**Fundamentación del módulo práctico de Música y Biodanza**

 **(Prof. María Mercedes Moreno Loor)**

Todo lo que nos hace humanos, en el cerebro deviene absolutamente conectado: emoción, intención, pensamiento, identidad, creatividad, sentidos, atención, percepción. Las emociones tienen una función importante que cumplir en la intuición, ese proceso cognitivo en el que llegamos a una conclusión sin ser conscientes de los pasos intermedios.

La danza como la música no es un arte del mundo humano. Rolando Toro, chileno creador de Biodanza afirmaba que la música permite restablecer la armonía y el equilibrio a través del ejercicio y la práctica del movimiento. ¿Cuál sería el componente musical clave para el restablecimiento de la armonía corporal? Rolando Toro observó en el ejercicio del movimiento corporal en Biodanza, de cómo se manifiestan al caminar la alteración del tono afectivo.

La capacidad de caminar al pulso de la música requiere una compleja red de conexiones entre diversas áreas cerebrales responsables de la percepción del ritmo y de su duración, de la planificación y del control de los movimientos, así como de los procesos de integración entre la percepción y la acción. Explicado de manera sencilla, la simple escucha de un fragmento de música estimula las áreas cerebrales motoras. Este fenómeno es el encuentro trascendental pues sugiere una idea: utilizar la música como método para “reeducar” el movimiento en personas que lo tengan deteriorado. Por el mero hecho de estimular el cerebro motor, puede ayudarnos a reactivar o a mejorar la movilidad en personas con trastornos motores y desarrollar nuestra creatividad.

El trabajo investigativo de varios científicos[[1]](#endnote-1) demuestran que la acción que nos permite llevar el pulso, el ritmo con la melodía y la armonía implícita en ella reúne todos los factores musicales necesarios para la reeducación de funciones motoras en individuos con párkinson y pacientes con lesiones cerebrales, y a la vez activar los circuitos del aprendizaje y creatividad.

Todo empieza en la etapa fetal cuando en plena gestación se asimilan los principales patrones musicales de pulso, ritmo, melodía y armonía.

La metodología de este módulo consiste en inducir vivencias integradoras por medio de la música, el movimiento con pleno sentido y el grupo.

 **✅ De ser posible, para la práctica se recomienda:**

1. Tener un espacio amplio y usar ropa cómoda para moverse a gusto.
2. Tener agua para hidratarse.
3. Conectarse desde un ordenador (no teléfono móvil ó tablet) para poder tener una experiencia de mejor calidad.
4. Si el dispositivo no tiene buen audio, conectarlo a parlantes externos.
5. Participar con la cámara encendida.
6. Esta es una actividad grupal por esencia, sin embargo, ayuda mucho no ser interrumpido/a por distracciones externas, por lo tanto, se invita a los participantes a realizar esta práctica con quienes estén a su alrededor ese momento.
1. Arroyo, A, Amazon (2020). *La Vida se cura con la Vida*

Moreno, M, Amazon (2021). *La Danza de la Música para abrazar la Vida* [↑](#endnote-ref-1)