



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA

TESINA

TÍTULO

**La musicoterapia como alternativa en el cuidado de enfermería
en personas hospitalizadas**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

Licenciada en Enfermería General

PRESENTA:

Arriaga Gallegos Janett

Número de cuenta:

418160503

DIRECTORA DEL TRABAJO:

M. E. María Aurora García Piña



Cd. Mx. Noviembre 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

ÍNDICE

<u>CAPÍTULO I</u>	7
<u>1.1 JUSTIFICACIÓN</u>	7
<u>1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</u>	9
<u>1.3 OBJETIVOS</u>	12
<u>CAPÍTULO II</u>	13
<u>MARCO TEÓRICO</u>	13
<u>2. 1. Enfermería-terapias alternativas y complementarias (musicoterapia)</u>	13
<u>2.2. Antecedentes históricos de la musicoterapia</u>	16
<u>2.3. Áreas de procesamiento musical (procesos fisiológicos y cognitivos)</u>	18
<u>2.4. ¿Dónde y cómo aplicar la musicoterapia?</u>	19
<u>2.5. ¿A quién es recomendable brindarle musicoterapia?</u>	24
<u>2.6. La musicoterapia cómo programa</u>	30
<u>2.7. ¿Qué tipo de música utilizar en la musicoterapia?</u>	31
<u>CAPÍTULO III</u>	33
<u>METODOLOGÍA</u>	33
<u>3.1. Análisis de la investigación documental</u>	37
<u>3.2. Desarrollo</u>	40
<u>3.3. Conclusiones</u>	43
<u>BIBLIOGRAFÍA</u>	45

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi familia, por su comprensión y apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

Agradezco a mis Maestros, quienes me han compartido su conocimiento y apoyo para llegar al punto en el que me encuentro.

Agradezco a mi asesora, por ser mi guía en la realización de este proyecto.

Agradezco a Dios por la vida
y por este paso en mi carrera profesional.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad se enfrenta una serie de adversidad que aquejan día con día la integridad y sobre toda la salud del ser humano, por lo tanto, los avances tecnológicos, los fármacos son esenciales pero el recurrir a terapias alternativas y complementarias es de gran ayuda para tener alternativas y complementos que puedan beneficiar a la salud y a la integridad de cada persona. Existen 1,800 terapias alternativas siendo la musicoterapia una de las terapia alternativas y complementarias más comunes y de fácil acceso para las personas, en el presente estudio se propone analizar fuentes documentales dirigidos al personal de salud por medio de un estudio documental con la finalidad de conocer las características principales de dicha terapia debido a que en los últimos años el NIC y el NOC, así como la NANDA ha implementado a la musicoterapia como parte de los cuidados de atención de enfermería.

Las enfermedades requieren de un tratamiento clínico-medico, por tanto, es importante mencionar que la musicoterapia es una terapia alternativa o complementaria, pero no se considera curativa ante ninguna enfermedad hasta la actualidad, sin embargo, la patología que mayor atención recibe en los programas de intervención a través de la musicoterapia es la salud mental donde se tratan síntomas como la ansiedad, el bienestar emocional, la depresión o el afrontamiento, le siguen patologías como la demencia y la calidad de vida tratando síntomas muy similares como la ansiedad, el bienestar, la autoestima o la fatiga y determinados aspectos de la función cognitiva, por último se encuentran las enfermedades cardiovasculares, neurológicas y estomatológicas tratando síntomas como la motricidad, la ansiedad o el estrés.

La musicoterapia tiene un vínculo con los sistemas de procesamiento emocional, cuestión que puede explicar la importancia en la terapia para afectaciones del estado de anímico del sujeto al que le implementa la terapia, se ha demostrado que la música compromete el cerebro siendo el hemisferio derecho el encargado de

organizar la estructura musical, sus intervalos, calidad y timbre armonioso de la misma, por su parte el hemisferio izquierdo se encarga de razonar el volumen y la letra musical (Montero Granados, 2015) es una terapia alternativa y complementaria que debido a los resultados de investigaciones cómo las que se analizan en la presente investigación se obtienen beneficios principalmente en enfermedades o afecciones a nivel cerebral en las que destacan el la demencia y el Alzheimer.

Aunque se recomienda que la musicoterapia sea implementada por un musicoterapeuta, a lo largo del análisis de la presente investigación se puede encontrar que el personal de enfermería puede implementar la musicoterapia, así como no solo las personas con padecimientos pueden tomar la musicoterapia para aliviar dolores o padecimientos, sino que también la musicoterapia es empleada con fines terapéuticos y paliativos, debido a que dentro de sus beneficios alivia el estrés, puede ser utilizada en personas independientemente su edad y la música se puede adaptar de acuerdo a sus necesidades, ya que a continuación el lector podrá encontrar información de las características principales para poder implementar la musicoterapia, así como la música adecuada para llevar a cabo la terapia y pueda ser efectiva, en qué momento, cómo, cuándo y dónde, e incluso a quiénes aplicarla.

Por otro lado, la musicoterapia facilita al personal de salud tener una relación y establecer un vínculo de confianza facilitando la intervención con el paciente, por lo tanto, es necesario que el personal de salud, sobre todo de enfermería tenga los conocimientos necesarios acerca de la musicoterapia para poder implementarla, de ahí la importancia de que el personal de enfermería de cada institución se encuentre a la vanguardia así como implemente la musicoterapia para incluso tener mejores resultados en el cuidado de los usuarios, logrando un cuidado integral y de la misma manera reportarla en sus anotaciones en la nota de enfermería, aunque falta analizar e investigar aspectos relacionados con el tema a profundidad es importante cada vez más que el personal de salud indague e implemente con mayor frecuencia las terapias alternativas y complementarias en el día a día de su cometido.

CAPÍTULO I

1.1 JUSTIFICACIÓN.

La investigación metodológica explica la razón y los motivos por los cuales se pretende realizar la presente investigación, debido a que las terapias alternativas y complementarias en la actualidad no son conocidas en su totalidad por el personal de salud, en especial por las y los enfermeros, quienes desconocen la existencia de las 1,800 terapias complementarias que se han identificado (Domínguez & Peinado, 2016), así como su clasificación y el impacto que pueden tener en el usuario, beneficio, prevención de algunas enfermedades, e incluso contribuir a que sea más amena la estancia hospitalaria.

El personal de enfermería se ha caracterizado por improvisar en algunas ocasiones al momento de implementar sus cuidados, así como poner solución a las adversidades que se le presentan, sin embargo, en la praxis se han implementado las terapias alternativas y complementarias, pero no se les otorga dicho nombre, ya que son un conjunto de actuaciones destinadas a resolver un problema de salud de un usuario que no forma parte de la medicina convencional o tradicional, el enfoque que pretende se basa en el ser humano integral y actúa sobre el usuario y no sobre la enfermedad (Domínguez & Peinado, 2016), por lo tanto, se puede aplicar independientemente del padecimiento del sujeto.

Las unidades hospitalarias como ya se sabe se brinda servicio las 24 horas, los 365 días del año y el personal de salud atiende a los usuarios tanto sanos como enfermos, en algunas circunstancias es necesario basarse, no solo en la medicina tradicional, hay que considerar la medicina alternativa y/o basarse en varias ciencias para brindar la atención necesaria con el único objetivo de aliviar un dolor o lograr la homeostasis (equilibrio) que el cuerpo humano necesita sanar al mismo, es por ello que las terapias alternativas o complementarias, como su nombre lo dice son una alternativa o un complemento al tratamiento del sujeto, debido a que la medicina tradicional en algunas ocasiones como única opción no es suficiente, sin embargo, es necesario que cada vez más el personal de sector salud se interese y se capacite

respecto a dichos temas, sean utilizados en la praxis para que exista un cambio significativo.

Cada una de las 1,800 terapias alternativas y complementarias que se han identificado hasta la actualidad a inducido un interés creciente debido a que consideran al sujeto en su totalidad; en lo físico, lo emocional, lo mental y lo espiritual, con el objetivo de traer la armonía o el equilibrio al interior del sujeto, por tanto, es importante desglosar la importancia y la eficacia de cada una de las terapias teniendo en cuenta la eficacia, las características, los aspectos, la forma de implementación, el proceso, es decir, la base sólida para la práctica de la misma y pueda ser aplicada de una forma adecuada al sujeto e incluso al mismo personal de salud sí así lo requiere, como lo es el caso del presente proyecto de investigación en el que se desglosa la musicoterapia y beneficios, así como la aplicación de la misma por parte del personal de enfermería.

Aunque la medicina convencional tenga avances con el paso del tiempo la medicina alternativa, así como las terapias alternativas, es decir, los que conlleve la palabra “alternativo”, siempre será una opción, ya que no proveerá una invasión farmacéutica y puede favorecer el bienestar, siendo un tema de impacto, tal es el caso de la musicoterapia, ya que es una terapia que utiliza música para mejorar el estado de salud y bienestar del usuario, estimular la mente. Este tipo de terapia es efectiva para tratar ciertos trastornos o mejorar la calidad de vida de los usuarios (García, 2015). Además de poder crear buena comunicación, empatía e interacción, un vínculo entre enfermera(o)-usuario(a), por consecuente confianza y empatía. La música es pura emoción y pasión, la gente la utiliza para expresar sentimientos, es por ello, que tiene beneficios cognitivos físicos y psicosociales (Canal Sénior, 2021).

Teniendo en cuenta la necesidad de brindar un cuidado integral por parte del personal de enfermería y del equipo de salud se aconseja promover las terapias alternativas y complementarias como una herramienta del cuidado para ofrecer la oportunidad de demostrar su interés con un enfoque holístico de la salud, la musicoterapia como una de las terapias alternativas que puede ser una de las más utilizadas por el personal de enfermería y aplicada en personas de casi todas las

edades, así como son numerosos los beneficios de la misma y puede implementarse en cualquier área del hospital, ya que se puede utilizar algún dispositivo portátil para su implementación. Por otro lado, el presente proyecto de investigación puede brindar una propuesta de investigación.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Enfermería es una profesión que siempre se ha preocupado y encargado del cuidado de las personas, este debe ser integral, individualizado, humano, sensible, bajo las necesidades de cada persona y de acuerdo a sus necesidades, en especial cuando se trata de personas vulnerables, tales como usuarios pediátricos o geriátricos, los cuales por su edad les cuesta expresar sus necesidades, es necesario promover el respeto por los derechos de las sujetos y lograr la humanización de todo el equipo de salud sin dejar de lado el conocimiento, el uso de la tecnología y los avances que hoy en día existen.

Para Jean Watson 1979, el cuidado debía adquirir una dimensión profunda que va más allá de una simple técnica, es decir, de planificar una atención, de recibir un turno, o de una educación rutinaria día a día, sino que es más que ello; recordar que es un ser humano, que tiene sentimientos y brindarle un trato digno (encolombia, 2017). Es por ello que la hospitalización es un acontecimiento estresante, así como cualquier otro procedimiento relacionado con la salud por más sencillo que parezca puede producir incomodidad en el usuario, ya que el sujeto presenta una serie de alteraciones cognitivas, emocionales y conductuales, sobre todos en los usuarios pediátricos puede ser más intensificado, debido a que algunas ocasiones es necesario separar a los pequeños de sus padres y el personal de enfermería puede verse como figura maternal o paternal.

Sin embargo, las terapias médicas tradicionales no responden para cubrir todas las dimensiones de los sujetos, por lo cual surge la necesidad de implementar las terapias alternativas o complementarias paralelas con lo asistencial que producen grandes beneficios, por lo tanto, la problemática principal que invade al personal de enfermería es la falta de información teórica ante las terapias alternativas y

complementarias, debido a que la mayoría de las veces el conocimiento es empírico y no se les permite implementarlas, por dicho motivo no cuentan con las herramientas necesarias para compartir el conocimiento o capacitar a sus compañeros con los que conviven en su jornada laboral.

En el caso de la musicoterapia, esta terapia ha sido implementada por el personal de enfermería en su praxis por conocimiento teórico, en algunas ocasiones empíricamente y en algunas otras quizás sin pensarlo, sin embargo, es aplicada en varias áreas del hospital, por ejemplo, el personal tiende a escuchar música mientras está en un procedimiento quirúrgico e incluso se puede utilizar dicha terapia con los usuarios que se encuentran en la unidad de cuidados intensivos, pero en otras ocasiones el personal de enfermería principalmente, e incluso el personal del sector salud en general utiliza la música para su propio beneficio sin considerar los gustos de las personas.

La musicoterapia puede tener un enorme impacto en las personas que se someten a este método terapéutico, puesto que la influencia de la música se le adjudica la capacidad de curar el cuerpo, calmar la mente y purificar el alma, por lo tanto, la musicoterapia es una herramienta primordial para optimizar, maximizar y potenciar en los sujetos conductas proactivas tanto a nivel intrapersonal como interpersonal y los efectos que genera dicha técnica terapéutica en los receptores pueden ser no calculables (Canal Sénior, 2021); es necesario establecer de forma clara y concreta los aspectos, métodos y principios que se deben de tomar en cuenta para la aplicación de la musicoterapia, así como el personal de enfermería debe de implementarla de una forma correcta basándose en manuales estipulados, o bien creando su propio contenido.

Existen terapias alternativas y complementarias que se encuentran en los manuales NIC y NOC de enfermería, pero el personal de enfermería no los utiliza, o al menos no en su mayoría, o no son mencionados en las notas de enfermería, la musicoterapia encabeza los primeros lugares de la lista en dichos manuales, debido a que se preocupa el personal de enfermería por describir más los cuidados de enfermería que tengan relación con el diagnóstico que eligieron al principio de la

nota o al cumplimiento del objetivo, pero no brindan la importancia adecuada a una terapia alternativa, a través de este recorrido sobre el análisis de la musicoterapia se puede describir que las habilidades y destrezas, así como la aplicación de la misma e incluso identificar los métodos de esta técnica terapéutica.

Las terapias complementarias y alternativas brindan al personal de enfermería la oportunidad de demostrar el interés por la atención integral de la salud, el cual es objetivo principal de todo personal sanitario, de ahí la importancia de la implementación de otros métodos; debido a que el personal de enfermería puede realizar los cuidados necesarios y específicos cubriendo las necesidades de cada uno de los pacientes que tiene a su cuidado e integrar alguna terapia alternativa, en el caso de este proyecto, la musicoterapia como terapia complementaria y alternativa para lograr el cuidado integral y lograr un resultado favorable ante el mejoramiento de la salud e incluso a mejorar el estado de ánimo del usuario.

La musicoterapia ha sido empleada como una alternativa para reducir la ansiedad y se ha utilizado en distintos campos como la psicología, la medicina y la odontología. Esta no solo induce resultados afectivos en el paciente, sino que además actúa directamente sobre el sistema nervioso simpático disminuyendo su actividad; como resultado de lo cual el paciente no solo experimenta beneficios psicológicos sino también fisiológicos, como la disminución de la presión arterial, disminución de la frecuencia cardíaca y respiratoria (M. & J., 2017). Sin embargo, es preciso señalar que no cualquier tipo de música puede inducir esta respuesta en el sistema nervioso simpático, el hecho de que no cualquier música pueda inducir una respuesta en el sistema nervioso nos puede dar a entender que como no toda la música puede ser terapéutica, la pregunta fundamental para esta aplicación sería ¿Cómo elegir la música que es terapéutica para determinado paciente?

Pero, ¿Cómo actúa la musicoterapia como método de intervención terapéutica en personas hospitalizadas?, ¿Qué beneficios se obtienen a través de la musicoterapia en los usuarios?, ¿Cuál es su efectividad?, Y ¿cómo debe implementarla el personal de enfermería en las personas hospitalizadas?

1.3 OBJETIVOS

Objetivo general

- Analizar la terapia complementaria y alternativa de la musicoterapia como método de intervención en las personas hospitalizadas por medio de un enfoque documental con un fundamento teórico.

Objetivos específicos

- Describir las características principales de la musicoterapia.
- Explicar los beneficios y la efectividad de la musicoterapia.
- Identificar el tipo de música terapéutica para determinado paciente.
- Determinar a la musicoterapia como parte de las intervenciones de enfermería y describir cómo se debe redactar en la nota de enfermería para ser justificada dentro de las actividades del personal de enfermería.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2. 1. Enfermería-terapias alternativas y complementarias (musicoterapia)

La enfermería como parte integral del sistema de atención de salud, la cual abarca desde la promoción de la misma, la prevención, principalmente, se enfoca en los cuidados, sin embargo, entender al sujeto y su proceso lleva asociado el saber escuchar y percibir cómo el sujeto enfermo es más que un conjunto de signos y síntomas, es decir, que juega un papel, un entorno y que a su vez es un agente que influye y que deja influir por diferentes estrategias en el proceso de salud— enfermedad. Actualmente, enfermería se basa para la atención de los usuarios bajo las 14 necesidades según el modelo de Virginia Henderson (De las Nieves & Amezcua, 2021).

Por tanto, en ocasiones los usuarios y familiares adoptan comportamientos basados en creencias, destinados a cubrir necesidades y problemas de salud que la medicina no puede llegar a solucionar, ante dicha situación cuesta reconocer que es necesario conocer, así como coadyubarse de ciencias, terapias alternativas y complementarias. Algunas de las intervenciones que se consideran como terapias alternativas y complementarias tales como: los masajes, la fisioterapia y la aromaterapia ya formaban parte de los cuidados de enfermería en sus inicios. Otras terapias, tales como el masaje o la reflexoterapia; psicológicas, como la distracción o la visualización; otras encaminadas a proporcionar bienestar espiritual se encuentran en los manuales del NIC (NIH, 2020). Es por ello que las terapias es un complemento para brindar un cuidado de calidad a los usuarios y coadyuvar a la medicina tradicional, con la finalidad de brindar un cuidado integral al sujeto.

Es importante recordar que las terapias alternativas complementarias, así como su utilización constante puede ejercer bienestar del propio cuidador, ya que un proyecto de investigación holístico, “el paradigma holístico de la enfermería” (Mijangos, 2014), relata que el autocuidado y los comportamientos promotores de

la salud en el personal de enfermería, así como la espiritualidad, la relación intrapersonal y la objetividad aumentaba de una manera considerable y reconfortarle con la aplicación del holismo, ante las terapias complementarias en algunas el holismo es aplicable, ya que se utilizan terapias de relajación y se maneja mente y cuerpo, desde una perspectiva distinta a como lo observa la medicina tradicional.

En la actualidad, cada vez es más frecuente que se recurra a dichas terapias con el único fin de mejorar la salud o de buscar otras alternativas de bienestar, incluso menos invasivas, o bien, con la esperanza de no consumir tantas pastillas con lo dicen a sus términos convencionales, por otro lado, el personal de enfermería no posee demasiada información al respecto, quizás por el hecho de las connotaciones que conllevan a un bajo nivel cultural, condenando a sus usuarios al no usar estas herramientas por el total desconocimiento de las mismas, a pesar de que dichas prácticas se encuentren avaladas por estudios científicos, ya sea por los manuales del NIC, como se menciona con anterioridad, algunos otros avalados como lo son la acupuntura, el reiki, la yoga, entre otros (De las Nieves & Amezcua, 2021).

Por otro lado, existen retos al momento de indagar e investigar las terapias alternativas y complementarias en enfermería debido a que existen alrededor de 1800 terapias y en particular puede consistir en un número de sistemas que incluyen un amplio campo de tratamientos, así como se debe de valorar y tomar en cuenta para que tipo de usuarios y en qué momentos se debe de aplicar, ya que se encuentran diversos estudios que tratan sobre la eficacia de enfermedades crónicas, un ejemplo de ello es la acupuntura, terapia que fue reconocida por la OMS desde 1979 como efectiva para el tratamiento de 50 enfermedades y desórdenes, para lo que existen evidencias empíricas y científicas (Revista Médica, 2020), existen guías para el diseño y evaluación de intervenciones que resaltan los roles de métodos cuantitativos y cualitativos de las intervenciones de enfermería en las terapias alternativas y complementarias, así como su enfoque.

Las terapias alternativas y complementarias son utilizadas por lo general para aliviar o curar padecimientos, sin embargo, se pueden prevenir enfermedades, se pueden

implementar en las personas que no se encuentran hospitalizadas, por ejemplo, el yoga y terapia reiki son terapias de relajación, permiten mejorar la confianza, reducir el estrés, mejorar la coordinación, mejorar la concentración, ayudar a dormir, entre otros. Sin embargo, la musicoterapia es una de las practicas que se encuentra dentro de las técnicas sobre la mente y el cuerpo, debido a que se basa en la interacción cerebro-mente-comportamiento-cuerpo, así como usa la mente para afectar las funciones físicas y promover la salud (NIH, 2020). Por tanto, es una disciplina que combina la música y la terapia para ayudar a las personas a que tengan una mejor salud mental y un bienestar físico, es efectiva tanto en su aplicación individual y grupal.

El musicoterapeuta en el proceso puede facilitar y promover la comunicación, relación, aprendizaje, movilización, expresión, organización y otros objetivos terapéuticos relevantes con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas (Canal Sénior, 2021), debido que la musicoterapia tiene como objetivo desarrollar el potencial y/o reparar funciones del individuo para que así pueda alcanzar la integración inter e intrapersonal y consecuentemente alcanzar una mejora de la vida a través de la prevención, rehabilitación y el tratamiento. Así como forma parte de la medicina tradicional y está reconocida como terapia complementaria por la OMS como herramienta rehabilitadora de la salud física y emocional.

Ahora bien, la musicoterapia puede ser de carácter preventivo, es decir, educando previamente a la aparición de alguna problemática; desde una perspectiva psicosocial se puede definir a la musicoterapia preventiva como una disciplina que utiliza como herramientas de abordaje el cuerpo, la voz, el movimiento y los objetos sonoros y la música editada, con el objetivo de contribuir en la promoción y prevención de la salud; y en caso de enfermedad contribuir en la rehabilitación y/o tratamientos del estado físico y psicológico (Guevara Parra, 2009), la existencia del ritmo de la música induce a la cooperación de la persona y se puede adaptar para funcionar como un solo organismo haciendo que la música sirva como terapia de carácter psicosocial que enseñe a los participantes habilidades necesarias como lo

es la cooperación y el placer de la misma cumpliendo su cometido, siendo ejemplificado, para comprender las palabras de Guevara.

Los ámbitos de aplicación de la musicoterapia son muy amplios, por esa razón es inevitable que dependiendo en qué lugar este tipo de terapia tenga lugar, se describa como una práctica terapéutica artística, científica, musical, psicológica, conductual, psicoterapéutica, complementaria, alternativa, rehabilitadora, paliativa, etcétera. Se deben tomar en cuenta al usar la música, así como escoger adecuadamente el tipo de música en su función terapéutica, las respuestas que dependerán de la posición ontológica y epistemológica de los investigadores y clínicos, siendo la terapia alternativa una de las más aceptadas en el área clínica por parte de los usuarios y por parte del personal sanitario, ya que cualquier persona cuenta con los medios necesarios para implementarla.

La utilización de la musicoterapia como estrategia complementaria en la terapia por parte del personal de enfermería, ha sido investigada desde múltiples ámbitos, certificando su eficacia en diversas sintomatologías de enfermedades tanto físicas como mentales, logrando un mejoramiento en el bienestar físico y emocional de los sujetos y contribuyendo a una mejor calidad de vida, cabe destacar algunos aspectos fundamentales, que permitirán una comprensión más amplia de la investigación.

2.2. Antecedentes históricos de la musicoterapia.

Platón y Aristóteles forman parte de la historia de la musicoterapia, ya que han sido testigos de los efectos de la música, se considera que pueden haber sido los que impulsaron a los musicoterapeutas. Aristóteles aseguraba los beneficios médicos de la música, como una manera de liberarse de las emociones que le causaban malestar; era su forma de desahogarse. Platón se deleitaba en la música en momento de inestabilidad, causada por estímulos no agradables para su persona, de esta manera encontraba congruencias y serenidad consigo mismo. En el año 1489 Marsilio Ficino y sus discípulos, se hicieron presente, al haber sido considerados constructores de la teoría más explícita y atrevida sobre los efectos

causados por la música, a través de su diversa ejecución, al unificar la filosofía, la medicina, la música, la magia y la astrología (Calle Albet, 2017). Ficino presentó, que coordinadamente cada elemento de la música causaba efectos diferentes en el ser humano, lograba equilibrar las emociones y pensamientos de las diferentes melodías.

Con relación a la historia de la musicoterapia fue Thaut quién (2015) afirma que las bases teóricas de la medicina alternativa se establecieron a finales del siglo XIX y a principios del XX, dicho acontecimiento permitió que las actividades musicales sean reconocidas como un estilo de ciencia blanda y en la actualidad sea considerada una genuina herramienta terapéutica con grandes beneficios a nivel cortical, refiere que la música apareció principalmente en tierras de oriente y occidente, no obstante, otros autores manifiestan que las culturas egipcias, sumerias y orientales fueron las pioneras en utilizar las actividades acústicas en sus postulados médicos para tratar diferentes afecciones mentales, la psiquiatría apostó a la música como una de las bases esenciales para alcanzar la activación del cerebro lesionado, técnica distractora de manías y la falta de atención de las personas (Calle Albet, 2017), lo que la hace parte de la neurociencia.

Debido a que la música influye a nivel cerebral, la evidencia científica demuestra que la musicoterapia ayuda a generar el control sobre nosotros mismos, incrementando la autoestima y equilibrando nuestro bienestar emocional, para gestionar con eficacia nuestros sentimientos y emociones, ya que existen dos tipos de técnicas de musicoterapia: la activa y la pasiva-receptiva. Estas se diferencian en el nivel de actividad que requieren por parte del participante. En la pasiva, la persona escucha la música de forma inactiva, mientras que en la activa se complementa con movimientos, relajación física, cantar, tocar instrumentos, etc. para promover/facilitar una mayor implicación del participante (López, 2012). Sin embargo, en México surge “El Modelo de Musicoterapia Humanista” en 1983, gracias al Dr. Víctor Muñoz Pólit y a las aportaciones de un sinnúmero de personas.

2.3. Áreas de procesamiento musical (procesos fisiológicos y cognitivos).

Profundizar en las estructuras involucradas en el procesamiento musical es importante porque poder tomar una buena elección de melodías para poder implementar la terapia de una manera adecuada, así como comprender la misma y el vínculo con los sistemas de procesamiento emocional, cuestión que puede explicar la importancia en la terapia para afectaciones del estado de ánimo del sujeto al que le implementa la terapia, se ha demostrado que la música compromete el cerebro siendo el hemisferio derecho el encargado de organizar la estructura musical, sus intervalos, calidad y timbre armonioso de la misma, por su parte el hemisferio izquierdo se encarga de razonar el volumen y la letra musical (Montero Granados, 2015), es importante destacar que al escuchar música se aumenta el flujo sanguíneo en el lóbulo temporal y occipital derecho, estimulando el área de Broca, el sistema límbico es trascendental en el desempeño de la percepción de emociones y tiene un papel significativo en la manifestación e impacto al percibir el sonido musical.

El efecto de la música ha sido investigado a nivel neuroquímico, obteniendo como hallazgo importante la activación o supresión de sustancias en el cuerpo; al escuchar melodías agradables se puede activar sustancias químicas en el sistema nervioso central (SNC) estimulándose la producción de neurotransmisores como la dopamina, las endorfinas y la oxitocina, experimentándose un estado que favorece la alegría y el optimismo en general (Mosquera, 2013), es por ello que el grado de la activación cerebral mediante determinadas tonalidades musicales puede llegar a tener importantes repercusiones a nivel del sistema inmunológico y hormonal, estos hallazgos justifican la aplicación de la música en diversas terapias en el ámbito clínico lo que abre la puerta como alternativa y complemento a tratamiento a la medicina convencional.

Sin embargo, un estudio realizado por el Lic. Peraza y el Dr. Zaldívar, basados en la importancia que reviste el tratamiento a la hipertensión arterial y el estrés a través de los factores psicológicos que inciden en su aparición, en el que tiene un papel

importante el estrés, y en las potencialidades terapéuticas de la música fundamentadas en sus efectos fisiológicos y psicológicos, principalmente asociados a las emociones, se decidió aplicarles un programa de musicoterapia a un grupo de pacientes hipertensos esenciales vulnerables al estrés con el objetivo de disminuir sus vulnerabilidades mediante una disminución de los estados de ánimos ansiosos y depresivos y comprobar el efecto del tratamiento sobre la enfermedad (Pereza & Zaldívar, 2013), justificando los antecedentes a nivel neuroquímico antes mencionados.

Un análisis realizado por Romero desde su perspectiva cognitiva analiza que la música brinda las experiencias sensoriales que permiten a los niños desarrollar el aspecto cognitivo, psicomotor, lenguaje, social y emocional. Para obtener estos beneficios es necesario que la experiencia del niño con la música sea de forma lúdica y constante (Romero, 2017), por lo tanto, es importante que la musicoterapia se implemente desde una edad temprana para obtener grandes beneficios, no importa la edad de la persona para poder implementar la musicoterapia, ya que puede ser aplicada dentro o fuera de una unidad hospitalaria y sin importar la edad se puede obtener un resultado positivo en la mayoría de los casos.

2.4. ¿Dónde y cómo aplicar la musicoterapia?

En la actualidad, la investigación sobre dicha terapia alternativa y complementaria se realiza con todas las edades, en algunos casos hasta en mujeres embarazadas, y en enfermedades, como lo son: Alzheimer, Parkinson, traumatismo de cráneo, autismo, demencia, enfermos psiquiátricos, niños con problemas de conducta, personas con SIDA, entre otras (Zárate & Díaz, 2001). Sin embargo, personas con epilepsia o que se encuentran en estado vegetativo también podrían beneficiarse de la musicoterapia, favoreciendo la capacidad para regular el sistema dopaminérgico en el primer caso y reduciendo la tensión arterial en el segundo. Además, un estudio llevado a cabo en niños y adultos con epilepsia demostró que con la música se consiguió reducir un 24% la actividad de la enfermedad (D.Alonso, Musicoterapia, 2011).

Algunos centros psicológicos y hospitales ya cuentan en la actualidad con unidades específicas en las que se desarrolla este tipo de terapia. En ellos, a través de la música, se trabaja con los pacientes para conseguir, por ejemplo, mejorar las habilidades comunicativas en el caso de niños con autismo o incrementar la coordinación y reforzar la memoria y la autoestima en el caso de que presenten daños cerebrales (D.Alonso, Musicoterapia, 2016). Cuando se realizan sesiones con la intención de disminuir los niveles de estrés y de ansiedad o para superar problemas psicológicos, se trabaja con las personas su capacidad de expresar sensaciones y emociones mediante la música. A pesar de que no hay un precio estándar para este tipo de terapia. Es importante, mencionar que para llevar a cabo la intervención se requiere de profesionales entrenados, no solo en el concepto musical, sino también tienen que poseer conocimientos amplios en anatomía, psicología, fisiología y técnicas de investigación entre otras.

El profesional que realice la terapia alternativa o complementaria debe de tener los conocimientos necesarios debido a que las investigaciones realizadas en el ámbito nacional e internacional describen la importancia de hacer uso de los cuatro métodos musico terapéuticos para el fomento de las habilidades en los niño, disminuir el estrés, o bien, llegar a los beneficios que provee la musicoterapia, por esta razón este apartado describe los métodos, sus usos y aplicaciones, a ello sumando la apropiación de los conceptos de música en musicoterapia y a la concepción de salud.

Uno de los métodos que se implementa es el de la improvisación, se centra en la creación de música por parte del usuario al cantar o tocar un instrumento, creando espontáneamente la melodía, el ritmo, la canción o la pieza instrumental y su objetivo principal es establecer un canal no verbal de comunicación y un puente hacia la comunicación verbal, proveer un medio satisfactorio de autoexpresión y conformación de identidad, explorar varios aspectos del “yo” en relación con los otros, desarrollar la habilidad para la intimidad interpersonal, desarrollar habilidades grupales, desarrollar la creatividad, la libertad expresiva, la espontaneidad y el sentido de juego con diversos grados de estructura, estimular y desarrollar los

sentidos y desarrollar las capacidades perceptuales y cognitivas (Kenneth, 2007, pág. 98).

Otro método es el de composición, en el cual se necesita de la ayuda del terapeuta debido a que ayuda al participante a escribir canciones, o crear algún tipo de producto musical como videos musicales o grabaciones en audio, con el objetivo de desarrollar habilidades para la resolución creativa de problemas, fomentar la autorresponsabilidad, desarrollar habilidades para documentar y comunicar experiencias interiores, promover la exploración de temas terapéuticos a través de las letras (Kenneth, 2007, pág. 103). En el método recreativo como aquellas experiencias donde el participante aprende o ejecuta música vocal o instrumental compuesta previamente con el objetivo de desarrollar habilidades sensomotoras, estimular el comportamiento adaptativo y ordenado, mejorar la atención y la orientación en la realidad, desarrollar habilidades memorísticas, promover la identificación y la empatía con los demás, desarrollar habilidades para interpretar, comunicar ideas y sentimientos (Kenneth, 2007, pág. 101), en algunas ocasiones ayuda a mejorar la conducta.

Finalmente, el método receptivo incluye las experiencias donde los participantes escuchan música y sus respuestas a la misma, pueden variar desde el silencio, o la utilización de la palabra o alguna otra forma, los objetivos terapéuticos de utilizar este método se enfocan en promover la receptividad, evocar reacciones corporales específicas, estimular o relajar a la persona, desarrollar habilidades motoras y auditivas, evocar estados y experiencias afectivos, explorar las ideas y los pensamientos de los demás, estimular la memoria, la reminiscencia y la regresión, estimular la imaginación y la fantasía, conectar al participante con una comunidad o grupo sociocultural y estimular experiencias cumbre y espirituales (Kenneth, 2007, pág. 102).

La musicoterapia como terapia alternativa direcciona a la intervención del reconocimiento de las etapas y el personal de enfermería debe de saber cómo y dónde aplicarla, particularmente utilizar el método o el tipo de musicoterapia de acuerdo al grupo de edad de los usuarios que atiende con el fin de fundamentar la

intervención en los aspectos teóricos relevantes cumpliendo con los objetivos de cada método que menciona Kenneth, así como identificar el contexto de su propia historia personal a través de la música entre otros aspectos que en algunas ocasiones puede ser relevante para el personal de salud, ya que se establece una comunicación que puede costar trabajo entablar de forma directa con las personas.

En el ámbito hospitalario la musicoterapia se brinda atención para asistir, contener y acompañar a los pacientes que necesitan realizar tratamientos médicos, clínicos o quirúrgicos, ambulatorios o de internación, aporta una escucha original interviniendo con una metodología de trabajo particular a partir de material sonoro-musical, musicoterapeuta contribuye a fortalecer esa relación de confianza y permite al paciente escuchar y aceptar voluntariamente las indicaciones médicas, sabiendo que se basan en los conocimientos, la experiencia y el compromiso del profesional para realizar el mejor tratamiento posible. Por lo tanto, en tratamientos clínicos y quirúrgicos, el acompañamiento de la musicoterapeuta colabora en el afianzamiento de la relación médico-profesional, así como en la disminución de los niveles de estrés, angustia, ansiedad, miedo y dolor, que suelen representar un obstáculo en la ejecución de la intervención médica (Morales. M, 2013). Por esta razón, en la actualidad la musicoterapia tiende a utilizarse sobre todo en quirófano gracias a que facilita las condiciones de intervención para el personal de salud.

Sin embargo, una sesión de musicoterapia puede llevarse a cabo siguiendo ocho pasos, los cuales son los siguientes (S.Mercedes, 2017):

1. Es necesario estudiar que es necesario realizar en la práctica de la musicoterapia, es decir, elegir cual método es el adecuado para el sujeto, basado en sus necesidades, si es menor debe ser acompañado por los padres o tutor, se debe establecer un lazo que ayudará el trabajo del terapeuta.
2. Se debe decidir si las sesiones se realizarán de forma individual o colectiva, esto dependerá de la necesidad que tenga el usuario.
3. La música como método para sentirse mejor, como herramienta como herramienta cotidiana: este es el objetivo que el musicoterapeuta debe

conseguir en sus secciones. La sala debe ser amplia, acogedora, limpia, de colores claros que inciten a crear un ambiente donde el sujeto se sienta relajado y decorada con instrumentos musicales. En el caso del hospital, el personal puede acondicionar la sala donde el usuario se sienta cómodo.

4. Ejercicios muy prácticos son los basados en la improvisación, mediante la cual el paciente junto al resto del grupo toca un instrumento. No es necesario que sepan música, simplemente dejarse llevar.
5. En el caso de los niños, es necesario incitarlos a la creación de instrumentos musicales, ya que es una actividad que les permitirá relajarse, en el caso de los adultos, plantear una actividad que les permita conocer más afondo el ámbito de la música,
6. Utilizar movimientos improvisados en la sala al escuchar la música, ya que esta técnica ayuda a fortalecer el cuerpo e incluso a entrar en contacto con otros sujetos.
7. Cantar y tocar instrumentos de forma improvisada, pero en armonía con el resto del grupo, es otro de los ejercicios más usados en musicoterapia. E incluso se puede hacer solo entre el paciente y el terapeuta.
8. La relajación, respiración y poner la mente en blanco acompañados de música, es otra actividad que se usa mucho con la intención de fomentar una buena forma de respirar, tranquilidad y la concentración.

A través de las anteriores consideraciones se puede comprender como la música puede ser utilizada y aplicada para el estudio y abordaje de los seres humanos, es decir, que la música puede contribuir en distintas índoles, así como puede inducir a la tristeza como la alegría, la furia u la serenidad, la violencia y la paz, etc. Pero puede ser utilizada para fomentar habilidades, tranquilidad, concentración, disminuir el estrés, regular el ritmo cardiaco e incluso para el bienestar psicológico o para aliviar un dolor, para ello es necesario tener un conocimiento musical avanzado, por esta razón es que el personal de enfermería debe de capacitarse día con día y conocer de las terapias complementaria y alternativas, en este caso de saber dónde y cómo aplicar la musicoterapia.

2.5. ¿A quién es recomendable brindarle musicoterapia?

Las enfermedades requieren de un tratamiento clínico-medico, por tanto, es importante mencionar que la musicoterapia es una terapia alternativa o complementaria, pero no se considera curativa ante ninguna enfermedad hasta la actualidad, sin embargo, la patología que mayor atención recibe en los programas de intervención a través de la musicoterapia es la salud mental donde se tratan síntomas como la ansiedad, el bienestar emocional, la depresión o el afrontamiento, le siguen patologías como la demencia y la calidad de vida tratando síntomas muy similares como la ansiedad, el bienestar, la autoestima o la fatiga y determinados aspectos de la función cognitiva, por último se encuentran las enfermedades cardiovasculares, neurológicas y estomatológicas tratando síntomas como la motricidad, la ansiedad o el estrés.

Por lo tanto, la musicoterapia es recomendable que se brinde de acuerdo a las necesidades de cada sujeto, de ahí que es nombrada como terapia alternativa o complementaria, en el caso de ser utilizada en el ámbito clínico y de acuerdo a la clasificación de las intervenciones de enfermería (NIC) contiene desde su primera edición de 1992 la intervención de terapia musical (4400), actualmente musicoterapia, entendida como la utilización de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos y cambios fisiológicos (Butcher, Bulechek, Dochterman, & Wagner, 2018), actúa sobre el organismo positivamente o negativamente según el tipo de música que se implemente en dicha terapia. De acuerdo a lo descrito con anterioridad, es importante que el personal de enfermería conozca a qué sujetos en particular puede aplicar la musicoterapia como intervención de enfermería, a continuación, se determinan los casos en los que es necesario que se aplique la musicoterapia.

- En la depresión:

Se encuentran en su mayoría estados del arte que comprenden proyectos investigativos basados en un enfoque cuantitativo, en los cuales se encuentra que los estados depresivos frecuentemente observados en los sujetos mejoran a partir

de implementar la musicoterapia, así como es necesario utilizar la escala de depresión de Calgary para la Esquizofrenia (Shiou-Fang, 2013), sin embargo, tales informes documentales puntualizan que los grupos de sujetos experimentales sometidos a la musicoterapia consiguen un estado de relajación y logran mejorar su depresión.

- En la esfera emocional y afecciones en las relaciones sociales:

De los artículos analizados la enfermera Shirley, icono de la enfermería en salud mental y fundadora de la Asociación Americana de Enfermeras Psiquiátricas, realizó una entrevista a un sujeto con esquizofrenia, en el cual el paciente expone que cuando la esquizofrenia estaba ocupando su tiempo, no le permitía desarrollar habilidades sociales; mediante la música puede combatir los pensamientos intrusivos (Smoyak, 2022), por tanto, este artículo manifiesta cómo cantar y tocar la guitarra, siendo actividades de dicha terapia complementaria ayudan a desarrollar y mejorar las habilidades sociales y emocionales, así como los autores recomiendan su utilización en sujetos con esquizofrenia.

- Afecciones en el área cognitiva:

Es necesario que la terapia sea aplicada a los sujetos que presenten afecciones en el área cognitiva debido a que artículos elaborados como el de Mónica García, apunta al hecho de que la musicoterapia produce efectos positivos a nivel fisiológico e inmunológico (García R, 2017), así como en las funciones cognitivas al mejorar la percepción y la concentración de los sujetos que se someten a la misma.

- Síntomas y padecimientos psiquiátricos y la calidad de vida:

En la mayoría de los estudios relacionados a la implementación de la musicoterapia como alternativa y/o uso de la misma en trastornos mentales se muestra su utilización debido a que como se ha mencionado con anterioridad ayuda a mejorar funciones cognitivas y de percepción, por lo tanto, controla síntomas psicóticos, tal como lo explica Park (Park, 2012), quién en su estudio corrobora los efectos positivos de la musicoterapia en los síntomas psiquiátricos y la calidad de vida, es por ello que demuestra la eficacia de su aplicación y recomienda que se utilice la misma en sujetos que presenten dicha patología. Por otro lado, un trabajo Place

publicado en la revista de Nursing Times indica que el personal de enfermería debe utilizar la musicoterapia en su trabajo diario en los pacientes que presentan alucinaciones auditivas y sostiene que la musicoterapia es una técnica sencilla y eficaz para controlar estas alucinaciones y reducir la angustia que producen.

- Ansiedad:

En los sujetos que sufren ansiedad Eulalia demuestra la eficacia de la musicoterapia en su estudio como la intervención enfermera para reducir la ansiedad en personas que padecen sobre todo esquizofrenia, aunque no descarta la posibilidad de utilizarla en sujetos que sufren estrés laboral sin ser diagnosticados como ansiolíticos (Gonzalez, 2010).

- Afecciones en el patrón de sueño y descanso:

En la mayoría de los casos, es recurrente que los pacientes hospitalizados padezcan afecciones en el patrón del sueño a parte de sus enfermedades debido a que se puede dificultar tener un buen descanso por diversos factores, es por ello que Cabello y sus compañeros concluyen empíricamente la implantación de talleres de musicoterapia como alternativa llevados a cabo por los profesionales y especialistas en salud mental con la finalidad de implementar la misma y solucionar la problemática mejorando el patrón del sueño y obtener un mejor descanso (Cabello, Cabello, & Quinta, 2014). Además, existen otras patologías escasamente tratadas como la agenesia del cuerpo calloso, la fibromialgia, o las patologías nefrológicas donde se tratan síntomas diferentes como la resistencia al dolor, autoestima, depresión, la motricidad o la inclusión social, entre otras.

Otros autores concluyen que el uso de la a creatividad y libertad musical son un factor clave en la reducción de la ansiedad, así como facilita las interacciones sociales, por lo tanto, implementar la musicoterapia para reducir el estrés funciona como un reductor de ansiedad en los pacientes e incluso también para sus cuidadores (Mandel, Davis, & Secic, 2019). En el caso de los adolescentes la musicoterapia es eficaz para aliviar la psicopatología y reducir la ansiedad. En algunos programas de salud mental se pretende tratar sintomatologías relacionadas con el bienestar (Travis, 2019). En este caso, en la recuperación de los jóvenes, la

intervención a través de la musicoterapia proporciona un medio eficaz y adaptativo para la regulación de los estados de ánimo.

Algunos autores afirman que la libertad que la música ofrece a los jóvenes en los programas de intervención favorece la confianza para la expresión y genera un impacto positivo en el bienestar y la autoconfianza, en concreto el rap para los adolescentes apoya las habilidades autorreguladoras para el bienestar y reduce los problemas de salud mental en etapas tempranas (Archambault, 2019). En el análisis de los programas se han encontrado también mejoras en los pacientes a través de la creación de composiciones y creaciones propias reduciendo el estrés la depresión y la ansiedad, es por ello que autores como Hall afirman que existe una mejoría de la inclusión social a través de la música en pacientes con enfermedades mentales.

En el caso de los pacientes con cáncer, existen estudios que afirman que la musicoterapia como terapia alternativa o complementaria tanto para los enfermos y sus cuidadores es efectiva, debido a que disminuye la ansiedad y mejora la tensión (Valero, 2020), de hecho en una investigación a través de un ensayo aleatorio con pacientes oncológicos se determinó que la intervención a través de la musicoterapia contribuye a la mejora significativa de la angustia global, física y psicosocial que padecían, así como la sensación de bienestar (López G. , 2019).

La enfermedad del alzhéimer, es donde la musicoterapia se implementa como terapia alternativa o complementaria en la mayoría de los casos, debido a que se habla de los efectos positivos de dicha terapia con respecto al bienestar para las personas que la padecer y se someten a la misma (Guilliver, 2019), esto conlleva el establecimiento de protocolos estandarizados en función del estudio de la demencia, como consecuencia varios investigadores han realizado o proyectos que proporcionan pistas sobre el manejo de personas de la tercera edad afectadas por deterioro cognitivo que a través de la música pueden ayudar a prevenir la demencia.

La calidad de vida de las personas mayores que sufren algún tipo de demencia se ha convertido en un aspecto importante en la medición de la salud de un individuo a medida que la población envejece y se considera cada vez más importante la búsqueda de terapias efectivas y no farmacológicas que ayuden a reducir la

sintomatología, que principalmente incluye síntomas cognitivos, problemas a nivel funcional y de calidad de vida, así como pérdidas de memoria. Por esta razón el uso de musicoterapia en personas con demencia ha dado resultados con respecto a la reducción de la ansiedad y la depresión. También existe un estudio que demuestra hallazgos contradictorios, el cual señala que los efectos a corto plazo de la musicoterapia no mejoran la función cognitiva de los adultos mayores, aunque conduce una disminución a corto plazo de la agitación, por lo que no permite asegurarse a largo plazo los efectos sobre este comportamiento agresivo (Bittmann & Heidel, 2020).

Sin embargo, la musicoterapia no solo puede influir como alternativa o como método complementario ante un tratamiento de una enfermedad, sino también para la mejora de la calidad de vida, debido a que la participación en coros comunitarios reduce la soledad y aumenta el interés por vivir, la práctica de la música mejora los factores cognitivos en personas de la tercera edad y el ambiente que se crea al realizar estas prácticas mejoran considerablemente el bienestar y la calidad física (McIntyre, 2020). Existen algunos estudios investigativos, los cuales constatan que esta mejora de la calidad de vida se da también en colectivos y poblaciones grandes, así como diversos.

La musicoterapia también puede aplicarse en patologías estomatológicas debido a que se han detectado efectos positivos a la hora de aplicar la musicoterapia antes de una cirugía periodontal funcionando como un ansiolítico no farmacológico efectivo sobre los signos vitales y la apertura de la boca (Sharififard, 2020) o en algunos casos combinarla con otros métodos puede motivar a los niños con discapacidad visual a mejorar su higiene bucodental, así como ha sido implementada en el caso de la enfermedad de Parkinson mediante un programa de samba brasileña que resulto ser factible y seguro para los enfermos y ofreció numerosos beneficios físicos y emocionales lo que lo hace factible para combinar con el tratamiento farmacológico (Tillmann, 2020).

Investigaciones realizadas desde otras perspectivas detectando obteniendo resultados positivos al ser efectiva la musicoterapia para patologías como la

agenesia del cuerpo calloso donde un paciente adolescente sometido a un programa de percusión terapéutica evidenció mejoras en las habilidades motoras, comunicativas y en el comportamiento (Spak & Card, 2019) e incluso afirman que pueden existir resultados prometedores en cuanto a la mejora de pacientes con accidente cerebrovascular agudo a través de la rehabilitación física ante el uso constante de la terapia alternativa complementaria.

Por otro lado, la intervención en los pacientes que presentan fibromialgia a través del ejercicio aeróbico terapéutico también permite avances significativos en combinación con la musicoterapia mejorando la calidad de vida y el equilibrio o en el caso de pacientes que se someten a procedimientos de hemodiálisis al momento de someterse a la musicoterapia como terapia alternativa complementaria a su tratamiento referían una disminución del dolor y la ansiedad durante el proceso (Espí-López, 2016), afirman los autores de las investigaciones, así como la disminución del efecto ansiolítico y sensación de sueño, haciendo que la intervención por parte del personal de salud fuera más fácil.

En el caso de pacientes ortopédicos existen evidencias de que la música puede aliviar el dolor en el caso de procesos postoperatorios tanto si es usada como medicina musical o como musicoterapia, estudios que investigan el uso de la música y la danza en el tratamiento de la enfermedad pulmonar crónica determinan que pese a que la base de la evidencia es limitada existen beneficios biopsicosociales (Philip, Lewis, & Hopkinson, 2019).

Respecto a los efectos de la musicoterapia en enfermedades crónicas, algunos autores han estudiado los efectos de la participación de enfermos crónicos en un programa de terapia de música vocal que mejoró de forma significativa la autoeficacia, la depresión y la capacidad para participar en actividades sociales mejorando el bienestar psicológico y las conexiones sociales (Low & Clarissa, 2020). Sin embargo, en la actualidad aún existe un cuerpo científico escaso en el tema, debido a que la evidencia científica actual parece constatar la ayuda de la musicoterapia como tratamiento coadyuvante en diferentes patologías, lo que la hace una terapia alternativa y complementaria la tratamiento clínico-médico.

2.6. La musicoterapia cómo programa.

Diseñar programas en los diferentes ámbitos de la música, como es el campo de la musicoterapia, así como evaluar los mismos, se debe a la necesidad de obtener la evidencia empírica sobre su eficiencia y eficacia, en el ámbito científico se entiende por programa un conjunto especificado de acciones humanas y recursos materiales, diseñados e implantados organizadamente en una determinada realidad social, con el propósito de resolver algún problema que atañe a un conjunto de personas, por tanto, para ser implementado por el personal de enfermería como terapia alternativa o complementaria debe tener evidencia de que la musicoterapia puede tener resultados positivos para poder ser parte complementaria ante el tratamiento y aplicarla dentro de los cuidados.

El diseño e implementación de un determinado programa consiste fundamentalmente en que un profesional o grupo de profesionales planifiquen un conjunto de acciones que, de manera organizada, tienen como meta intervenir en el transcurso de ciertos acontecimientos o problemáticas sociales con el fin de cambiar una “situación inicial problemática” a una “situación objetivo” (Pino Juste, 2017). Sin embargo, la literatura sobre la música sugiere distintas intervenciones basadas fundamentalmente desde un enfoque psicológico y rehabilitador partiendo desde el padecimiento de la persona para determinar que música se debe escuchar y el fono de la misma, así como las actividades que es necesario implementar.

Aunque la musicoterapia puede ser implementada por un equipo multidisciplinario o por un terapeuta, también puede ser utilizada por el personal de enfermería, según se establecen la quinta edición del libro “Clasificación de Intervenciones en Enfermería”, en el cual aparece la musicoterapia como intervención de enfermería (4400) y se define como “la utilización de música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas y sentimientos a nivel fisiológico” (Butcher, Bulechek, Dochterman, & Wagner, 2018). Tal como lo afirma Yáñez (Yáñez Amorós, 2011), miembro del Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana, el uso de la

musicoterapia aporta beneficios en cualquier etapa del proceso salud-enfermedad y tiene la ventaja de ser un procedimiento inocuo, de bajo coste y fácil aplicación.

2.7. ¿Qué tipo de música utilizar en la musicoterapia?

La necesidad de clasificar la música en géneros surge por la forma que se tiene de describir las melodías que se escuchan, en el caso de la terapia alternativa y complementaria como lo es la musicoterapia es importante, clasificar el género o de música que se implementara en dicha terapia para obtener los beneficios que se desean y la musicoterapia sea efectiva, debido a que actualmente, la lista se extiende hasta los 41 géneros musicales, dentro de estas categorías hay una clasificación de 337 subcategorías. Entre la clasificación de los géneros de música que destacan sobre los demás por su popularidad encontramos: country, blues, dance, clásica, electrónica, pop, reggae, rock, rap, latina y jazz (Escuela de Liderazgo, 2019) y solo alguno de estos géneros pueden contribuir como efectos positivos; mientras que el resto pueden ser contradictorios.

Debido a que la musicoterapia se usa como complemento para tratar diferentes patologías como se ha descrito anteriormente, los géneros musicales determinados deben de ser la vía para relajar a la persona y mejorar el estado anímico o la concentración, por lo tanto, los géneros que se recomiendan para llevar a cabo las sesiones de musicoterapia son los siguientes (Escuela de Liderazgo, 2019):

- **Música lounge:** se basa en géneros como la electrónica, el jazz y muchos otros. Mezcla distintos ritmos con poca instrumentación.
- **Música clásica:** la más empleada y que demuestra grandes resultados. Tiene la función de transmitir emociones a quienes la escuchan. Suele ser utilizada para ejercicios de relajación.
- **Música de meditación:** se trata de la combinación de música clásica y los sonidos de la naturaleza.
- **Música Chill Out:** incluye diversos estilos de música electrónica que tienen en común la base electrónica, un ritmo suave y matices experimentales.

Sin embargo, no solo el género de música es importante considerar, ya que los instrumentos musicales es otro aspecto importante, debido a que en ocasiones la persona que toma la terapia puede crear la propia música, dependiendo el método que se utilice, de ser así, los instrumentos que se recomiendan ser utilizados son los carrillones Koshi, los cuencos de cuarzo, los carrillones shanti zaphir, shruti box y panderos oceánicos; o bien, buscar melodías que contengan sonidos producidos por estos instrumentos musicales debido a que producen música que en general provoca o induce a la persona a relajarse (Arévalo, 2019). Al escuchar la música antes mencionada se puede desempeñar un papel importante ya que al relajarse se pueden lograr los valores normales del ritmo cardiaco e incluso hacer que disminuya la presión arterial entre otros beneficios.

Los sonidos de la naturaleza no deben de descartarse, debido a que para algunas personas puede ser relajantes, tales como; el sonido de la lluvia, un río que fluye, el canto de una ballena, etc. debido a que tienen un poder catártico en el organismo del ser humano (Santalucía, 2020) y la música relajante que incluye sonidos naturales y de animales mejora la concentración y el rendimiento, siendo estos parte de los objetivos de la terapia alternativa y complementaria de la musicoterapia.

Por otra parte, estudios cuantitativos basados en encuestas realizadas por medios de aplicaciones destacan que no existe un tipo de música específico para relajarse, ya que los gustos musicales de cada persona son diferentes y lo que relaja a una persona puede no tener el mismo efecto en otra (Pura Mente APP, 2020), sin embargo, hasta hoy en día se ha comprobado que los géneros antes mencionados han funcionado y brindado beneficios en su mayoría, ya que cada vez las investigaciones han demostrado que puede ser la musicoterapia una forma eficaz de reducir el estrés y promover el bienestar, por tanto, es cada vez más popular.

Sin embargo, al ser más popular algunas personas si no cuentan con el tiempo o los recursos para acudir con un profesional, decide realizar la relajación, es decir, practicar la musicoterapia por su propia cuenta, una forma sencilla es crear una lista de canciones tranquilizadoras que puedas escuchar siempre que necesites un descanso del estrés, también añade sonidos de la naturaleza, además de utilizar

una serie de aplicaciones y herramientas en línea que puedan ayudar a la persona a utilizar la música para relajarse (Pura Mente APP, 2020), por tanto, es importante que el personal de salud, principalmente de enfermería conozca y se encuentre capacitado para orientar y promocionar, así como aplicar la musicoterapia.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

Existen diversos tipos de investigadores, pero es importante considerar que el sujeto de estudio es quien va a establecer, qué rumbo hay que seguir para dirigir la búsqueda de información y saber con qué elementos se cuenta y más aún, cual es la finalidad de la misma; al tener esto presente, la investigación es llevada por el camino correcto sin que sufra desviaciones y halla perdida del enfoque planteado. Por lo que esta investigación respecta, la investigación documental, será la que determine el cambio a seguir, ya que se considera es la más conveniente hacer uso de esta investigación por las características que se describen en lo posterior.

La investigación documental es utilizada como una estrategia de comprensión y análisis de realidades teóricas o empíricas mediante la revisión, cotejo, comparación o comprensión de distintos tipos de fuentes documentales referentes, este tipo de investigación se basa en técnicas de localización, extracción y fijación de datos, para construir un mapa conceptual y documental de toda la información extraída (Máxima, 2020) a diferencia de los estudios descriptivos, correlacionales o experimentales que determinan la relación causa y efectos entre dos o más variables.

La diseminación de información acerca de un mismo tema podría representar la clave para entender el pasado, interpretar el presente y planificar el futuro, en base a los errores cometidos y las experiencias previas; siendo los aspectos importantes

de realizar una investigación documental. Por lo tanto, se hace una indagación general por las principales fuentes de información, de datos y bibliotecas universitarias, la información encontrada en este rastreo puede algunas veces carecer de un enlace claro o una coherencia unidireccional, con la finalidad de reunir información ya existente en un contexto ya existente, en el caso de la presente investigación; la musicoterapia pero desde la perspectiva como terapia alternativa o complementaria y su importancia de ser aplicada por el personal de enfermería.

Sin embargo, nace el trabajo que ocupa a quién realiza el estado del arte, es decir, el investigador, debido a que el trabajo no solo es reunir la información sino también organizarla con coherencia de modo que el lector pueda dar un recorrido organizado por la información. El estado del arte es una investigación documental mediante la cual se realiza un proceso en forma de espiral sobre el fenómeno previamente escogido, que suscita un interés particular por sus implicaciones sociales o culturales y es investigado a través de la producción teórica constitutiva del saber acumulado, que lo enfoca, lo describe, y lo contextualiza desde distintas disciplinas, referentes teóricos y perspectivas metodológicas (Hoyos Botero, 2000).

Por esta razón, es necesario llevar a cabo la elaboración del estado del arte se deben tener en cuenta ciertos criterios, puesto que un estado del arte no solo implica recoger la información si no también darle estructura, además de esto un estado del arte puede ser el pie para nuevas investigaciones o aplicaciones clínicas de cierto tema específico, la existencia del estado del arte dará más luz sobre qué camino han tomado otros y a que fines los ha llevado, de esta manera se guiará más eficientemente las nuevas investigaciones a plantear, sabiendo pues la importancia investigativa de la existencia de un estado del arte de algún tema, es necesario tener cuidado y seguir ciertos pasos a la hora de realizarlo.

Debido a que el estado del arte es una modalidad de la investigación documental que permite el estudio del conocimiento acumulado, es decir, escrito en textos, dentro de un área específica, hoy en día, se considera que en general el estado del arte puede abordarse desde tres perspectivas fundamentales. Sea cual fuere el abordaje del estado del arte, se considera que su realización implica el desarrollo

de una metodología resumida en tres grandes pasos: contextualización, clasificación los cuales son complementados por una fase adicional que permita de manera estructural, es decir hacer un análisis (Molina Montoya, 2005). Con las características planteadas en cuanto a la investigación documental, el trabajo de la investigación tiene un completo abastecimiento de información, misma que va a dar respuesta a las interrogantes y va a cumplir con los objetivos planteados al inicio, lo cual va a permitir ahondar en aquello que atañe a la musicoterapia como alternativa.

Para encontrar y recopilar la información relevante sobre el presente tema se realizó una revisión narrativa acerca de la musicoterapia como terapia alternativa y complementaria describiendo sus beneficios, características, antecedentes, haciendo énfasis ante la importancia de ser implementada por parte del personal de enfermería a los pacientes hospitalizados como alternativa y complemento a su tratamiento, así como siendo parte de los cuidados integrales teniendo en cuenta los criterios de inclusión, así como los documentos obtenidos en las base de datos y la selección de los mismos, en los cuales se incluyeron artículos de salud, artículos de salud mental, manuales de enfermería, autoría de un profesional de enfermería, publicaciones de artículos de profesionales de salud, investigaciones de profesiones de salud, entre otros.

Una vez delimitados los aspectos abordar y delimitada la información documental ante la musicoterapia desde lo general hasta lo particular se encuentra como resultado que la música y en especial los aspectos melódicos, favorecen los procesos de memoria, debido a que a lo largo de la investigación más de un autor coincide en que la musicoterapia influye en la estimulación de la memoria a través de la memoria musical y crea una estimulación cognitiva, por lo tanto, se obtiene beneficios en su mayoría, en padecimientos mentales como lo son la demencia y el Alzheimer, siendo estos los más comunes en los adultos mayores.

La referencia teórica en el presente trabajo de investigación se encuentra fundamentado en la mayoría de los artículos revisados, en la lectura de los trabajos que permite deducir que son utilizados con fines psicoterapéuticos, así como identificar las características de la musicoterapia, los beneficios, así como su

importancia y cómo ser aplicada a las personas por parte del personal de enfermería para ser utilizada como una terapia alternativa y complementaria, sin duda el objetivo final de la intervención como una mejora, así como conocer más del tema, debido a que en la actualidad es implementada por el personal de salud, pero no es mencionada en algunas ocasiones.

En la actualidad, los tratamientos farmacológicos disponibles mejoran poco los síntomas negativos y cognitivos, considerando el estrecho vínculo de lo afectivo y lo cognitivo, es lógico constatar que el deterioro de la función cognitiva puede causar emociones negativas y disfuncionalidad social en las personas, sobre todo en las que se encuentran hospitalizadas o siendo afectadas por varias esferas de su vida, motivo por el cual la musicoterapia ha resultado ser una intervención novedosa y eficaz enfocada hacia varios padecimientos como una alternativa o complementaria a un tratamiento, incluso siendo implementada sin padecer ninguna enfermedad aportando beneficios positivos tal y como indican la totalidad de los artículos seleccionados en esta revisión.

En general, todos los autores revisados coinciden en la idea de que la musicoterapia es una intervención que mejora las habilidades sociales y emocionales, por lo tanto, recomiendan su utilización, enfocados en el área de la salud, se recomienda en sujetos que padecen específicos padecimientos, debido a los resultados que hasta la actualidad dicha terapia ha sido efectiva, por ejemplo, en la ansiedad Eulalia demuestra la eficacia de la musicoterapia como intervención enfermera para reducir la ansiedad en personas que padecen esquizofrenia, en el patrón de sueño resulta favorecido según indica el estudio de investigación realizado por la enfermera Cabello y sus compañeros concluyen que se puede sustentar empíricamente la implantación de talleres de musicoterapia llevados a cabo por profesionales enfermeros especialistas en salud mental como un instrumento de evaluación siendo efectivo y necesario para diseñar intervenciones novedosas para ser abordado para mejorar el patrón del sueño (Cabello, Cabello, & Quinta, 2014).

Es importante mencionar que el ejemplo antes mencionado, puede ser implementado por el personal de enfermería constantemente, así como puede ser

una de las soluciones en el área hospitalaria debido a que es una problemática constante que se observa en dicha área sobre todo con los pacientes que permanecen una larga estancia hospitalaria por otros padecimientos existe alteraciones en el patrón del sueño e incluso alteraciones importantes que afectan su salud y ocasionan patologías adversas a su padecimiento original.

Por tanto, como análisis, la musicoterapia puede ser una alternativa y parte del resultado de la presente investigación documental ante adversidades que se presentan en el área hospitalaria. Atendiendo el enfoque teórico, la mayoría de autores y literatura manifiesta explícitamente la orientación conductual, ya que procuran la reducción de los problemas de las conductas no adecuadas de las personas, así como la promoción de las mismas y de su adaptación.

3.1. Análisis de la investigación documental.

A pesar de que en el ámbito internacional se puede encontrar una amplia variedad información debido a que pueden influir varios factores tanto sociales, económicos, culturales; siendo estos, los principales, e incluso psicológicos. En el ámbito de la salud la existencia no solo la presencia de los factores antes mencionados influyen, sino los antecedentes patológicos, los padecimientos, los signos, síntomas y los factores predisponentes que se pueden encontrar al momento de realizar una historia clínica en una persona, por lo tanto, el buscar alternativas o recurrir a terapias alternativas en la actualidad es un método complementario de ayuda que favorece no solo al sujeto sino a la intervención del personal de salud para brindar una mejor atención las personas o brindar un mejor tratamiento y ayudar a mejorar su salud en algunos casos.

Sin embargo, después de la recopilación de la información relevante en la presente investigación documental, se rescata que la música es sumamente relevante para los seres humanos, entonces la ciencia que estudia el comportamiento de estos debe entonces darle un lugar importante dentro de sus investigaciones, es así como se pueden notar múltiples avances desde la perspectiva psicología y música considerando que los beneficios más importantes de la musicoterapia se dan en

trastornos o padecimientos mentales, aunque es importante aclarar que aún falta investigación para que estos dos conocimientos dialoguen con fluidez y sean anclados, así como especificar las funciones o cuidados específicos de enfermería o como la enfermera(o) puede dirigir dicha terapia para tratar a personas con estos padecimientos.

La música puede ser terapéutica, dado que ella misma contiene elementos psicológicos en los que interviene, por ello la música, así como puede ser terapéutica también puede ser negativa, así que es necesario tener claro la función de esta y la manera de utilizarla dependiendo la necesidad de la persona con la cual se vaya a ejecutar este tipo de terapia. En resumen, es una herramienta o técnica terapéutica con la que hay que tener las precauciones necesarias en su intervención como con cualquier otra técnica. Por lo tanto, es necesario aclarar que no se propone a la musicoterapia como una técnica herramienta o terapia que vaya a curar un padecimiento, sino más bien que representará una mirada de importancia hacia la calidad de vida de las personas y se sugiere como alternativa o como terapia complementaria, en algunos casos se podría sugerir ser utilizada como un cuidado paliativo, ya que se preocupará del alivio de los síntomas sin poder curar enfermedades.

Ahora bien, se entiende que falta realizar investigaciones al respecto, puesto que la música fortalece la estructuración de nuevas conexiones neuronales como nuevo aprendizaje que es y su complejidad a largo plazo podría representar una mejora notable en habilidades como la memorización, es por ello que los beneficios se observan a las personas que padecen Alzheimer, demencia, esquizofrenia porque la música posee la cualidad de evocar recuerdos, mediante las letras o melodías escuchadas en distintas etapas y experiencias de la vida, así como también la asociación de estos sonidos; evocando emociones que se asocien con experiencias pasadas se podría fortalecer sumamente la memoria, la capacidad de recordar de estos pacientes eventos pasados y personas años atrás en su vida, de esta manera mejora su calidad de vida y la de las personas que rodean su entorno evocando los factores antes mencionados (González & Alonso, 2010).

La efectividad de la musicoterapia puede encontrarse en las características individuales de los sujetos o sujeto con el que se lleve a cabo la terapia, debido esto a que según la propia experiencia y las aptitudes innatas de cada persona se puede tener una interpretación diferente de un mismo hecho musical, aunque esto ocurra en un aspecto de la música, que sería en este caso el subjetivo no ocurre así con otros aspectos musicales más planteados desde el carácter teórico y la física, es decir, es importante conocer y seleccionar el tipo de música a implementar, ya que este influye positivamente o negativamente en la terapia como se habla en un capítulo anterior y no es que la musicoterapia no funcione con todas las personas por igual, sino que con algunas funcionan en frecuencias distintas. De allí la complejidad de estandarizar o proponer un programa de musicoterapia replicable para grupos con ciertos criterios, características y padecimientos.

Debido a que no es posible estandarizar un protocolo o un programa de musicoterapia porque también interviene el gusto musical de cada persona, existen estudios de investigación de musicoterapia como parte del tratamiento para varias enfermedades, así como el papel de enfermería, por ejemplo, en su estudio sobre pacientes esquizofrénicos en una residencia de ancianos, relata cómo la terapia musical suele llevarse a cabo por enfermeras, ya que las instituciones médicas en Taiwán no cuentan con musicoterapeutas habitualmente. Sostiene que los enfermeros han de ser educados en la terapia musical y deben ser quienes lleven a cabo las sesiones de musicoterapia, ya que es el personal de enfermería el que interactúa estrechamente con los pacientes geriátricos (Cabello, Cabello, & Quinta, 2014).

Otras autoras también sostienen el principio de que los enfermeros especialistas en salud mental sean quienes se encarguen de la valoración de los pacientes, evaluación de las escalas y de conducir las sesiones de musicoterapia, así como elegir la música y la selección de la misma como parte alternativa o complementaria a su tratamiento (Cabello, Cabello, & Quinta, 2014). Otra sugerencia es que las evaluaciones sean llevadas a cabo por el musicoterapeuta y sea él quién brinde la indicación de cómo se realiza la sesión de la terapia, pero sea el personal de

enfermería quién implemente la terapia, sin embargo, en los estudios en el que un profesional enfermero organizó y guio la terapia musical, se encontraron datos estadísticos significativos que demostraban la eficacia de esta terapia (González & Alonso, 2010).

Por lo demás, la musicoterapia entra dentro de las intervenciones enfermeras NIC (Butcher, Bulechek, Dochterman, & Wagner, 2018), definida como “Utilización de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos o fisiológico” y las diferentes áreas de la enfermedad que han sido tratadas con musicoterapia pueden relacionarse con los diagnósticos enfermeros y resultados de la NANDA, sin embargo, a lo largo, del presente proyecto se incluirán algunos ejemplos en los que se anexa a la musicoterapia como intervención enfermera sugerida a estas necesidades y se identifican con los problemas de salud descritos en artículos de investigación seleccionados.

3.2. Desarrollo.

Para llevar a cabo, localizar y obtener la información más relevante sobre el presente tema de investigación sobre el tema de elección se realizó una revisión narrativa y documental acerca de la musicoterapia siendo sustentada en bases teóricas, en estado de arte nacionales e internacionales y bases de datos de fuentes confiables, tales como; :PubMed, Google Académico, CINAHL, Cochrane Library Plus, Cuiden y Elsevier, así como la elección se eligieron palabras clave para consultar lenguaje en la biblioteca virtual para la realización de búsqueda bibliográfica, principalmente el uso de palabras como lo son: musicoterapia, enfermería, trastornos mentales, estrés, demencia, ansiedad, terapia, cognitivo; siendo las más frecuentes.

También se efectuaron diferentes combinaciones de los descriptores utilizando los diferentes buscadores virtuales, así como fuentes de información no solo virtuales sino material físico, es decir, libros y se aplicaron los siguientes filtros: año de publicación, editorial, idioma, en algunos casos se utilizaron las traducciones en los que compete las fuentes de información en inglés, teniendo en cuenta todos los

documentos obtenidos en las bases de datos se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para su selección, por lo tanto, aquellas publicaciones que se abordaron en la investigación comprenden los siguientes conceptos:

- Terapia musical y sus beneficios.
- Musicoterapia.
- Características de la musicoterapia.
- Intervenciones de enfermería en la musicoterapia.
- La musicoterapia como intervención de enfermería.
- Artículos de salud mental en general que incluyan musicoterapia.
- Autoría de profesionales de enfermería en musicoterapia.
- Beneficios de la musicoterapia desde la perspectiva terapéutica y complementaria, no como tratamiento.

Por otro lado, los artículos excluidos comprenden los siguientes:

- Publicaciones que abordan la musicoterapia, pero no interviene el personal de salud.
- Aquellos artículos que no incluían un autor profesional o reconocido.
- Publicaciones que abordaban otras terapias complementarias pero no se enfocaban a la musicoterapia.
- Publicaciones o libros que abordaban a la musicoterapia como beneficio a la salud.

Al ser delimitados, tomando en cuenta los aspectos antes descritos, se aplicó la búsqueda y recolección de datos, así como se llevó a cabo una selección de manual y lectura de títulos, así como la realización de resúmenes y en alguno de los casos de artículos completos e incluso de temas de investigación con la finalidad de analizar cada uno para cumplir con los objetivos propuestos al inicio del presente proyecto de investigación y llevar a cabo la presente por medio de un enfoque documental.

Ante la revisión que se llevó a cabo se encontraron diferentes artículos, específicamente seleccionados para su análisis a profundidad, dentro de los cuales se parte de lo general a lo particular, siendo una lista bibliográfica de cincuenta y

ocho fuentes de información para el desarrollo del presente proyecto de información comprendiendo libros electrónicos, sitios web, libros físicos, entre otras fuentes, que tenían como autor o coautor a un profesional de enfermería, de esta manera se parte de al menos dos fuentes de información para obtener los antecedentes de la musicoterapia.

Por otro lado, se analizaron dos fuentes de información ante la musicoterapia como fuente de tratamiento alternativo, cuatro fuentes de la musicoterapia como intervención de enfermería, destacando la importancia del Manual de NANDA, NIC Y NOC, dos cuentas de información ante el manejo del estrés, una fuente de información desde la perspectiva de psicología, al menos una fuente de información ante el deterioro del sueño, cuatro fuentes para analizar los beneficios y efectos tanto positivos como negativos de la musicoterapia, al menos dos fuentes de información ante las actualizaciones de enfermería en dicha terapia, análisis de autores ante los cuidados de enfermería, una fuente de información para justificar el enfoque documental de la presente investigación y el resto fue el análisis a profundidad y recolección de datos e información ante la musicoterapia desde el ámbito del personal de enfermería y las invenciones de los mismos, así como delimitar a que sujetos aplicar la musicoterapia.

Por tanto, el referente teórico de estos trabajos revisados estaba pobremente fundamentado en la mayoría de los artículos revisados. La lectura de los trabajos permite deducir que eran utilizados con fines psicoterapéuticos, más bien de tipo conductual y otras veces con fines educativos, de influencia sobre determinados comportamientos, sin embargo, toda la aplicación de la musicoterapia en los trabajos revisados es con el fin de la música como experiencia vital, es decir, que sea aplicada la musicoterapia por parte del personal de enfermería como terapia alternativa o complementaria, debido a que es parte de las intervenciones estipuladas dentro de sus encomiendas, pero sin duda, el objetivo final de la intervención es la mejora de la salud del paciente.

3.3. Conclusiones.

En el presente proyecto de investigación el objetivo general sí fue cumplido debido a que se analiza la terapia de la musicoterapia como complementaria y/o alternativa ante tratamientos independientes a los farmacéuticos y se pueden utilizar en varios padecimientos, en sujetos enfermos y no enfermos, en usuarios hospitalizados y no hospitalizados, por lo tanto, se analizó el método de intervención en los sujetos por medio de un enfoque documental con un fundamento teórico de acuerdo a varias fuentes de investigación antes mencionadas, así como el cumplimiento de los objetivos específicos, ya que se describen las características de la musicoterapia cómo lo es el tipo de música o en qué sujetos esta recomendado implementar la misma, etc.

Por otro lado, se explican los beneficios y los resultados se pueden tener al utilizar la musicoterapia como terapia complementaria y/o alternativa, los cuales con anterioridad en varios países y actualmente gracias a su efectividad es utilizada alrededor del mundo sobre todo en pacientes con afecciones a nivel cerebral. Cabe mencionar que la musicoterapia es parte de las intervenciones de enfermería y debe ser justificada dentro de las actividades del personal de enfermería, es por ello que con anterioridad se menciona en qué manuales se estipula y cómo forma parte de las funciones de dicho personal, por tanto, cada uno de los objetivos específicos propuestos al inicio del presente proyecto de investigación ha sido cumplido con ayuda de la recopilación de información documentada, así como el análisis de la misma y una investigación minuciosa a fondo de la musicoterapia.

Sin embargo, después de realizar el presente proyecto de investigación, desde una perspectiva enfermera, se puede concluir que la musicoterapia se ha convertido en una de las intervenciones de enfermería desde hace algunos años para brindar un cuidado eficaz y natural al usuario, ya que en la actualidad los tratamientos farmacológicos disponibles mejoran al sujeto pero la musicoterapia funciona como alternativa o complemento considerando un estrecho vínculo de lo afectivo y lo cognitivo, por tanto, se puede implementar y obtener cambios tanto positivos como negativos, sin embargo, de ahí la importancia de elegir implementar la

musicoterapia de una manera óptima y de acuerdo a las necesidades de cada sujeto, así como ha resultado ser una intervención novedosa y eficaz enfocada hacia estas otras necesidades de las personas que la padecen, aportando beneficios positivos tal y como indican la totalidad de los artículos seleccionados en esta revisión.

Por otro lado, la musicoterapia produce resultados positivos como terapia complementaria en las personas que producen trastornos mentales, demencia o esquizofrenia en su mayoría, es por ello que como conclusión se rescata que la musicoterapia es más eficaz al ser aplicada en personas con estos padecimientos y la literatura científica elaborada por profesionales de enfermería en este campo es escasa, aunque se ha incrementado ligeramente en los últimos años, por tanto, es necesario profundizar en el referente teórico de esta intervención enfermera, así como capacitar al mismo en las instituciones en las aplicaciones y especificidades de la musicoterapia como intervención.

BIBLIOGRAFÍA

- American Cancer Society. (30 de Enero de 2019). *La verdad sobre los tratamientos de la medicina alternativa*. Obtenido de La verdad sobre los tratamientos de la medicina alternativa: <https://www.cancer.org/es/noticias-recientes/la-verdad-sobre-los-tratamientos-de-la-medicina-alternativa.html>
- Archambault, K. (19 de Noviembre de 2019). *MAP: A Personalized Receptive Music Therapy Intervention to Improve the Affective Well-being of Youths Hospitalized in a Mental Health Unit*. Obtenido de MAP: A Personalized Receptive Music Therapy Intervention to Improve the Affective Well-being of Youths Hospitalized in a Mental Health Unit: <https://doi.org/10.1093/jmt/thz013>
- Arévalo, L. (2019). *La musica en el manejo del estrés* . Obtenido de La musica en el manejo del estrés : <https://www.aarp.org/espanol/recursos-para-el-cuidado/expertos/Lyda-Arevalo-Flechas/info-2014/musica-manejo-estres-relajarse.html#:~:text=La%20m%C3%BAstica%20cl%C3%A1sica%20en%20general,de%20tu%20preferencia%20para%20relajarte>.
- Bandia, A. (20 de Marzo de 2019). *Qué es el miedo en psicología*. Obtenido de Qué es el miedo en psicología: <https://www.psicologia-online.com/que-es-el-miedo-en-psicologia-4406.html>
- Bittmann, B., & Heidel, R. (2020). Advances in Mind-Body . *Gospel music: A catalyst* , 08-16.
- Butcher, H., Bulechek, G., Dochterman, J. M., & Wagner, C. M. (2018). Clasificación de intervenciones de enfermería (NIC). En *Clasificación de intervenciones de enfermería (NIC)* (pág. 639). España: Elsevier Health Sciences.
- Cabello, F. M., Cabello, M. V., & Quinta, A. C. (2014). *MUSICOTERAPIA EN EL DETERIORO DEL SUEÑO DE PERSONAS*. Obtenido de MUSICOTERAPIA EN EL DETERIORO DEL SUEÑO DE PERSONAS: <http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0792.pdf>
- Calle Albet, I. (15 de Abril de 2017). *Historia de la musicoterapia*. Obtenido de Historia de la musicoterapia: <https://blogs.ucv.es/postgradopsocologia/2017/04/15/historia-musicoterapia-desde-antiguedad-hasta-prerromanticismo/>

Canal Sénior. (14 de Abril de 2021). *Musicoterapia: cómo influye la música en nuestro estado de ánimo*. Obtenido de Musicoterapia: cómo influye la música en nuestro estado de ánimo: https://canalsenior.es/noticias/musicoterapia-como-influye-la-musica-en-nuestro-estado-de-animo/?gclid=CjwKCAjwpKyYBhB7EiwAU2Hn2VtLi9j8sUHAFPAKmbJZlcunccXh4oRG6aHIJgchoOw9BI6dy2FadxoC0nEQAvD_BwE

D.Alonso, I. (2011). *Musicoterapia*. Obtenido de <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/aplicacion-y-beneficios-de-la-musicoterapia-5962>

D.Alonso, I. (2016). *Musicoterapia*. Obtenido de <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/como-y-donde-se-practica-la-musicoterapia-8059>

De las Nieves, C., & Amezcua, M. (01 de Julio de 2021). *Actualización en enfermería*. Obtenido de Actualización en enfermería: <https://enfermeriaactual.com/necesidades-basicas-de-virginia-henderson/>

Domínguez, A., & Peinado, C. (25 de Septiembre de 2016). *Problemática de las terapias alternativas en Enfermería*. Obtenido de Problemática de las terapias alternativas en Enfermería: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/terapias-alternativas-enfermeria/#:~:text=Las%20terapias%20complementarias%20y%20alternativas,de%201800%20terapias%20como%20complementarias.>

encolombia. (20 de Febrero de 2017). *Teoría del cuidado humano de Jean Watson*. Obtenido de Premisas Teóricas y Premisas Básicas de la Enfermería: <https://encolombia.com/medicina/revistas-medicas/enfermeria/ve-104/trabajoslibres1/>

Escuela de Liderazgo. (19 de Abril de 2019). *¿Qué géneros musicales se escuchan en musicoterapia?* Obtenido de *¿Qué géneros musicales se escuchan en musicoterapia?*: <https://escuelaelbs.lat/generos-musicales-tipos-musicoterapia/>

Espí-López. (Octubre de 2016). *Effect of low-impact aerobic exercise combined with music therapy on patients with fibromyalgia. A pilot study*. Obtenido de Effect of low-impact aerobic exercise combined with music therapy on patients with fibromyalgia. A pilot study: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0965229916300838?via%3Dihub>

García R, M. (2017). *Beneficios de la Musicoterapia en la esquizofrenia. Triage en enfermería*. Ciudad Real: UOC.

- García, J. (5 de Junio de 2015). *La Musicoterapia y sus beneficios para la salud*. Obtenido de La Musicoterapia y sus beneficios para la salud: <https://psicologiyamente.com/vida/musicoterapia>
- Gonzalez, M. E. (2010). *La terapia musical como apoyo al tratamiento de la esquizofrenia*. Obtenido de La terapia musical como apoyo al tratamiento de la esquizofrenia: <https://docplayer.es/18310574-La-terapia-musical-como-apoyo-al-tratamiento-de-la-esquizofrenia-diseno-de-intervencion.html>
- González, M. E., & Alonso, C. M. (2010). *LA TERAPIA MUSICAL COMO APOYO AL TRATAMIENTO DE LA ESQUIZOFRENIA. DISEÑO DE INTERVENCIÓN*. Obtenido de LA TERAPIA MUSICAL COMO APOYO AL TRATAMIENTO DE LA ESQUIZOFRENIA. DISEÑO DE INTERVENCIÓN: <https://docplayer.es/18310574-La-terapia-musical-como-apoyo-al-tratamiento-de-la-esquizofrenia-diseno-de-intervencion.html>
- Guevara Parra, M. (01 de Enero de 2009). *Intervención musicoterapéutica*. Obtenido de Intervención musicoterapéutica: <file:///C:/Users/yulis/Downloads/Dialnet-IntervencionMusicoterapeuticaParaPromoverLaProsoci-5134713.pdf>
- Guilliver, A. (15 de Septiembre de 2019). *Evaluation of the Music Engagement Program for people with Alzheimer's disease and dementia: Study protocol for a pilot trial*. Obtenido de Evaluation of the Music Engagement Program for people with Alzheimer's disease and dementia: Study protocol for a pilot trial: <https://doi.org/10.1016/j.conctc.2019.100419>
- Hoyos Botero, C. (2000). *Un Modelo Para Investigación Documental*. Obtenido de Un Modelo Para Investigación Documental: <https://es.scribd.com/document/406768006/Un-Modelo-Para-Investigacion-Documental-Consuelo-Hoyos-Botero>
- Kayak, U., & Yilmaz. (14 de Mayo de 2016). *Effects of relaxation exercises and music*. Obtenido de Effects of relaxation exercises and music: [https://www.psychiatricnursing.org/article/S0883-9417\(16\)30043-7/fulltext](https://www.psychiatricnursing.org/article/S0883-9417(16)30043-7/fulltext)
- Kenneth, B. (2007). Musicoterapia Métodos y Prácticas. En B. Kenneth, *Musicoterapia Métodos y Prácticas* (pág. 103). España: Pax México.
- López, G. (Marzo de Marzo de 2019). *The effects of inpatient music therapy on self-reported symptoms at an academic cancer center: a preliminary report*. Obtenido de The effects of inpatient music therapy on self-reported symptoms at an academic cancer center: a preliminary report: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-019-04713-4>

- López, V. (26 de Septiembre de 2012). *Musicoterapia*. Obtenido de Musicoterapia: <https://efesalud.com/el-poder-curativo-de-la-musica-llega-a-los-hospitales/>
- Low, M. Y., & Clarissa, L. (04 de Febrero de 2020). *Vocal Music Therapy for Chronic Pain: A Mixed Methods Feasibility Study*. Obtenido de Vocal Music Therapy for Chronic Pain: A Mixed Methods Feasibility Study: <https://doi.org/10.1089/acm.2019.0249>
- M., G., & J., G. (07 de Junio de 2017). *Musicoterapia*. Obtenido de musicoterapia: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213485316000049>
- Mandel, Davis, & Secic. (18 de Marzo de 2019). *Patient Satisfaction and Benefits of Music Therapy Services to Manage Stress and Pain in the Hospital Emergency Department*. Obtenido de Patient Satisfaction and Benefits of Music Therapy Services to Manage Stress and Pain in the Hospital Emergency Department: <https://doi.org/10.1093/jmt/thz001>
- Máxima, U. J. (20 de Marzo de 2020). *Investigación documental*. Obtenido de Investigación documental: <https://www.caracteristicas.co/investigacion-documental/#ixzz7ff0L3YmV>
- Mclintyre, S. (20 de Enero de 2020). *Instrument Training Programs for Older Adults' Improved Wellbeing*. Obtenido de Instrument Training Programs for Older Adults' Improved Wellbeing: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02868/full>
- Mijangos, F. K. (02 de Mayo de 2014). *El Paradigma Holístico de la Enfermería*. Obtenido de El Paradigma Holístico de la Enfermería: http://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol1num2/A3_Paradigma_Holistico.pdf
- Molina Montoya, N. P. (Enero de 2005). *¿Qué es el estado del arte?* Obtenido de ¿Qué es el estado del arte?: <https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1198&context=svo>
- Montero Granados, C. (01 de Enero de 2015). *Neuroanatomía musical*. Obtenido de Neuroanatomía musical: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/595/art12.pdf>
- Morales. M, L. M. (01 de Marzo de 2013). *Musicoterapia y Medicina*. Obtenido de Musicoterapia y Medicina: https://www.hospitalitaliano.org.ar/multimedia/archivos/noticias_attachs/47/documentos/14572_4-9-12-musicoterapia_moralesm-ultimo.pdf
- Mosquera, I. (2013). *Influencia de la musica en las emociones*. Obtenido de Influencia de la musica en las emociones:

file:///C:/Users/yulis/Downloads/Dialnet-InfluenciaDeLaMusicaEnLasEmocionesUnaBreveRevision-4766791.pdf

- NIH. (2020). *LA ENFERMERÍA HOLÍSTICA*. Obtenido de LA ENFERMERÍA HOLÍSTICA: <https://pbcoib.blob.core.windows.net/coib-publish/invar/cc2ee85e-5057-40f6-89f3-b0fe132a6926>
- Park, K. (2012). Efectos de la musicoterapia en pacientes con síntomas de esquizofrenia. En K. Park, *La revista coreana de enfermería de rehabilitación* (págs. 126-132). Corea: Issue.
- Pereza, E., & Zaldívar, D. (2013). *La musicoterapia: Un nuevo enfrentamiento a la HTA*. Obtenido de La musicoterapia: Un nuevo enfrentamiento a la HTA: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v20n1/02.pdf>
- Philip, K., Lewis, A., & Hopkinson, N. S. (Julio de 2019). *Music and dance in chronic lung disease*. Obtenido de Music and dance in chronic lung disease: <https://breathe.ersjournals.com/content/15/2/116>
- Pino Juste, M. (2017). Claves de Construcción y Desarrollo. En M. Pino Juste, *Metodologías activas como clave en los procesos de innovación* (págs. 129-150). Valencia: Tirant Blanch.
- Pura Mente APP. (2020). *¿Qué tipo de música es recomendable para relajarse?* Obtenido de ¿Qué tipo de música es recomendable para relajarse?: <https://puramente.app/reducir-estres/que-tipo-de-musica-es-recomendable-para-relajarse/>
- Revista Médica. (04 de Octubre de 2020). *Acupuntura médica, reconocida por la OMS, reduce el dolor y modula el sistema inmune en más de 50 enfermedades*. Obtenido de Acupuntura médica, reconocida por la OMS, reduce el dolor y modula el sistema inmune en más de 50 enfermedades: <https://www.elcarmenclinica.com/revista-medica/acupuntura-medica-reconocida-por-la-oms-reduce-el-dolor-y-modula-el-sistema-inmune-en-mas-de-50-enfermedades/>
- Romero, A. E. (26 de Abril de 2017). *La música y el desarrollo integral del niño*. Obtenido de La música y el desarrollo integral del niño: <file:///C:/Users/yulis/Downloads/3125-Texto%20del%20art%C3%ADculo-8074-1-10-20170816.pdf>
- S.Mercedes, G. (17 de Enero de 2017). *Cómo son las sesiones de musicoterapia*. Obtenido de Cómo son las sesiones de musicoterapia: <https://www.mundodeportivo.com/uncomo/educacion/articulo/como-son-las-sesiones-de-musicoterapia-17329.html>

- Santalucía. (24 de Enero de 2020). *Los géneros musicales más relajantes*. Obtenido de Los géneros musicales más relajantes: <https://www.santalucia.es/blog/generos-musicales-relajantes/>
- Santoro, A. (10 de Abril de 2012). *El Gran Otro*. Obtenido de El Gran Otro: <http://elgranotro.com/el-miedo-como-sintoma/#:~:text=Tomamos%20el%20miedo%20como%20manifestaci%C3%B3n,se%20tiene%20miedo%20a%20algo.>
- Sharififard, N. (18 de Mayo de 2020). *A music- and game-based oral health education for visually impaired school children; multilevel analysis of a cluster randomized controlled trial*. Obtenido de A music- and game-based oral health education for visually impaired school children; multilevel analysis of a cluster randomized controlled trial: <https://bmcoralhealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12903-020-01131-5>
- Shiou-Fang, L. (2013). *Effects of group music*. Obtenido de Effects of group music: 10.1016/j.ctim.2013.09.002. Epub 2013 Sep 20.
- Smoyak, S. A. (2022). *The Healing Power of Music: Interview with Trey Forbes*. Obtenido de The Healing Power of Music: Interview with Trey Forbes: <https://journals.healio.com/toc/jpn/40/9>
- Spak, & Card. (31 de Agosto de 2019). *Music, Movement, and Mind: Use of Drumming to Improve Strength, Balance, Proprioception, Stamina, Coordination, and Emotional Status in a 12-Year-Old With Agenesis of the Corpus Callosum: A Case Study*. Obtenido de Music, Movement, and Mind: Use of Drumming to Improve Strength, Balance, Proprioception, Stamina, Coordination, and Emotional Status in a 12-Year-Old With Agenesis of the Corpus Callosum: A Case Study: <https://doi.org/10.1177/0898010119871380>
- Stanford MEDICINE. (2022). *El equipo quirúrgico*. Obtenido de La enfermera anestésista matriculada y certificada ("CRNA", por sus siglas en inglés): <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=surgicalteam-85-P04513>
- Tillmann. (01 de Enero de 2020). *Protocolo en pacientes con Parkinson*. Obtenido de Protocolo en pacientes con Parkinson: <https://www.scielo.br/j/anp/a/P3tvxRjrNjVnKj5LFpk4X6Q/?lang=en>
- Travis, R. (18 de Junio de 2019). *Potential solutions for summer*. Obtenido de Potential solutions for summer: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10911359.2019.1607646>

Valero, C. (02 de Mayo de 2020). *Complementary music therapy for cancer patients in at-home palliative care and their caregivers: protocol for a multicentre randomised controlled trial*. Obtenido de Complementary music therapy for cancer patients in at-home palliative care and their caregivers: protocol for a multicentre randomised controlled trial: <https://bmcpalliatcare.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12904-020-00570-9>

Yáñez Amorós, B. (2011). *Musicoterapia en el paciente oncológico*. Obtenido de Musicoterapia en el paciente oncológico: <https://doi.org/10.7184/cuid.2011.29.07>

Zárate, P., & Díaz, V. (2001). *Aplicaciones de la musicoterapia*. Obtenido de Aplicaciones de la musicoterapia: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872001000200015#:~:text=Hoy%20en%20d%C3%ADa%20la%20investigaci%C3%B3n,personas%20con%20SIDA%2C%20entre%20otras.