



## MUSICOTERÀPIA

La musicoteràpia és l'ús de la música amb objectius terapèutics: la recuperació, manteniment i millora de la salut mental i física de les persones.

La música estimula el cervell per la via auditiva, activant així les funcions implicades en el processament i la integració de la informació. A més, quan cantem o toquem instruments, el cervell es veu forçat a anticipar, organitzar i sincronitzar el nostre cant o el nostre moviment per adaptar-se al ritme de l'activitat.

En les sessions de musicoteràpia es treballen aspectes cognitius, motriu, emocionals i socials bàsics per al desenvolupament de la persona i la seva bona adaptació a les necessitats de la vida diària. Així, per exemple, en una sessió de musicoteràpia infantil es pot treballar la concentració, l'atenció, la memòria o la capacitat d'anticipació, aspectes que són essencials en l'aprenentatge. A més, la música estimula la imaginació i la capacitat creativa, el sentit de l'ordre i el sentit estètic a totes les edats.

La música és també una eina útil per a la comunicació i per a l'intercanvi d'idees i sentiments amb els altres o amb nosaltres mateixos. A més, les activitats musicals dins del context de la musicoteràpia faciliten l'obtenció d'experiències gratificants que faciliten un bon desenvolupament a nivell social.

És important tenir en compte que la música està a l'abast de tothom i que tots podem gaudir-ne. Per aquest motiu, en una sessió de musicoteràpia no es valoren les aptituds musicals del nen o de l'adult amb qui treballem, sinó el treball realitzat segons els objectius prèviament establerts.

Al Centre Auca, fem diferents intervencions en musicoteràpia:

**Musicoteràpia infantil:** dins del programes d'estimulació precoç, atenció precoç i reeducació, la musicoteràpia juga un paper molt important ja que permet treballar objectius terapèutics i aspectes bàsics del desenvolupament cognitiu, social, emocional i motriu del nen. Alguns exemples de problemes que es tracten amb musicoteràpia infantil són: retard del llenguatge, retard maduratiu, problemes emocionals, problemes de conducta, problemes d'aprenentatge, manca d'habilitats socials, retard mental, paràlisi cerebral, síndrome de Down, síndrome de Williams, autisme, síndrome d'Asperger, etc.



**Musicoteràpia per a adolescents i adults:** apliquem la música en el tractament de problemes de salut mental, com a complement d'una teràpia psicològica de base, així com en el camp de la rehabilitació de la parla o de la motricitat. Alguns exemples de problemes que es tracten amb musicoteràpia seran: afàsia, paràlisi cerebral, depressió, ansietat, anorèxia, bulímia, estrès, problemes emocionals, manca d'habilitats socials, creixement personal...