

Universidad de Ciencias Médicas de La Habana

Las emociones y la musicoterapia en la Medicina Tradicional Asiática.

Autor: Prof. Asistente Dr. Noel González Lorenzo. Especialista 1er grado en Medicina Natural y Tradicional. MsC Medicina Bioenergética y Natural.

nглеzlo@infomed.sld.cu. 53 59700116. <https://orcid.org/0009-0001-2903-1885>.

Colaboradores:

Prof. Auxiliar Liana Yanet Rojas. Especialista 1er grado de Medicina General e Integral, y en Histología. Msc. en Educación Médica.lyanetr@infomed.sld.cu. 53 54760044 <https://orcid.org/0000-0003-0592-3317>.

Prof. Asistente Lic. Maritza Pérez Luyola. Especialista en Bioquímica Clínica. maritzapl@infomed.sld.cu. 53 53314959 <https://orcid.org/0009-0001-2903-1885>.

Prof. Asistente Lic. Enf. Yusimi Felipe González. Especialista en Bioquímica Clínica. Msc. en Enfermería. 53 54006491 <https://orcid.org/0000-0002-7160-6224>.

Facultad de Ciencias Médicas "Enrique Cabrera Cossio".

La Habana, 2024

Resumen

Teniendo en cuenta que la música es un acto inevitablemente emocional, que las emociones se interpretan como reacciones psicológicas que representa modos de adaptación de los individuos, y que en extremo pueden tornarse patológicas... se realizó una revisión bibliográfica aleatoria del tema Musicoterapia de los 5 tonos como terapia externa de la Medicina Tradicional Asiática (MTA), capaz de equilibrarlas, bajo visión holística, teniendo en cuenta que estas pueden ser causa de enfermedad en estadios extremos, para lo cual se revizaron de forma aleatoria literatura médica especializada relacionada con el tema, empleando buscadores nacionales e internacionales, como: Cielo, Pubmed, Elsevier, Taylor y Francis, y Google Académico; así como revistas académicas como Frontiers in Psychology, Neurology y la International Journal of Traditional Medicine. Para la búsqueda fue necesario utilizar palabras clave: "Music Therapy in Tradicional Medicine Chinense" y sus traducciones, a fin de constatar el efecto de la musicoterapia asiática, sobre las emociones, además de incorporar en un futuro a corto plazo en el programa de formación de los especialistas en Medicina Natural y Tradicional de nuestro país está terapéutica

complementaria, quedando el presente trabajo, como un texto de consulta.
Palabras Claves: Musicoterapia china, musicoterapia de los 5 tonos, emociones.

Introducción: La Musicoterapia, es una terapia externa milenaria, presente en todas las civilizaciones humanas. (POCH,I, 1999, p. 39). Etimológicamente significa terapia a través de la música.(14)

El sonido existe como un conjunto de ondas electromagnéticas internas (intrauterino y extrauterinos) o externas según su origen, el primero originado por los movimientos de los órganos y visceras como: Murmullo pulmonar, ritmo cardiaco, peristaltismo intestinal, movimientos fetales, etc, y el segundo que de acuerdo a la percepción acústica del ser humano, puede interpretarse como ruidoso o armonioso. Juliette Alvin la definía como el uso dosificado de la música en el tratamiento, rehabilitación, la educación y el adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales y emocionales (Alvin, 1967).(4,16) (BENZON, 1981, p. 38). Roland Omar Benenzon dice que la Musicoterapia es «la técnica de comunicación que utiliza la música y los sonidos para producir fenómenos regresivos y abrir canales de comunicación a través de los cuales se puede comenzar el proceso de recuperación y rehabilitación del paciente» (15). Recientemente la National Association for Music Therapy de EE. UU. ha ampliado el término; a saber, «es el uso de la música en la consecución de objetivos terapéuticos: la restauración, el mantenimiento y el acrecentamiento de la salud tanto física como mental» (POCH, I, 1999, p. 40).(14)

Según (Benenzon, 1992), para la Musicoterapia resulta de capital importancia reconstruir las primeras expresiones musicales. Al respecto, se han formulado varias hipótesis que coinciden en señalar que la música se generó a partir de gritos ritmados o no, que servían de válvula de escape de sensaciones y emociones primigenias. En la comunicación estaría la base de toda la sociedad y la música es una forma más de comunicarse (Poch, II, 1999). De hecho, el repertorio de tradición oral, que ha llegado hasta nuestros días, nos ofrece la posibilidad de encontrarnos con casi una veintena de enfermedades y un número elevado de ejemplos de canciones de medicina preventiva (canciones de cuna, de trabajo y de accidentes) y de **medicina curativa** (Amades, 1951).(7,15, 17)

Los antecedentes históricos de la musicoterapia occidental se remontan a las **antiguas culturas griega y egipcia**, donde se utilizaba la música con fines terapéuticos. En el mundo griego construyó una cultura a camino entre el culto musical a los dioses y un importante componente intelectual que se convertiría en modelo social. La música también servía para disipar el dolor del héroe Aquiles. Los romanos heredaron muchos elementos de la cultura griega, curaban ciertas patologías con la «música amorosa», como el insomnio o las enfermedades mentales. Galeno (131-201 a. J.C.) tenía la convicción de que la música tenía poderes para contrarrestar las picaduras de serpientes, la

depresión o los estados de tristeza. La religión cristiana nació y creció en el ambiente judío y no pudo sustraerse de su influjo. El uso del canto para implorar a Dios quedó reflejado en numerosos pasajes Bíblicos. También atribuye, efectos anestésicos, catárticos y ciertos influjos influir sobre algunas funciones del cuerpo. Es más, llega a afirmar que «la música es ayuda eficaz en todo tipo de enfermedades» (POCH, II, 1999, p. 429).(14) A **principios del siglo XX**, en que la musicoterapia moderna tuvo su albor, específicamente durante la Primera Guerra Mundial, momento en que fueron contratados varios músicos y terapeutas con la finalidad de utilizar la música como un medio para tratar a soldados con problemas físicos y mentales, que sufrían traumas físicos y emocionales, lo cual contribuyó a mejorar su estado de ánimo y reducir los niveles de dolor. A partir de esto, se observó que la música podría tener un efecto positivo en la salud mental y física de las personas. (4,7,9) En las décadas siguientes, la musicoterapia siguió desarrollándose como campo de práctica e investigación en la década de 1940, la musicoterapia comenzó a ser reconocida como una profesión por derecho propio. El primer programa formal de grado en musicoterapia se estableció en la Universidad Estatal de Michigan en 1944, y la Asociación Nacional de Musicoterapia se fundó en los Estados Unidos en 1950 (American Music Therapy Association, 2023). Las décadas de 1960 y 1970 vieron un crecimiento en el número de programas de musicoterapia y la aparición de diferentes enfoques y técnicas. Desde entonces, la musicoterapia se ha convertido en un campo de práctica clínica y de investigación, con una variedad de enfoques y técnicas utilizadas para tratar una amplia gama de problemas de salud mental y física. La musicoterapia occidental incluye la Musicoterapia de los 5 tonos dentro de las terapias de sonidos.(4,5,6)

La **Medicina Tradicional Asiática (MTA) como uno de los grandes sistemas médicos universales**, expone que la circulación normal de la energía a través de los canales o meridianos en el cuerpo humano es esencial para una vida saludable. Pues el cuerpo humano se comporta como un campo físico interactuante entre el microcosmos (interior del cuerpo humano) y el macrocosmos (mundo exterior), donde la música, con sus tonos, frecuencias, cadencia, y ritmicidad actúan sobre este. Según las milenarias teorías filosóficas asiáticas las **cinco notas musicales** de la escala china **tienen una relación de correspondencia con los cinco elementos (fuego, tierra, metal, agua y madera)**, relacionados a su vez con los cinco órganos internos (corazón, bazo, pulmón, riñón e hígado), que se exteriorizaban o proyectaban al exterior, a través de los receptores especiales ubicados en: lengua, labios, nariz, oídos, ojos. En esta teoría, sabemos cuál es la estación a la que corresponde cada órgano (en la que es más sensible), el tipo de alimentos que favorecen su nutrición, **la emoción directamente asociada a él**, las horas del día en las que el *qi* o energía del órgano está más expuesta, las partes del cuerpo relacionadas directamente con el buen o mal funcionamiento fisiológico del órgano. Este espectro de correlaciones incluye también otros aspectos

como el clima, el color o el sabor asociado al órgano, y en nuestro caso el tono o nota musical.(1,2)

Musicoterapia china, o terapia de los cinco sonidos (*wu yin liao fa* 五音疗法) es una de las teorías fundamentales de la medicina tradicional asiática. La música tradicional china, al igual que muchas otras culturas y tradiciones musicales, utiliza **la escala pentatónica**, es decir, una escala constituida por la sucesión de **cinco sonidos o notas** dentro de una octava denominada como Gōng 宫(nota Do), shāng 商(Re), jiǎo 角(Mi), zhǐ 徵(Sol) y yǔ 羽(La), a diferencia de la **escala diatónica de siete notas** (do, re, mi, fa, sol, la si) que integran la octava en el patrón más occidental. Cualquiera de esos cinco tonos pueden afectar en los órganos internos del ser humano y actuar como un mecanismo regulador. El uso de la música con fines terapéuticos en China aparece ya mencionado en **El canon del emperador amarillo**, la gran obra de compilación del saber médico antiguo, redactada hace más de dos mil años en China. Según dice este clásico: *El hígado pertenece a la madera, su sonido es el Jiǎo 角 (mi)*, su emoción la ira. El corazón pertenece al fuego, su sonido es zhǐ 徵 (**sol**), su emoción es la alegría. El bazo pertenece a la tierra, su sonido es gōng 宫 (**do**), su cualidad mental es pensamiento. El pulmón pertenece al metal, su sonido es shāng 商 (**re**), se le asocia con la preocupación. El riñón pertenece al agua, su sonido es yǔ 羽 (**la**), se le relaciona con el miedo.

En el clásico chino “Crónica de Zuo” (左传) se dice que la música, al igual que las hierbas medicinales chinas, tiene diferentes sabores y puede ayudar a la gente a no enfermar, a mantener la salud y alargar la vida. En la antigua china, el palacio imperial contaba con su propio grupo de músicos, no solamente era para el entretenimiento de la corte imperial, sino también con una importante finalidad terapéutica para el cuerpo y la mente. Al escuchar atentamente la melodía de cada canción, la vibración musical genera una resonancia que activa el *qi* (*energía*) de los órganos y, con él, la circulación de la sangre energizando el cuerpo y el espíritu. Cuando las vibraciones musicales y las vibraciones fisiológicas (ritmo cardíaco, frecuencia cardíaca, respiración, presión sanguínea, pulso) están acompasadas, se opera una resonancia fisiológica, esto es precisamente lo que en *El canon del emperador amarillo se describen con el nombre de terapia de los cinco sonidos o de las cinco notas*. “五音疗疾”. A esto se suma que la música no solo es producida por instrumentos musicales de diversa índole, sino que también puede ser generada por las cuerdas vocales, y de acuerdo a la intención con que se cante podemos experimentar sensaciones y estados de paz, tranquilidad, alegría y felicidad, pero también de rabia y odio, entre otros. La **garganta es un puente físico y simbólico entre la cabeza y el corazón**, por tanto el canto puede ser una forma de desarrollar una relación entre la mente y las emociones. La **salud**

en este sistema médico se conceptualiza como un equilibrio entre el factor antipatógeno y el patógeno, pues la ruptura de este, trae como resultado a la enfermedad. Cuando el cuerpo humano muestra síntomas de enfermedad, es porque los cinco elementos que representan a todas las estructuras morfofisiológicas del cuerpo humano han perdido su equilibrio.(22) Ha esto se suma que si bien todos los órganos internos influyen en el metabolismo y la circulación energética, es el **corazón** el órgano que domina los cambios globales de todos los órganos internos, ya que es el motor impulsor de dicha circulación y de la vida. **Las emociones** juegan un papel importante en el movimiento de este, así que para tener una buena salud es extremadamente importante tener un buen estado mental, emocional y espiritual, pues bajo determinadas situaciones extremas, estas emociones pueden transformarse en factores agresivos o patógeno endógenos. La música es capaz de ajustar el propio estado mental, de iniciar procesos de pensamiento, regular el corazón e incrementar el metabolismo; en otras palabras, la música virtuosa puede generar en la persona un estado psicológico bueno y positivo, y afectar el cuerpo entero. Pero existen conexiones aún más detalladas entre la música y el cuerpo humano, pues la música virtuosa puede generar en la persona un estado psicológico bueno y positivo, y afectar el cuerpo entero.(1,2)

En la MTA, cada persona es diferente, y los órganos internos, así mismo, difieren en todas las personas, por eso cada uno percibe la música de diferentes maneras. Así que, a partir de los cinco tonos básicos, cada uno puede detectar diferentes influencias propias del cuerpo de uno. No obstante, existen patrones generales. La musicoterapia es solo uno de los aspectos que ponen de manifiesto la importancia del enfoque holístico en la **Medicina Tradicional China**, un conocimiento médico que basa su diagnóstico y su tratamiento en una concepción integral del hombre, donde cuerpo, energía y espíritu integran diferentes esferas de una misma fisiología que, por naturaleza, es más amplia y sutil que la fisiología de la medicina convencional en occidente.

Nuestra principal motivación estuvo enfocada a la posibilidad de dotar de una herramienta no farmacológica y complementaria a los futuros especialistas de Medicina Natural y Tradicional, en la que este trabajo pudiera constituir un documento de consulta, pues se sabe que la música de los 5 tonos puede tener efectos terapéuticos que cumple con las bases teóricas de la medicina tradicional asiática.

Objetivo General

Determinar el efecto de la musicoterapia asiática sobre las emociones.

Material y metodo: Se realizó un trabajo referativo y una revisión bibliográfica aleatoria sobre el empleo de la musicoterapia con enfoque medico tradicionalista oriental y occidental, en el manejo de las emociones, a través de buscadores nacionales e internacionales, como: Cielo, Pubmed, Elsevier, Taylor y Francis, y Google Académico; así como revistas académicas como

Frontiers in Psychology, Neurology y la International Journal of Neuroscience. Para la búsqueda fue necesario utilizar palabras clave: "Music Therapy", "Music therapy in Tradicional Medicine Chinense" y sus traducciones. Para que la búsqueda fuese más específica y cercana al objetivo se realizaron algunas combinaciones con estas palabras y términos claves de la medicina occidental y oriental.

Discusión de los Resultados: La música es un acto inevitablemente emocional. Surge del mundo emocional del compositor, improvisador o intérprete, se transforma en un fenómeno físico, es atrapado delicadamente por el oído y lo convierte, una vez aplicada la criba cultural, en una nueva emoción, la engendrada por el propio oyente. Tizón, M., Gómez, F., y Oramas, S. (2014, Junio).(6, 17, 21) ...las emociones son estímulos mentales que influyen sobre nuestra vida afectiva, y que bajo circunstancias normales, no representan causa de enfermedad... ...el estado de los órganos internos, afectan a nuestro estado emocional... ejemplo: Deficiencia yin del Hígado – ira/cólera. ...se convierten en causa de enfermedad, cuando se prolongan en el tiempo, y cuando son muy intensas... ...el estrés emocional, es una causa interna de enfermedad, que afecta directamente a los órganos...

Antes de adentrarnos en el efecto de la musicoterapia de los cinco tonos debemos incursionar en cómo se interpretan las emociones en las teorías filosóficas asiáticas, en las que las emociones están incluidas como Factores Patógenos Internos o Endógenos al tener su origen en el interior del organismo, por lo que dependen, en buena medida, de las cualidades de la persona en sí misma, razón por la cual estas lesionan primero el reverso (interior), pudiendo dar manifestaciones en el anverso, pero siempre más tardíamente. Las Siete Emociones (Qi Qing) : Las emociones están constituidas por la misma esencia que el Zang correspondiente, por lo que pueden lesionarlo y expresan el estado funcional y la naturaleza de sus cambios, lo que revela la dicotomía mente-cuerpo, presente en este sistema médico, el que reconoce emociones fisiológicas y patológicas. Las fisiológicas las denominaremos alegría, meditación o sosiego, tristeza, temor e ira; a las patológicas, elación, preocupación u obsesión, melancolía, arrepentimiento o culpa, miedo o ansiedad, terror y cólera o furia. Desde el punto de vista de la circulación de Qi, la alegría armoniza y favorece su circulación, pero la elación la enlentece hasta enturbiar la mente, esto es, el Shen. La cólera y la furia hacen ascender el Qi; la preocupación y la obsesión lo estancan; el miedo y la ansiedad, lo hacen descender; el terror lo perturba; la tristeza lo dispersa; y el arrepentimiento o la culpa lo enlentece.(22)

Las emociones son un integrante de cada movimiento que, como todos los demás, expresa y es parte del momento de su mutación. Son causa y consecuencia de su equilibrio energético. **Los Zang-Fu más frecuente e intensamente afectados por las alteraciones en el tono emocional son el bazo, el hígado y el corazón.** El exceso de energía del bazo se expresa como preocupación y obsesión; su vacío, como indiferencia y apatía. El exceso de energía del hígado se expresa como cólera y furia, mientras

que el vacío lo hace como miedo e indecisión. Así mismo, la plenitud energética del corazón se traduce como elación, manía y exaltación, mientras que la deficiencia energética lo hace como adinamia, depresión del ánimo y pérdida de la capacidad de alegrarse. (Díaz Mastellari M.1997) (1,2,22)

Sea cual sea la emoción que exprese la música, si se lleva a un extremo, puede perjudicar al cuerpo y al flujo de la energía qi. Así en un desbalance en la función de **bazo** (Bp), esto se interpreta como una deficiencia (Xu) del elemento tierra, y el tratamiento o complemento médico sería escuchar música bella y virtuosa (desde la perspectiva de la sabiduría tradicional china) compuesta primordialmente de la nota gōng 宮 (“Do”), que corresponde al elemento tierra **es el sonido del final del verano y fortalece el bazo-estómago**. La música sugerida es la composición “**Emboscada por todas partes**” 十面埋伏, especialmente beneficiosa para atemperar el humor. Esta canción tiene una tonalidad en la que combinan recurrentemente dos notas: Zhi (SOL), que pertenece al fuego y *gong* (DO) que pertenece a tierra, y tiene la habilidad de estimular nuestro bazo-estómago y facilitar la digestión y absorción de alimentos. El momento más propicio para escucharla es durante las comidas y justo después.(1,2) Las melodías en que domina el tono **Shāng (Re)** son pesadas como el metal, inflexibles. Esta música influye en los **pulmones. Es el sonido del otoño y protege y nutre el Pulmón yin**. El tabaco, las enfermedades respiratorias, la fatiga continuada, la exposición a gases y humos, excesos de medicación y la dieta inapropiada son, todos ellos, factores que pueden afectar seriamente al pulmón y pueden provocar incluso cáncer. Faringitis, tos, nariz taponada, asma, tendencia a resfriarse, sudoración excesiva, todos ellas son manifestaciones de un mal funcionamiento del pulmón. Al oírla, frecuentemente aflora la naturaleza recta y tenaz. La música sugerida para el pulmón es “**Nieve de Primavera**” 阳春白雪. El *qi* del pulmón (la energía del pulmón) necesita humedecerse. El tono de esta composición musical es elevado, incluye la nota *gong* que pertenece a la tierra, y la nota *zhi* que pertenece al fuego. Una estimula y fomenta el *qi* del pulmón y otra lo equilibra, se le une además el tono *shang* (que pertenece al pulmón). De este modo la música consigue “peinar” el pulmón de adentro a afuera. El momento más propicio para escuchar esta música es de 15.00-19.00 h. En este momento el sol comienza a declinar por el oeste, el oeste está asociado con el elemento metal (el que corresponde al pulmón).

Jiao (Mi) anuncia la llegada de la primavera y hace brotar la vida. Este tono influye en el **hígado**, y escucharla produce estados de amabilidad y conciliación. Las afecciones de hígado con frecuencia tienen lugar por un exceso de “fuego de hígado” que puede dar lugar a estados emocionales de depresión, irascibilidad, miedos y sudores nocturnos. Y a síntomas físicos como hinchazón y dolor de pechos, amargor en la boca y mal aliento, dismenorrea (reglas difíciles y dolorosas), pequeñas úlceras en el borde de la lengua, visión borrosa, sequedad en los ojos. El tono jiao, es frío y disipa el fuego, por lo tanto, puede aliviar la congestión de fuego de hígado y el calor de

la vesícula biliar, calmar la presión arterial, limpiar la calidad de la sangre, calmar la mente y mejorar el descanso nocturno. También tiene un efecto beneficioso para personas mentalmente inquietas, con miedos y sudores nocturnos. La música sugerida es “**hujia shi ba bai**” 胡笳十八拍, esta melodía está compuesta en una tonalidad de **shang (RE)**, tono asociado con el metal, por lo que puede controlar el exceso de la energía de madera en el cuerpo en la época de primavera. Al mismo tiempo, esta composición musical alterna con fragmentos basados en el tono **yu (LA)** que pertenece al agua, el elemento madre de la madera, con lo que ayuda a nutrir y hacer suave y flexible. El momento más propicio para escucharlo es de 19.00 a 23.00, justo antes de conciliar el sueño.

Zhi 徵 (**Sol**) es sumamente emocional. Influye en el **corazón**, y escucharla aflora la generosidad. Es un tónico natural y se puede utilizar para tratar a las personas que sufren de depresión. Cuando el corazón tiene problemas y no funciona de forma equilibrada, con frecuencia se dan estados de insomnio, estados de agitación nerviosa o de dolor y opresión en el pecho. Para cuidar el corazón lo que se necesita es calma y moderación, la composición “**El tono del bambú negro**” 紫竹调, combina su tonalidad con dos notas: la nota que pertenece al fuego *zhi* (SOL), junto con la nota *yu* que pertenece al agua (LA). El suplemento de agua impide que el fuego del corazón sea excesivo, al complementar con fuego, se impide que la humedad resulte en excesivo frío, resultando en un equilibrio beneficioso para las funcionalidades del corazón. La hora más propicia para escuchar esta música es de 21.00-23.00. En Medicina Tradicional China es muy importante respetar una buena hora para conciliar el sueño, lo que en chino se conoce como *zishi* 子时, entre las 23.00-01.00, por lo tanto es importante antes de esa hora aquietar la mente-corazón.

Yu 羽 (**La**) pertenece al elemento agua, es el sonido del invierno y ayuda a nutrir el yin del riñón, a proteger la esencia del Riñón y a reducir el fuego del pulmón. Son melancólicas, como agua que fluye plácidamente. Influyen en los **riñones**, y escucharlas nos equilibran mentalmente, tal como dicen los antiguos proverbios chinos: “triste pero no herido” y “contento pero no en exceso”. Se asocia con el agua y los riñones. Sus efectos sedantes lo hace muy útil para combatir el insomnio. Según la Medicina Tradicional China, es en el riñón donde se almacena la esencia natural del cuerpo, la herencia genética de lo que conformará nuestra fisiología y por lo tanto es de vital importancia nutrir el riñón para no extenuar esta esencia. Trasnóchar, alterar el descanso nocturno, el exceso de trabajo y la fatiga, beber alcohol o té oscuro en exceso pueden dañar al riñón. Un tono de piel oscurecido, sufrir de micción frecuente, tener dolores de espalda, falta de apetito sexual y episodios de diarreas a primera hora del día son, todas ellas, manifestaciones de que el riñón no funciona bien. El *qi* del riñón necesita fortalecer su capacidad de “almacenar la esencia fisiológica”. La música sugerida para fortalecer el riñón es: “**La flor del ciruelo. Tres movimientos**” 梅花三弄. En esta composición musical se

alternan suavemente los cinco tonos propiciando la puesta en marcha del patrón de interacción de los cinco elementos. De tal manera que la energía que se produce va siendo dirigida al riñón. El momento más propicio para escuchar esta música es de 7.00-11.00 h. Es el momento del día en el cual la temperatura comienza a ascender, el sol se haya en fase ascendente, y el *qi* del riñón dentro del cuerpo recibe con mayor fuerza las influencias externas. (1,2)

Sea cual sea la emoción que exprese la música, si se lleva a un extremo, puede perjudicar al cuerpo y al flujo de la energía *qi*, razón por la cual **se hace necesario un diagnóstico previo médico tradicionalista, para determinar el estado energético del paciente**. La música tiene la capacidad de provocar en todos nosotros respuestas emocionales. Las emociones pueden ser positivas o negativas y con distinta intensidad. Las emociones positivas inducen conductas de cercanía y las negativas, conductas de retirada. Ambas respuestas están mediadas por el córtex prefrontal-ventro-medial (derecho para la aproximación e izquierdo para la retirada). La música comunica información emocional; no obstante, sí observamos las respuestas fisiológicas ante las emociones y las respuestas emocionales que provoca la música, ésta induce cambios fisiológicos en nosotros como cualquier otro estímulo emocional (1, 2, 4, 5). De esta manera, la música, excepto en aquellos que padecen de acúsia o son sordos, activa sistemas de recompensa similares a las producidas con la comida, con drogas adictivas o con el sexo; y es el sistema dopaminérgico el que se ha propuesto, como implicado en el placer de escucha música (13, 15).

Según Yang et al. (2019) **La terapia oriental de la música de los Cinco Elementos (5 tonos específicos)**, en un estudio de meta-análisis centrado en la recuperación del lenguaje en pacientes con afasia posterior a un accidente cerebrovascular.(7,11, 13, 16) Los autores llevaron a cabo una búsqueda exhaustiva de estudios publicados hasta junio de 2021 y seleccionaron 6 estudios relevantes para incluir en el metaanálisis. Los resultados mostraron que la música de los Cinco Elementos tuvo un efecto estadísticamente significativo en la mejora del lenguaje en pacientes con afasia después de un accidente cerebrovascular. Además, los autores examinaron los efectos de la música de los Cinco Elementos en diferentes subgrupos de pacientes y encontraron que fue efectiva tanto en pacientes con afasia motora como en pacientes con afasia sensorial. En general, los resultados sugieren que la música de los Cinco Elementos puede ser una terapia complementaria útil para mejorar la recuperación del lenguaje en pacientes con afasia después de un accidente cerebrovascular.(3)

Por último al igual que Juhos-Kiss et al., (2023), cuyo criterio es que la musicoterapia en occidente se incluya como una herramienta no farmacológica de bajo costo económico, lo cual puede complementar otras terapias y hacer parte de una intervención integral; ya que la misma puede ser utilizada en contextos de difícil acceso al poder ser administrada remotamente y puede llevarle beneficios adicionales a población de bajos recursos

económicos o de difícil acceso geográfico, nosotros somos del mismo criterio, recomendando su inclusión en el módulo de terapias externas del programa de formación del especialista de Medicina Natural y Tradicional.

Conclusiones: La Medicina Tradicional Asiática (oriental) a través de su terapia de los 5 tonos es capaz de equilibrar el estado energético y con ello mejorar el estado emocional de los pacientes.

Recomendaciones: **Incluir** a la Musicoterapia de los 5 tonos (como herramienta no farmacológica y complementaria) al programa de formación de los futuros especialistas de Medicina Natural y Tradicional, en la que este trabajo pudiera constituir un documento de consulta, pues se sabe que la música de los 5 tonos puede tener efectos terapéuticos que cumple con las bases teóricas de la medicina tradicional asiática.

Bibliografía:

- (1). www.lagranepoca.com/vida/medicina-china
- (2). www.estudiosdechino.com/blog/cultura-china/musicoterapia-y-medicina-tradicional-china
- (3). (Yang et al. 2019), Yang Y, Fang YY, Gao J, Geng GL. Effects of Five-Element Music on Language Recovery in Patients with Post stroke Aphasia: A Systematic Review and Meta -Analysis. *Jordan Altern Complement Med.* 2019 Oct;25(10):993-1004. doi:
- (4). (Lacárcel Moreno, J.,1990), Lacárcel Moreno, Josefa (1990): "Musicoterapia en Educación Especial". Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- (5). Galińska E. Music therapy in neurological rehabilitation settings. *Psychiatr Pol.* 2015;49(4):835-46. English, Polish. doi: 10.12740/PP/25557. PMID: 26488358.
- (6). Parsons, L.M. (2001), Exploring the Functiona Neuroanatomy of Music Performance, Perception, and Comprehension. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 930: 211-231. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2001.tb05735.x>
- (7). Robles Silva, Karen Daniela. (2023). La efectividad de musicoterapia en rehabilitación de pacientes diagnosticados con afasia: revisión bibliográfica. Master Universitario en Rehabilitación Neuropsicológica y Estimulación cognitiva. Trabajo final. Universidad Autonoma de Barcelona, España.
- (8). Gassner L, Geretsegger M, Mayer-Ferbas J (2022). Effectiveness of music therapy for autisms pectrum disorder, dementia, depression, insomnia and schizophrenia: update of system aticreviews. *Eur J Public Health.* 32(1):27-34. doi: 10.1093/eurpub/ckab042
- (9). Sparks, R. W., &Holland, A. L. (1976). Method: melodi cintonation therapy for aphasia. *Journal of speech and Hearing Disorders*, 41(3), 287-297. <https://doi.org/10.1044/jshd.4103.287>
- (10). Xu, C., He, Z., Shen, Z., &Huang, F. (2022). Potentialbenefits of music therapy on stroke rehabilitation. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2022.<https://doi.org/10.1155/2022/9386095>

- (11). Kim, M., & Tomaino, C. M. (2008). Protocol evaluation for effective music therapy for persons with nonfluent aphasia. *Topics in stroke rehabilitation*, 15(6), 555-569. <https://doi.org/10.1310/tsr1506-555>
- (12). Conklyn, D., Novak, E., Boissy, A., Bethoux, F., & Chemali, K. (2012). The effects of modified melodic intonation therapy on nonfluent aphasia: a pilot study. DOI: 10.1044/1092-4388(2012/11-0105)
- (13). Lim, Kil-Byung; Kim, Yong-Kyun; Lee, Hong-Jae; Yoo, Jeehyun; Hwang, Ji Youn; Kim, Jeong-Ah; Kim, Sung-Kyun (2013). The Therapeutic Effect of Neurologic Music Therapy and Speech Language Therapy in Post-Stroke Aphasic Patients. *Annals of Rehabilitation Medicine*, 37(4), 556. Doi:10.5535/arm.2013.37.4.556
- (14). POCH BLASCO, S. (1999). *Compendio de Musicoterapia (I y II)*. Barcelona: Biblioteca de Psicología, Textos Universitarios, Ed. Herder.
- (15). BENENZON, R. (1992). *Teoría de la Musicoterapia*. Madrid: Mandala Ediciones. (1974). *Biblia de Jerusalén*. Bilbao: Desclée de Brouver (trad. A. Ubieta).
- (16). ALVIN, J. (1978). *Music Therapy for Autistic Children*: London: Oxford University Press.
- (17). AMADES, J. (1951). *Folklore de Catalunya*: Barcelona: Selecta.
- (18). Federico Gabriel, "El embarazo musical. Comunicación, estimulación y vínculo prenatal 01.a través de la música" editorial Kier Bs. As. 2001, "Musicoterapia y embarazo" (II jornadas de conceptualización de la 02. práctica clínica Musicoterapéutica, mayo 1999), "Music Therapy & Pregnancy, Prenatal Stimulation" Procedures 26 03. Canadian Conference of Music Therapy, Vancouver May 1999.
- (19). Lin LC, Lee MW, Wei RC, Mok HK, Yang RC. Mozart K.448 listening decreased seizure recurrence and epileptiform discharges in children with first unprovoked seizures: a randomized controlled study. *BMC Complement Altern Med*. 2014;14:17. doi: 10.1186/1472-6882-14-17.
- (20). Weinberger Norman. Music and the brain. *Scientific American Special Ed. Secrets of senses* 2006;16(3).
- (21). Tizón, M., Gómez, F., y Oramas, S. (2014, Junio). Does Always the Phrygian Mode Elicit Responses of Negative Valence? Poster. Estambul (Turquía).
- (22). Díaz Mastellari M. *Pensar en Chino I. Compilación de Cuadernos de Medicina Tradicional China*. Cancún: Editorial Pro-Art; 1997.