

## MUSICOTERAPIA EN "A TEMPO"

La **Musicoterapia** es una disciplina que utiliza la música y sus elementos para conseguir distintos objetivos terapéuticos

### TERCERA EDAD Y GERIATRÍA

La **Musicoterapia** en **Geriatría** consiste en la utilización especializada de la música al servicio de las personas mayores que necesitan ayuda físico-motriz, cognitiva, y/o socio-emocional.

El objetivo es ayudarles a conseguir y mantener su nivel óptimo de funcionamiento (American Music Therapy Association, 2010).

#### OBJETIVOS

Algunos objetivos de la terapia musical aplicada a la tercera edad son:

- Aumentar/mantener la fuerza muscular, movilidad y resistencia física de las extremidades superiores e inferiores
- Promover estados de relajación.
- Reforzar la estimulación sensorial.
- Mejorar la autoestima y ayudar en la expresión emocional.
- Estimular la memoria inmediata, reciente y remota.
- Aumentar el nivel de atención.
- Potenciar la interacción y comunicación social.

Más información en la secretaría del centro