

LA MÚSICA AMANSA...AL ALZHEIMER. HERRAMIENTA PARA ENFERMERÍA

Introducción:

La música tiene multitud de beneficios, un claro ejemplo es la musicoterapia en pacientes con Alzheimer. Desde los años 80 y más específicamente en la II Conferencia Nacional sobre Alzheimer (1999) se expusieron resultados beneficiosos de estudios de la musicoterapia en este tipo de pacientes pero...¿Qué sabemos de ella? Con ello, los objetivos de este trabajo es dar a conocer esta técnica dando nociones básicas y explicando los beneficios para dar alternativas de tratamiento a estos pacientes para aplicarlo en nuestra práctica enfermera.

Metodología:

A través de un método científico y basado en multitud de estudios así como en las aportaciones personales de musicoterapeutas he resumido y esquematizado las nociones básicas y beneficios de esta técnica desde una perspectiva enfermera para poder ayudar a estos pacientes/ familiares.

Resultado:

La demencia tipo Alzheimer es uno de los problemas de salud más frecuentes (12% población mayores 65 años) y temido que se caracteriza por pérdida progresiva de su función cognitiva, problemas conductuales, déficit al realizar AVD... Sin embargo, ante tanta pérdida funcional, se ha demostrado que la última capacidad que pierden los pacientes con Alzheimer es la auditiva-verbal, es más, técnicas de neuroimagen demuestran que regiones del córtex cerebral involucradas en la memoria auditiva-verbal está más activa en Alzheimer que en cualquier otra demencia intentando de este modo compensar la neurodegeneración. Ese es el fundamento de la utilización de la musicoterapia en estos pacientes.

Qué es y no es la musicoterapia:

- No es poner música de fondo
- Es efectiva a todas las personas aunque no tengan conocimientos de música
- No sólo utiliza música clásica
- La musicoterapia es la utilización de música e instrumentos por un musicoterapeuta con un paciente o grupo para facilitar la comunicación, interacción, aprendizaje, movilidad...



Beneficios en pacientes con Alzheimer:

- Promueve la comunicación y las relaciones sociales
- Aumenta la autoestima y la seguridad en sí mismo
- Cambios emocionales positivos. Aumenta el dominio de las emociones
- Mejora las funciones motoras, perceptivas y sensoriales
- Aumenta la coordinación
- Aumenta el desarrollo intelectual y cognitivo
- Relajante
- Estimula la memoria y recuerdos promovidos por la música

Nociones básicas de una sesión de musicoterapia:

- Duración 30-60 minutos
- Uso instrumentos como forma de comunicarse
- Actividad grupal o individual
- Adaptado a las necesidades y grado de progresión de enfermedad de cada paciente
- Es beneficioso que los familiares participen en algunas sesiones
- Dirigida por profesionales de musicoterapia
- Hay varios tipos de sesiones: improvisaciones (libera tensiones), canto (favorece memoria) Diálogo musical, viajes musicales, audiciones (de temas del pasado), crear canciones...

Conclusiones:

- La musicoterapia mejora la calidad de vida de los pacientes con Alzheimer
- Cada sesión está adaptada al paciente: tiempo, actividades planteadas...
- Su utilidad se ha comprobado en numerosos estudios
- La última capacidad que pierden los pacientes con Alzheimer es la auditivo-verbal
- La música es un modo de relacionarse

Bibliografía:

- Lago Castro P. (2002) De los pies a la cabeza pasando por el corazón: Música y Alzheimer. Madrid, CEMDV-UNED
- Mercadal-Brotons, M. Martí Augé, P. (2008) manual de musicoterapia en geriatría y demencias. Madrid. PRAYMA ediciones
- Puig Llobet M, Lluch Canut MT. Eficacia de la musicoterapia en el contexto de la promoción de la salud mental. Metas de enfermería Nov 2012, 15 (9):58-61