



REVISTA
DE INVESTIGACIÓN
Y PEDAGOGÍA
DEL ARTE,
FACULTAD DE ARTES,
UNIVERSIDAD
DE CUENCA.
NÚMERO 14,
JULIO-DICIEMBRE DE 2023
ISSN 2602-8158.
COPYRIGHT © 2023.
ARTÍCULO DE ACCESO
ABIERTO CON LICENCIA
CREATIVE COMMONS
ATTRIBUTION

Música coral y adultos mayores: Una propuesta metodológica sobre la base de relatos de experiencia en Cuenca (Ecuador)

Choral music and older adults: A methodological proposal based on reports of experiences in Cuenca (Ecuador)

ARLETI MARÍA MOLERO ROSA

Universidad de Cuenca / arleti.molerior@ucuenca.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6280-1717>

MARÍA BELÉN NEIRA LANDÍVAR

Universidad de Cuenca / belen.neira@ucuenca.edu.ec
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-1438-537X>

RESUMEN: Esta propuesta metodológica para la formación de coros dirigidos a adultos mayores, se realiza tomando en cuenta las experiencias de diversos directores corales; su propósito es contribuir a evitar la soledad y la depresión que caracteriza a este segmento poblacional, incorporándolo a proyectos relacionados con actividades articuladas con la música, entre ellas, la coral. Las propiedades terapéuticas de la música y en especial la coral, se expresan mediante sus componentes: armonía, melodía y ritmo, de ahí su contribución a la elevación de la calidad de vida en los adultos mayores, porque los anima, relaja, los alegra, socializan sus energías y experiencias. La motivación fundamental de este estudio está en potenciar la participación de los adultos mayores en proyectos culturales y musicales cuyo objetivo fundamental se centra en realizar una propuesta metodológica para la formación de un coro de adultos mayores sobre la base de relatos de experiencias aplicadas en función de esta práctica.

PALABRAS CLAVE: música coral, propuesta metodológica, adultos mayores

ABSTRACT: This methodological proposal for the formation of choirs for older adults is based on the experiences of several choral directors; its purpose is to contribute to avoid the loneliness and depression that characterizes this population segment, incorporating them to projects related to activities articulated with music, among them, choral music. The therapeutic properties of music, especially choral music, are expressed through its components: harmony, melody and rhythm, hence its contribution to the improvement of the quality of life in older adults, because it encourages, relaxes, cheers them up and socializes their energies and experiences. The fundamental motivation of this study is to promote the participation of older adults in cultural and musical projects, whose main objective is focused on making

a methodological proposal for the formation of a choir of older adults based on accounts of experiences applied to this practice.

KEY WORDS: choral music, methodological proposal, older adults

RECIBIDO: 11 de abril de 2023 / **APROBADO:** 19 de junio de 2023

1. INTRODUCCIÓN

El envejecimiento es un proceso fisiológico que comienza en la concepción y ocasiona cambios en las especies durante todo su ciclo vital. Según la Organización Mundial de la Salud, entre 2015 y 2050 se calcula que el porcentaje de habitantes del planeta, mayores de 60 años, llegará al 22 %. En este contexto los países enfrentan este proceso, cada vez más acelerado, que afecta los sistemas de salud, de asistencia social y las políticas públicas. Durante esta etapa se pueden emprender nuevas actividades si los entornos son propicios a ello, por lo cual se plantea la necesidad del empleo del tiempo del adulto mayor en actividades que los motiven y les posibilite insertarse en proyectos sociales, laborales, culturales, deportivos, recreativos y artísticos, a través de las artes plásticas, la literatura, la artesanía y la música.

El poder curativo de la música es reconocido en la historia de la humanidad desde las culturas antiguas, desde los filósofos Pitágoras (el primero en relacionar música y matemática, estudioso de la naturaleza de los sonidos musicales armónicos) y Aristóteles (para quien la música es la pasión misma, porque la reproduce, incide en la moral y forma el carácter); este poder curativo ha sido confirmado por investigaciones médicas porque la música ayuda a disminuir el estrés, y es aplicada en tratamientos del autismo, depresión, Parkinson, trastornos cerebrales, accidentes cerebrovasculares, Alzheimer, epilepsia, etc.

En su uso terapéutico, la música mediante su armonía, melodía y ritmo trabaja aspectos sociales, cognitivos y funcionales; una de sus aplicaciones fundamentales, dados sus beneficios, es su contribución a la elevación de la calidad de vida en los adultos mayores, porque los anima, relaja, los alegra, socializa sus energías y experiencias.

De ahí el propósito de este estudio para potenciar la participación de los adultos mayores en proyectos de música coral. El objetivo fundamental se centra en realizar una propuesta metodológica para la formación de un coro de adultos mayores sobre la base de relatos de experiencias de directores corales ecuatorianos y cubanos.

2. DESARROLLO

2.1 El adulto mayor y su calidad de vida en Ecuador

En 2018 fue aprobada en Ecuador la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores¹, una población que ha alcanzado los 60 años de edad (según establece la ONU), la cual vive en situación de vulnerabilidad, e incluye la protección de quienes residen en el extranjero a través de misiones diplomáticas y oficinas consulares. Entre las aspiraciones para asegurar calidad de vida se encuentran: la seguridad física, económica y social, la autorrealización, equidad, igualdad de género, solidaridad, protección familiar y comunitaria.

Aporta V. Martínez Lazo (2012, p. 5):

Este cambio social se demuestra en el aumento de la participación de los adultos mayores en los centros de jubilados, sociedades de fomento, universidades de la tercera edad, en las calles. Y como lo señala Fajn (2007), “Es hacerse responsable de la vida, apostar hasta el último momento, porque nadie tiene garantizado cuánto va a vivir, pero sí es responsable de cómo vivir”.

2.2 Notas sobre música coral

La música coral denominada coro, puede cantarse con o sin acompañamiento, combinaciones instrumentales, desde el piano hasta la orquesta. Es una música extendida en la historia de las culturas de todos los pueblos, tanto académica como aficionada. El canto coral tiene el poder de influir de forma positiva en la bioquímica del cerebro, y de ahí su incidencia en el bienestar y felicidad del ser humano, sincronizando emociones y conexiones sensibles de sus intérpretes.

Sus orígenes están inscritos en la Grecia antigua, en adoración a sus dioses. En la liturgia de los cantos victóricos de la Iglesia Occidental se empleó el término *coral* (*Schola*), especialmente en los Cantos Gregorianos: música cantada por grupos de religiosos masculinos que establecen una unidad donde interviene un número reducido de cantantes. En el prerrenacimiento se estableció una distinción entre cantos corales o

¹ Según cálculos realizados por INEC, a partir de la segunda década del s. XXI, la población ecuatoriana en este estatus es de 1,3 millones de personas, el 7,4 % de la población (17,5 millones de habitantes). La protección a este segmento poblacional a través de esta ley, incluye: exonerarlos del 50 % del pago de tarifas del transporte en todas sus modalidades, entrada a espectáculos (culturales, deportivos, artísticos, turísticos y recreativos); igual por ciento para el consumo de energía (consumo mayor de 138 kW/h), de agua potable, tarifa telefónica fija, telefonía celular e internet y acceso gratuito a museos.

eclesiásticos (monódicos) y figurales; a partir del Renacimiento se empleó el término en referencia al himno eclesiástico de los luteranos (coral luterano). En el Barroco se destacaron las piezas corales de Bach y de Handel; durante el Neoclasicismo, en los cantos de la iglesia protestante las piezas que empleaban el órgano fueron denominadas corales. En el transcurrir del siglo XIX y XX la música coral se extendió interconectándose con géneros como la sinfonía, especulaciones tímbricas que cambiaron el pensamiento de la estructura coral tradicional, por ejemplo, *Lux Aeterna* de Gyordy Ligeti.

2.3 Efectos de la música coral en adultos mayores

La música constituye una experiencia multidimensional, porque moviliza afectos, emociones, al canalizar respuestas creativas y permitir el desarrollo de la observación, la atención, la concentración, la memorización y la agilidad mental; contribuye al autocontrol, la reflexión, la comunicación, la empatía, logro de metas, y aminora el temor y la inseguridad.

En ello la música ocupa un lugar primordial, y es esencial para contribuir a ejercitar el cerebro en los adultos mayores para elevar sus niveles de felicidad; en ella las experiencias vitales son indispensables como información de valor, si se concibe la vejez como una etapa más del ciclo vital, que influye en sus estilos de vida.

La felicidad en los seres humanos los hace mejores en relación con ellos mismos y con los demás, e incluye estados de bienestar proporcionados por la inserción en la vida social y en la cultura, a partir del protagonismo; de ahí el significado de la música en este estado, y en especial la música coral porque mejora su salud física y mental, y es expresión colectiva de un elevado nivel inclusivo.

Los beneficios producidos por el canto coral en adultos mayores forman parte del bienestar psicológico y cognitivo que se debe alcanzar por este sector poblacional, relacionado con la felicidad, al ofrecerle sensación de seguridad, disminución del estrés, aumento de las defensas del organismo, relaciones positivas, autonomía, crecimiento personal, bienestar psicológico, creatividad y elevación de la autoestima.

2.4 Relatos y experiencias²

Entre los músicos ecuatorianos dedicados a la dirección coral se encuentran María Eugenia Arias, Enrique Silva Gil, Freddy Godoy, Leonel Palacios García y René Duque.

María Eugenia Arias³ en 2010 asumió la dirección del Coro Polifónico de la Universidad del Azuay y en 2008 funda el Coro Infantil del Conservatorio Nacional José María Rodríguez de esta ciudad. En lo relativo a la formación de agrupaciones corales dirigidas a adultos mayores, es necesario considerar que no todos los coristas poseen una formación musical, de ahí la complejidad para la selección de las voces. María Eugenia propone la utilización del método *Dalcroze* para la formación del conjunto coral de adultos mayores, fundamentando que el método involucra el trabajo del oído, ritmo y expresión corporal: “afinación, ritmo, capacidad de seguir melodías, tesitura, color de la voz, ataque vocal y respiración, una vez conformado el coro se debe escoger el repertorio adecuado para la agrupación y las metodologías para aplicar en el montaje de la obra seleccionada” (Arias, 2023, p. 2, comunicación personal).

Para Enrique Silva Gil⁴, la agrupación coral, como organismo, varía su desarrollo según el comportamiento de sus integrantes (profesionales o aficionados); comparte su experiencia en la dirección de coros dirigidos a niños y adultos, su enfoque profundiza en lo referido al trabajo vocal, conocer expectativas y experiencias en la participación en agrupaciones musicales de este tipo, realizar vocalizaciones, montajes de obras sencillas, con el fin de profundizar respiración y técnica vocal.

Freddy Godoy⁵, también ecuatoriano, es un músico experimentado en la dirección coral en adultos mayores; de acuerdo con su experiencia, es requisito esencial tener en cuenta su motivación para participar: socializar, distraerse, disfrutar; para ello es preciso seleccionar una metodología basada en modelos lúdicos propios teniendo en

² Las entrevistas fueron realizadas por Belén Neira Landivar, en comunicación personal, a María Eugenia Arias, Enrique Silva Gil, Freddy Godoy, Leonel Palacios García, René Duque, Nelly Cañizares y Yanella Duarte.

³ Música cuencana, licenciada en Ciencias de la Educación con mención en Musicología en la Universidad de Azuay.

⁴ Nacido en Guayaquil, es licenciado en Música por la Universidad de Espíritu Santo, Máster en Dirección Coral en EE.UU.; director desde 2018 del Coro Sinfónico de Cien Voces y Un Coro Infantil de Veintiocho Voces de la Orquesta Sinfónica de Guayaquil.

⁵ Reside en Quito. Guitarrista, cantante, docente y director de coros ecuatoriano, con más de treinta años de trayectoria. Estudió en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, es Magíster en Pedagogía y Educación Musical por la Universidad de Cuenca.

cuenta características personales de los adultos, como pueden ser los registros vocales, los cuales se modifican con la edad:

Al principio se aconseja abordar un repertorio que esté en una tonalidad idónea para que ellos puedan hablar entonando. También debe estar relacionado a elementos que les recuerde algo o sean significativos en su vida. A partir de ello se pueden elaborar arreglos sobre la melodía e incluso hacer un juego de voces donde se alternen varones y mujeres o voces agudas y graves. Puede funcionar el hacer contracantos. En cuanto a la ejecución de los temas es importante primero enseñar a capela y luego incorporar un instrumento acompañante. (Godoy, 2023, comunicación personal).

Insiste en que esta práctica musical necesita del gusto por el repertorio, considerando los cambios que se producen en estas edades al reducirse las capacidades cognitivas, especialmente la memoria y la atención.

Leonel Palacios García⁶, músico con una vasta experiencia en la dirección coral en agrupaciones de adultos mayores desde 2007, propone analizar, mediante ejercicios, el rango vocal de cada integrante con acompañamiento instrumental, con el fin de seleccionar el repertorio: “Primero se hace cantar a una voz y luego a otra, o inician mujeres y continúan los varones, este tipo de trabajo puede parecerse al polifónico, es interesante” (Palacios, 2023, comunicación personal).

Con el fin de lograr la concentración propone iniciar los ensayos con ejercicios de yoga, siguiendo con la vocalización, ejercicios de tercera con U, O, A, E, I; concluye con una actividad que recree pasajes de la obra seleccionada, propiciando revelar emociones y recuerdos. Para ello aplica el método *Kodály* y *Dalcroze*, en especial la quironimia, trabajando la escala musical con la mano, para que escuchen, imiten y reproduzcan, generando sensaciones y emociones, a modo de juego, con el fin de atrapar sus intereses en la participación.

Una forma específica de trabajar las obras corales en este contexto puede ser iniciar con el ritmo, tocando una obra en el piano, invitándolos a aplaudir para que la interioricen, mediante la repetición del ejercicio con el fin de memorizar y solucionar los problemas rítmicos en primera instancia. La segunda sesión del ensayo se enfocaría en los aspectos melódicos, afinación y técnica vocal.

⁶ Nacido en Quito, es licenciado en Educación Musical, director de coros, miembro del Coro Nacional.

Por último, el músico cuencano Hugo René Duque⁷, director del Coro del Adulto Mayor, atendido por la Universidad de Cuenca, expone su experiencia en el trabajo coral de estas edades, prestando atención a los cambios propios de la edad y a la selección del repertorio, profundizando en las diferencias entre melodía y acompañamiento, mediante la metodología *Orff, Kodály y Suzuki* para la enseñanza de la lectura musical y la polifonía coral.

Existen otras experiencias de las maestras de nacionalidad cubana, como es el caso de Yanella Duarte (radicada en Ecuador 2008) y Nelys Cañizares, quienes han colaborado con la investigación desde su experiencia de trabajo en Ecuador y Cuba en la fundación de coros, algunos de ellos en adultos mayores.

Resulta de interés la postura de análisis sobre el proceso de organización coral de la directora Nelys Cañizares⁸, la cual es fundadora y directora de la agrupación femenina Musas, agrupación de cámara surgida en 2016, con amplio repertorio de la música coral tradicional hasta combinaciones tímbricas modernas de música vocal a capella. De acuerdo con su autorizada palabra, Cañizares aporta valiosas experiencias sobre la dirección coral a tener en cuenta hacia la tercera edad; el trabajo del color, articulación, fraseo, tipo de sonido, eliminar el vibrato para unificar el sonido y las diferencias tímbricas, son los ejes centrales de su propuesta, teniendo en cuenta que en este caso no se trata de una actividad profesional. Enfatiza, por otro lado, que la práctica coral en los adultos mayores establece lazos afectivos y propicia un ambiente productivo de conexiones emocionales que aportan al resultado final de la interpretación.

Sobre la selección del repertorio sugiere los himnos de contenido religioso a dos voces, en castellano o en latín, música tradicional, piezas del cancionero de *Palacio*, con una línea unificada en el canto a dos voces. En cuanto a la metodología a seguir en el trabajo coral, esta maestra propone nuevas perspectivas para el trabajo con adultos mayores: priorizar la relajación física y mental, y la unificación de sonidos; sugiere al inicio realizar ejercicios de relajación y de respiración antes de comenzar con el trabajo vocal, estiramiento físico para armonizar el cuerpo y la mente.

⁷ Cuencano, se graduó de Musicología en la Universidad de Azcuy, máster en Composición Musical y Nuevas Tecnologías por la Universidad de la Rioja.

⁸ Procedente de la provincia de Villa Clara, Cuba, es graduada del Instituto Superior de Arte, Cuba, especializada en Dirección Coral.

Yanella Duarte⁹ presenta amplia experiencia en Dirección Coral en agrupaciones de la tercera edad desde 2008 hasta 2022, caracterizadas por las diferencias en las tesituras, de acuerdo con edades y sexos; propone iniciar con actividades de relajación y centrar el trabajo vocal en la respiración y el uso de terceras descendentes. Para la selección del repertorio propone el trabajo con una sola voz por el matiz que genera la mezcla de voces graves y agudas, y para ello sugiere la obra *Donna Nobis Pacem*, de Mozart, a partir de la experiencia en su montaje. Para la metodología propone la continuidad de los ensayos, pues en estas edades la rutina y sistematicidad puede contribuir al éxito de los resultados.

Existe una armonía en conceptos, selección de repertorio y metodología de dirección que facilita una dinámica en la dirección coral dirigida a adultos mayores que harán posible una propuesta musical.

2.5 Propuesta metodológica para la formación de una agrupación coral de adultos mayores en la ciudad de Cuenca, Ecuador

Según lo expuesto en los anteriores acápite, se plantea una propuesta metodológica para la formación de un conjunto coral para la tercera edad con formato a dos voces en la ciudad de Cuenca, cuyo enfoque cualitativo se sustenta en las propuestas de Yin (1994) y de Hernández Sampieri (2014), quien en su texto *Metodología de la investigación* establece que “el propósito de este tipo de proyecto es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que le rodean, profundizándolos en su punto de vista, además de interpretarlos y significarlos” (Sampieri, 2014).

De manera que esta investigación empírica estudia un elemento contemporáneo de alcance descriptivo; Hernández Sampieri (2014) describe cómo son y se manifiestan los fenómenos, sucesos y elementos con objeto de demostrar los ángulos y dimensiones. Su entendimiento también se asocia con lo inductivo, que de acuerdo con Yin (1994), permite generar relaciones e hipótesis.

Es esta una propuesta metodológica cuya estructura varía según los criterios estudiados y la información inferida proveniente de las muestras seleccionadas para

⁹ Es cubana, directora de coros, graduada de la Universidad de las Artes (ISA) en Dirección Coral. Magister por la Universidad del Rioja, docente de la Universidad de las Artes en Ecuador.

formar la agrupación musical. Por lo tanto, las fases metodológicas de la investigación se identifican de la siguiente forma: observación del objeto de estudio, análisis de las fuentes de entrevistas y repertorio a dos voces, contemplando los enfoques señalados por los directores como estado anímico contextual de la formación de estos coros, técnica vocal y repertorio para estas agrupaciones.

La propuesta metodológica aborda las siguientes fases:

1. Diagnóstico y selección de las voces: Se realiza un examen de admisión donde se determinan las cualidades vocales y registros de los coristas, analizando las dificultades y habilidades que se deben tomar en consideración para planificar el trabajo técnico vocal, así como la selección del repertorio.

2. Propuesta de trabajo técnico vocal utilizando ejercicios de vocalización específicos para el desarrollo de la colocación, emisión y perfeccionamiento vocal; de igual manera, se consideran ejercicios para el desarrollo de la dicción, respiración y afinación del conjunto vocal. Los ejercicios se realizarán de forma sistemática, variada, en función del repertorio y las necesidades de desarrollo de los coristas.

3. Se establece el montaje y presentación del repertorio. En la fase del montaje se trabajará al unísono por un periodo prolongado hasta lograr un resultado homogéneo en el timbre, así como en la afinación y trabajo respiratorio. Posterior a esta fase, se seleccionarán obras a dos voces, se trabajará con el canon que será el paso previo hacia el abordaje de una obra con dos voces melódicas diferentes. Proceso posible gracias al método de la imitación combinado con *Kodály*¹⁰ (su base principal es el canto, a través de canciones populares); finalmente la validación de la propuesta será emitida por expertos en la rama a través de una evaluación de los resultados.

3. CONCLUSIONES

El adulto mayor necesita buscar formas para mantenerse activo y ocupado, como un modo de evitar la soledad y la depresión, de ahí la propuesta de examinar los beneficios que reporta la inserción social de este segmento poblacional en aumento, en proyectos relacionados con actividades intelectuales y culturales, entre ellas la coral, dado por sus propiedades terapéuticas. Para su contribución, en este estudio se presentan reflexiones,

¹⁰ Este método inicia el aprendizaje del ritmo con la negra como pulso básico, seguida de su primera división (grupo de dos corcheas) y su secuencia melódica con los grados 3, 5 y 6 de la escala.

relatos y experiencias de un conjunto de músicos dedicados a la dirección coral, quienes enriquecen este tema con sus vivencias y saberes, entre ellos: María Eugenia Arias, Nelys Cañizares, René Duque, Yanella Duarte, Freddy Godoy, Leonel Palacios y Enrique Silva.

Tomando en cuenta las reflexiones propuestas para la selección de voces y repertorios, y metodologías a seguir, se propone una metodología para la formación de una agrupación coral de adultos mayores en la ciudad de Cuenca, Ecuador, estructurada en tres fases. En la primera se realiza el diagnóstico para la selección de las voces, para planificar el trabajo técnico vocal. En la segunda fase se aplica la metodología a seguir para desarrollar este trabajo técnico vocal, y la tercera se dedica al montaje de voces mediante el método de la imitación combinado con el método *Kodály*.

BIBLIOGRAFÍA

- Arias, M. (2023). Entrevista. Obtenido de file: /// C:/ Users/ Belen% 20Neira/ Desktop/Tesis/Entrevistas/ María%20Eugenia%20Arias%20Maldonado/HOJA%2
- Cañizares, N. (2016). Perfil oficial de ensamble vocal musas. Facebook. *Musas*.
<https://www.facebook.com/101594921232550/posts/101597197898989/>
- Cañizares, N. (2023). *Ensamble musas*.
<https://www.facebook.com/101594921232550/posts/101597197898989/>.
- Censo. INEC. (2018). Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Ecuador.
www.ecuadorencifras.gob.ec
- Duarte, Y. (2023). U artes- Perfil profesional Yanella Duarte Pila. (s.f.).
<https://www.uartes.edu.ec/sitio/docs/yanella-duarte-pila/>
- Duque, R. (2023). Facebook.com. Obtenido de: facebook <https://www.facebook.com/hugorene.duqueproano>
- Godoy Muñoz, Freddy (febrero de 2010). Entrevista.
<https://www.linkedin.com/in/freddy-godoy-mu%C3%B1oz-82614a189/?originalSubdomain=ec>.
- Hernández Sampieri. (2014). *Metodología de la Investigación*. Séptima edición.
- Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. (2008). Ecuador. Sitio oficial.
- Martínez, V. (2012). Programa de música integral para adultos mayores en la Universidad del Trabajo y la tercera edad en Panamá. [Tesis para optar por el Grado

Postdoctoral in Adult Education de Tecana American University (TAU), of the USA]. TAU e-Journal of Multidisciplinary Research. <http://www.journal.tauniversity.org>

O'Reilly, M. (2020). Jerarquía de valores y práctica coral en el contexto universitario de Ecuador. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*. (17), 13-20.

Pérez-Aldeguer, S. (2014). Los efectos del canto coral sobre el bienestar psicológico en adultos mayores. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*. Vol. XXXIII, p. 199-208.

Silva, E. (2023). Entrevista. Users/Belen%20Neira/Desktop/Tesis/Entrevistas/ Enrique%20Silva%20Gil/CV2023%20 Enrique%20Silva%20Gil Curriculum Vitae %20 (Español).pdf.