



LA ENTREVISTA DE LA SEMANA: [Marta González Puigdevall](#)

BIODANZA Y ALZEIMER.



Facilitadora de Biodanza en Mataró los martes y los viernes.
Facilitadora de Biodanza titulada por la Escuela de Biodanza Rolando Toro de Barcelona especializada en Biodanza para Niños y Adolescentes y en Educación Biocéntrica. Profundización de la metodología de Biodanza a través del proyecto de Formación Continua

El taller de Biodanza y Parkinson es la unión de dos experiencias vitales que han cambiado mi manera de sentir y comprender la Vida: la práctica de Biodanza desde hace más de diez años y la enfermedad de Parkinson, diagnosticada a mi madre hará unos quince años.

La Vida me ha hecho conocer la enfermedad de primera mano y su dureza me ha superado durante muchos años. Ante el diagnóstico de una enfermedad crónica y degenerativa me sentí impotente. Y la impotencia dio paso a la tristeza, rabia... Mi madre empezaba un camino y yo, sin ser consciente de ello, también. Toqué fondo y fue entonces que conocí la Biodanza y aprendí danzar con la Vida. Con todo lo que me trae, incluso con la enfermedad de la persona que más quería.

Me formé como facilitadora y pendiente de presentar la monografía me fui a vivir a Mataró y me quedé sin trabajo. Entonces me centré en mi proyecto de Biodanza. Justamente en Mataró se encuentra la Asociación Parkinson Maresme, donde les propuse hacer una sesión para que vivieran la Biodanza. Era un miércoles de setiembre de 2009 y desde ese miércoles que el grupo forma parte de mi formación como facilitadora.



1.- Eres una de las facilitadoras en España que se ha comprometido en una intervención de Biodanza Clínica con enfermos de Parkinson ¿Como asumes este reto? ¿ Es una vocación que tuviste clara desde el principio?

En realidad nunca lo he sentido como un reto sino como algo que surge de forma totalmente orgánica. No sé... En mi Vida convergieron la enfermedad de Parkinson y la Biodanza... Imposible no devolver todo lo que me ha dado la Biodanza! Y también es una forma de paliar mi sentimiento de impotencia al no poder "hacer nada" para que mi madre se curase.

Y sí, lo tuve clarísimo que quería facilitar Biodanza a los afectados de Parkinson. Cuando Luis Otavio Pimentel, director de la escuela de Biodanza de Barcelona, nos comentó que la monografía debía ser sobre algún aspecto de la Biodanza que nos resonase, no lo dudé. Quería compartir esta herramienta tan maravillosa que es la Biodanza para aligerar, aunque sólo fuese durante una hora la semana, los efectos del Parkinson y compartir la experiencia a través de mi monografía.

2.- ¿Ha habido una buena apertura de los profesionales a cargo de estos enfermos? ¿Que valoración hacen?

La asociación de Parkinson Maresme es muy pequeña y sólo ofrece atención psicológica y logopeda. El psicólogo siempre recomienda a los asociados que prueben una sesión ya que los enfermos que acuden a las sesiones siempre transmiten que es una actividad que complementa su tratamiento farmacológico.

3. - ¿ Empiezan a notarse algunos efectos en ellos? ¿Implicas también a los familiares como modo conciliatorio y como intervención terapéutica también para los cuidadores de enfermos? Hay estudios que dan importancia a la intervención sobre los propios cuidadores por que su salud se ve afectada en ese comprometimiento social.

El principal efecto es el cambio al salir de la sesión. Entran con bastante rigidez y al sonar la música... Magia! Los cuerpos se mueven, se expresan, ríen, bostezan... Y salen con una sonrisa de oreja a oreja!

De echo, no pretendo mucho más. Una hora a la semana es muy poquito para combatir esta enfermedad!

En principio sólo asisten los afectados por la enfermedad. Alguna vez ha venido algún acompañante pero prefieren aprovechar para desconectar y hacer sus cosas.

Uno de mis proyectos es facilitar Biodanza para cuidadores.

4.- ¿ Que nuevos retos estas estudiando?¿Te gustaría especializarte en esta área dentro de biodanza? ¿Estáis recogiendo de algún modo la experiencia para poder recabar datos y que sirva como historial clínico para otras intervenciones en esta materia?

En mi monografía, resumen del curso 2009-2010, están los resultados de una encuesta que pasé a los participantes al finalizar el primer año de Biodanza. Preguntas como: en qué parte de la sesión se sentían mejor, dificultades, en qué les ayudaba una sesión, si creían que complementaba su rehabilitación...

Retos... Muchos muchísimos!!! Voy facilitando sesiones puntuales en institutos de Mataró. Es muy enriquecedor y un gran reto facilitar grupos de adolescentes! También tengo fechas para facilitar un taller para familias.