



Entrevista: LA AUDIOPSIKOFONOLOGÍA: ENTRE OÍR Y ESCUCHAR

Tairé Paredes Alvarez

Psicóloga, Psicoterapeuta Caracteroanalítica, especialista en Audiopsikofonología (APF). Miembro de la Escuela Española de Terapia Reichiana (Es.Te.R).

Email: taireparedes@yahoo.es

Tairé Paredes tiene una amplia experiencia en el campo de la Psicología Clínica como especialista en psicoterapia y en procesos grupales. Realizó su formación en Audiopsikofonología (APF) directamente con su creador, Alfred Tomatis, en París, hacia el año 1983. En esta entrevista, nos habla sobre ésta técnica y sus aplicaciones, tanto para niños y niñas, como para adolescentes y personas adultas.

***María Clara:** La primera pregunta resulta obvia, pues la palabra "audiopsikofonología", además de larga resulta extraña. ¿Qué es esto?*

Tairé: La APF, o "Método Tomatis", es una técnica de estimulación auditiva desarrollada por el Dr. Tomatis, otorrino de origen italiano que desarrollo sus investigaciones en Francia (1920 - 2001). Estas investigaciones le llevaron a realizar un descubrimiento relacionado con la escucha inscrito en la Academia de las Ciencias en los años 50 como "Efecto Tomatis." Fue el inicio de todos sus descubrimientos posteriores, entre ellos la profunda relación que tienen los aspectos psicológicos con la función de escucha.

Tomatis hace una distinción entre oír y escuchar, oír es un fenómeno pasivo: estamos inmersos en sonidos, pero no logramos integrarlos. En cambio escuchar es integrar y para esto es necesaria la voluntad, cargada de los componentes emocionales que supone la escucha. La APF es una técnica de estimulación sensorial que favorece la escucha, el lenguaje y la comunicación y se apoya en las bases neurofisiológicas del proceso auditivo.

***MC:** He oído que sus padres tenían relación con la música. ¿Es así?*

T: Su padre era cantante en la ópera de París, desde muy pequeño estuvo inmerso en el mundo de la música y posiblemente esto le llevó a interesarse por los mecanismos que relacionan el oído y la voz. Como médico especialista en otorrinolaringología y dada su relación con este mundo, trabajó con grandes cantantes de ópera que acudían a él cuando perdían la voz como consecuencia de las altas frecuencias que emitían al cantar.

***MC:** Sus investigaciones incluyen la vida intrauterina. He visto que además descubrió que las vibraciones sonoras son percibidas de forma codificada por el embrión en el útero materno. ¿Es así?*



T: Para Tomatis, la capacidad de escucha se desarrolla en el útero, en una íntima relación entre el feto y su madre. A partir del cuarto mes de vida intrauterina el oído estará completamente formado y es ahí donde comienza a estructurar su manera de comunicar y relacionarse.

El feto escucha los ruidos de las vísceras filtrados por el líquido amniótico, de tal manera que solo dejará pasar los sonidos de frecuencias más altas. Entre todos estos ruidos percibe la voz de la madre, transmitida desde la laringe a través de la columna vertebral hasta llegar a la pelvis, que actuará como una caja de resonancia, donde una vez filtrada, la voz llegará, no con la semántica, sino con la carga emocional, el ritmo y la cadencia.

MC: *En esa medida es como está relacionada la psique y el oído...*

T: Exactamente. Es una relación emocional, porque no llega el contenido de las palabras sino el contenido emocional. Como decía Tomatis, al feto no le importa nada lo que se dice, solo necesita el amor y la comunicación entre él y su madre.

MC: *Entonces ya tenemos claro en qué consiste la APF. Pero, ¿Cómo se aplica la técnica? ¿Cómo se trasladan las conclusiones de las investigaciones de Tomatis a una consulta?*

T: A través de la técnica se va re-educando el oído hasta lograr una función de escucha óptima, permitiendo a la persona estimular el potencial que pudo quedar bloqueado en algún momento de su desarrollo. A través del sonido, podemos actuar directamente sobre el cerebro, la mente y sobre las emociones. En principio el método sirve para tratar diferentes dificultades. En primer lugar, lo que buscamos es una mejora en la escucha y la comunicación y, en segundo lugar, en la capacidad de interrelación con el entorno.

¿Como hacemos esto? Ciñéndonos al ámbito psicológico y educativo distinguiremos dos niveles de actuación: el que corresponde al diagnóstico o detección de alteraciones y su repercusión y el terapéutico o propuesta de intervención. A partir del avance de la tecnología contamos con sistemas que nos permiten realizar ambas cosas. En primer lugar cuando acude una persona a la consulta realizamos el diagnóstico mediante un test audiopsicofonológico llamado "test de escucha". Se lleva a cabo mediante un equipo especial, un audiómetro modificado para testar aquellas funciones del oído que a nosotros nos interesa. Algo muy importante es que no buscamos medir cuánto oye o no oye la persona, lo que pretendemos con el diagnóstico es determinar la capacidad de escucha y de las demás funciones que acompañan la audición y que desgraciadamente están muy olvidadas.

MC: *Es decir, ¿se toma muy en cuenta la diferencia que hay entre lo que se oye y lo que se escucha?*

T: Exactamente. A partir del test de escucha vamos a determinar el tipo de tratamiento que llevaremos a cabo con el "oído electrónico", que es un complejo aparato, compuesto de amplificadores, filtros y básculas y está diseñado para entrenar el oído mediante un movimiento continuo de tensión y relajación de los mecanismos musculares. La finalidad consiste en devolver y potenciar en el oído la capacidad de escucha y de esta forma poder tratar una amplia gama de dificultades o bloqueos que tienen como base una mala capacidad de escucha.

MC: *Entonces la persona plantea su demanda, se realiza el Test de Escucha y a partir de ese test se propone la programación, y durante un tiempo va a escuchar la música a través del Oído Electrónico.*



nico. ¿Cuanto tiempo puede durar un programa de audio y con qué frecuencia se hacen las sesiones?

T: En principio se trabaja con un modelo estandarizado, y digo en principio porque las formas de aplicación van a variar según los objetivos que nos propongamos en función del Diagnóstico y de las posibilidades. Si partimos del modelo estándar, planteamos bloques de 30 o de 15 horas de estimulación en función de la fase del tratamiento, con una dinámica mínima de dos sesiones semanales de hora y media. Si por el contrario vamos a realizar una programación individualizada la adaptaremos a los objetivos planteados en cada caso.

MC: ¿Para qué tipo de situaciones es efectiva esta técnica de estimulación auditiva?

T: El tratamiento es efectivo para una amplia gama de disfunciones auditivas o de disfunciones relacionadas con la escucha. Podemos trabajar tanto con niños y niñas con problemas escolares, problemas de comportamiento, de lenguaje, psicomotores, entre otros, como con adultos. Estimula la creatividad y se utiliza para aprender lenguas extranjeras. Tiene también una aplicación en el embarazo y como herramienta convergente en otras Terapias.

La amplitud de las aplicaciones está relacionada con el hecho de que el oído desarrolla múltiples funciones: la función de escucha de la que ya hemos hablado, la función de equilibrio realizada a través de la zona vestibular y la función de carga que realiza a través de la cóclea, reguladora de la energía y de las funciones superiores. Desde esta amplia gama de intervención es útil en diferentes campos.

MC: ¿Cómo se aplica la APF en el embarazo?

T: Como veíamos antes, para Tomatis la capacidad de escucha se desarrolla durante el periodo de gestación. Últimamente han quedado suficientemente probadas algunas de las afirmaciones que realizó muchos años atrás, como por ejemplo que el feto tiene una vida psíquica y sensorial muy intensa y que la madre va a transmitirle todo el abanico de sus estados afectivos y emocionales, razón por la cual es importante que durante este periodo la futura madre se encuentre en las mejores condiciones, tanto físicas como emocionales, y es aquí donde tiene cabida la aplicación del método.

Los programas de estimulación auditiva durante el embarazo han sido diseñados con la finalidad de sintonizar a la madre y al bebé, utilizando sonidos filtrados similares a los que escucha el feto. A través de este estímulo, mejora la energía de la madre y aumenta su consciencia y contacto. Se regula el ritmo cardíaco y la respiración y esto tiene un efecto relajante sobre el estrés propio del embarazo, favoreciendo la disminución de la ansiedad y la angustia. Favorece la relajación de la pared uterina facilitando el parto. Actúa equilibrando el sistema nervioso y por lo tanto las emociones como el miedo o los cambios de humor que se dan con frecuencia durante este periodo. Disminuye el cansancio al proporcionar un aporte de energía, favorece mayor tolerancia a las alteraciones fisiológicas propias del embarazo como la pesadez, la dificultad para dormir, las molestias gástricas, que pueden dificultar la relación entre ambos, y por todo ello, la recuperación después del parto también es más rápida y la capacidad para generar el vínculo madre-bebé también aumenta.

MC: Muy interesante su aplicación en el embarazo, en función de la prevención. Y ¿cómo has visto que puede ayudar la APF en casos de ansiedad?



T: A través de la estimulación auditiva podemos regular el ritmo cardiaco y relajar el diafragma. Estos son dos factores muy importantes que ayudan a disminuir la ansiedad.

MC: *Muy apropiado en casos de ansiedad leve...*

T: Por supuesto, o como técnica complementaria en psicoterapia cuando el caso lo requiere por su complejidad.

MC: *Y hablando de otras situaciones que has mencionado antes, ¿Cómo actúa la APF en casos de fracaso escolar?*

T: La mayoría de las veces, el fracaso escolar está relacionado con dificultades emocionales que el niño está teniendo en relación con su entorno, o bien con su entorno familiar, con el escolar o con su entorno general de relaciones. Como hemos hablado anteriormente, la APF influye directamente en la comunicación y facilita la interacción con el medio. En este sentido, los niños tratados con el método se distraen menos con los estímulos ambientales, escuchan mejor y debido a la incidencia directa sobre el sistema vestibular mejoran en lectoescritura. Además siguen mejor las instrucciones y se concentran por periodos mayores de tiempo. Hemos dicho que una de las funciones del oído es la de dinamización del córtex y la regulación de las funciones superiores: atención, memoria y concentración. La APF ejercita los músculos del oído medio llevándolos a un estado funcional óptimo y esto ayuda a recuperar la potencialidad.

Resumiendo, un niño que sufre fracaso escolar normalmente es un niño inteligente que no puede concentrarse, o bien por problemas emocionales, o por otro tipo de dificultades que detectaremos en el diagnóstico, normalmente estos niños están trabajando por debajo de su potencialidad. Con la estimulación auditiva vamos a ayudarles a recuperar esa potencialidad bloqueada.

MC: *He leído que si se practicara sistemáticamente la APF en colegios, el fracaso escolar disminuiría un 30%. Esto es una prueba que han hecho en Polonia, además de que lo han hecho a bajo coste, porque es un programa que no supone gastos excesivos. ¿Cómo ves tú esta experiencia, contando con la situación económica actual?*

T: Existen muchos otros datos, por ejemplo en Canadá existen centros, algunos subvencionados por el Estado, especializados tanto en fracaso escolar como en autismo. En Bélgica, donde se han realizado numerosas investigaciones y seguimientos durante años con niños de diferentes edades en centros públicos y privados. Y en España también existen experiencias en colegios públicos en los que hemos verificado la eficacia de esta técnica en casos de dificultades escolares.

MC: *Hablando de efectividad, ¿hay alguna situación en la que la APF no sea recomendable?*

T: Como en el caso de cualquier otra técnica relacionada con la salud existen las dificultades propias de un mal uso. Siempre que la técnica sea aplicada por el profesional adecuado y utilizada teniendo en cuenta el diagnóstico y las posibilidades de la persona, la APF no tiene riesgo.

MC: *Se ve que es una metodología en la que está muy bien estudiada la efectividad, y esa confianza permite también aceptar que no es una panacea, como nada lo es. A la hora de decidir entre diferentes tratamientos, nos puedes explicar ¿Qué diferencia hay entre hacer unas sesiones de APF y hacer una terapia?*



T: Hay muchas diferencias. En primer lugar una terapia es una terapia. La estimulación auditiva según este método no es una terapia, es una técnica, y como técnica puede utilizarse sin grandes dificultades. Cuando una persona accede con una problemática determinada, lo fundamental es empezar por el diagnóstico. El profesional que hace este diagnóstico tiene que diferenciar muy claramente si esta persona es candidata al método directamente o si necesita otro tipo de enfoque. En ese caso es su obligación derivarlo hacia lo que considera que es más oportuno en ese caso. También muchas veces es al revés, los terapeutas envían a sus pacientes a beneficiarse de la APF como complemento a la terapia que están realizando.

MC: *O sea que no es lo mismo pero se puede complementar una con otra. Tienes que haber realizado una formación para ser especialista en APF, no?*

T: Sí, en primer lugar se necesita una titulación en el área de la salud y o la educación para después realizar la formación y la supervisión durante un tiempo.

MC: *¿Tú has hecho esa formación?*

T: Sí, me he formado con el Dr. Tomatis en el centro de estudios de Paris, aproximadamente en el año 1983 y con otros profesionales.

MC: *Tienes bastante experiencia entonces, sé que últimamente has estado reciclándote también, actualizando...*

T: Sí, seguimos reciclándonos, realizando encuentros con otros profesionales de otros países, manteniendo la formación viva.

MC: *La última pregunta que pone un poco el dedo en la llaga con respecto a la situación económica, porque ahora la cosa está difícil para acceder a este tipo de "lujos". ¿La APF realmente puede ser una alternativa a que una persona acceda a un tratamiento que pueda mejorar la situación psíquica o educativa, y que sea accesible según sus posibilidades?*

T: Aquí has tocado una serie de cuestiones que son muy importantes. Las terapias son un lujo para muchas personas y todo aquello que puede mejorar la calidad de vida desde el punto de vista emocional se sigue considerando un lujo. No debería ser así. Realmente deberíamos tener derecho a una buena salud sea cual sea la situación económica, pero de momento es como funciona. En nuestro caso tenemos en cuenta las posibilidades reales e intentamos facilitar en lo posible el acceso al tratamiento.

MC: *Muy bien, entonces también es una forma de estar de acuerdo con el momento. Muchas gracias, Tairé por tu tiempo y por tu aporte.*