

## Personas mayores participaron de entretenido taller de musicoterapia

La clase comenzó entregando conocimientos sobre la importancia de la música, estilos y efectos que provocan en el ser humano. Luego, se llevó a cabo una actividad práctica en que los asistentes escucharon variadas melodías para conectarse con emociones y sentimientos.

Contribuir en mejorar la calidad de vida de la población, es uno de los objetivos del Centro Interuniversitario de Envejecimiento Saludable (CIES) de las universidades públicas, así también de Vitalis, Centro de Envejecimiento en formación de la Universidad de Talca.

En ese marco y debido a los beneficios de la musicoterapia, la cual consiste en usar las respuestas y conexiones de una persona con la música para estimular cambios positivos en su estado de ánimo y bienestar, se llevó a cabo un taller para personas mayores del Centro Diurno Referencial de la capital regional del Maule, dictado por Leafar Riobue-

no, académico de la Escuela de Música de la Universidad de Talca.

“La música siempre está presente, aunque no esté físicamente en el entorno, somos música, energía. La idea es que nosotros podamos guiar a estas personas a que vuelvan a encontrar una emoción positiva ubicando esos recuerdos cuándo eran jóvenes o cuándo lograron esas cosas maravillosas durante su carrera, vida, familiares y la vuelvan a utilizar”, comentó el académico.

La clase comenzó entregando conocimientos sobre la importancia de la música, estilos y efectos que provocan en el ser humano. Luego, se llevó a cabo una actividad práctica en que

las personas escucharon variadas melodías para conectarse con emociones y sentimientos. Posteriormente tocaron instrumentos acompañando una melodía principal.

“Me encantó esta actividad porque me transportó a años más jóvenes, pude tomar un instrumento y tocarlo. El profesor me dijo que lo hice muy bien, primera vez que tocaba el tambor, estoy muy emocionada, me encanta la música, estoy muy agradecida”, dijo Rosa Faúndez, integrante del Centro Diurno Referencial de Talca.

“Ha sido un excelente taller. El recuerdo que sentimos con la música es muy grande, volvimos a los tiempos antiguos, al movernos y compartir. Es maravilloso que alguien se haya



preocupado de nosotros al realizar esta actividad”, comentó Mario Yáñez, integrante del Centro Diurno.

“La música para mí es un renacer a la vida porque te emociona, alegre, entonces estas 2 emociones tienes que tenerla para seguir viviendo, enton-

ces eso es lo que me produce. Esto que hicieron como Universidad y Centro es fabuloso”, comentó Ximena Montecinos, integrante del Centro Diurno. Finalmente, la actividad culminó con variadas melodías en trompeta presentadas por el académico.