

Investigación en musicoterapia sobre la relajación, estado emocional y reducción del dolor en el enfermo oncológico

Pilar Rodríguez Rodríguezⁱ

pilar.rodriguez2@gmail.com

Mercedes Sánchez Barbaⁱⁱ

mersanbar@usal.es

Elvira del Barco Morilloⁱⁱⁱ

u93667@usal.es

Resumen

El principal objetivo de esta investigación ha sido acercar la musicoterapia a pacientes oncológicos y comprobar si hay mejoras en su relajación, estado emocional, y dolor una vez finalizada la sesión de musicoterapia. Los resultados se han obtenido sobre una única sesión y las sesiones llevadas a cabo se han realizado tanto individual como grupalmente. Se han analizado ítems de relajación, alivio de dolor y estado emocional antes y después de realizar la terapia. Han participado 79 pacientes, de los cuáles, 10 pacientes se encontraban ingresados en la planta de oncología, 62 pacientes recibían quimioterapia y 7 pacientes estaban ingresados en la Unidad de Cuidados paliativos. Las sesiones se han realizado con música en directo y la participación ha sido activa o pasiva, a petición de los propios pacientes. Se ha intentado propiciar un ambiente de tranquilidad, humor y libre expresión. Los resultados analizados cuantitativamente, muestran diferencias estadísticamente significativas en la reducción de dolor, aumento de relajación y mejora del estado emocional.

Palabras clave: Musicoterapia, pacientes de oncología, creatividad, bienestar físico y emocional.

Research in music therapy on relaxation, emotional states and pain reduction in oncology patients

Abstract

This research aims to approach music therapy to oncology patients and to evaluate whether their relaxation, physical comfort and pain increases once the session has finished. Results were obtained on a single session and sessions conducted were performed both individually and as a group. Items of relaxation, pain and emotional state have been analyzed before and after implementing the therapy. Seventy nine patients have participated in this research from whom 10 of them were hospitalized in the oncology unit, 62 patients were receiving chemotherapy treatment and 7 of them were

hospitalized in the Palliative Care Unit. Live music has been used in the sessions and the participation of the patients has been active or passive, according to their request. An atmosphere of tranquility, humor and free speech has been fostered. Results, which have been quantitatively analyzed, show statistically significant differences in pain decrease, relaxation increase and emotional state improvement.

Key words: Music therapy, oncology patients, creativity, physical and emotional wellbeing.

Introducción

Los efectos de la musicoterapia en pacientes oncológicos, se definen como: “el uso de la música en la obtención de objetivos terapéuticos, para mantener y mejorar el funcionamiento físico, cognitivo, emocional y social de los individuos” (Burns, Har-Harbutz, Huckelbridge, Bunt, 2001), (Burns, D.S., Sledge, R.B., Fuller, L.A., Daggy, J.K., Monahan, P.O. (2005), (Martí, Mercadal 2010).

Una revisión realizada por Yáñez Amorós (2011), muestra los beneficios que aporta la musicoterapia en pacientes oncológicos: disminución de dolor, mejora de síntomas digestivos, refuerzo del sistema inmunológico y mejora del sueño.

Jorge Silva G, Dos Santos Fonseca M & cols (2014) realizaron un estudio descriptivo sobre la disminución de náuseas y vómitos. Lin M; Hsieh Y; Hsu Y; Fetzer S & Hsu M (2011), estudiaron la reducción de ansiedad en 120 pacientes que estaban recibiendo un tratamiento de quimioterapia.

En un estudio realizado en 2011 por (Binns-Turner, Wilson, Pryor. Boyd & Prickett) se observó una disminución de ansiedad y dolor en mujeres a las que se les había practicado cirugía mamaria.

Gutgsell, Schuchuter, Margevicius & cols (2013) realizaron un estudio cuyas conclusiones fueron positivas acerca de la disminución de dolor en pacientes de cuidados paliativos.

O'Callahan en 2001 publicó un artículo llamado Bring Music to Life mostrando beneficios en la mejora de la comunicación, en la ayuda en la expresión de sentimientos y en el aumento del bienestar emocional con pacientes que se encontraban hospitalizados en cuidados paliativos.

Cook & Silverman en 2013, mostraron los efectos que produce una sesión de musicoterapia, aumento de sensación de paz y estado de ánimo.

Considerando la estrecha relación entre los factores fisiológicos y psicológicos, las intervenciones no farmacológicas han sido recomendadas para aliviar el estrés relacionado con los efectos secundarios asociados con la quimioterapia (Clark, 2006).

Introducción a la investigación

La investigación que se ha realizado, ha tenido lugar en Salamanca, bajo la supervisión de la doctora del servicio de oncología Dña. Elvira del Barco Morillo y la doctora en Estadística Dña. Mercedes Sánchez Barba.

Esta investigación ha consistido en la realización y comprobación de los efectos que produce una única sesión de musicoterapia en la relajación, estado emocional y reducción del dolor en el paciente oncológico. Se han realizado sesiones individuales para pacientes ingresados en planta de oncología y cuidados paliativos y sesiones grupales para pacientes que se encontraban en la sala de quimioterapia.

Objetivos

Los objetivos que se han planteado para esta investigación son:

- 1) Evaluar el grado de relajación en los pacientes que recibieron musicoterapia.
- 2) Observar si se han producido cambios en la percepción de dolor.
- 3) Comprobar si se ha modificado el estado anímico de los pacientes una vez finalizada la sesión.

Método

Diseño y método

Se ha diseñado un estudio observacional descriptivo de corte transversal, con el objetivo de conocer el grado de relajación, de dolor, de confort físico, de estado anímico y emocional de los pacientes, antes y después de recibir una sesión de Musicoterapia. Se calcularon medias y desviaciones típicas para las variables cuantitativas, frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas. En el estudio comparativo se utilizó el test de t de Student y cuando los grupos a comparar eran más de dos, se utilizó el Análisis de la Varianza (ANOVA). El análisis de variables cualitativas se llevó a cabo con el test Chi-Cuadrado, o el test de Fisher, dependiendo del tamaño de muestra. El nivel de significación estadística empleado fue $p < 0,05$. El software utilizado para la realización de los análisis ha sido IBM SPSS versión 20.

Selección de la muestra

Los sujetos del estudio fueron seleccionados de forma voluntaria. En las sesiones individuales realizadas en planta de oncología y cuidados paliativos, se ha preguntado habitación por habitación quien quería recibir una sesión de musicoterapia. Para las sesiones grupales realizadas en sala de quimioterapia, los pacientes han realizado el cuestionario de manera voluntaria. Han participado un total de 79 pacientes, siendo 62 pacientes de centro de día, 7 pacientes de cuidados paliativos y 10 pacientes de la planta de oncología. Todos ellos han sido pacientes oncológicos.

En cuanto a las variables sociodemográficas, para la variable *Sexo*, en la muestra analizada se ha encontrado que un 50,6% eran mujeres y un 49,4% hombres. La edad media de los pacientes es de 58,9 años con una desviación típica de 17,1 años. Siendo la edad media de los hombres de 60,8 años con desviación típica 16,6 y la de las mujeres de 57 años con desviación típica de 17,6 años.

Los tipos de cáncer en este estudio han sido diversos. Los estadios de la enfermedad en los que se encontraban los pacientes también han sido variables.

Instrumentos de evaluación y recolección de datos.

El cuestionario se le ha administrado a pacientes que estaban recibiendo quimioterapia en el centro de día, a pacientes ingresados en la planta de oncología y a pacientes ingresados en cuidados paliativos.

Siendo la distribución de frecuencias la que aparece en la **tabla 1**

Tabla 1

Distribución de frecuencias para los tres grupos

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Cuidados paliativos	7	8,9
	Centro de día	62	78,5
	Planta de Oncología	10	12,7
	Total	79	100,0

El cuestionario que se ha utilizado es el cuestionario de Curtis, extraído de un artículo llamado *The effect of music on pain relief and relaxation of the terminally ill* (1986). Los pacientes han cumplimentado este cuestionario antes y después de la sesión. Para este estudio únicamente se han evaluado los datos de relajación y alivio de dolor

El cuestionario consta de la descripción de varios ítems, divididos en poco, moderado y mucho. Cada ítem de poco, moderado y mucho, va subdividido por un valor numérico. Se establece: un poco 1,2,3,4,5,6. Moderado: 7,8,9,10,11,12,13,14. Mucho:15,16,17,18,19. De este cuestionario únicamente se utilizó para la toma de datos, la relajación y el alivio de dolor.

Además en la investigación, se ha incluido un cuestionario de emociones, basado en imágenes en el que los pacientes deben escoger del 0 al 4, la cara con la que se sienten identificados en ese momento, siendo 0 la más triste y 4 la más alegre.

Procedimiento

Las sesiones llevadas a cabo, se han realizado en función a las peticiones y necesidades de los propios pacientes y familiares. Para este estudio, se han obtenido los resultados de la primera sesión de musicoterapia como única muestra. La duración de las sesiones ha variado en función de las necesidades de cada paciente, el tiempo de duración de cada sesión individual ha oscilado desde media hora hasta una hora, para las sesiones grupales realizadas en la sala de quimioterapia el tiempo de duración ha sido de una hora y media.

Para la realización de las sesiones se ha escogido música en directo. La metodología escogida ha sido la siguiente:

- * Melodías con implicación de movimiento para tomar conciencia corporal.
- * Improvisación instrumental. Realización de improvisaciones tanto individuales como grupales con el objetivo de aumentar la comunicación grupal y extrapersonal.
- * Relajación. Realización de relajaciones musicales, mediante respiraciones y movimientos para tomar conciencia de sí mismos
- * Recordatorio de canciones propias de la autobiografía musical de cada paciente.

* Creación de canciones para aumentar la autoestima, elevar el estado anímico de los pacientes y aumentar el optimismo vital.

* Improvisación de letras bajo una base de blues expresando como se encontraba el paciente en ese momento.

Resultados

Evaluación de los pacientes ANTES de recibir la sesión de musicoterapia

En las siguientes tablas (**tablas 2, 3, 4**) vienen representados los porcentajes de respuesta dados por los ítems de relajación, estado emocional y alivio de dolor en cuidados paliativos, centro de día y planta de oncología **antes** de realizar la sesión de musicoterapia.

Tabla 2

Porcentaje de respuesta del ítem de relajación antes de realizar la sesión

RELAJACIÓN		Un poco	Moderado	Mucho	Total
Total	n	21	48	10	79
	%	26,6	60,8	12,7	100
Cuidados Paliativos	n	2	4	1	7
	%	28,6	57,1	14,3	100
Centro de día	n	14	40	8	62
	%	22,6	64,5	12,9	100
Planta de Oncología	n	5	4	1	1
	%	50	40	10	100

Tabla 3

Porcentaje de respuesta del ítem de estado de ánimo antes de realizar la sesión

ESTADO DE ÁNIMO		Mal	Regular	Bien	Muy bien	Total
Total	n	5	38	32	4	79
	%	6,3	48,1	40,5	5,1	100
Cuidados Paliativos	n		2	4	1	7
	%		28,6	57,1	14,3	100
Centro de día	n	4	31	24	3	62
	%	6,5	50	38,7	4,8	100
Planta de Oncología	n	1	5	4	0	10
	%	10	50	0	40	100

Tabla 4

Porcentaje de respuesta del ítem de alivio de dolor antes de realizar la sesión

ALIVIO DEL DOLOR		Un poco	Moderado	Mucho	Total
Total	n	8	32	39	79
	%	10,1	40,5	49,4	100
Cuidados Paliativos	n	2	1	4	7
	%	28,6	14,3	57,1	100
Centro de día	n	4	27	31	62
	%	6,5	43,5	50	100
Planta de Oncología	n	2	4	4	10
	%	20	40	40	100

Evaluación de los pacientes DESPUÉS de recibir la sesión de musicoterapia.

En la siguientes tablas (**tablas 5, 6, 7**) podemos observar los porcentajes de respuesta dado por los tres grupos de pacientes: cuidados paliativos, centro de día y planta de oncología para los tres ítems estudiados, relajación, estado emocional y alivio de dolor **después** de recibir la sesión de musicoterapia.

Tabla 5

Porcentaje de respuesta del ítem de relajación después de realizar la sesión

RELAJACIÓN		Un poco	Moderado	Mucho	Total
Total	n	1	12	66	79
	%	1,3	15,2	83,5	100
Cuidados Paliativos	n	1	1	5	7
	%	14,3	14,3	71,4	100
Centro de día	n	0	9	53	62
	%	0	14,5	85,5	100
Planta de Oncología	n	0	2	8	10
	%	0	20	80	100

Tabla 6

Porcentaje de respuesta del estado de ánimo después de realizar la sesión

ESTADO DE ÁNIMO		Mal	Regular	Bien	Muy bien	Total
Total	n	0	2	33	44	79
	%	0	2,5	41,8	55,7	100
Cuidados Paliativos	n	0	1	1	5	7
	%	0	14,3	14,3	71,4	100
Centro de día	n	0	1	27	34	62
	%	0	1,6	43,5	54,8	100
Planta de Oncología	n	0	0	5	5	10
	%	0	0	50	50	100

Tabla 7

Porcentaje de respuesta de alivio de dolor después de realizar la sesión

ALIVIO DEL DOLOR		Un poco	Moderado	Mucho	Total
Total	n	1	11	67	79
	%	1,3	13,9	84,8	100
Cuidados Paliativos	n	0	2	5	7
	%	0	28,6	71,4	100
Centro de día	n	1	7	54	62
	%	1,6	11,3	87,1	100
Planta de Oncología	n	0	2	8	10
	%	0	20	80	100

Comparación de los resultados obtenidos sobre la evaluación de relajación, estado emocional y alivio de dolor en los pacientes ANTES y DESPUÉS de realizar la terapia

En este apartado se va a analizar si ha habido cambios en las puntuaciones dadas a los ítems por los pacientes antes y después de la terapia.

Los resultados obtenidos para el ítem **relajación** son los siguientes: De los 21 pacientes que contestaron “un poco” antes de la terapia, un 33,3 % ha contestado “moderado” y un 61,9% “mucho” después de la terapia. De los que contestaron “moderado” un 10,4% mantienen la respuesta y un 89,6% la aumenta a “mucho”. Los diez pacientes que contestaron “mucho” antes de la terapia, mantienen la respuesta después. Para este ítem se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los porcentajes obtenidos antes y después, (t de student -14,934), (p valor=0,024).

Un 50% de los 8 pacientes que contestaron “un poco” al ítem **alivio de dolor** han contestado “moderado” y un 37,5% “mucho” después de la terapia. De los 32 que contestaron moderado antes de la terapia un 78,1% han pasado a contestar mucho. Las diferencias existentes de los porcentajes obtenidos en los cuestionarios antes y después, determinan diferencias estadísticamente significativas, (t de student -7,121), (p-valor=0,000).

Al comparar los porcentajes de respuesta dados por los pacientes antes y después de la terapia en el **estado de ánimo**, hemos encontrado diferencias altamente significativas, (t de student -12,487), (p-valor=0,000). Destacamos que los pacientes que estaban muy bien de estado de ánimo antes de la sesión de musicoterapia, se mantienen igual, después de los 5 que se encontraban mal de estado de ánimo, un 80% ha pasado a encontrarse bien o regular, un 57,9% dicen encontrarse bien y el 39,5% muy bien después de la terapia. Y por último destacar que de los que se encontraban bien, un 78,1% dicen encontrarse muy bien después de la terapia.

A continuación se presentan los gráficos (**gráficos 1, 2 y 3**) que muestran la media de los resultados obtenidos por las respuestas dadas antes y después de la realización de la sesión de musicoterapia.

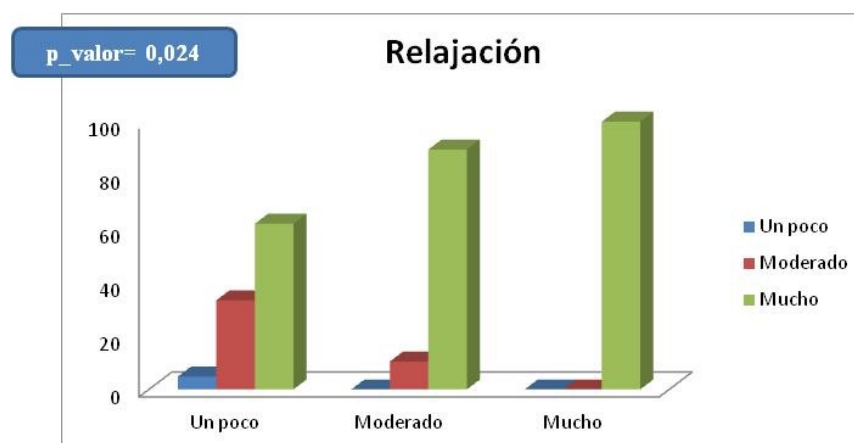


Figura 1

Comparación de resultados en el ítem de relajación antes y después de recibir la sesión de musicoterapia

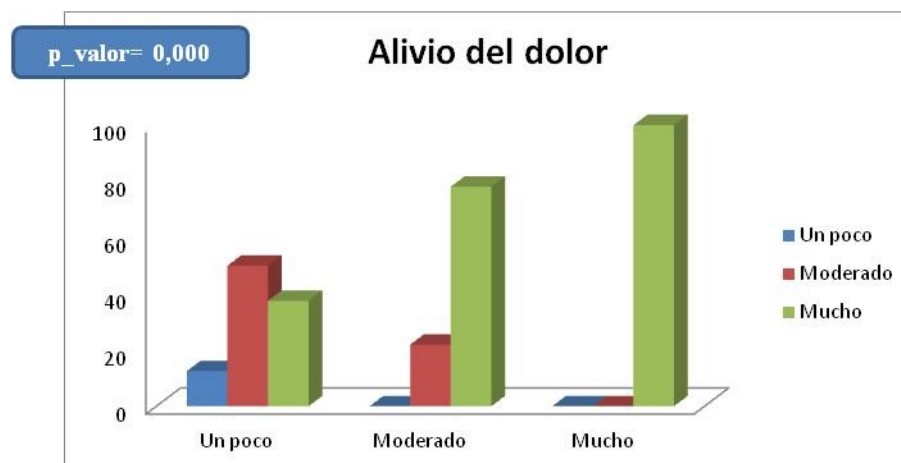


Figura 2
Comparación de resultados en el ítem de alivio de dolor antes y después de recibir la sesión de musicoterapia

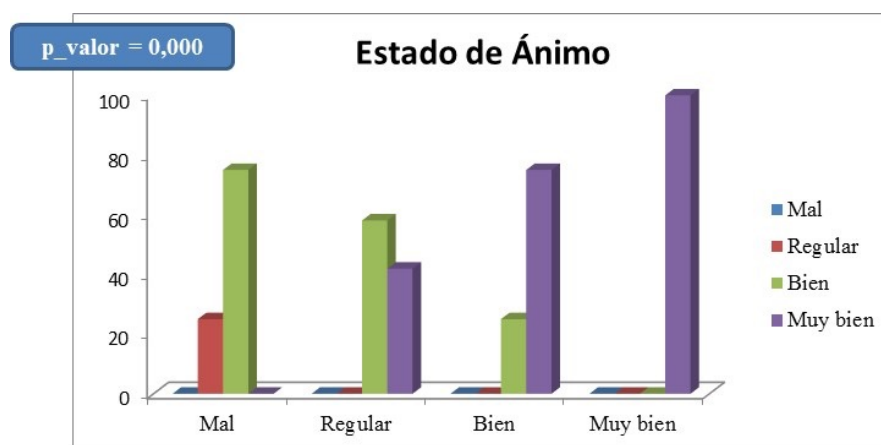


Figura 3
Comparación de resultados en el ítem de estado de ánimo antes y después de recibir la sesión de musicoterapia

En el estudio realizado, se ha incluido la pregunta de si querían volver a recibir una sesión de musicoterapia. Las respuestas se muestran en la **Tabla 8**

Tabla 8

Porcentaje de pacientes que les ha gustado la terapia

<i>¿TE GUSTARÍA VOLVER?</i>		No	Si	Total
Total	n	0	73	73
	%	0	100	100
Cuidados Paliativos	n	0	7	7
	%	0	100	100
Centro de día	n	0	56	56
	%	0	100	100
Planta de Oncología	n	0	10	10
	%	0	100	100

La tabla muestra que a un 100% de los pacientes les gustaría volver a tener una sesión de musicoterapia.

A modo de resumen, los resultados demuestran que ha habido cambios estadísticamente significativos en los cuestionarios realizados después de la sesión.

La relajación ha aumentado un 89,6%

El alivio de dolor ha mejorado un 78,1%

El estado de ánimo ha mejorado un 78,1%

En el cuestionario realizado, se ha dejado espacio para que los pacientes además de contestar con valor numérico a las preguntas, contestaran verbalmente sobre la sensación que habían tenido con la sesión de musicoterapia.

La mayoría de las personas de la sala de quimioterapia escribían que el tiempo se había pasado más rápido, que se habían distraído, animado y relajado.

Como casos particulares, podemos destacar algunos de los comentarios realizados por los encuestados:

A una señora que le tomaron la tensión una vez finalizada la sesión, comentó que estaba muy contenta porque le había bajado la tensión.

Un paciente de 23 años que se encontraba en la sala de quimioterapia escribió: “Ha habido un ambiente increíble, el ambiente tan a gusto que ha habido entre los pacientes y enfermeras”

Una paciente de 82 años comentó : “Te da alegría, te hace pasar un buen rato muy agradable y también se hace más corta la sesión”

Un paciente de 75 años recalcó: “Mi estado de ánimo ha mejorado porque la mente se ha evadido de la enfermedad y quiero volver a repetir la sesión de musicoterapia porque se me ha despejado la mente.

Uno de los pacientes con 80 años de edad, indicó que el dolor había disminuido porque había conseguido relajarse, indicaba que la relajación era muy importante.

“La música es muy relajante y aumenta siempre el estado de ánimo, se debería haber hecho antes”

Otro paciente indicó que su estado de ánimo había mejorado porque no había habido reacción a fármacos.

“Quiero volver a tener una sesión de musicoterapia porque me alegra el espíritu.

“Te saca de esta sensación de abulia y te lleva a un nivel más eufórico”

Un paciente de 60 años de edad escribió que su estado de ánimo había mejorado, porque “rompe con el ruido propio del hospital, te evade, te distrae y te trae recuerdos”

Una señora de 78 años comentó que no cantaba desde la muerte de su marido “ me ha traído recuerdos muy bonitos de la época de cuando hacíamos guateques”.

En cuidados paliativos las respuestas de los pacientes fueron:

“La musicoterapia es una vía de escape”

Un paciente que ingresó en cuidados paliativos para realizarle una transfusión de sangre dijo “si tengo que volver al hospital ya no tengo miedo”

A una paciente que estaba ingresada en la planta de oncología, se le realizó una relajación porque no se encontraba bien. “El sonido del mar me ha llevado hacia mi tierra, Marruecos”.

Discusión

Analizando este estudio se ha podido comprobar que la musicoterapia reduce el dolor, aumenta la relajación y el bienestar emocional. Analizando estudios anteriores se ha observado que la musicoterapia disminuye los síntomas de náuseas y vómitos, reduce la ansiedad y la agitación, aumenta la comunicación e interacción entre pacientes y familiares. En contraposición cabe destacar que se debe seguir investigando cuantitativa y prolongadamente para que las muestras sean de mayor tamaño y

para que se puedan comprobar con más fiabilidad los beneficios que produce la musicoterapia en el campo de la medicina y más concretamente en el campo de la oncología. Además es importante asignar participantes al azar a las condiciones para permitir la generalización de los resultados y que los análisis estadísticos sean más rigurosos.

Conclusiones

Con el trabajo realizado se puede concluir en esta investigación, que la musicoterapia ha sido efectiva en la relajación, bienestar emocional y alivio de dolor en pacientes oncológicos y en diferentes estadios de la enfermedad.

Los resultados han reflejado estadísticamente que el estado de relajación ha aumentado considerablemente. El 89,6% de los pacientes, han pasado de tener una relajación moderada a tener una relajación total. En cuanto al ítem del dolor, los pacientes han pasado de un estado moderado de dolor a un alivio completo de dolor en un 78,1%. En el estado emocional se ha podido comprobar que un 81,8% de los pacientes han pasado de estar bien a muy bien.

A modo personal se ha observado que según iba avanzando la sesión, los pacientes comenzaban a estar más cómodos y tranquilos, comenzaban a sonreír a cantar y a interactuar de una manera más natural y relajada con sus familiares.

Estos resultados se han obtenido sobre una única sesión. Si con tan sólo una sesión se muestran estos resultados, un proceso prolongado con esta terapia se considera que podría favorecer una mayor expresión emocional y un continuo aumento del estado anímico y del bienestar emocional.

Como conclusión final se puede destacar desde el punto de vista personal de la musicoterapia, que la musicoterapia ha permitido ver al paciente como una persona y no como sólo una enfermedad. Ha permitido la interacción entre familiares y pacientes, ha favorecido un ambiente de alegría, de miradas, de sonrisas y de recuerdos.

Referencias bibliográficas

- Binns-Turner, PG. Wilson, LL. Pryor, ER. Boyd, GL. & Prickett, CA. Perioperative music and its effects on anxiety, hemodynamics, and pain in women undergoing mastectomy. *AANA Journal*; 79 (4): 21-27
- Burns, S.J., Harbuz, M.S., Huckelbridge, F., & Bunt, L. (2001). A pilot study into the therapeutics effects of music therapy at a cancer help center. *Journal Alternative Therapies in Health and Medicine*, 7 (1), 48-56.
- Burns, D.S., Sledge, R.B., Fuller, L.A., Daggy, J.K., & Monahan, P.O. (2005). cancer patient's interest and preferences for music therapy, *Journal Music therapy*, 32 (3), 185-199.
- Clark, M. (2006). Use of prefer music to reduce emotional distress and symptom activity during radiation therapy. *Journal of Music Therapy*, 43 (3), 247-265.
- Cook, EL. & Silverman Gutschell, KJ. Schluchter, M. Margevicius, S. & De Golia, PA. McLauhlin, B. Harris, M. Music therapy reduces pain in palliative care patients: A randomized controlled trial. *Journal of pain and symptom management* 2013; 45(5), 822-831.
- Lin, M. Hsieh, Y. Hsu, Y. Fetzer, S. & Hsu, M. A randomised controlled trial of the effect of music therapy and verbal relaxation on chemotherapy-induced anxiety. *Journal of Clinical Nursing* 2011, 20, 988-999.
- Martí, P. & Mercadal. M. (2010). *Musicoterapia en medicina*. Barcelona Editorial Médica Jims.
- Cook, E. L., & Silverman, M. J. (2013) Effects of music therapy on spirituality with on a medical oncology/ hematology unit: A mixed-methods approach. *The Arts in Psychotherapy*; 40: 239-244.
- Curtis, S. (1986) The effects of music on pain relief and relaxation of the terminally ill. *Journal of Music Therapy*, 23, 10-24
- O'Callaghan, C. Bring Music to Life: a study of music therapy and palliative care experiences in a cancer hospital. *Journal of Palliative Care* 2001; 17 (3): 155-160.
- Silva, G.J, dos Santos Fonseca, M. Bezerra Rodrigues, A. Peres de Oliveira, P. & Chaves Moreira, M.M. Utilização de experiências musicais como terapia para sintomas de náusea e vômito em quimioterapia. *Revista Brasileira de Enfermagem* 2014; 67 (4): 630-636.

Yáñez, A.B. *Musicoterapia en el paciente oncológico*. Cultura de los Cuidados, 15 (29): 57-73.

Recibido: 01/06/2015
Aceptado: 21/07/2015

ⁱ Profesora del conservatorio profesional de música de Salamanca.

ⁱⁱ Doctora del departamento de estadística de la Facultad de medicina de Salamanca

ⁱⁱⁱ Doctora y médico oncóloga del Hospital Universitario de Salamanca

Sugerencia de cita:

Rodríguez, P.; Sánchez, M. y Del Barco, E. (2017). Investigación en musicoterapia sobre la relajación, estado emocional y reducción del dolor en el enfermo Oncológico. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 1, 32-47