, participaron activamente en las sesiones y se involucraron con el desarrollo de las mismas, al punto de cantar, tocar instrumentos o compartir poesía con sus compañeros.
7. Los participantes de las intervenciones musicales evidenciaron cambios en su estado emocional con cada una de las estrategias, lo que permitió a los cuidadores y compañeros, conocer más sobre la historia de vida, sueños y esperanzas de los adultos mayores.
8. La estrategia Música para el Cuerpo permitió fortalecer la salud física de los participantes, ya que propiciaban espacios de baile individual, en pareja o grupal.
9. La estrategia Música para el Corazón permitió un acercamiento entre los estudiantes de la UIS y los adultos mayores, a través del diálogo sobre las preferencias musicales.

10. La estrategia Música para el Alma propició momentos de remembranza, ya que los asistentes compartieron recuerdos y anécdotas del pasado.

8. Conclusiones

Después de realizar un análisis teórico sobre la importancia de la música en el cuidado del adulto mayor, de diseñar tres estrategias musicales que contribuyan al cuidado integral de la población mencionada, de realizar 11 intervenciones musicales con las estrategias diseñadas, de recolectar información a través de tres instrumentos y de realizar el análisis de la información, se puede concluir que:

A lo largo de las intervenciones se pudo evidenciar el cambio favorable en los adultos mayores respecto a su estado emocional, anímico y de disposición con cada uno de las sesiones de intervención musical que se iban desarrollando, lo que permite inferir que la música es un factor que beneficia al adulto mayor y contribuye al cuidado integral de ellos, sobre todo en el fortalecimiento de la salud física y mental.

A través de la música se puede contribuir al mejoramiento de la calidad de vida del Adulto Mayor, ya que no solamente se involucran a nivel emocional, con recuerdos y sentimientos, a nivel físico, con el baile y expresión corporal, a nivel social, con el diálogo y el compartir, sino que además son espacios donde se sienten involucrados y reconocidos, al punto de cantar, tocar instrumentos y hablar en público.

Las estrategias musicales diseñadas propiciaron un acompañamiento integral del adulto mayor, ya que el personal asistencial que estaba presente en las intervenciones identificó aspectos relevantes a tener en cuenta en la cotidianidad, como el fortalecimiento del sentido de vida.

Con las intervenciones realizadas, se constató que la música es una herramienta positiva para trabajar con población vulnerable como lo son los adultos mayores, ya que esta aporta al mejoramiento de la memoria y de habilidades sociales.

Los licenciados en música tienen diferentes campos de acción en el ejercicio laboral, ya que este proyecto permitió reconocer como un acompañamiento con estrategias metodológicas apropiadas aportan al mejoramiento de la calidad de vida de poblaciones vulnerables.

La experiencia en la realización del proyecto permitió a los estudiantes de la UIS adquirir nuevos conocimientos y aportes para futuras propuestas musicales que favorezcan a los procesos de cuidado de diferentes grupos poblacionales, como es el caso del adulto mayor.

La música como disciplina, no solo se reduce a la práctica en diferentes escenarios o a los procesos de aprendizaje/enseñanza dentro del aula, sino que tiene una apertura a diferentes campos de acción, lo que permite el desarrollo de propuestas metodológicas interdisciplinarias con un amplio sentido social.

Referencias bibliográficas

- Agrigoroaei, S. y Lachman, M. (2011). Funcionamiento cognitivo en la mediana edad y la vejez: efectos combinados de factores psicosociales y conductuales. *Revistas de Gerontología Serie B: Ciencias Psicológicas y Ciencias Sociales*, 66b(1), 130 – 140.
- Arguedas, C. (2015). Educación musical, desarrollo infantil y adolescente y enfoque de derechos humanos: una reseña bibliográfica. *Revista Educación*, 39(2), 79 – 103.
- Bella S., Khalfa, S., Roy, M., Peretz I., Lupien, S. (2003). Effects of relaxing music on salivary cortisol level after psychological stress [Efectos de la música relajante en la saliva nivel de cortisol después del estrés psicológico]. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 999, 374 – 376.
- Benovoy, M., Salimpoor, V., Larcher, K., Dagher, A. y Zatorre, R. (2011). Anatomically distinct dopamine release during anticipation and experience of peak emotion to music [Anatómicamente liberación distintiva de dopamina durante la anticipación y la experiencia de la música del movimiento de la paloma]. *Nat Neurosci*, 14(2), 257 – 262.
- Binotto, D. (2004). *Música y transdisciplinariedad* (Tesis de maestría). Universidad de Chile, Santiago de Chile, Chile.
- Blood, A. y Zatorre, R. (2001). Respuestas intensamente placenteras a la música relacionada con actividad en las regiones del cerebro implicadas en la recompensa y la emoción. *Actas de la Academia Nacional de Ciencias*.
- Bordignon, N. (2005). El desarrollo Psicosocial de Eric Erickson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2), 50 – 63.

- Calvo, A. y Gómez, E. (2018). Condiciones de salud y factores relacionados con discapacidad en adultos mayores -Una reflexión para la atención-. *Universidad y salud*, 20(3), 270 – 282.
- Campos, M. y Custodio, N. (2017). Efectos de la música sobre las funciones cognitivas. *Rev neuropsiquiatr*, 80(1). 60 – 69.
- Canet, L., Andrés, M. y Vivas, L. (2011). *Funcionamiento cognitivo y emocional en la vejez: claves para una intervención*.
[http://www.aggmdp.org.ar/Funcionamiento%20cognitivo %20en%20la%20vejez.pdf](http://www.aggmdp.org.ar/Funcionamiento%20cognitivo%20en%20la%20vejez.pdf)
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2021). *Adulto mayor en Colombia. Características generales*.
<https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/presentacion-caracteristicas-generales-adulto-mayor-en-colombia.pdf>
- Derksen, E., Zuidema, S., Verhey, F. y Koompans, R. (2007). Prevalence of neuropsychiatric symptoms in a large sample of Dutch nursing home patients with dementia [Prevalencia de síntomas neuropsiquiátricos en una gran muestra de pacientes holandeses con demencia en hogares de ancianos]. *Int J Geriatr Psychiatr*, 22(7), 632 – 638.
- Drapeau, J., Gosselin, N., Gagnon L, Lorrain, D., y Peretz I. (2009). Reconocimiento emocional de la cara, voz y música en la demencia del tipo Alzheimer. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1169(1), 342 – 345.
- Flechas, J. y Triana, M. (2012). *Propuesta de iniciación musical para el adulto mayor* (Tesis de pregrado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Folstein, M., Folstein, S. y Hugh, P. (1975). Minimental state: a practical method for grading the cognitive state of the for clinician [Estado minimental: un método práctico para calificar el estado cognitivo del medico]. *Journal of Psychiatric Research*, 12, 189 – 198.

- Friederici, A., Koelsch, S., Fritz, T., Cramon, D. y Muller, K. (2006). Investigating emotion with music: a functional magnetic resonance study. Human brain mapping [Investigando la emoción con música: un estudio de resonancia magnética funcional. Mapeo del cerebro humano]. *Journal of psychology*, 27, 239 – 250.
- Fundación Universitaria del Área Andina. (2020). *La música, una terapia para el adulto mayor en confinamiento*. <https://www.areandina.edu.co/noticias/la-musica-una-terapia-para-el-adulto-mayor-en-confinamiento>
- Gagnon, L., Fülöp, T. y Peretz, I. (2009). Determinantes estructurales musicales de las emociones juicios en demencia de tipo Alzheimer. *Neuropsicología*, 23, 90 – 97.
- Gundelach, P. (2016). Sustento ético del cuidar: Desde una perspectiva filosófica a la disciplina. *Benessere. Revista de enfermería*, 1(1), 68 – 74.
- Ibarra, L., Salinas, R. y Villarreal, J. (2006). Capacidad cognitiva de los pacientes de un servicio geriátrico ambulatorio en Monterrey, México. *Medicina Universitaria*, 8(31), 84 – 87.
- Justel, N., O’Conor, J. y Rubinstein, W. (2015). Modulación de la memoria emocional a través de la música en adultos mayores. *Interdisciplinaria. Revista de psicología y ciencias afines*, 32(2), 247 – 259.
- Ley 1616 de 2013. Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. Enero 21 de 2013. DO. N° 48680.
- Martínez, M. (2009). Dimensión básica de un desarrollo humano integral. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*, 8(23), 119 – 138.
- Mejía, M. A., Rivera, P. M., Urbina, M., Alger J., Maradiaga, E., Flores, S., Rápalo, S., Zuñiga, L., Martinez, C., y Sierra, L. (2014). Discapacidad en el adulto mayor: características y factores relevantes. *Revista de la facultad de ciencias médicas*, 2, 27 – 33.

- Menninghaus, W. (2013). Música y retórica en la teoría de Darwin. *Literatura: teoría, historia, crítica*, 15(1), 249 – 280.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2021). *Envejecimiento y vejez*. <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx>.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf
- Organización Panamericana de la Salud. (2020). *Las personas mayores de 60 años han sido las más afectadas por la COVID-19 en las Américas*. <https://www.paho.org/es/noticias/30-9-2020-personas-mayores-60-anos-han-sido-mas-afectadas-por-covid-19-americas>
- Pérez, V. (2005). El deterioro cognitivo: una mirada previsoría. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 21(1 – 2).
- Pérez, V. y Sánchez, I. (2008). El funcionamiento cognitivo en la vejez: atención y percepción en el adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 24(2), 1 – 7.
- Pinto, N. (2000). Nuevos avances conceptuales del grupo de cuidado. En Pinto (Ed.), *Cuidado y práctica de enfermería* (pp. 4 – 13). Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- Sánchez, J. y Sánchez, R. (2020). El aislamiento del adulto mayor por el COVID-19: consecuencias e intervenciones psicosociales durante la cuarentena. *Studia Zamorensia*, 19, 33 – 41.
- Serrano, R. (13 de septiembre de 2018). Asilo San Rafael – 75 años de historia. *Vanguardia*. <https://www.vanguardia.com/opinion/columnistas/ramiro-serrano/asilo-san-rafael-75-anos-de-historia-HBv1444773#success=false>

Watson, N. (1979). *The Philosophy and Science of caring* [La filosofía y la ciencia del cuidado]. Boston: Little Brown and Company.