

A TRAVÉS DEL PENTAGRAMA

TERAPIA MUSICAL ENFERMERA COMO ALIVIO PARA LA ANSIEDAD EN ESQUIZOFRENIA

AUTORAS: Candela Garrido Omar (1) , Adriana Fernández Camino (2) , Susana María González Conesa (3) , Maria Carmen Blanco González (4) y Aitziber Azaldegui Garmendia (5)
1: Enfermera Especialista en Salud Mental, Unidad de Agudos del Hospital San Agustín, Avilés. 2: Enfermera Especialista en Salud Mental, Hospital Comarcal de Laredo, Cantabria. 3 y 5: Residente de Enfermería Especialista en Salud Mental, Avilés. 4: Enfermera Especialista en Salud Mental, Hospital de Día de Salud Mental, Avilés.

INTRODUCCIÓN

Basada en teorías como la de Florence Nightingale sobre el entorno terapéutico o Dorothea Orem y el déficit de autocuidado, la terapia musical es vista como una **intervención enfermera** recogida dentro de la NIC como **Terapia Musical (4400)**, que puede ayudar a mejorar la autoestima, reducir síntomas de ansiedad y aliviar la sintomatología esquizofrénica. Esta alternativa de trabajo otorga una posibilidad más a la **Enfermera Especialista en Salud Mental** de ampliar el campo de complementación del tratamiento farmacológico, utilizando recursos más **humanizados** que apuestan por un tratamiento integral y holístico, mejorando por tanto también la calidad de vida de los pacientes sobre los que se aplica.

METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una revisión sistemática en PubMed y Scielo en septiembre de 2024, utilizando las palabras clave: Enfermería, terapia musical y ansiedad.
De los artículos encontrados se seleccionaron 3 por su relevancia y relación con el interés de este trabajo.

OBJETIVOS

- **General:** explicar los beneficios de la terapia Musical impartida por una enfermera especialista sobre los niveles de ansiedad en pacientes con esquizofrenia.
- **Específico:** justificar la importancia de utilizar recursos que complementen el tratamiento farmacológico desde un punto de vista más humanizado.

DESARROLLO

La terapia musical se entiende como una **intervención efectiva y complementaria** del tratamiento farmacológico para reducir la ansiedad y mejorar la calidad de vida en pacientes con esquizofrenia. Esta metodología se encuentra recogida dentro de la Clasificación de Intervenciones de Enfermería como "Terapia Musical" y se define como la "utilización de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos o fisiológico".

Desde un enfoque mucho más **humanizado y menos costoso** que otras alternativas terapéuticas, se observa que en el caso de la esquizofrenia esta intervención enfermera disminuye la ansiedad, **reduce la sintomatología propia del trastorno** como alucinaciones y delirios y aumenta la calidad de vida y autoestima de los que la practican.

A su vez, esta terapia no solo tiene **efectos positivos** sobre los niveles de ansiedad, sino que también ayuda a mejorar las capacidades y competencias sociales de los pacientes al tener un impacto directo sobre los niveles de estrés y de agitación. Siendo por tanto el complemento idóneo de los tratamientos farmacológicos.

Así mismo, este tipo de intervención no solo es aplicable a pacientes con esquizofrenia, sino que también se observa como es **eficiente sobre la disminución de los niveles de ansiedad** en pacientes diagnosticados de Alzheimer, depresión o demencia.

CONCLUSIONES

Es **competencia de la enfermera especialista** el uso de alternativas terapéuticas a la farmacología que complementen y potencien su efecto. En conjunto, los estudios revisados coinciden en que la musicoterapia es una **herramienta terapéutica efectiva, poco costosa y propia** de las intervenciones de enfermería especialista en Salud Mental.

BIBLIOGRAFÍA

- (1). La Terapia Musical como apoyo al tratamiento de la esquizofrenia. Diseño de intervención: Rosario González, ME. La Terapia Musical como apoyo al tratamiento de la esquizofrenia. Diseño de intervención. Portal de Producción Científica de la Asociación Nacional de Enfermería de Salud Mental. 2010. Acceso el 8 de Octubre de 2024: <https://portalcientifico.uah.es/documentos/6675ce3bba7d30377ab2ec65?lang=ca>
- (2). Terapia musical, una alternativa para personas con trastornos mentales: Santos, M. Terapia musical, una alternativa para personas con trastornos mentales. Revista Digital Universitaria. 2023. Acceso el 8 de Octubre de 2024: https://www.revista.unam.mx/2023v24n6/terapia_musical_una_a_lternativa_para_personas_con_trastornos_mentales/
- (3). Musicoterapia en la salud mental: una alternativa de solución: Centella-Centeno, DM. Musicoterapia en la salud mental: una alternativa de solución. Investigación E Innovación: Revista Científica De Enfermería. 2021. Acceso el 8 de Octubre de 2024: <https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1255>

