

# LA MUSICOTERAPIA COMO HERRAMIENTA TERAPÉUTICA EN ENFERMERIA

AUTORAS: Inmaculada Lucena Pérez y Lucía Luzón Martín

## INTRODUCCION

En los últimos años ha habido un importante desarrollo de la aplicación de la musicoterapia en medicina, manifestado de manera evidente por el aumento de investigaciones publicadas, Este auge es debido por un lado a la creencia generalizada de que la mente, el cuerpo y la influencia del entorno social en el paciente están íntimamente relacionados y por otra parte, a la convicción de muchos, de que el paciente tiene una parte activa en el tratamiento y prevención de la enfermedad.

**“La musicoterapia es un recurso terapéutico no tradicional, que se integra a las disciplinas que se ocupan de la prevención, tratamiento y rehabilitación de diversas discapacidades”.**

Un estudio reciente de la Universidad de Florida, Estados Unidos, reveló que la música activa distintas zonas del cerebro relacionadas no solo con las emociones, sino también con regiones asociadas al lenguaje y al movimiento, así como diversas áreas corticales, incluida la corteza motora, la corteza parietal, el cerebelo, el lóbulo temporal y la corteza prefrontal.

## OBJETIVOS

- ☒ Determinar el cambio de conducta específico y /o fisiológico que se desea (relajación, estimulación, concentración, disminución del dolor “audioanalgesia”)
- ☒ Mejorar su calidad de vida y superar bloqueos en la comunicación a nivel social

## METODOLOGIA

Estudio cualitativo descriptivo realizado mediante revisión bibliográfica de estudios científicos en bases de datos como: Web of knowledge, science direct, pubmed, cuiden, Google Académico.

## 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

## CONCLUSIONES

Cabe apuntar, que no es sólo la música la responsable del cambio terapéutico, sino el hecho de que ésta se dé en un marco específico de ayuda y atención entre terapeuta y paciente. Es decir, dentro de un proceso interpersonal.

La música no tiene eficacia en sí misma, NO CURA milagrosamente. Por eso hacemos hincapié en la aplicación profesional de la música, metodológica y sistemática, única forma en que los pacientes pueden iniciar procesos de cambio para alcanzar una mejoría o bienestar general.

## RESULTADOS

La *musicoterapia* es recomendada como terapia en muchos casos clínicos, pero donde ha sido más eficaz es en personas diagnosticadas por **esquizofrenia, amnesia, Alzheimer, Parkinson, depresión, síndrome de Tourette, depresión y dificultades del habla**. Sin embargo, este tipo de terapia no sustituye a los medicamentos y cuidados especiales que requiere cada caso. Es un tratamiento complementario, donde los especialistas y la familia deben trabajar en conjunto.

## INTERVENCION MUSICOTERAPÉUTICA DE ENFERMERIA

La intervención se realiza a partir del uso de recursos no verbales: el sonido, la música y la expresión a través del cuerpo, que le imprimen identidad y la diferencian de otras disciplinas.

Mediante la música, utilizar las potencialidades y los recursos del paciente para propiciar un espacio seguro y contenedor que permita la desinhibición y la libre expresión.

A la hora de la preparación previa de la sesión, hemos de tener en cuenta a los destinatarios, sus características y problemática. Para ello, elegiremos la música más adecuada con los objetivos a conseguir y las cuestiones del contexto que puedan influir.

CARACTERISTICAS DE LA MÚSICA	ASPECTOS A TRABAJAR CON PACIENTE
Provocar relajación/efecto calmante o sedante.	Estrés, ansiedad, HTA, taquicardia, demencia
Capacidad de evocación	Fortalecimiento del estado anímico, depresión
Habilidad de com.verbal	Autismo, demencia, Parkinson
Estimular receptores sensoriales	Táctiles, auditivos
Calidad de sueño, favorecer el vínculo madre-hijo	Desar. infantil/ Cuid. neonatal/Embarazo, Tercera edad
Relación interpersonal, Equilibrio psicofísico y emocional	Esquizofrenia(red.síntomas), Discapacidad, trastornos mentales graves

Según cada problema de salud, existen piezas clásicas terapéuticas:

**1 Insomnio :** Nocturnos de Chopin (op. 9 No. 3; op. 15 No. 22; op. 32 n 1; op. 62 No. 1), Preludio para la siesta de un Fauno, Debussy Canon en Re, Pachelbel.

**2 Hipertensión :** Las cuatro estaciones, Vivaldi, Serenata No. 13 en Sol Mayor, Mozart.

**3 Depresión :** Concierto para piano No. 3, Rachmaninov. Música acuática, Haendel. Concierto para violín, Beethoven, Sinfonía n 8, Dvorak.

**4 Ansiedad :** Concierto de Aranjuez, Rodrigo. Las cuatro estaciones, Vivaldi. La sinfonía Linz, k425, Mozart.

**5 Dolor de estómago :** Música para la Mesa, Telemann. Concierto de Arpa, Haendel. Concierto de oboe, Vivaldi.

**7 Energéticas :** La suite Karelia, Sibelius. Serenata de Cuerdas (op. 48), Tchaikovsky.

## BIBLIOGRAFIA

- Jauset, J. "Música y neurociencia: la musicoterapia." Ed. UOC, Barcelona, 2008.  
Lago Castro P. (2002) De los pies a la cabeza pasando por el corazón: Música y Alzheimer. Madrid, CEMDV-UNED  
Lago, P y col (1996). Música y Salud: Introducción a la musicoterapia I.