

Trayectoria vital-musical del adulto mayor: un análisis fenomenológico interpretativo¹

Life-musical trajectory of the elderly: an interpretative phenomenological analysis



²
Boris Andrés Vargas-Perdomo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5139-7462>

Universidad Surcolombiana, Colombia

³
Juan Guillermo Duarte-Borrero

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-8005-9851>

jduarteborrero@gmail.com

Universidad Surcolombiana, Colombia

⁴
Miryam Cristina Fernández-Cediel

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7668-7190>

cristina.fernandez@usco.edu.co

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad Surcolombiana, Colombia

Recibido: 24 mayo 2023

Aceptado: 20 octubre 2023

Resumen

Durante las últimas décadas, la población adulta mayor a nivel mundial ha experimentado un crecimiento exponencial. Esta etapa de la vida está marcada por situaciones como la desocupación y la inactividad, que afectan negativamente su calidad de vida. En este contexto, la práctica musical surge como una estrategia para contribuir en su bienestar. Este estudio investigó a profundidad la trayectoria vital-musical de un adulto mayor con amplia experiencia musical. Se adoptó un enfoque cualitativo basado en un estudio de caso, utilizando el Análisis Fenomenológico Interpretativo. Desde esta perspectiva, fue relevante la examinación a profundidad de la vida del participante. En este caso, un adulto mayor de 64 años, extubista de una banda sinfónica de Neiva - Huila (Colombia). Los resultados se presentan en dos dimensiones analíticas: el ciclo vital-musical y los significados de la música. La primera recoge en tres temas las experiencias significativas del participante en su trayectoria como músico: incursión al mundo musical, curso por la banda sinfónica, y música en la vida como adulto mayor. La segunda se refiere a las atribuciones subjetivas asignadas a la música; Estas fueron la música como una experiencia multisensorial, como fuente de vida, como vocación, y como felicidad. A partir de los resultados, se reconoció que el significado de la trayectoria vital-musical parte del ciclo vital-musical, y, desde allí, emergen los significados de la música.

Citar como: Vargas-Perdomo, B. A., Duarte-Borrero, J. G., & Fernández-Cediel, M. C. (2024). Trayectoria vital-musical del adulto mayor: un análisis fenomenológico interpretativo. *Diversitas*, 20(1), 181-196. <https://doi.org/10.15332/22563067.10228>

² Correspondencia. Psicólogo, Universidad Surcolombiana, Colombia. Miembro del grupo de Investigación CRECER. Correo electrónico: borisvargas1221@gmail.com

³ Psicólogo, Universidad Surcolombiana, Colombia. Miembro del grupo de Investigación CRECER. Correo electrónico: jduarteborrero@gmail.com

⁴ PhD en Psicología, Vrije Universiteit Brussels, Bélgica. Profesora Titular de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad Surcolombiana, Neiva, Colombia.

Beneficiaria del Programa Pasaporte a la Ciencia. Correo electrónico: cristina.fernandez@usco.edu.co

Palabras clave: adulto mayor, trayectoria vital, música, bienestar, significados.

Abstract

Over the last decades, the world's older adult population has experienced exponential growth. This stage of life is marked by unemployment and inactivity, negatively affecting their quality of life. In this context, music practice emerges as a strategy to contribute to their well-being. This study investigated the musical life trajectory of an older adult with extensive musical experience. A qualitative approach based on a case study was adopted, using Interpretative Phenomenological Analysis. From this approach, the in-depth examination of the participant's life was relevant. In this case, an older adult of 64 years of age and an ex-member of a symphonic band in Neiva - Huila (Colombia). The results were presented in two analytical dimensions: the life-musical cycle and the meanings of music. The first includes in three themes the significant experiences of the participant in his trajectory as a musician: incursion into the musical world, the symphonic band course, and music in his life as an older adult. The second was those subjective attributions assigned to music. These meanings were music as a multi-sensory experience, a source of life, a vocation, and happiness. From the results, it was recognised that the meaning of the life-musical trajectory starts from the life-musical cycle, and from there, the meanings of music emerge.

Keywords: older adults, life trajectory, music, well-being, meanings.

Introducción

El presente estudio se acercó al adulto mayor, una población en crecimiento a nivel mundial (Huenchuan, 2018; United Nations, 2022). Según las proyecciones de Naciones Unidas (2019), se estima que este grupo etario comprenderá el 12 % de la población total para el año 2030, el 16% para el 2050 y, aproximadamente, el 23 %

para el año 2100. Este crecimiento implica establecer acciones dirigidas a su bienestar. Por ejemplo, en la Agenda 2030, para alcanzar los Objetivos del Desarrollo Sostenible, se incluye al adulto mayor en asuntos como la erradicación del hambre, y la creación de ciudades inclusivas y seguras. También, la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores estableció que el envejecimiento es un “proceso gradual que se desarrolla durante el curso de vida y que conlleva cambios biológicos, fisiológicos, psico-sociales y funcionales de variadas consecuencias, las cuales se asocian con interacciones dinámicas y permanentes entre el sujeto y su medio” (Ley 2055, 2020, p. 4) Entonces, es relevante que este proceso sea activo y saludable, para beneficiar el bienestar integral de los adultos mayores. Para ello, la UNESCO (2014) planteó la promoción del ocio como espacio para promover actividades de educación no formal, por ejemplo, la práctica artística.

La música contribuye a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Por ejemplo, Cohen et al. (2002), Istvandy (2017), y Zhang et al. (2017) resaltaron la práctica musical, ya que #basados en sus estudios sobre los beneficios desde el campo de la gerontología, la psicología del desarrollo, la educación musical, la musicoterapia y la psicología musical# han encontrado efectos positivos en el adulto mayor como elemento terapéutico de las demencias y otros deterioros cognitivos. De hecho, en países donde la esperanza de vida es alta, se emplean técnicas con música y otras formas de arte para promover una mejor calidad de vida. Oliva Sánchez y Fernández de Juan (2003), basados en Bright (1993), expresaron que la música en los gerontes puede aliviarlos y fortalecerlos para enfrentar el futuro con mayor aceptación.

Entonces, desde este escenario, el presente estudio se situó en la exploración de

la experiencia musical para aportar, en particular, al campo de la psicología social de la música y reconocer desde un enfoque fenomenológico, ¿cuál es el significado de la trayectoria vital- musical de un adulto mayor con amplia experiencia en la práctica musical?

Método

Este estudio se basó en un enfoque cualitativo fenomenológico, a partir de un estudio de caso. Se rescató como relevante en el estudio el proceso de descripción abundante y profunda (Smith, 2015), la exploración de la realidad para generar hipótesis explicativas del fenómeno, y el contraste y justificación de las hipótesis (Martínez Carazo, 2006).

Participante

El participante elegido para el estudio cumplió las siguientes consideraciones: 1) ser adulto mayor, 2) haber sido músico durante gran parte de su vida, 3) no tener ningún tipo de deterioro físico o cognitivo significativo, y 4) que fuese una persona dispuesta a involucrarse a profundidad en el ejercicio de conversación, retrospectión y apertura sobre sus experiencias de vida.

En consecuencia, este estudio tuvo la participación de Nairo. Él es músico, oriundo del municipio de Gigante-Huila. Desde muy pequeño, gracias a la particularidad de su instrumento (la tuba) y de sus habilidades con este, hizo parte de diversas agrupaciones sinfónicas en el departamento.

Técnicas e instrumentos

La entrevista semiestructurada fue la técnica escogida. Según Smith et al. (2009), esta técnica es ideal para recolectar la información en los estudios de Análisis Interpretativo

Fenomenológico (IPA, por sus siglas en inglés), ya que permite tener una conversación extensa, detallada y flexible. Además, se estableció una guía temática que diera pauta para el desarrollo de los encuentros con el participante, los cuales fueron grabados por audio (Duque y Aristizábal Díaz-Granados, 2019; Pietkiewicz y Smith, 2014). Los temas que se abordaron fueron: apertura de conversación, historia de vida, formación musical, experiencia de ser músico, significados sobre la experiencia musical, situación de adulto mayor y la música en el adulto mayor.

Procedimiento

El análisis de la información recolectada fue hecho con base en los lineamientos propuestos por la IPA. Siguiendo las recomendaciones de Smith y Osborn (2003), las transcripciones fueron leídas y releídas con el fin de generar *insights*, y proceder a la escritura de una serie de anotaciones, en el margen derecho de la información, que describían aspectos que fueron de interés y significativos.

Seguido a esto, se realizó la revisión de las anotaciones, se elaboraron temas que recogían esas primeras notas -usando un lenguaje más técnico-, con el fin de relacionar lo que expresó el participante con las comprensiones teóricas que correspondieran. Luego, se recuperaron en un nuevo archivo y se agruparon los temas que tuvieran similitudes conceptuales, temas que pueden ser superordinados, y se generaron etiquetas que favorecieran su agrupamiento. Finalmente, se integró, a modo de diálogo, la voz del participante con las reflexiones que emergieron de los temas relevantes, para hacer un ejercicio interpretativo que condujera a responder a la pregunta de investigación.

También, es importante mencionar que, en lo concerniente a las consideraciones éticas de esta investigación, la metodología IPA conlleva un compromiso ético y teórico, dado que se adentra en la integralidad del sujeto, pensamiento, emociones y estados emocionales (Smith y Osborn, 2003). Entonces, por ejemplo, se realizó y firmó un consentimiento informado, en el cual se especificó el carácter de confidencialidad y debido tratamiento de la información.

También, en lo que corresponde a los criterios de validez, se buscó su credibilidad a partir de la claridad de procedimientos de recolección y análisis de información. Así mismo, la fiabilidad, la cual se refiere al grado de estabilidad de los resultados (Martínez Carazo, 2006), se buscó a partir de la “saturación de datos” (Duque y Aristizábal Díaz-Granados, 2019).

Resultados

El análisis que aquí se presenta se dividió en dos partes: el ciclo vital-musical y los significados de la música.

Ciclo vital-musical

El ciclo vital-musical hace referencia a la trayectoria de Nairo a través de sus experiencias musicales más significativas. Estas se presentan a partir de tres grandes temas:

Incursión al mundo musical

Este tema hace referencia a los eventos más significativos de la infancia del participante, que lo llevaron a convertirse en músico. Dentro de estas se encuentran los siguientes subtemas:

Exposición a la música

Nairo relató que desde niño estuvo expuesto a la música. Su papá fue músico y su mamá una apasionada por la música. Juntos ensayaban, componían y cantaban en el hogar. Además de su padre, su abuelo y sus tíos también se dedicaban a este oficio, y se reunían en el hogar para tocar música:

...cuando yo nací, me críe en el medio de la música. Mi papá era músico y se la pasaba tocando y: pues yo le oía a él los boleros de Los Panchos, los boleros de... música alegre, música de campo [...] Fue una época muy linda porque [...] ahí no faltaba nada y a todo “tiro” fue la música.

La música vivía en su entorno. Nairo identificó que crecer en una familia rodeada de experiencias artísticas influyó en su decisión de ser músico: “...por el medio en que yo nací, que fue en la casa, ver a mi papá tocando todos los días y cogía la guitarra, se ponían a cantar con mi mamá [...] entonces a mí me animó eso...”

Aprendizaje musical

Fue gracias a su padre que Nairo tuvo su primer acercamiento al aprendizaje musical. Él lo motivó a aprender a tocar música porque consideraba que era un arte para vivir. Así que le enseñó a tocar diversos instrumentos, como la carrasca, las maracas y la güira. Junto con su papá, participó en agrupaciones musicales en la zona rural, donde se tocaba y escuchaba principalmente música alegre, para bailar y celebrar:

... Nosotros teníamos un grupo de música campesina, [...]. Era música alegre. Eso la gente brincaba [...]Entonces, cuando ellos iban a ensayar a la casa... [...] Ellos ensayaban y yo tocaba la güira, y por ahí hacía coros con mi mamá.

Nairo se formó en la música de manera autónoma. Recordó que, en medio de sus jornadas de trabajo, dedicaba parte de su tiempo al estudio de la tuba: "... Arrancando grama en un pueblo, [...] secando café. Me pagaban el día, y yo me llevaba la tuba pa' allá, y yo iba y bullía el café y estudie..."

También, fue apoyado por algunos músicos, que dirigían agrupaciones donde él participaba. Ellos reconocieron su talento y lo motivaron a seguir creciendo como músico. Gracias a este apoyo, Nairo se postuló a la banda sinfónica del Huila, y trabajó como tubista.

...no maestro, yo que voy a servir pa' eso" [Nairo respondió]. Me dijo, "no piense así, estudie, vaya y preséntese. Allá el que pasa, es el que sabe", y me agarro a darle, a estudiar. Entonces, el maestro Abel iba allá y me animaba y maestro, me decía el maestro "tiene que llegar acá a la Banda Sinfónica" Y: sí, me preparé y pues en el 81' (1981) logré pasar a la sinfónica...

Los relatos de Nairo sobre su infancia y formación como músico estuvieron influenciados por su entorno social. En su familia existía un fuerte aprecio por la música, le proveyó experiencias con instrumentos musicales, y apoyó la práctica musical. También, la cultura rural en la que creció determinó sus gustos musicales. Se contagió de la música alegre popular.

Aquella música que ponía a la gente a moverse, a brincar, y a sentir el jolgorio. Además, el apoyo de los músicos facilitó su proceso de aprendizaje y lo motivó a avanzar en sus habilidades musicales. En suma, estas experiencias generaron en él una fuerte conexión por la práctica musical.

Curso por la banda sinfónica

Aquí se relatará el recorrido de Nairo durante su participación dentro de la banda sinfónica (en su juventud y adultez), y su experiencia tras su salida de la banda (en su vejez).

Vivencias en la banda sinfónica

En el año 1981, cuando tenía 22 años, Nairo ingresó a la banda sinfónica Abel Valderrama Yusti, una agrupación musical de la ciudad de Neiva (Huila-Colombia). Nairo apreció y valoró positivamente su recorrido en la banda sinfónica, y reconoció que esta le permitió vivir experiencias significativas. Allí, hubo buena convivencia y experiencias gratificantes con sus compañeros de oficio. Junto con ellos, viajó por todo el país y conoció los municipios del Huila. En estos espacios, tuvo la oportunidad de hablar y divertirse:

...eso fue bonito. Nosotros nos, nos poníamos a bailar, a pasarla sabroso [...] nos íbamos a bañar cuando íbamos a los pueblos [...] íbamos po' allá a todos esos sitios y pasábamos "rico" [...] muy chévere, muy chévere. En ese tiempo, pues era muy "rico" [...] cuando uno va viajando, que la recocha, que la "mamadera" de "gallo" [...] Y uno llega al toque contento [...] a todo el país [...] por ejemplo, cuando yo estaba, eche pa' Cali. 'Taba uno en Cali y decían "Lleven ropa porque de ahí salimos para Bogotá, o pa' la Guajira" ...

Salida de la banda sinfónica

Nairo hizo parte de la banda hasta el 2021, después de 40 años como tubista. Su deseo era seguir en la banda, pero tuvo que pensionarse debido a su edad. Este suceso le tomó por sorpresa, ya que anteriormente le habían comunicado que podía continuar. Abandonar la banda fue una experiencia dolorosa y triste. El

recuerdo de las sensaciones generadas al tocar con la banda le causó nostalgia.

...me salí de allí y me duele. Quisiera estar ahí, pero no. [...] 😞 esa fue la tristeza de haberme salido de la sinfónica 😞 [...] me ha dolido, porque la banda... tocar un concierto, que suene la banda, “¡rico!”. Que todo el mundo lo aplauda a uno, “¡maestro!”,

¡eso es vida! ¡Felicidad! ¡tocar! Uno disfruta (4). A mí me ha dolido eso...

En la actualidad, Nairo ocasionalmente asiste a los conciertos de la banda. Sin embargo, manifestó que prefiere no hacerlo, ya que le evoca fuertes sentimientos de tristeza, nostalgia y dolor. Compara aquella experiencia con su infancia, cuando veía tocar a las bandas del pueblo y anhelaba estar allí, tocando con ellas.

...fui al concierto de los boleros a oír la banda. Me ha cogido que voy a la banda y la escucho tan bonito, que yo quisiera estar allá. Como cuando era un niño, que yo veía tocando, quisiera estar en la banda, esa banda de los viejos sonaba tan rico [...] como dice un amigo, 😊 me volví una “marica” jajaja 😊 😞 Se me vinieron lágrimas, me vinieron todo. Me dio “guayabo” no haber estado allá tocando. No::: ¡hijueputa! me salí, me salí, no me aguanté [...] >me ha cogido que donde está la banda tocando no voy por eso, porque, porque me da nostalgia no estar allá tocando 😞 No he podido vencer eso<...

La salida de la banda ha llegado a cambiar toda su vida. Ha sido un duelo, que aún está elaborando. Es una herida que aún no cierra. Es por ello que vive en una constante contradicción, entre el anhelo por volver a la banda, y el deseo de alejarse de ella para evitar el dolor que le suscitan sus recuerdos.

Música en la vida como adulto mayor

Ser un adulto mayor supone cambios significativos en muchos aspectos de la vida de

Nairo. Una de las experiencias más dolorosas fue afrontar la pérdida de su pareja, ya que esperaba tener su compañía durante la vejez para vivir muchas experiencias juntos. Hoy en día, su recuerdo le genera fuertes sentimientos de tristeza, dolor y frustración.

...tocaron un bolero que lo cantaba mi esposa. Ella era cantante [...] yo vi ahí:: a mi esposa, ahí cantando. Y cuando termina se me vienen esas lágrimas, entonces saqué el pañuelo y, y me dieron ganas de llorar, de gritar, de, de decir “¡hijueputa!” [...] ¿yo por qué?!, ¿por qué mi mujer se me murió?! [...] todos esos cambios me han afectado harto, y yo no creía [...] lo único eh... tropiezo que hubo, fue la pérdida de mi esposa. La perdí a los sesenta y dos años. Y pues entré a vivir una experiencia solo, cuando yo contaba vivir con ella. La contaba a ella para ir a viajar, o sea cambiar y: (2) meterla a lo de los abuelos, vivir una vida. Pero ella se me va [...] fue sorprendente para mí...

Para Nairo es desgarrador despojarse de aquellas cosas que la recuerdan, por ejemplo, sus pertenencias y la casa en la que vivieron juntos tantos años. A pesar de que es difícil dejar ir los recuerdos de su esposa, considera que es necesario hacerlo para continuar con su vida. Nairo concluyó que recordar tantas cosas puede llegar a afectar su salud mental. Fue claro en que debe superar la situación; para ello, se apoya en sus hijos y, además, busca nuevas redes de apoyo con nuevos conocidos y acompañamiento psicológico.

...fue duro sacar a mi esposa, ir a enterrarla, verla allá en el “cajón”. Eso es impresionante [...] Todo lo de ella se vendió, se regaló eso [...] los videos de ella sí están pero, pero no se ven, nos da tristeza. Y mis hijos que “papá que vayámonos de acá” [...] vender acá da “guayabo” [...] 😊 ¡hay muchos recuerdos acá! 😊 [...] Los recuerdos a veces también matan, los recuerdos destruyen a veces. No hay que vivir en el pasado [...] estoy superando eso. Y voy bien, porque he hecho más amigos, y:: y me ha quedado el respaldo de mis dos hijos y la

nieta. Entonces:: ahí voy. Yo pues ayudándome también, de mano de los psicólogos [...] porque pues ha sido muy duro...

Su relación con la música representa otro cambio significativo. Hoy en día, la falta de hacer música lo lleva a sentirse vulnerable. Él aseguró que alejarse de la música es estar más cerca de los padecimientos de la vejez y de la muerte: "... Si no hago música me entierro, me engordo, me vienen los males. Que el dolor en la cabeza, que:: la rodilla, le da a uno pereza..." Esta creencia se ratifica al ver cómo algunos de sus antiguos compañeros han muerto tras retirarse y abandonar el ejercicio musical: "...hay varios músicos que se han retirado [...] se han muerto. Se murió "Pachito", se murió Darío [...] porque se pensionaron y el instrumento lo abandonaron. No volvieron con la música, ni oyen música, ni bailan" Por este motivo, aseguró que quiere continuar haciendo música durante el resto de su vida: "...toda la vida yo estaré haciendo música, así esté "cuchito" [...] eso es lo que me gusta "hijo", yo soy muy feliz tocando..."

Hoy en día, en su necesidad de estar más cerca de la música, Nairo busca espacios para la práctica musical. Los escenarios que lo mantienen activo en el ejercicio musical son: 1) la banda "papayera", 2) las agrupaciones con adultos mayores y 3) los espacios de enseñanza musical.

La banda "papayera"

Nairo se reúne a ensayar para tocar en festividades y amenizar eventos con una banda papayera. En estos escenarios, disfruta tocando música, estando en la tarima, viendo las reacciones del público y contagiándose de ellas. Nairo explicó que participar activamente en la banda es una experiencia significativa, ya que lo ayuda a mantenerse ocupado y le permite olvidarse temporalmente de sus amargas experiencias:

... en la papayera [...] la gente baila, [...] la gente disfruta. "Y bueno maestro" (le dice la gente), entonces uno se contagia de la alegría, ver la gente alegre [...] me da alegría ver las esposas, las parejas felices. [...] esa papayera sonó muy "bacano". Tocamos hora y 20 minutos sin parar [...] 😊 Eso la gente brincaba [...] 😊 toqué muy "sabroso". Ahí disfruté [...] Sonó muy lindo, muy bueno [...] me entretengo en eso [...] 😊 feliz tocando mi instrumento [...] feliz, feliz. [...]:😊. Pasé muy "sabroso" ...

Las agrupaciones con adultos mayores

Nairo, además, mencionó que participa, esporádicamente, en grupos musicales conformados por adultos mayores: "...tengo el grupo de los abuelos, nosotros tenemos un grupo [...] Entonces yo me voy pa' allá, muy "sabroso" [...] sí, me ocupo con eso..." Algunos miembros de estos grupos son músicos pensionados, quienes comparten la pasión por la música: "Mire, aquí abajo hay un grupo de puros pensionados [...] hay veces voy [...]. Y la pasamos "rico", tocamos, [...] todos disfrutamos de la música." Nairo expresó que disfruta tocar música con personas de su edad, ya que con ellos se siente cómodo y comparte costumbres. Además, denotó que con ellos le gusta hacer música sin tanta presión ni formalismos. Para él, lo esencial en estos espacios es divertirse y disfrutar:

... nosotros los viejos nos entendemos. [...] nos gusta llegar temprano, bien presentados, no nos gusta llevar a nadie (2). [...] "... hagamos música pa' "nojotros", que suene el instrumento como suene, ¡qué importa!, estamos "ej" divirtiéndonos "nojotros"< [...] 😊 Eso no tener una presión ahí que... ¡No:!:, ¡goza! Y si usted está tocando una carrasca, ¡haga lo que usted quiera!, y si quiere brincar... 😊 Y eso hacemos en ese grupo, entonces disfrutamos de eso, sí. Y::: estamos bien, ahí yo voy.

Los espacios de enseñanza musical

Nairo encontró que, a través de la enseñanza musical, puede también seguir conectado con la música: “...hay unos “chinos” que están aprendiendo, entonces yo les colaboro. “Mire hágale así” (les dice Nairo). [...] me distraigo allá...” En ocasiones, Nairo se reúne con niños y niñas que están aprendiendo a tocar la tuba. A ellos les enseña técnicas y trucos, y les da consejos para enriquecer sus habilidades como instrumentistas: “...estoy:: con los “pelaitos” en las tubas, enseñándoles [...] enseñarle trucos, de:: los “sulfidos”, trucos de::... cómo emboquillar...” Gracias a la enseñanza, ha podido viajar a otros pueblos y compartirle a muchos niños sus conocimientos: “...yo trato de enseñar, yo voy al Salesiano [...] ya me dijo Heriberto, el de Rivera, que fuera. El de Palermo, a darle clase a los pelados. Y yo voy. Yo ya fui una vez a Tello...” Entonces, él se dio cuenta de que disfruta y le motiva la enseñanza musical. Quiere compartir lo que ha aprendido durante toda su vida, porque él también fue niño algún día, y recuerda con aprecio la enseñanza que recibió.

...ellos no podían hacer el mugido del Barcino, el “Muuu” [...] llegué y me senté con ellos. Y me dice Juan Diego, “deje que ellos hagan el mugido del Barcino, no lo vaya a hacer”. Y lo hicieron, y pues lógico, no lo hicieron bien. “Vamos a volverlo a repetir y ahora lo hace usted” (le dijo Juan Diego a Nairo), lo hice. ¡Quedaron encantados los “peladitos”! “¿Cómo se hace maestro?” (le dijeron a Nairo los estudiantes). Entonces, yo “venga y les enseñe” [...] Y los enseñé [...] hasta las 6 de la tarde con ellos. [...] Eso es lo que me ha quedado, que... que lo que yo aprendí, yo quiero compartirlo, como enseñarles a los niños. Yo también fui niño y cuando el maestro Corchado me cogió y no sabía... y me enseñó, y eso me sirvió 😊 ...

La música ha sido y sigue siendo esencial para la vida de Nairo. Tanto así, que

llega a convertirse en su sentido de vida. Actualmente, la práctica musical contribuye significativamente a su bienestar integral. Sus beneficios se ven reflejados en diferentes áreas de su vida: (a) es su fuente principal de entretenimiento y ocio; (b) promueve emociones positivas en él; (c) le permite lidiar con algunas situaciones difíciles, como la desocupación y la pérdida de su esposa; (d) lo mantiene socialmente activo por medio de los grupos musicales; y (e) le permite sentirse valorado a través de la enseñanza musical.

Significados de la música

La música es para Nairo (1) una experiencia multisensorial, (2) una fuente de vida, (3) una vocación, y (4) felicidad. Estos significados son atribuciones subjetivas que Nairo fue construyendo a lo largo de su vida.

Experiencia multisensorial

Como espectador, Nairo reconoce a la música como una experiencia multisensorial, que impacta desde varios aspectos: el auditivo, el visual y el performance. En lo auditivo, indicó esencial que el grupo musical en escena esté sincronizado y afinado para que suene agradable. En lo visual, señaló la importancia de la buena presentación personal de los músicos y que estén coordinados durante su coreografía. Finalmente, resaltó la capacidad performativa del artista, es decir, su habilidad para transmitir al espectador a través de sus gestos y movimientos, la emoción de la música.

...Esos artes, todos “dentran” por la vista, el oído [...]. Por ejemplo, [...] una orquesta, ‘tan tocando bonito. Pero, si están sin uniforme... Bonito entra por mis oídos, la oigo bonito, pero por mi vista no entra, porque la está rechazando mi perfil. [...] bonito así. La presentación, el músico bien arregladito, ojalá los cantantes bailando igualito, ¡eso

entra por la vista! Y por otro lado, pues la... por la actitud también. La actitud en todos los, los artes [...] Lo visual, y la actitud, los gestos, los movimientos de uno 😊; Todo eso!...

La música es una fuente de vida

Desde una posición íntima y de encuentro personal, la música es una fuente de vida. Él manifestó que la música es un “alimento” para su alma, es como el “aire”, la “gasolina” y la “sangre”, lo que quiere decir que la música es algo que le permite mantenerse en movimiento y que sin ella no podría vivir.

...uno disfruta tocando [...] eso es vida pa' uno. Y uno ya no sufría de nada [...] La música es::, es uno de los artes más lindos, la música:: alimenta el alma. [...] Para mí, la música es como un alimento [...] >Para el cuerpo de uno, pa' l alma, yo soy feliz tocando< [...] la música es::, es como el aire, [...] es la gasolina para yo andar, la música es mi vida...

La música es una vocación

Para Nairo, la música era su destino desde el nacimiento. Crecer en una familia artística influyó en su elección, pero ser músico, cree él, es una pasión innata, que va más allá de las influencias externas. Esto lo cree así, porque sus hermanos también crecieron en ese medio, pero tomaron un camino diferente.

Aunque Nairo aprendió otros oficios, se dio cuenta de que lo suyo era la música. La música es su vida, es una pasión que perdura en la vejez. Mencionó que se siente satisfecho de haber sido músico y desea seguir haciendo música hasta el día de su muerte. Además, declaró que, si volviera a nacer, escogería ser músico de nuevo.

...yo soy muy feliz de que soy músico. Yo aprendí la sastrería y aprendí otro... la electricidad. Pero no, lo mío es la música. [...] Seré músico y seguiré siendo músico, y yo

buscaré la forma de, de tener mi agrupación, buscaré la forma de, de estar en la música [...] la música es::, es algo que viene con uno, como un brazo, ... Y muy feliz de ser músico, porque si yo muriera y volviera a nacer y me dijeran “¿Bueno usted que quiere ser? ¿músico?” “¡Músico!” ...

La música es felicidad

Para Nairo, la música es sinónimo de felicidad. Cuando toca su instrumento, él se desconecta de las circunstancias del exterior. Durante esos momentos, solo importa ser feliz y disfrutar de la música. La alegría es tanta, que intenta transmitirla al público y a sus demás compañeros:

...yo pues 😊 feliz tocando mi instrumento [...] En esas 3 horas a mí se me olvidó lo que me había pasado, se me olvidó todo y disfruté 😊. Pasé muy “sabroso” [...] 😊 yo siento mucha alegría 😊 y:: (2) 😊 yo soy muy feliz haciendo música [...] Yo le digo a mis compañeros, “muchachos vamos a trabajar, vamos a estar felices. Generemos alegría a la gente que está ahí. ¡Seamos locos! ¡Bailemos! ¡Brinquemos! ¡Cantemos!...

También, le genera mucha felicidad las reacciones del público. Le gusta ver cómo la gente baila y disfruta con su interpretación. Además, mencionó que es una experiencia muy valiosa ser reconocido por las personas con aplausos y ovaciones: “... Uno está tocando y que la gente baila, pa' uno es un ánimo muy tenaz. Es una alegría ver uno la gente bailando [...]. Y es un orgullo y una alegría de todo el mundo aplaudiéndolo”

Tocar o escuchar música le produce alegría y le permite olvidarse temporalmente de sus problemas. Esto lo ha ayudado a sobrellevar sus momentos de tristeza y seguir adelante.

...cuando toco ¡sí! ¡Yo me siento muy feliz! Yo disfruto la música [...] se me olvida lo que me ha pasado, me ayudo [...] eso me sirve

para la depresión. Yo, por ejemplo, cuando mi mujer estaba en la clínica, yo me sentaba escuchando el celular, me ponía alegre, alegre. Eso me sirve pa' seguir pa'lante...

Discusión

A partir de los resultados expuestos, se reconoció que el significado de la trayectoria vital-musical de un adulto mayor con amplia experiencia en la práctica musical parte de un elemento central que corresponde al ciclo vital-musical, donde las etapas del desarrollo se viven al ritmo musical del entorno en el que se sumerge el participante. Desde allí, emergen los significados de la música. En la figura 1 se presenta gráficamente este ejercicio interpretativo. Entonces, el núcleo de la figura corresponde al ciclo vital-musical, el cual recoge la experiencia musical de Nairo en tres grandes periodos de su vida. En el primero, “Incurción al mundo musical”, se resalta (1) el contexto familiar que estimula y facilita el aprendizaje musical; (2) el establecimiento del gusto musical y la relación del significado de la música con el sentimiento de felicidad en los primeros años de vida con la familia y el contexto cultural; (3) el apoyo y el acompañamiento de familiares y maestros, que mejora las habilidades musicales y la elección de una vida musical-laboral; (4) la elección del instrumento como posibilidad de goce y recepción de ofertas laborales. Sobre estos hallazgos, Cohen et al. (2002) reconocieron la importancia de la música durante los primeros años de vida para el desarrollo de las preferencias musicales, y que estas se mantienen hasta la tercera edad.

El segundo periodo, “Curso por la banda sinfónica”, deja ver que (1) la práctica musical es el escenario donde se viven experiencias sociales que contribuyen a aumentar el aprecio por su vinculación laboral-musical; (2) la participación en la banda permite relacionar la práctica musical desde diferentes

escenarios (con el público, con los compañeros de la banda y con el rol de maestro de niños), desde estos lugares se resalta, la ovación, la diversión y el agradecimiento, respectivamente; (3) ya llegado el momento del retiro laboral, este se vuelve una experiencia de crisis identitaria, por su pérdida de rutinas y espacio social cotidiano que se configuraron durante toda la adultez. Entonces, esta etapa se convierte en un duelo que aún, con el pasar del tiempo, se vive con tristeza y añoranza, y exige un proceso de reestructuración de lo que es no pertenecer a la banda, pero continuar con la práctica musical.

El tercer periodo: “música en la vida como adulto mayor”, es la experiencia de vivir la música como (1) estrategia de afrontamiento que ayude a superar (a) la pérdida de seres queridos, (b) la desocupación e inactividad consecuencia del retiro laboral y (c) la ausencia de rutinas; (2) elemento relevante que le da sentido a la vida durante la vejez, y que motiva la búsqueda de otros escenarios para la práctica musical, pues es la música la que permite crear nuevas relaciones sociales, nuevas experiencias musicales, y superar la tristeza y desolación que se avivan cuando hay un distanciamiento de la práctica musical; y (3) una fuente de longevidad, pues en este momento vital, la relación contraria #es decir, NO-música# es la sensación de muerte, ya que la música le ofrece movimiento, vitalidad y salud. Sobre la experiencia de vivir la música en la tercera edad, autores como Schäfer y Riedel (2017) encontraron que esta compensa el sentimiento de soledad. También, Oliva Sánchez y Fernández de Juan (2003) reconocieron que (1) favorece la estabilidad emocional ante pérdidas de familiares, (2) ayuda a mantener una actitud tolerante ante hechos de la vida y (3) permite llenar vacíos. Por su parte, Sarfson Gleizer y Larraz Rábanos (2017) afirmaron que la música promueve un mayor sentido de vida. Finalmente, Hays y

Conclusión

Este estudio reconoció que la vejez implica un proceso de varias pérdidas y duelos por hacer. Entonces, si bien el cuerpo es el lugar que primero empieza a aquejar la llegada de esta etapa, también la pérdida de rutinas como consecuencia del retiro laboral y la muerte de seres queridos significan una crisis que cuestiona su sentido de vida y el quehacer cotidiano.

En el caso específico de la vejez y el significado de la música, es indispensable llegar a profundizar en la experiencia vital-musical que se hace explícita en los espacios conversacionales. Es desde esta manera en que el lenguaje se vuelve comprensible y se pueden reconocer los sentidos comunes que la música tiene. Es decir, se asume que los significados se inscriben en los recursos lingüísticos que los participantes tienen y con los que ellos pueden llegar a establecer acuerdos comprensivos. Esta investigación, por ejemplo, dejó ver que el juego de palabras tradicionales, autóctonas, apropiadas o ajustadas se sumergen en los ritmos regionales propios que mueven la conversación, la cual puede ser entendida como una improvisación musical con una métrica autóctona específica.

Por otra parte, se pudo explorar la experiencia musical que una persona tiene a lo largo de su vida y cómo algunas vivencias forjaron un camino vital en constante relación con la música.

Aquí, en las etapas de la vida #infancia y juventud, adultez, y vejez# fueron donde tuvieron lugar las experiencias musicales más relevantes en la historia de vida de un adulto mayor. Es la experiencia cronológica-temporal la que forja un encuentro particular con la música.

El ejercicio musical, en la infancia y la juventud, es un punto de encuentro familiar, es una representación de la festividad y el jolgorio en el ambiente rural, y una forma de ocio y entretenimiento personal. En la adultez, es un espacio laboral, un facilitador para el encuentro social, una oportunidad de conocer otros lugares, un establecimiento de rutinas y un ritmo de vida que acompaña; y en la vejez, es una forma de lidiar con la desocupación, una manera de reestructurar las rutinas, un entorno para conocer a otras personas, un lugar de diversión y un medio para elaborar emociones dolorosas de pérdida.

Desde estas etapas emergieron los significados de la música que surgen desde el trasegar vital, pero que a su vez se blindan con el paso del tiempo. Son significados que se nutren de las etapas del desarrollo, pero son perennes. Entonces, la música como experiencia multisensorial, como fuente de vida, como vocación y como felicidad se configuran en los significados que este estudio encontró en relación con una trayectoria vital-musical de un adulto mayor. Sobre este último significado, se puede afirmar que es el que más eco encontró en la literatura académica revisada, pues la felicidad es una emoción positiva que ayuda a superar las pérdidas y da un sentido de vitalidad que ayuda a mantener la salud física y mental de los adultos mayores. Por su parte, los demás significados fueron evocados de manera particular en este estudio y requieren más investigación. Finalmente, poco se reconoce que la música no solo es un fin o una fuente de disfrute per se, sino también un medio para recibir el reconocimiento del público y del entorno social, vincularse socialmente, obtener una retribución económica, y tener la oportunidad de viajar y conocer otros lugares. En suma, el dedicar toda la vida a la práctica musical es una experiencia gratificante.

Referencias

- Bright, R. (1993). La musicoterapia en el tratamiento geriátrico. In *Bonun*.
- Cohen, A., Bailey, B., & Nilsson, T. (2002). The importance of music to seniors. *Psychomusicology: A Journal of Research in Music Cognition*, 18(1-2), 89-102. <https://doi.org/10.1037/h0094049>
- Congreso de Colombia. (10 de septiembre de 2020). Por medio de la cual se aprueba la «convención interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores», adoptada en Washington, el 15 de junio de 2015. [Ley 2055 de 2020]. https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=141981
- Duque, H. y Aristizábal Díaz-Granados, E. T. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- Gabrielsson, A. (2002). Old people's remembrance of strong experiences related to music. *Psychomusicology: A Journal of Research in Music Cognition*, 18(1-2), 103-122. <https://doi.org/10.1037/h0094048>
- Hays, T., & Minichiello, V. (2005). The contribution of music to quality of life in older people: an Australian qualitative study. *Ageing and Society*, 25(2), 261-278. <https://doi.org/10.1017/S0144686X04002946>
- Huenchuan, S. (2018). *Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
- Istvandity, L. (2017). Combining music and reminiscence therapy interventions for wellbeing in elderly populations: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 28, 18-25. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2017.03.003>
- Martínez Carazo, P. C. (2006). El método de estudio de caso: Estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento & Gestión*, 20, 165-193.
- Oliva Sánchez, R., & Fernández De Juan, T. (2003). *Musical therapy in the elderly: an alternative for health "L"*. <https://doi.org/10.25009/pys.v13i1.946>
- Oliva Sánchez, R. y Fernández de Juan, T. (2003). La musicoterapia en los gerontes: una alternativa de salud. *Psicología y Salud*, 13(1), 135-143. https://www.researchgate.net/publication/280578105_2003_La_musicoterapia_en_los_gerontes_Una_alternativa_de_salud
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. (2014). A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Czasopismo Psychologiczne Psychological Journal*, 20(1), 7-14. [10.14691/CPJ.20.1.7](https://doi.org/10.14691/CPJ.20.1.7)
- Sarfson Gleizer, S. y Larráz Rábanos, N. (2017). Influencias del aprendizaje musical en el bienestar de un grupo de personas mayores de 65 años. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(2), 2727-2734. <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.06.004>
- Schäfer, T., & Riedel, J. (2018). Listening to music in old age: Investigation of utilization and psychosocial resources. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 51(6), 682-690. <https://doi.org/10.1007/s00391-017-1229-z>
- Smith, J. (2015). *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*. Birkbeck University of London.

- Smith, J., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. SAGE.
- Smith, J., & Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. En Smith, J (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp. 51-80). Editorial. Sage Publications, Inc.
- UNESCO. (2014). *Indicadores de cultura para el desarrollo. Manual metodológico. Patrimonio, Relevancia de la dimensión para la cultura y el desarrollo*. https://es.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/iucd_manual_metodologico_1.pdf
www.unesco.org/creativity/cdis
- Naciones Unidas. (2019). *World population prospects 2019. Highlights*. https://population.un.org/wpp/publications/files/wpp2019_highlights.pdf
- United Nations. (2022). *World Population Prospects 2022. Summary of Results*. https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/wpp2022_summary_of_results.pdf
- Zhang, Y., Cai, J., An, L., Hui, F., Ren, T., Ma, H., & Zhao, Q. (2017). Does music therapy enhance behavioral and cognitive function in elderly dementia patients? A systematic review and meta-analysis. *Ageing Research Reviews*, 35, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.arr.2016.12.003>

Notas

- 1 Artículo de Investigación.