



Universidad de Jaén
Centro de Estudios de Postgrado

La Música y la Expresión Corporal para Potenciar la Memoria como Gimnasia para Prevención del Alzheimer

Una propuesta desarrollada en el grupo de adultos mayores
del Taller de Salud Mental del IESS Manta y en los niños de la
Escuela de Arte Vida 9, Manta-Manabí-Ecuador.

Alumna: Carrascosa Sánchez, Carmen

Tutoras: Dña. Mónica Elizabeth García García y
Dña. Ana Maria Ortolá Quintero

Dpto: Didáctica de la expresión musical, plástica y
corporal

Julio 2021

RESUMEN

El Alzheimer es una enfermedad que se caracteriza por la pérdida de la memoria y se agrava con el tiempo según: <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/causas-y-factores-de-riesgo?lang=es-MX#:~:text=Las%20investigaciones%20sugieren%20que%20los,demencias%20que%20otros%20ancianos%20blancos> en el párrafo: “Latinos en riesgo” dice: “*los latinos son aproximadamente más propensos a padecer Alzheimer y otras demencias que otros ancianos...*”. El presente trabajo se ha desarrollado con el objetivo de generar una propuesta de bienestar en niños y adultos mayores a partir de los beneficios de la música, la expresión corporal y los procesos creativos como una gimnasia cerebral para potenciar la memoria y prevenir el Alzheimer.

Utilizando una metodología de investigación acción e investigación basada en la experiencia se ha logrado en los adultos mayores del taller de salud mental del IESS-Manta y en los niños de la Escuela de arte “Vida 9”, establecer una secuencia de ejercicios a partir de la música, expresión corporal y proceso creativo que mejoró la memoria mostrándose como emocional afectiva, garantizando la gimnasia cerebral, y el aprendizaje significativo y cooperativo en la relación interpersonal, intergeneracional e inclusiva. Por lo que se propone este proceso como un espacio de bienestar en las aulas de clase desde la infancia sin que sea una estricta enseñanza académica del arte.

Palabras claves: Alzheimer, música, expresión corporal, proceso creativo, gimnasia cerebral y memoria afectiva

ABSTRACT

Alzheimer's is a disease characterized by memory loss and worsens over time according to: <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/causas-y-factores-de-riesgo?lang=es-MX#:~:text=Las%20investigaciones%20sugieren%20que%20los,demencias%20que%20otros%20ancianos%20blancos> in the paragraph: “Latinos at risk” it says: “*Latinos are approximately more likely to suffer from Alzheimer's and other dementias than other elderly people...*”. The present work has been developed with the objective of generating a proposal of well-being in children and older adults from the benefits of music, body expression and creative processes such as brain gymnastics to enhance memory and prevent Alzheimer's.

Using an action research and research methodology based on experience, it has been achieved in the older adults of the mental health workshop of the IESS-Manta and in the children of the “Vida 9” Art School, to establish a sequence of exercises based on music, body expression and creative process enhancing an affective emotional memory, guaranteeing brain gymnastics, and meaningful and cooperative learning in interpersonal, intergenerational and inclusive relationships. Therefore, this process is proposed as a space for well-being in classrooms from childhood without being a strict academic teaching of art.

Keywords: Alzheimer's, music, body expression, creative process, brain gymnastics and affective memory

Introducción.

Para hablar del Alzheimer ha sido necesario conocer el taller de Salud Mental del IESS Manta ya que esta enfermedad ha sido algo que le ha tocado a la autora de cerca y ha incitado a esta a desarrollar algo que evite el sufrimiento de aquellos que están alrededor de los que la padecen. El presente trabajo surge a partir de la experiencia cercana de la autora con una paciente de Alzheimer (su abuela), que marcó su vida y desarrolló en ella el interés por trabajar con los niños para que se pueda comprender si ocurriese en su entorno familiar y además se pueda prevenir.

Tras ver algunos videos que circulaban por algunos medios de comunicación donde pacientes con Alzheimer recuerdan a partir del estímulo musical, hizo que se propusiera un espacio de arte-terapia de manera experimental en este grupo de adultos mayores que asistían al taller de salud mental del Instituto de Seguridad Social de Manta, y que por motivos de pandemia mundial se redirigió el presupuesto de talleres hacia las emergencias COVID, por lo que se quedaban sin el beneficio de acceder a ellos.

Gracias a este proyecto se pudo plantear, apoyados en el análisis documental, una serie de actividades que propiciaron la gimnasia cerebral a partir de la música y la expresión corporal que les permitió potenciar la memoria, y a los participantes en esta investigación-acción descubrir cuáles eran las conexiones que se establecían en ellos para generar el recuerdo y activar nuevas conexiones neuronales, que les ayudarán además a no caer en la depresión.

El primer documento fue el libro *“Cerebro y aprendizaje I En la Cultura Digital”*. de Ricardo Castañón Gómez, PhD, ya que la experiencia se plantearía por plataforma de zoom en primera instancia por la situación mundial y era necesario comprender como se podían establecer estos procesos de gimnasia cerebral para garantizar que las actividades que se propondrían a partir de la música y la expresión corporal pudieran dar buenos resultados.

En segundo lugar, *“La investigación para el conocimiento artístico. Una cuestión gnoseológica o metodológica”* de las autoras María Isabel Moreno Montoro, María Guadalupe Valladares Gonzales y María Martínez Morales capítulo I del libro: *“Reflexiones sobre investigación artística e investigación educativa basada en las artes”* de: María Isabel Moreno Montoro, M.^a Paz López-Peláez Casellas (coords.) y algunos más que se develan en el transcurso de este artículo.

También fueron necesarios visualizar videos y escuchar canciones que fueron necesarios para plantear escenarios eufónicos como el video: *“La palabra Cura y Sana”* de Ricardo Castañón,

“Fandanguito Volador” (Canción del colibrí) ...de Diego Astorga, Miguel Guerra, Joaquín Ortiz y Xanai Ortiz.

Se tuvo la suerte de contar con el apoyo permanente de la Dra. en Antropología y socióloga María Ángeles Delgado Burgos, quien además en su rol de investigadora y voluntaria en el proyecto propone una serie de ejercicios mentales para identificar en la observación cómo respondían los adultos mayores y cómo fueron mejorando ante los retos que demandaban estos.

El trascurso de la investigación demostraba tener buenos resultados, de tal forma que no solo se generó un mayor potencial en lo que respecta a la memoria, sino que también, se evidenció de qué manera era este grupo de muestra. Además, la memoria emocional sufrió un aumento positivo gracias a los afectos, que dieron lugar a una mayor construcción de la misma y, a la vez, el desarrollo de una propuesta creativa mediante la música y la expresión corporal como herramientas para conectarse con sus afectos y emociones desde el recuerdo, la creación activa, y cooperativa de grupo que se propició.

Después de haber cumplido el objetivo planteado, este proyecto dejó encausado y gestionado que este grupo no quedara desatendido y siguiera estableciéndose como tal para el bienestar común, con la garantía de nuevos retos neuronales a partir del arte y el aseguramiento de la relación interpersonal en zoom o presencial, que evidenciaron las causas para mejorar la memoria emocional y permitir este espacio como gimnasia cerebral para prevenir el Alzheimer.

Actualmente este colectivo sigue trabajando a partir de la creación de un coro dirigido por la docente Elcida Manzo Espín, del Departamento de Bienestar Universitario de la ULEAM, del área de música, quien de manera conjunta con las gestoras culturales y maestras Dra. Mónica García y la profesora Ana María Ortolá Quintero continúan trabajando en la actividad denominada *“Humanizando desde el Arte”* donde desarrollan una serie de intervenciones sociales que a partir de las artes generen nuevos espacios de investigación-acción y mejoren las realidades del contexto local.

Con los niños de la Escuela de Arte Vida 9 se logró aportar, a los procesos de reflexión, una relación interpersonal, aumentando y mejorando los procesos creativos y formativos. Estos últimos mostrados en la vivencia de los valores que también se evidenciaban forjados en un espacio de espiritualidad para la enseñanza de las artes que comparten con sus directores, maestros y con el consentimiento de los tutores.

Estos niños reflejan en su mirada respetuosa y fraterna cómo realizan entre ellos mismos

ejercicios de creación y exposición de sus propuestas creativas. Establecen una sólida confianza constituida sobre el trabajo en equipo, por lo que, además, este proyecto propone considerar este proceso dentro del programa curricular en la educación primaria como: *“La música y la expresión corporal para el bienestar”* Citando a las autoras: María Isabel Moreno Montoro, María Guadalupe Valladares Gonzales y María Martínez Morales *“La Investigación para el Conocimiento Artístico. una Cuestión Gnoseológica o Metodológica”* debe considerarse y reflexionar desde esta postura el planteamiento de esta propuesta en la infancia.

Actividades desarrolladas.

Se elaboró un amplio abanico musical que particularmente se identificaron como propias de las diferentes etapas de la vida como: infantil, instrumental, social, específica de autor; las mismas que se hicieron escuchar y al mismo tiempo se atendía mediante observación la reacción gestual de cada uno de los participantes a partir de sus expresiones, notándose una preferencia por el pasodoble, que luego concluimos que se debía a su presencia en las reuniones sociales y en los acontecimientos de gran relevancia familiar.

Es decir, los afectos y las emociones toman relevancia para la memoria afectiva y hacía significativo el momento a partir de la experiencia de relación interpersonal y social, lo que sugirió establecer una música específica de contexto que tuviera relación con su tierra, ya que también los afectos y las emociones eran protagonistas en el momento de la escucha.

Se pudo generar un espacio intercultural que potenciara la cultura de paz entre España y Ecuador: el acercamiento personal de la autora a sus vidas junto con su familia en una muestra musical que logró establecer y fortalecer fuertes lazos de fraternidad y de mirada de *“Ciudadanos del mundo”* como lo dice la Promotora Cultural y maestra de danza flamenca Ana María Ortolá Quintero del Área Danza de la Dirección de Bienestar Universitario de la ULEAM, quien además, desarrolla un Seminario de Interculturalidad y Olé, con este nombre.

Según lo que indica Ricardo Castañón y el tema: *“La Palabra Sana”*, este hace énfasis de la eufonía pudiéndose continuar con un proceso de nuevas experiencias desde los afectos que se establecían en las sesiones de cada propuesta de trabajo, que luego con la expresión corporal configuraron una serie o secuencia de gestos que establecieron como reto para memorizar y desarrollar un proceso creativo que garantizara nuevas conexiones neuronales. Todo esto a partir

de los procesos cooperativos que se establecían en pequeños grupos de salas reducidas vía Zoom.

Se desarrolló un evento de presentación con sus procesos creativos de manera presencial y virtual, que consolidó sus manifestaciones como un hecho importante y necesario para continuar aportando a las nuevas generaciones. Desde los hogares de los adultos mayores mostraban sorpresa ante los resultados obtenidos, y sobre todo admiración hacia los más pequeños de sus casas que en definitiva les confirmaba que sus vidas son la base para otros que creían que no les atendían.

Consideraciones de la influencia musical en la corteza cerebral para el sistema educativo.

Siempre se ha dicho que la música es un mundo complejo en el que sólo las personas que la estudian la pueden comprender, pero lamentablemente por reiteradas ocasiones, las ciencias han querido separarse del arte, es decir, la música solo para los músicos y no tiene nada que ver con la ciencia. Pero verdaderamente la naturaleza integra todos los saberes de la física, arquitectura, biología, música... pues, por ejemplo, el sonido de los pájaros o el sonido del viento ya produce un efecto sonoro que permite la reacción de los sentidos donde todas estas ciencias mencionadas participan.

Directamente esto nos lleva a pensar que muchos científicos desligan las ciencias de la música mientras que otros la utilizan para proponer terapias de estimulación temprana. Está claro que la naturaleza por sí sola es un conjunto de saberes integrados donde surgen todas las ciencias. Asimismo, como lo mencionan los autores Custodio y Cano (2017), en su artículo titulado "Efectos de la música sobre las funciones cognitivas" que dice:

...Desde la biología, la música parece no tener mayores consecuencias, es decir, si desapareciera, nuestro estilo de vida permanecería prácticamente inalterado. Sin embargo, hay evidencia de que el ser humano posee un instinto musical parecido al del lenguaje, y la medicina puede obtener algunas ventajas de la música. En ese sentido, existen diversas evidencias de la influencia positiva de la música como opción terapéutica complementaria... (p.61).

Asimismo, la música es la única que atraviesa la corteza cerebral, por lo que sería fundamental considerarla una herramienta estratégica para ayudar a los infantes con la memoria, y a trabajar en el hemisferio derecho:

...Es muy lúcido para crear, improvisar e inventar, particularmente en cuanto a arte,

belleza música, poesía, contemplación. La multitud de sonidos e imágenes serán tratados por este hemisferio capaz de integrar información que proviene de distintas fuentes: olor sensación, sonido, imágenes, fantasías realidades vivas o virtuales. Estimula la memoria visual en alto grado. Por su relación con el Sistema Límbico (emocional), dará una dirección inteligente a los sentimientos que serán llamados en causa... (Castañón, 2018, p.41).

Dependiendo del tipo de música.:

...En las enseñanzas musicales aparenta existir una diferenciación entre aquellas personas dedicadas a la creación musical y las dedicadas a la interpretación. Sin embargo, estas dos vías, si bien se diferencian en ciertos aspectos, se complementan la una a la otra pues, como se defiende por los autores/as como López-Cano (2013), en la interpretación musical existe un elemento de investigación artística que podríamos clasificar como un elemento experimental creativo y, por tanto, de creación...desde la educación musical se deben ofrecer procesos de enseñanza- aprendizaje...ofreciendo así una mayor libertad en la comunicación sonora... (Guirado, 2018, p.111-112).

Pues, los autores, Custodio y Cano, afirmaron que diferentes estudios comparativos entre los músicos y los no músicos, han demostrado la dificultad cerebral en cuanto a la creación, interpretación y percepción musical, al situar diversas áreas musicales en casi toda la corteza cerebral (2017).

Por lo tanto, estos autores nos dan la pauta para considerar a la música como una estrategia educativa reconociendo sus efectos en la corteza cerebral para ampliar las capacidades cognitivas de los discentes y mejorar la capacidad de memoria, pero, sobre todo, si la partitura o melodía que se escucha es compleja, lo que va a generar una serie de sinapsis neuronal. En el colegio, concretamente en la etapa de Educación Infantil se hace especial hincapié en la escucha musical, pues el oído es el primer órgano que se desarrolla junto con las capacidades neuronales; ambos están conectados para conseguir un desarrollo óptimo del niño.

Por lo que este trabajo de investigación pretende demostrar los fundamentos que involucran a la música de manera necesaria en el programa estudiantil para prevenir el Alzheimer. Cuando se escucha música somos capaces de expresar todos nuestros sentimientos y emociones de forma libre.

Asimismo, desde los 3 años, los discentes reciben una preparación musical, partiendo de

diversos conceptos sencillos, como es el sonido, el ritmo y el movimiento corporal. El desarrollo musical debe de tener una secuencia ordenada y se activa y evoluciona dependiendo del entorno en el que vivan los niños. (Carrascosa, 2020)

Por consiguiente, "el sistema léxico es el almacén donde se guarda la información musical que vamos recibiendo a lo largo de nuestra vida, y es el que nos facilita el reconocimiento de una canción", por lo que nos lleva a reflexionar el por qué el paciente anónimo que se entrevistó de 92 años que empezó a padecer Alzheimer a los 86 años reacciona a todos los pasodobles que escuchaba de joven, (caso específico en la ciudad de Jaén –España), pues este sistema se activa cada vez que lo escucha ya que recibe el código que necesita para que él recuerde esa música que almacenó durante toda su vida.

Hablar del sistema léxico es hablar del poder de la palabra. ¿Por qué se habla del poder de la palabra? Porque además de proponer que desde la infancia se integre la música dentro de los programas curriculares es muy importante dejar claro que la propuesta involucra la formación del docente que vaya impartir la asignatura de música, cuyo perfil debe tener características eufónicas para transmitir a los discentes desde el cariño el hecho de involucrarse con ésta, incluso de una manera empática.

Hay que tener en cuenta que el perfil de las personas influye mucho a la hora de que las palabras impacten en el cerebro de una manera u otra. Para eso debe de darse la eufonía, que, según Castañón, ésta “parte de la sonoridad de la palabra que es bella, armónica, suena bien y es agradable. La persona que busca la eufonía es de buen talante, bien dispuesta, consciente de que la palabra contiene un poder que puede construir o destruir”.

Destacar una frase altamente importante dicha por este autor en el vídeo “*Cuando la Palabra Hierde y Sana*”; “...la persona eufónica hace de la eufonía su parámetro verbal, habla porque tiene algo que decir, si lo que va a decir no es más importante que el silencio, calla. El eufónico piensa y habla, habla y dice...”.

Esto lleva a pensar que la palabra es muy importante a la hora de comunicarse con otra persona, pues esta impacta en el cerebro y puede permanecer durante muchos años, es por ello que hay que escoger las palabras que se van a decir de manera minuciosa para crear una comunicación con sentido para formar personas integrales, sin rencor.

Por ejemplo, si un profesor es violinista, es decir, profesional de la música, y le dice a su estudiante que pare de tocar porque no lo está haciendo bien, eso provocará una reacción negativa

en su cerebro. Ya no estamos hablando de una enseñanza donde la palabra tiene esa eufonía para crear verdaderamente una sinapsis que le favorezca al proceso de enseñanza aprendizaje de esta y de alguna manera no provoque una reacción negativa, sino al contrario, que sea positiva y sea el estímulo que permita eso que nos dice el Dr. Castañón en su libro *“Cerebro y aprendizaje en la cultura digital I”*, “... Que las personas te recuerden la luz, el amor y el conocimiento con que haya llegado a sus vidas...”.

No significa poner las canciones actuales por su empatía con ellas como si fueran únicas en el mundo, sino, ayudar a los menores a conocer el abanico musical que existe. De tal forma que puedan analizar su complejidad desde todos sus sentidos, de manera que logremos incluso, en el caso de alguien, más allá del espacio de bienestar se descubra con su vocación de artista. Si trabajamos estos elementos se les permitirá tocar con mayor compromiso personal en lo que respecta a su vocación y con libertad creativa.

Castañón en su vídeo titulado: *“Cuando la Palabra Sana”*:

..., la tomografía positrón es la que nos permite saber el diagnóstico en investigación a través de la imagen en vivo que registra la actividad metabólica de las diferentes neuronas que tienen mayor actividad al consumir mucha más glucosa. Por lo que la tomografía localiza y mide la radioactividad de las neuronas para identificar la zona que en ese momento tiene mayor actividad en el cerebro del ser humano....

Este científico afirma que cuando las personas hablan activan millones de neuronas, es decir, se ponen en funcionamiento, la palabra impacta y se queda de manera inmediata en el cerebro creando así una modificación tomográfica. En efecto si una persona dice palabras mal sonantes a otra persona para provocar herir a ésta y al día siguiente le pide perdón, esas palabras posiblemente ya hayan dejado huella en el cerebro y pueden quedarse durante años transformándolas en rencor. Pues como bien dice Castañón en su libro la función principal de las neuronas es transmitir mensajes, es decir, informar a través de diversos impulsos nerviosos de una naturaleza electro-química.

Entonces, según Sánchez, estas lesiones cerebrales pueden provocar que en algunas personas tengan una pérdida selectiva de emoción musical, pero también puede producir lo contrario en otras, como es el desarrollo de una música filia igual de selectiva, todo ello surgido de escuchar y aprender música (2017).

Por un lado, esto lleva a pensar que no es necesario ser un experto de música para saber de ella o tener un don para comprenderla, porque todo el mundo tiene diferentes reacciones y sensaciones al escucharla. Pues desde la experiencia de la autora, la música ha estado y está presente en su vida desde pequeña y con ella puede sentirse libre, hacerle pensar y reflexionar con ciertas letras de algunas canciones o incluso sentirse identificada con ellas.

Puede afirmar que la música sana y ayuda cuando se tiene ciertos problemas personales sobre todo al recordar canciones que sonaban en momentos de su vida en los que fue feliz. Como bien dice Sánchez, “estos sentimientos y emociones pueden ser despertados sin que nos haya acontecido algo en concreto que los produzca, y lo único que puede hacerlo es el arte, esa creación que nos distingue del resto de animales y que nos hace tan humanos” (p.18).

Conclusiones.

Se evidenció la predisposición que tuvieron tanto los adultos mayores del Taller de Salud Mental del IESS Manta, como la de los niños de la Escuela de Arte Vida 9 para involucrarse con el proceso de investigación-acción que propuso la autora cuando vieron y analizaron el video de Ricardo Castañón sobre la eufonía y los efectos de la palabra en el cerebro.

Seguidamente se propuso un abanico musical: (Marcha Radeztky, La primavera de Vivaldi, El Fandanguito volador, música relajante, Pasodoble La Chiclanera y El Beso, música montubia, El patio de mi casa, La gallina turuleta, Hola Don Pepito Hola Don José y Cumbias) se pudo apreciar un reconocimiento de memoria emocional-afectiva en los adultos mayores durante la selección de canciones entre las que reconocieron: la Cumbia, el Fandanguito volador y el pasodoble, todas sus respuestas tenían como reflexión común una relación directa con la familia y la tierra donde conectaron sus emociones.

Desde la interacción social desarrollada en los acontecimientos descritos como relevantes y tradicionales, se generó una lluvia de recuerdos hacia acontecimientos de su infancia y juventud relacionados con la gastronomía, tradiciones de celebraciones típicas, mitos y leyendas del lugar de origen.

Cuando se desarrollaron los ejercicios mentales propuestos por la Dra. María Ángeles Delgado Burgos, antropóloga, se observó la poca retención y relación del manejo de ambos lóbulos cerebrales a la hora de conectar los colores independientes de las palabras mostradas. Por ello, se

generó una estrategia alternativa para permitir la comprensión del ejercicio desde la mirada del otro, donde todos respondieron a una encuesta rápida cuyos ítems a seleccionar eran: fácil, complicado o muy complicado. Durante la primera visualización del vídeo, las respuestas las consideraron como complicadas o muy complicadas. Sin embargo, tras varias semanas después estos consideraron las respuestas como fáciles.

Se estableció la importancia de seguir enfocando las tareas en función de crear secuencias ordenadas desde sus propias expresiones o gestos, que conectadas con la música y trabajadas en proceso grupal colaborativo pudieran estimular la memoria de los mismos.

El encuentro intercultural fue el detonante para generar recuerdos de los mitos y tradiciones familiares y sociales. Se estableció un espacio de relación social donde poder compartir reflexiones y llevar a cabo una tertulia en medio de expresiones voluntarias de canciones amorfinos espontáneos y poemas muy bien recordados en medio de la alegría, lo que garantizaba la liberación de las hormonas de la felicidad que favoreció el proceso.

Al paso de algunas semanas, este ejercicio repetido por la conexión afectiva de la relación virtual se volvió un espacio de proceso creativo con la canción del Fandanguito volador y los gestos que ya habían memorizado. Mostrando como resultado un video elaborado por ellos que luego expusieron como una obra de arte. Lo que seguía hilando las relaciones interpersonales desde la experiencia afectiva que se estableció además con la autora y se expresó en una celebración de cumpleaños virtual.

Toda esta experiencia ha permitido mejorar la memoria de los participantes y establecer encuentros donde los retos se volvían mayores ya que esto, aunque ha tenido un proceso de fin, no se ha detenido, se ha impulsado y generado un gran espacio de bienestar expresado por ellos mismos donde se han sumado personas con discapacidad visual y jóvenes estudiantes de la ULEAM.

Al experimentar algunos recursos para potenciar la gimnasia cerebral es notable que la memoria que genera y desarrolla el grupo que se ha escogido de muestra fuera afectiva, lo que nos ha determinado pautas en el proceso para establecer conexiones interpersonales a través de creación de salas de Zoom para que el grupo pequeño tenga más confianza y soltura para desarrollar estos afectos.

La eufonía explicada desde el principio del proceso de este proyecto fue clave para la disposición de los participantes para generar espacios de relación afectiva, comprensiva y

cooperativa.

Variar los recursos según se iba analizando lo planteado es fundamental teniendo en cuenta sus preferencias.

Este proceso no termina, pues una vez que se asume el compromiso de apoyar el ejercicio de memoria de los adultos mayores, se desarrollaron nuevas propuestas para sostener esta de manera que continúe el circuito de la metodología planteada como investigación-acción

Definitivamente, son el amor y la paciencia las que han alcanzado logros significativos en los niños de la Escuela de Arte Vida 9 y en los adultos mayores del IESS Manta.

Se puede observar que los adultos mayores solo necesitan de pequeños impulsos para recordar y de actividades que involucren la expresión corporal como proceso creativo para generar nuevos retos de memoria. Mientras que, en los niños se trabaja en un constante feedback de creación desde el espacio de bienestar con la música y la expresión corporal para hacer volar su imaginación, reflexionar y aterrizarla como producción artística, favoreciendo la actividad motora, la introspección, el análisis de sus propuestas y el establecimiento de técnicas propias de las artes escénicas en la configuración artística.

Se recomienda siempre considerar la necesidad de generar un diálogo para la selección musical en ambos grupos etarios, para que desde lo que más le activa sus emociones sea empezar el desarrollo del proyecto hasta ir mostrando todo el abanico musical posible para poder colaborar en los procesos formativos de los participantes.

Referencias bibliográficas.

- Alzheimer's Association (2020). Recuperado de: <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/causas-y-factores-de-riesgo?lang=es-MX#:~:text=Las%20investigaciones%20sugieren%20que%20los,demencias%20que%20otros%20ancianos%20blancos.>
- Astorga, D., Guerra, M., Ortiz, J., y Ortiz, X. (2017). Fandanguito volador (canción del colibrí). Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=mSXCNmBLtA0>.
- Carrascosa, C., (2020). *Las Bandas de Música Españolas y sus Programas Educativos*. Universidad de Jaén, Jaén.
- Castañón, R. (2012). *Cuando La Palabra Hierde*. España: Grupo Internacional para la Paz.
- Castañón, R. (2012). *Cuando La Palabra Sana*. España: Grupo Internacional para la Paz.
- Castañón, R. (2018). *Cerebro y Aprendizaje I En la Cultura Digital*, p.40. España: Grupo Internacional para la Paz.
- Castañón, R. (n.d). *Cuando La Palabra Hierde y Sana*. Recuperado de: www.latiendadedios.com .
- Custodio, N., y Cano-Campos, M. (2017). Efectos de la música sobre las funciones cognitivas. *Revista de Neuro-psiquiatría*, 80(1), pp.60-69.
- Guirado-Isla, I. (2018). *La tomografía como lectura para la interpretación sonora: una propuesta de intervención educativa*. Universidad de Jaén, España.
- Moreno-Montoro, M. I., Valladares González, M. G., & Martínez Morales, M. (2016). La investigación para el conocimiento artístico, Una cuestión gnoseológica o metodológica. *Reflexiones sobre investigación artística e investigación educativa basada en las artes*, pp.27-42.
- Siesto, V. (2017). *Música y cerebro: influencia del arte musical en la biología humana*. Universidad de Salamanca, España.
- Toticagüena, M. (2017). Moreno, M.I. y Lopez-Pelaez, M.P. (coords.). (2016). Reflexiones sobre investigación artística e investigación educativa basada en las artes. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 14, pp.387-390.
- Vico, A.F., Cueva, M.L., Caballero, J., Soto, M.P., Guirado, I., y Expósito, N. (2018). *Investigación multidisciplinar en las artes plásticas y audiovisuales en contextos educativos*. En Colección Nuevos aprendizajes: teorías y modelos de educación artística,

pp.111-112. Jaén-España: AASA.

Bibliografía.

Rangel, C. (2008). *Una mente, dos cerebros*. [Diapositiva de PowerPoint] Slideshare.
<https://normas-apa.org/referencias/citar-diapositiva-powerpoint/> .