Estudio piloto para evaluar el efecto de la Musicoterapia sobre pacientes hospitalizados en Cuidados Paliativos

Autoras/es: Mª Beatriz García-Castellano García; Mª Jesús del Olmo Barros; Andrea San Gregorio Matasanz; Laura González Encinar; Sergio Cárdena Illana; Marta Villacieros Durbán; Rosa Salazar de la Guerra; Elías Sánchez Lechuga.

INTRODUCCIÓN:

Está demostrado que la Musicoterapia mejora el **estado de ánimo y la sensación de bienestar** de los pacientes ingresado en **la Unidad de Cuidados Paliativos** (UCP).

Musicoterapia: según la Federación Mundial de Musicoterapia, WFMT (2011): es el uso profesional de la música y sus elementos como una intervención en entornos médicos, educacionales y cotidianos con individuos, grupos, familias o comunidades que buscan optimizar su calidad de vida y mejorar su salud y bienestar físico, social, comunicativo, emocional, intelectual y espiritual. La investigación, la práctica, la educación y el entrenamiento clínico en musicoterapia están basados en estándares profesionales acordes a contextos culturales, sociales y políticos.

OBJETIVO:

Evaluar la variación en el estado de ánimo y bienestar general de pacientes ingresadas/os en la unidad de cuidados paliativos en el Hospital de Guadarrama**, pre y post intervención Musicoterapeútica**, mediante el Cuestionario de Evaluación de Síntomas de Edmonton.

MATERIAL Y MÉTODO:

Participaron **21 pacientes** ingresados en la UCP del Hospital Guadarrama. Antes y después de cada sesión se recogieron –entre otras- las variables **ansiedad** y **depresión** a través del ***Cuestionario de Evaluación de Síntomas de Edmonton***, ESAS-r (es). Las sesiones, diarias e individuales, tuvieron una duración variable según pacientes, entre 20 y 60 minutos. Se recogieron datos durante 9 meses de tal forma que en total se realizaron **174 sesiones** de Musicoterapia.

Criterios de **inclusión**:

- ✓ Estar ingresada/o durante el período de estudio.
- ✓ Estar consciente.
- ✓ No tener discapacidad mental que impida comprender y responder al Cuestionarios ESAS.
- ✓ Haber sido informada/o debidamente del estudio y haya firmado el formulario de consentimiento para participar en el estudio de investigación.

RESULTADOS:

De los 21 pacientes, 10 (48%) fueron mujeres y 11 (52%) fueron hombres, con edad media de 67 años (DT=10,7); 20 eran oncológicos y 01 no oncológico. Se recogieron 174 cuestionarios pre y 134 post.

Tabla 1: Tamaño Muestral.

Tabla 2. Promedio edades y promedio estancia.

Las **medias post de todos los ítems resultaron significativamente menores (p<0,05)** en la prueba T de Student para la igualdad de medias, en todos los ítems (1. Dolor, 2. Cansancio, 3. Somnolencia, 4. Nauseas, 5. Apetito, 6. Dificultad para respirar, 7. Desánimo, 8. Ansiedad, 9. Dormir, 10. Bienestar, 11. Otros síntomas) a excepción del 6, el 9 y 11.

Acompañamiento a familiares para elaborar el duelo anticipado:
Desde el principio, tuvimos en cuenta la atención y acompañamiento a las familias de las/los pacientes, tanto las que participaron en el estudio como las que no lo hicieron, pero siguieron recibiendo Musicoterapia. El duelo anticipado es aquél que se produce antes de que se dé la pérdida, siendo la persona consciente de que tal pérdida va a tener lugar irremediablemente.

Durante el tiempo de desarrollo del estudio, el hospital nos facilitó un espacio para organizar las sesiones con las familias. Las sesiones se realizaron una vez por semana, y tuvieron una duración de 2 horas por sesión.

Este tipo de terapia grupal donde se trabaja el duelo anticipado, facilita la interconexión de unas personas con otras que están pasando por las mismas experiencias, o parecidas, (Nomen, L. 2007). Antes de comenzar cada sesión y también al terminar, se hacía una relajación guiada de entre 10 y 15 minutos con música en directo tocada por la Musicoterapeuta, con la finalidad de fomentar un ambiente tranquilo y cómodo, que facilitara la apertura emocional.

CONCLUSIONES:

1. La Musicoterapia tiene un efecto beneficioso sobre el estado de ánimo de pacientes ingresadas/os en la UPC
2. La Musicoterapia tiene un efecto beneficioso sobre el bienestar de pacientes ingresadas/os en la UPC
3. La Musicoterapia tiene un efecto beneficioso sobre el estado de ansiedad (nervios, intranquilidad) de pacientes ingresadas/os en la UPC
4. Tras la aplicación de la Musicoterapia, se ha visto un descenso en las puntuaciones Post-test (p<0,05) en los parámetros fisiológicos de: dolor, agotamiento, somnolencia, náuseas y apetito.

Impacto clínico y aplicabilidad de los resultados:
El mayor beneficio que aporta este proyecto de investigación es la mejora de los estados de ansiedad (intranquilidad, nerviosismo), desánimo y sensación de bienestar en general. Este beneficio puede extenderse a los **profesionales del sistema sanitario**, ya que fomenta el interés por otras terapias de apoyo, promueve un espíritu crítico y estimula la búsqueda de nuevas técnicas. La aplicabilidad de los resultados de la investigación se verían reforzados con el desarrollo de una investigación complementaria en otros centros hospitalarios.

Conclusiones de datos no cuantitativos:
Podemos concluir que los efectos beneficiosos de la Musicoterapia se tradujeron en que las/los pacientes –en la medida de sus posibilidades- fueron encontrando el medio por el cual **aceptar su situación**, ordenar su hoja de vida rescatando lo positivo para comprender su realidad presente, dar calidad de vida a los días, y lo más importante, **encontrar la paz** que, en realidad, ha sido el motor que puso en marcha este proyecto.

Acompañar es un acto reciproco, es un acto de amor. Ninguna persona debería morir sola.