

La experiencia de vinculación social-musical: Caso de estudio Coro del Adulto Mayor “Asociación de Jubilados del IESS Uyumbicho”

- (en) The experience of social-musical bonding: Case study Choir for the Elderly “IESS Uyumbicho Retirees Association”
(port) A experiência do vínculo social-musical: Estudo de caso Coro de Idosos “Associação de Aposentados do IESS Uyumbicho”

Luis Ricardo Eguiguren Montenegro

Universidad Hemisferios

luise@uhemisferios.edu.ec

ID <https://orcid.org/0009-0005-3858-5600>

Eguiguren, L. (2024). La experiencia de vinculación social-musical: Caso de estudio Coro del Adulto Mayor “Asociación de Jubilados del IESS Uyumbicho”. *YUYAY: Estrategias, Metodologías & Didácticas Educativas*, 4(1), 22–35. <https://doi.org/10.59343/yuyay.v4i1.81>

Recepción: 28-08-2024 / Aceptación: 06-10-2024 / Publicación: 30-10-2024



Turnitin IA Similarity Report

Similarity Report

PAPER NAME

The_experiencie-of_social_musical_bond
ing.docx

AUTHOR

WORD COUNT
5233 Words

CHARACTER COUNT
28255 Characters

PAGE COUNT
12 Pages

FILE SIZE
292.2KB

SUBMISSION DATE
Dec 2, 2024 2:25 PM GMT-5

REPORT DATE
Dec 2, 2024 2:25 PM GMT-5

● 9% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 8% Internet database
- 2% Publications
- Crossref database
- Crossref Posted Content
- 5% Submitted Works database
- database
- database

● Excluded from Similarity Report

- Bibliographic material
- Manually excluded sources
- Quoted material

Resumen

De acuerdo con la revista digital “The Ecuador Journal of Medicine” el maltrato y abuso en adultos mayores se ha incrementado en las últimas décadas, siendo el maltrato físico, psicológico, sexual y negligencia los más comunes. Este trabajo, pretende poner de manifiesto, los resultados obtenidos sobre el desarrollo del proyecto de vinculación con la colectividad de la Escuela de Música de la Universidad hemisferios y la Fundación Fretless, llamado “Coro del Adulto Mayor Asociación de Jubilados de Uyumbicho”, que se lleva adelante en la parroquia Uyumbicho del Cantón Mejía y en articulación con el Núcleo de la Casa de la Cultura extensión Mejía. La metodología empleada se basó en la observación y recolección de datos directos. El interés de este proyecto es aportar a la erradicación el ageísmo, (discriminación por razón de edad), se busca aportar a la mejor calidad de vida promoviendo entre la comunidad el respeto, admiración y dignidad en la vejez desde la práctica coral, que además ayude a evitar la depresión causada principalmente por la soledad entre otras razones. Para esto, se plantean una serie de actividades con el coro que van desde el desarrollo de la técnica del canto, repertorio musical hasta conciertos, todo articulado con entidades de difusión cultural, los gobiernos descentralizados y la comunidad.

Palabras claves: Ageísmo; soledad; depresión; discriminación; coralidad.

Abstract

According to the digital magazine "The Ecuador Journal of Medicine" mistreatment and abuse in older adults has increased in recent decades, with physical, psychological, sexual abuse and neglect being the most common. This work aims to highlight the results obtained on the development of the project of linkage with the community of the School of Music of the University of the hemispheres and the Fretless Foundation, called "Choir of the Elderly Association of Retirees of Uyumbicho", which is carried out in the Uyumbicho parish of the Mejía Canton and in articulation with the Nucleus of the House of Culture Mejía extension. The methodology used was based on observation and direct data collection. The interest of this project is to contribute to the eradication of ageism (discrimination based on age), it seeks to contribute to the better quality of life by promoting respect, admiration in old age among the community from choral practice, which also helps to avoid depression caused mainly by loneliness among other reasons. For this, a series of activities are proposed with the choir ranging from the development of singing technique, musical repertoire to concerts, all articulated with cultural dissemination entities, decentralized governments and the community.

Keywords: Ageism; solitude; depression; discrimination; chorality.

Resumo

De acordo com a revista digital "The Ecuador Journal of Medicine", os maus-tratos e abusos em idosos aumentaram nas últimas décadas, sendo os abusos físicos, psicológicos, sexuais e a negligência os mais comuns. Este trabalho tem como objetivo destacar os resultados obtidos no desenvolvimento do projeto de articulação com a comunidade da Escola de Música da Universidade dos hemisférios e a Fundação Fretless, denominado "Coro da Associação de Idosos de Aposentados de Uyumbicho", que é realizado na paróquia de Uyumbicho do Cantão de Mejía e em articulação com o Núcleo da Casa de Cultura extensão Mejía. A metodologia utilizada baseou-se na observação e na coleta direta de dados. O interesse deste projeto é contribuir para a erradicação do idadismo, (discriminação com base na idade), procura contribuir para a melhor qualidade de vida promovendo o respeito, admiração e dignidade na velhice entre a comunidade a partir da prática coral, o que também ajuda a evitar a depressão causada principalmente pela solidão entre outros motivos. Para isso, são propostas uma série de atividades com o coral que vão desde o desenvolvimento da técnica de canto, repertório musical até concertos, todas articuladas com entidades de divulgação cultural, governos descentralizados e comunidade.

Palavras-chave: *Ageism; solidão; depressão; discriminação; coralidade.*

Introducción

El envejecer, sin importar el nivel socioeconómico, religión, grupo étnico, estudios académicos, estado de salud, etc., debería presuponer la invaluable contribución que la persona adulta mayor ha dado a la colectividad a lo largo de su vida de diversas maneras, como: Contribución laboral, cuidado familiar, participación comunitaria, transmisión de conocimientos, liderazgo y mentoría, innovación y creatividad, compromiso social, preservación de tradiciones, apoyo emocional, legado personal, entre otros. Cada aspecto tiene un impacto significativo y nos permite entender que una persona mayor es una vida con un bagaje importante, un cúmulo de experiencias, que aportaron y pueden seguir aportando a la construcción de la sociedad.

Un estudio realizado por Chacón (2021) encontró que aspectos como la jubilación, la viudez, soledad, abuso, pérdida de roles sociales, inactividad física, los problemas de tipo familiar y el aislamiento, suelen ser los que en gran medida afectan al sentimiento de soledad en los ancianos. Las consecuencias más conocidas son la depresión y patologías que finalmente se expresan en rápido deterioro de la salud e incluso suicidios. En este sentido es necesario que las nuevas generaciones comprendan que los adultos mayores deben ser respetados, admirados y retribuidos.

De acuerdo con los datos recogidos por el Instituto Nacional de Estadística y Censos del Ecuador del “VIII Censo de Población y VII de Vivienda del 21 de septiembre del 2023:

Contabilizaron 1.520.590 personas de 65 años y más y se pudo identificar que hay más mujeres adultas mayores en Ecuador: 53.6% (815,136) mujeres que 46.4% (705.454) hombres. El porcentaje de personas adultas mayores incrementó del 6,2% en 2010 al 9% en 2022 (Palabra Mayor, 2018).

El MIES por su lado en su informe PAM del 2023 dice:

La focalización de la población objetivo según el Índice de Registro Social - IRS- (2018), se puede observar que el 75% de la población adulta mayor se encuentra en condiciones de pobreza y pobreza extrema; mientras que, el 19% pertenece al rango de no pobreza y/o en estado de vulnerabilidad, adicionalmente el 6% no cuenta con Registro Social (*ibidem*).

Con lo que respecta el crecimiento poblacional el MIES calcula que las personas de la tercera edad pasarán a ser el 30% de la población nacional en el 2030. Por esto, el MIES considera urgente aplicar políticas públicas que garanticen los derechos de los adultos mayores, para que en el futuro estén consolidadas.

Estos datos evidencian la importancia que tenemos como sociedad de avanzar en estos desafíos desde todos los frentes para detener el avance de esta situación y mejorar la vida de este grupo etario.

Se sabe que el cantar otorga beneficios al ser humano, como: Fortalece la autoestima, aporta a un mejor estado de ánimo, combate el aislamiento social, genera ambientes de sinergias y dinámicas para facilitar la convivencia y expresión de sentimientos y se desarrollan vínculos afectivos, expresados en una sensación de felicidad. Una investigación realizada en Chile por la Universidad Mayor para Emprendedores llamada “Beneficios que proporciona la práctica del canto coral al bienestar de los adultos mayores pertenecientes a dos coros de Valparaíso” demostró que “Los resultados y conclusiones señalan un aumento en la sensación de bienestar percibida por los adultos mayores que practican cotidianamente el canto coral. La presencia de una sensación de felicidad, mejora de la autoestima y crecimiento personal, además de la sensación de contribución e integración a la sociedad (Aloy, 2015, Herrera, 2017)

La Organización Mundial de la Salud estima que para el 2030 la EPOC será la tercera causa de muerte, después del cáncer y las enfermedades cardíacas. Es una afección de por vida causada por daños en los sacos y conductos de aire que forman los pulmones. En ese contexto, cantar requiere de coordinación y control respiratorio lo que puede ayudar a mejorar la función respiratoria en general, el canto hace uso de los músculos respiratorios, lo que puede ayudar a fortalecerlos y mejorar la capacidad pulmonar, lo que es especialmente beneficioso para los adultos mayores que experimentan una disminución en la función pulmonar con el envejecimiento, es decir, el canto aporta a aumentar la oxigenación del cuerpo, esto incide de manera general en la salud ya que reduce el estrés y la ansiedad porque es una actividad relajante.

De lo antes expuesto, la Universidad Hemisferios (en adelante UHE) ha visto la necesidad de poner en marcha el proyecto “Coro del Adulto Mayor” que básicamente es una respuesta a la necesidad de apoyar mediante el canto coral a personas mayores a los 65 años, y se desarrolla en la Parroquia de Uyumbicho del Cantón Mejía bajo la dirección y ejecución de la Carrera de Música UHE, La Fundación Fretless y el Núcleo Pichincha de La Casa de la Cultura Ecuatoriana Extensión Mejía.

Desarrollo

Los estudios y estadísticas realizadas por el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), La población de adultos mayores sumaron 1 180 944 hasta diciembre del 2018. Lo preocupante es que el 57,4% (677 862) vive en situación de pobreza y pobreza extrema, debido a ello, no es difícil deducir que hay un número importante de ellos que está abandonado. La Fundación Pasqual Maragall, advierte que los casos de edadismo son cada vez más. Esta forma de discriminación se manifiesta en actitudes y comportamientos que limitan o reducen el valor y la participación de las personas mayores en la sociedad (Fundación Pasqual Maragall, 2023)

Los comportamientos edadistas¹ se expresan de diversas maneras como, por ejemplo, invisibilizar a las personas mayores, no tomarles en cuenta, no pedirles su opinión incluso sobre su propia salud y bienestar, se los infantiliza en el trato o se cree que son poco o nada capaces por el simple hecho de tener cierta edad. El trato puede ser “el silencio” como si no estuviera ahí, o gritos por cualquier situación, estas actitudes generan que los adultos se aíslen al no poder responder, la depresión hace presa de ellos incluso llegan a creer que se merecen ser tratados de esa manera y nacen sentimientos de culpa que mina su salud física, y emocional.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera el maltrato a los mayores un problema de salud pública. Según el organismo, una de cada seis personas mayores de sesenta años sufre abusos, en entornos comunitarios. Ocurre sobre todo en residencias o centros de atención de larga duración. Solo uno de cada veinticuatro casos se denuncia. Uno de los problemas más importantes que tienen los seres humanos, es la soledad y ésta es aún más grave cuando se es adulto mayor:

La soledad, aunque no lo parezca, es peor que la obesidad en cuanto a muertes prematuras en personas mayores se refiere, ya que tiene graves consecuencias en la salud. Las situaciones de soledad en personas mayores pueden desembocar en el aislamiento social y provocar tristeza o miedo, desarrollando depresión u otras enfermedades neurodegenerativas (Cuideo, 2022)

El coro aporta a garantizar una vida sana por cuanto la técnica del canto requiere cuidar las cuerdas vocales, respirar correctamente, tener una postura corporal adecuada lo que retribuye en una mejor salud física, además promueve el bienestar de personas adultas al asociarles para un fin común. Estos espacios para la práctica coral generan mucha “camaradería”, se dan dinámicas sociales saludables lo que ayuda de manera valiosa a evitar la depresión que muchas veces suelen estar sometidas las personas de este sector etario. El proyecto se articula plenamente con el ODS 3-Salud y Bienestar Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. (ONU, 2015)

La UHE busca “Responer a las necesidades de la sociedad”, es un eje fundamental de la misión de la UHE. Por esta razón, la vinculación con la sociedad se articula con las funciones de docencia e investigación, con el propósito de fomentar el desarrollo local y regional dentro del marco de la visión humanística, los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 y la formación y ética profesional. En este sentido, la Carrera de Música de la UHE, en una alianza estratégica con la Fundación Fretless y la Casa de la Cultura Ecuatoriana Núcleo Mejía, desarrolla un importante proyecto, relacionado con la coralidad para adultos mayores. El mayor objetivo de este proyecto es aportar a la mejor calidad de vida de

¹ Se dice de cuando la edad se utiliza para categorizar y dividir a las personas provocando daños, desventajas e injusticias.

personas que se encuentran en el segmento Adulto Mayor del pueblo de Uyumbicho, como parte del programa de vinculación con la comunidad de la UHE de la ciudad de Quito².

La Asociación de Jubilados de Uyumbicho es una institución fundada el 2 de abril 1993 sin fines de lucro ni políticos, su único deseo es compartir buenos momentos que permita tener una mejor calidad de vida. El único requisito para formar parte de esta institución es ser Jubilado del IESS y pertenecer al pueblo de Uyumbicho.

La Fundación Fretless Difusión Cultural, es una entidad sin fines de lucro, que tiene como objetivo, el aporte al desarrollo de la sociedad mediante la práctica musical y el arte en general; para esto tiene tres programas: "Fretless Clases de Música" que son cursos permanentes de instrumentos musicales y canto dirigido para niños y jóvenes; Cafret que se dedica al desarrollo de espacios para la difusión cultural y finalmente el programa "Vinculación con la Comunidad" en el que se buscan alianzas estratégicas para poner en marcha proyectos que permitan llevar el aprendizaje musical a personas de todas las edades, que se encuentren en estado de vulnerabilidad (Fundación Fretless Difusión Cultural).

La Casa de la Cultura Ecuatoriana Núcleo Pichincha, extensión Mejía, mediante la Unidad de Fomento Artístico y Cultural, promueve las diversas expresiones artísticas y culturales; administración de espacios públicos destinados a las artes escénicas, a través de la ejecución de planes, programas artísticos culturales, con el propósito de satisfacer las necesidades de los diferentes públicos y gestores culturales (Casa de la Cultura Ecuatoriana).

Este proyecto se detiene por la pandemia en el 2023 pero por la importancia e impacto positivo que tuvo en las personas adultas mayores, se retoma con un nuevo aliado estratégico que es la Casa de la Cultura Ecuatoriana Núcleo Pichincha extensión Mejía, con lo cual se hace un análisis del espacio geográfico más idóneo, esto es un lugar en el que ya existe una organización de adultos mayores, por tanto se visitan varias parroquias del distrito metropolitano y se encuentra que Uyumbicho tiene una Asociación de Jubilados del IESS, que está fortalecida con actividades recurrentes y un espacio físico cómodo para las actividades que se pretenden llevar adelante y así garantizar la continuidad y éxito del proyecto.

Una vez establecido el grupo objetivo, se desarrolla la hoja de ruta y así se trabajó de manera sostenida durante todo el año 2023, con una metodología activa que busca tener claridad por parte del director del coro en cuanto a las tesituras de cada participante y plantear las tonalidades más cómodas

² Como antecedente es importante mencionar que la Escuela de Música de la Universidad Hemisferios, presentó en el 2018 el proyecto "Fretless-UHE" que incluía dos programas, uno para la conformación de ensambles musicales para niños de escasos recursos económicos y el segundo la creación del coro "Senior Fretless" Coro del Adulto Mayor "Club de Leones Villaflora" de la ciudad de Quito, Ecuador dirigido a usuarios del sistema médico del Club de Leones, inserto en el programa de salud preventiva del Club de Leones. Este proyecto de práctica coral, tuvo gran impacto, los inscritos en la convocatoria inicial fue de nueve personas, para inicios del 2019 el coro contaba con cuarenta y cinco integrantes hombres y mujeres, que participaron en festivales, conciertos en distintos teatros y en el evento de carnaval febrero 2019 organizado por el Municipio de Quito alcanzando así alrededor de 5000 beneficiarios indirectos entre familiares, asistentes a los conciertos tanto en los teatros y el festival por carnaval 2019 que se desarrolló en la Plaza San Francisco de la ciudad de Quito.

para todos. Cada encuentro incluye una primera parte en la que se desarrollan una serie de ejercicios físicos cómodos que estimulen los músculos de todo el cuerpo y además un buen ambiente de trabajo y aprendizaje. El director apoyado por un pianista realiza ejercicios vocales específicos, adecuados a las necesidades propias de la edad y características del grupo, para que al cantar no se den afectaciones de ningún tipo, hay que recordar que son personas adultas mayores y es un tema importante para el calentamiento general. Se debe entender que el trabajo con la voz involucra no solo el sistema fonético del individuo, sino varios músculos del cuerpo que también deben calentarse para que el resultado al cantar sea óptimo, evitando complicaciones futuras. El calentamiento vocal fisiológico promueve altos índices de economía vocal (Calvache, 2016).

Esta parte metodológica incluye cantar escalas y arpegios que parten desde un tono cómodo, subiendo y bajando, a fin de aumentar gradualmente la tesitura de las voces, aprender técnicas propias del canto como el uso de la voz de pecho, voz de cabeza y voz mixta, “la respiración es al cantante lo que el arco al violinista. [...]El estudio de la respiración es, pues, la base de la técnica vocal” (Liuzzi, 2014). Este proceso busca además aportar a mantener activas las habilidades cognitivas como la concentración, la memoria, la atención ya que son necesarias para recordar letras de las canciones, las melodías, es decir altura de las notas musicales y las partes de la obra.

Este proceso se lleva adelante mediante la propuesta metodológica BAPNE que utiliza la música, la percusión corporal, y el movimiento, que aporta además de lo cognitivo al ámbito socioemocional. BAPNE es un acrónimo de Biomecánica, Anatomía, Psicología, Neurociencia y Etnomusicología. Cada una de estas disciplinas justifica los ejercicios que propone el método, el cual trabaja bajo la teoría de las Inteligencias Múltiples (Romero Naranjo, 2023).

Una vez realizados los ejercicios propuestos para cada sesión, se trabaja en el repertorio, mayoritariamente temático, según la temporada y que en lo posible sean arreglos de música tradicional y popular ecuatoriana, que los adultos mayores las recuerdan y les evoca buenos sentimientos, ya que eso les estimula a asistir a los ensayos, así se obtienen resultados rápidamente. Por esto el repertorio se lo establece en consenso.

El siguiente paso es que los primeros temas de repertorio canten al unísono hasta alcanzar una afinación firme, sólida, ya que eso les da confianza, de allí la importancia de tener un trabajo previo de conocer las diferentes alturas de las voces de los integrantes. Para lograr solidez en cuanto al canto, es importante tomarse un tiempo para hablar de la letra, una pequeña reflexión que permita sensibilizar al grupo de mejor manera lo cual aporta a la interpretación, “meterse en el papel” disfrutar de la canción. En esta experiencia se plantea que antes de cantar, se lean las letras como lo haría un poeta, buscando hacerlo de manera actuada y emotiva.

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); (Arleti Molerio, 2023)

Una vez alcanzadas estas destrezas, podemos avanzar a un repertorio un poco más exigente, que requiera de temas a dos voces y que por tanto se organiza a los coreutas por grupo de “cuerdas”. Hay que mencionar que para cada sesión se hace una pequeña pausa para servir alimentos saludables, lo que aporta a la socialización, un momento de descanso con alimentos siempre viene bien y ayuda a generar mayor rendimiento en el trabajo. Un poco de fruta o una ensalada de verduras puede combatir el agotamiento físico, descansa la voz para retomar el trabajo que durará dos horas en total en cada encuentro, de ser posible lo recomendable es tener dos encuentros semanales.

Perfil del director del coro

El profesional que encabeza este proyecto como director, además de tener vastos conocimientos corales y experiencia en el trabajo con adultos, su carácter y carisma son fundamentales para el éxito del grupo y el bienestar de sus miembros, pues es importante crear un ambiente acogedor y motivador, donde los adultos mayores se sientan cómodos y apoyados. Un director carismático puede motivar e inspirar a los miembros del coro, ayudándoles a superar desafíos y alcanzar sus objetivos, la confianza es esencial en cualquier grupo. Un director con carácter y carisma puede establecer una relación de confianza con los miembros del coro, puede comunicarse de manera cálida, explicando conceptos musicales y técnicas, debe mostrar empatía y comprensión hacia las necesidades y limitaciones de los adultos mayores, liderar eficazmente, tomar decisiones informadas y guiando al grupo hacia el éxito mediante la motivación permanente, el positivismo, mostrando en todo momento un interés genuino en la persona de todos. El director es el rostro del coro en eventos y presentaciones públicas, por lo que debe tener habilidades de liderazgo y representar al coro eficazmente.

Preparativos finales

Una vez que se tiene todo el repertorio desarrollado, en una reunión general se plantean las fechas y espacios de los conciertos y todo detalle relevante a fin de lograr un consenso que permita obtener el compromiso de participar, es importante que el director motive a cada participante pues deben sentir que cada uno, es parte fundamental de este proyecto.

En los ensayos previos a los conciertos, se revisa la factibilidad de incluir un marco musical, sobre todo en la primera etapa que aún no se han trabajado las segundas voces que provean mayor armonía, por

tanto, el marco musical aporta a la seguridad rítmica y confianza del coro y resaltar su trabajo en cada evento, es de suma importancia que los músicos sean solventes y tengan muy claro la tonalidad y forma de todos los temas.

Resultados

Una vez ejecutada la metodología planteada, y los resultados obtenidos, nos demuestra que es un camino seguro para lograr objetivos tangibles puesto que el progreso del coro es notorio, es importante recordar que sus integrantes no son cantantes ni tienen conocimientos de música, lograr que sea un coro afinado y más aún que puedan asumir el reto de cantar un arreglo a dos voces y contracantos, da cuenta de la constancia y el esfuerzo de las participantes que ven en este espacio una inversión de tiempo valiosa para su vida.

Es evidente que participar en un coro aporta de manera importante especialmente a la vida de los adultos. Los cambios son notorios en ellos, como una actitud más despierta, alegre y vivaz, que se muestran como un testimonio del poder transformador de la música y la actividad coral.

Cantar puede evocar emociones, mejorar el estado de ánimo y aumentar la sensación de bienestar. Además, cantar en un coro fomenta la socialización, la cooperación y el sentido de pertenencia, lo que puede contribuir a una mayor felicidad y satisfacción en la vida.

Es emocionante para quienes llevan adelante el proyecto, ver cómo la música puede tener un impacto tan profundo en las personas, especialmente en las adultas mayores, que pueden enfrentar desafíos únicos en esta etapa de su vida. El coro se va convirtiendo en un espacio seguro y acogedor donde pueden expresarse, conectarse con otros y encontrar alegría y propósito en su vida. Para cerrar estos dieciocho meses, el coro ha sido invitado a ocho presentaciones en eventos organizados por: El GAD Parroquial de Uyumbicho, la Casa de la Cultura, la Asociación de Jubiliados de Uyumbicho y el Hospital del IEES de Sangolquí.

El coro en esta primera fase tiene dieciséis integrantes, todas las presentaciones las han hecho con éxito, lo que despierta en ellas un buen sentimiento de alcanzar objetivos importantes, producto del trabajo y esfuerzo y que el público disfruta, les admira, valora su constancia y tenacidad. Cabe destacar que las integrantes tienen dos uniformes para sus presentaciones, lo que ayuda al sentido de pertenencia.

Se nota un deseo aspiracional cada vez más alto, puesto que, de manera espontánea, han manifestado de forma unánime la intención de desarrollar material audiovisual para con eso buscar ser invitados a participar en encuentros nacionales e internacionales de corales de adultos.

Algunos de los eventos que ha participado el coro son: Día de la Madre, Día del Adulto Mayor, (dos presentaciones), Fiestas de Quito y Navidad, dos conciertos en las fiestas de Uyumbicho, Concierto en el Hospital del Día del IESS de Sangolquí en su aniversario por los 20 años de funcionamiento, Concierto por el Trigésimo Aniversario de vida institucional de la casa de la Cultura Ecuatoriana Extensión Mejía. Al ser eventos masivos y la mayoría de ellos al aire libre, se considera que el público asistente es de alrededor de 8000 personas que pertenecen a los beneficiarios indirectos, que han disfrutado de la ejecución de un repertorio cuidadosamente escogido, pero además pueden ver un coro de adultos empoderados de los que hacen, disciplinados y motivados a alcanzar la excelencia.

Otros beneficiarios directos son los estudiantes de la Escuela de Música de la Universidad Hemisferios ya que tienen esta oportunidad única de aportar a transformar vidas humanas, que es el objetivo más importante y obtener sus horas de trabajo comunitario que forma parte de los requisitos para graduarse. Son beneficiarios indirectos el personal involucrado en el proyecto de los aliados estratégicos “Fundación Fretless Difusión Cultural” y la “Casa de la Cultura Núcleo pichincha extensión Mejía, quienes también buscan cumplir con sus objetivos de vinculación con la colectividad a través del arte, la cultura y la música.

Aunque el coro inició con un arreglo simple para cantar en unísono, ahora tienen un repertorio a dos voces y contracantos, lo que demuestra que se están adquiriendo destrezas musicales y de canto de mayor nivel, lo que significa que controlan mejor la respiración, entonación y ritmo. El coro ha recibido reconocimientos por parte del GAD de Uyumbicho, de la Casa de la Cultura. Han sido entrevistados por las radios locales y digitales. Los familiares y la comunidad general ven con agrado el desarrollo del coro, su progreso y que los conciertos han tenido un impacto positivo en cuanto a cómo la comunidad los ve ahora y se convierten en un ejemplo positivo para sus familias.

En una entrevista a modo de conversatorio con las señoras que integran el coro, manifiestan que les gusta mucho asistir a los ensayos y conciertos, por cuanto sienten que “es un excelente espacio para fortalecer las relaciones personales, aprender a cantar les da muchas satisfacciones, los profesores que guían el proceso son personas con espíritu de servicio y están muy bien preparados para llevar adelante este proyecto” (Lic. Emma López Jácome presidenta de la Asociación de Jubilados).

Sienten alegría de los temas aprendidos, cantan en casa los temas, les enseñan a sus hijos a sus nietos, lo que aporta a las relaciones familiares porque ven que hay un cambio en el carácter, la música ha generado en sus hogares un mejor ambiente. Una integrante manifiesta que no había tenido antes la oportunidad de ser parte de un coro, después de este proceso, considera que es una excelente experiencia incluso en su salud ya que tiene puesto un marcapasos, pero a partir del canto, la respiración, y la integración con sus compañeras, ha bajado el estrés, ha bajado los frecuentes dolores del corazón, manifiesta que el coro ha aportado tanto en este sentido que suele olvidarse que tiene un marcapasos.

Otra miembro del coro compartió que es una experiencia muy emocionante, que jamás imaginaron que cantarían a esta edad y menos aún realizar presentaciones en conciertos, que eso le hace olvidar de sus problemas, considera que les hace sentir importantes.

Conclusiones

Múltiples investigaciones demuestran la importancia de vincular a los adultos mayores a diversas actividades, por ejemplo, la formación de un coro, sobre todo para aquellos que están en estado de vulnerabilidad, esto es adultos que ese encuentren atravesando situaciones como la soledad, mal trato o en depresión.

Si bien existen muchos esfuerzos por apoyar a este segmento de la sociedad a través de la creación de coros, es importante que quienes los llevan adelante, sean personas con formación musical y experiencia en la dirección coral, quienes además de propender a un acercamiento previo al grupo objetivo, debe buscar entender al menos cómo está su entorno social y de salud ya que esto aportará a un mejor accionar, por lo que es muy importante que las universidades capaciten a los estudiantes que serán involucrados, sensibilizarlos a la realidad en la que serán inmersos y la supervisión del docente a cargo, deberá ser permanente.

El Trabajo Social es una disciplina profesional que interviene en la realidad para promover el bienestar social en un marco de desarrollo nacional. El objetivo del Trabajo Social de casos ha sido siempre ayudar a los individuos a alcanzar su realización al máximo de forma compatible con las necesidades de otros y sus propias capacidades. (Echeverría)

Es importante que las universidades desarrollen iniciativas que permitan “palear” esta grave situación de soledad y maltrato en la que viven muchos de nuestros adultos, ya que estas instituciones tienen capacidades desarrolladas y estudiantes que requieren tener sus horas de vinculación lo cual es de vital importancia si entendemos que la formación de seres humanos apunta a aportar a una mejor sociedad.

Los resultados están a la vista puesto que estos proyectos generan cambios positivos en la vida de las personas en cuanto a su salud mental, sicológica y social, la sociedad debe promover mediante todos los medios posibles una mejor calidad de vida de los adultos mayores.

Finalmente, es importante mencionar que esta experiencia busca ser un “Plan Piloto” que debe mejorarse a fin de ser replicado en los diferentes territorios que tiene influencia la Casa de la Cultura Ecuatoriana a través de los diferentes Núcleos, o para quienes tengan el deseo de aportar al adulto mayor a través de la coralidad.

References

- Aloy, P. (2015). Método BAPNE realiza labor social con adultos mayores en Venezuela. *Venezuela Sinfónica*. <https://www.venezuelasinfonica.com/metodo-bapne-realiza-labor-social-con-adultos-mayores-en-venezuela/>
- Asociación de Jubilados de Uyumbicho. (2023, 23 de octubre). Quiénes somos. Asociación de Jubilados de Uyumbicho. <https://asociacionjubiladosuyumbicho.com/index.php/quienes-somos/>
- Calvache Mora, C. A. (2016). Efectividad del calentamiento vocal fisiológico para cantantes. *Revista Ciencias de la Salud*, 14(3), 365-378.
- Chicaiza, D. M. (2023). *Soledad y calidad de vida en adultos mayores* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador].
- Cuideo. (2024, 5 de agosto). Sobre Cuideo. *Cuideo ® | Cuidado de Personas Mayores y Ancianos a Domicilio*. <https://cuideo.com/sobre-cuideo/>
- Echeverría, M. (1984). *Filosofía, valores y principios del trabajo social: La ética profesional*. Costa Rica, P. Disponible en <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/docente/pd-000032.pdf>
- Fundación Pasqual Maragall. (2023, 1 de febrero). *El blog de la Fundación Pasqual Maragall*. <https://blog.fpmaragall.org/>
- Herrera Aros, K. (2017). *Beneficios que proporciona la práctica del canto coral al bienestar de los adultos mayores pertenecientes a dos coros de Valparaíso* [Tesis de licenciatura, Universidad Mayor].
- Naranjo, F. J. R., & Cabrera, E. A. (2023). Condición física y neuromotricidad: Justificación teórico-práctica según el método BAPNE. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (50), 215-227.
- ONU. (2015). *Objetivos de desarrollo sostenible*. Naciones Unidas. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>
- Palabra Mayor. (2017, 8 de abril). Soledad y aislamiento marcan las vidas de los adultos mayores. *El Telégrafo*. <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/palabra/1/soledad-y-aislamiento-marcan-las-vidas-de-los-adultos-mayores>
- Pérez-Aldeguer, S. (2014). Los efectos del canto coral sobre el bienestar psicológico en adultos mayores. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(3), 199-208. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90429040008.pdf>
- Romero Chávez, S. A., & Álava Barreiro, L. M. (2019, octubre). Nueva Ley Orgánica de protección de los adultos mayores y la vulnerabilidad de sus derechos. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/10/ley-proteccion-adultos.html>
- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (7.ª ed.). McGraw Hill México.