

La música tiene el poder de emocionar y, a diferencia de la palabra hablada, conecta directamente con el subconsciente —el lado más primitivo del cerebro—. Es capaz de hacernos generar endorfinas ó adrenalina. Y los beneficios de la musicoterapia subieron a la palestra del Congreso Nacional celebrado en Santiago.

## Sinfonía calmante

Expertos evidencian en Galicia la eficacia de la musicoterapia en oncología, autismo, alzhéimer, adicciones, bulimia o anorexia

E. OCAMPO ■ Vigo

La musicoterapia tiene efectos incluso sobre personas sordas. Cómo aplicarla y sus beneficios en el tratamiento del párkinson, la atención infantil en hospitales, la expresión emocional en adolescentes o con menores víctimas de abusos sexuales y malos tratos —o para el dolor crónico— fueron algunos de los temas que centraron talleres, ponencias y mesas redondas del Congreso Nacional de Musicoterapia, que acaba de finalizar en Santiago. Como no podría ser de otro modo, el

evento contó con conciertos y *jam sessions*.

Cerca de doscientos musicoterapeutas de toda España se reunieron en el evento que, por primera vez, se celebró en Galicia. Participaron la Orquesta de Musicoterapeutas Acreditadas de Galicia Rincón do Moucho, Guillermo Collazo "Digerido"; el dúo de guitarras Les Deux Amis; Tesseracto Episkey Patronum, las pandereteiras Tanxugueiras y el grupo de voces y acordeones Arosa Bay.

Entre las voces internacionales más reputadas, el congreso contó con Leslie Blunt, profesor de musi-



Actuación del grupo Tanxugueiras, en el último día del Congreso Nacional de Musicoterapia.

coterapia en la University of the West of England (Bristol, UK) y fundador honorario de "The MusicSpace Trust". Trabajó en un proyecto de exploración sobre cómo la música, la musicoterapia y terapias creativas

pueden ser integradas en el trabajo clínico de diversas enfermedades. La otra autoridad mundial que visitó Galicia fue Brynjulf Stige, profesor de musicoterapia en la Universidad de Bergen. El noruego, realiza numerosas publicaciones sobre temas como la improvisación de musicoterapia, la educación musical y la terapia de música centrada en la cultura.

La Asociación Gallega de Musicoterapia (Agamus), dirigida por Montse Merino, es la referencia de esta disciplina en Galicia, donde cuenta con un modelo propio: Casa Baubo A&S. El

objetivo de la musicoterapia es mejorar la calidad de vida y la salud física, social, comunicativa, emocional e intelectual de muchas personas, enfermas pero también sanas. Artistas como Lorena McKennitt, gran representante de la música celta, están vivamente interesadas en este campo.

La terapia consiste usar el sonido, la voz y los instrumentos armó-

nicos, melódicos y de pulso, desde una perspectiva de salud, como herramientas para descargar tensión y emociones reprimidas, e incluso como medio de comunicación. Los profesionales que ejercen esta disciplina proceden de la medicina, la psicología, la pedagogía y la música. Desde el Congreso han aportado estudios desde los años 60 que demuestran la efectividad de este tipo de terapias y que —dicen— están

constatadas con las nuevas tecnologías de radio imagen. Porque "la música no solo afecta al cerebro, la música son ondas vibratorias de carácter físico que se

introducen en nuestro cuerpo, no sólo a través de nuestros oídos".

La investigación de Monste Merino comenzó en el ámbito del coma, y el reputado neurocientífico Robert Zatorre —que centra a su investigación en las relaciones entre el cerebro y la música— ahora colabora en el Máster de Musicoterapia de Galicia, que este curso empieza su segunda edición.

### Trabajan emociones o tensión reprimidas con los instrumentos, la voz y el sonido

### La dieta afecta a la calidad del esperma y la fecundidad

Una dieta saludable, rica en algunos nutrientes como los ácidos grasos omega-3, algunos antioxidantes y otras vitaminas, y un bajo consumo de ácidos grasos saturados y ácidos grasos trans se asocian a una mejora de la calidad espermática. Además, el pescado y marisco, el pollo, cereales, verduras y fruta, o lácteos bajos en grasas, también se asocian a una mejor calidad del semen y actividad espermática. Así lo pone de manifiesto un nuevo hallazgo del Centro de Investigación Biomédica en Red-Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CiberObn), que han sido publicados en la prestigiosa revista científica Human Reproduction Update.

### Desarrollan una terapia inmunológica contra el VIH

Científicos en EE UU han desarrollado un tratamiento para monos que podría permitir al sistema inmunológico controlar eficazmente el VIH, según un estudio que publica "Nature". La investigación, efectuada por la Rockefeller University (Nueva York) y los Institutos Nacionales de Salud (NIH), probó en un grupo de monos dos medicamentos y constató que sus defensas respondieron a la terapia retrasando la recurrencia del virus durante un periodo de tiempo prolongado.

### La hipertensión mata a 12.600 personas al año

Las enfermedades hipertensivas causan actualmente más de 12.600 muertes al año, el doble de las que morían una década antes, según alerta la Fundación Española del Corazón. En 2015 murieron 12.674 personas como consecuencia de esta patología, el doble de las 6.661 que lo hicieron en 2005.



Marzo

Entrada libre

Auditorio Municipal do Areal (C/ Areal, esquina C/ Oporto)

### Conferencia-Coloquio

15

Miércoles

20 h.

### Promoción e igualdad de la mujer (motor de la sociedad en África)



Antoinette Kankindi

Presenta  
Dolores Galovart

(magistrada; cooperante en ONG; senadora y viguera distinguida)

Interviene  
Antoinette Kankindi

(doctora en Filosofía y Letras; licenciada en Derecho; políglota)

\* El acceso a la sala es libre hasta completar el aforo.