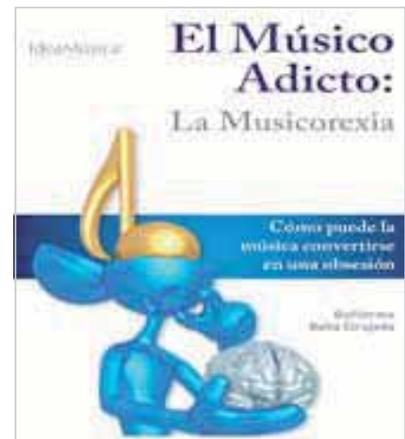


## El músico adicto. La musicorexia.

Guillermo Dalia Cirujeda  
*Ideamúsica Editores, S.L. (2014), 225 páginas.*



*El Músico Adicto: La Musicorexia*, se centra en la relación especial que el músico adquiere con la música y sus posibles efectos adversos en la vida del músico. Guillermo Dalia, dedica su nuevo libro a la relación del músico con su instrumento y con la música en sí misma y cómo esta relación puede derivar en una adicción. Para ello, acuña el término Musicorexia, y desarrolla durante más de 200 páginas las vivencias del intérprete, su singularidad y cómo su relación con la práctica musical puede derivar en patologías, que a veces pasan desper-

El libro se centra en el músico que se ha iniciado desde niño en estudios de conservatorio y ha tenido una relación muy estrecha y prolongada con la práctica musical y su estudio. Está estructurado en tres bloques. En el primero de ellos, nos introduce en las particularidades de la música, cómo incide en la vida del músico y la casi imposibilidad de permanecer ajenos a ella. En el universo de los intérpretes, la singularidad única de un mundo en el que desde niño se escoge un futuro laboral y se empieza a crear un entorno en el que casi todo empieza a girar en torno a la música y a la ejecución musical, a las largas horas de estudio y dedicación al instrumento...

El segundo bloque, iría de los capítulos 4 al 7 y en el que el autor, nos habla, primero de los comportamientos adictivos, para meterse de lleno en la Musicorexia, es decir, el momento en el que la música comienza a convertirse en una obsesión para el músico y prácticamente, todo en su vida gira alrededor de ella, constituyendo en ocasiones, motivo de infelicidad y frustración y desarrollando una relación que podríamos considerar insana, adictiva y fuente de problemas con su entorno y consigo mismo. Mención especial merece la parte dedicada a la tragicómica relación de apego y ansiedad que se establece con el instrumento”, otra de esas cosas que en pocos ámbitos laborales se dan y hacen del mundo del músico un universo único.

El último bloque, de los capítulos 8 al 10, está dedicado a la prevención y tratamiento de la adicción a la música. En primer lugar se centra en que padres y profesores deberían estar alerta para evitar que la Musicorexia aparezca, facilitando y fomentando otras actividades y estímulos distintos a lo vinculado al mundo musical. Y en segundo lugar al tratamiento, que lo divide en 4 fases, que van desde la fase motivacional y manejo del síndrome de abs-

tinencia hasta el cambio de actitudes y prevención de recaídas. Por último nos advierte de lo descuidado que a menudo es el músico con su propio cuerpo a diferencia de los deportistas de élite (campo con el que a menudo se le compara por ser también un ámbito de iniciación temprana) y los problemas físicos que se originan por la continuada práctica con el instrumento.

En definitiva, un libro interesante (que como novedad introduce una nueva problemática existente pero no detectada hasta el momento) y altamente recomendable para cualquiera con inquietudes en los campos de la psicología y la música. Sería interesante conocer si esta problemática se da también en otro tipo de intérpretes, músicos de rock, jazz, etc., e incluso adentrarse en el no menos complejo mundo del compositor.

*Luis Prado Rodero*  
Músico y compositor