



7 al 21  
de mayo,  
2018

IV Congreso Virtual Inter-  
nacional de Enfermería  
en Salud Mental

# ¿QUÉ UTILIDAD TIENE LA MÚSICA EN LOS PACIENTES DE SALUD MENTAL?

**AUTORES:** IBÁÑEZ ORTIZ, JOSÉ MARÍA; MORALES SÁNCHEZ, BELINDA; VILLEGAS MARTÍN, MARÍA DEL CARMEN. \*

\* HOSPITAL TORRECÁRDENAS (ALMERÍA)

## INTRODUCCIÓN:

Desde la prehistoria se conoce el uso de la música en ritos mágicos, religiosos y de curación. Los primeros escritos datan de Egipto atribuyendo a la música influencia sobre la fertilidad de la mujer. Son los griegos los que sientan las bases científicas de la musicoterapia pero no es hasta el siglo XVIII cuando se empieza a estudiar los efectos sobre el organismo desde el punto de vista científico.

Cuando hablamos de ésta técnica nos referimos al uso de la música o sus elementos para facilitar la comunicación, las relaciones, el aprendizaje,.. así como satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. Este enfoque terapéutico utiliza la música para ayudar a las personas con trastornos mentales graves a mejorar sus emociones, sus relaciones y su calidad de vida.

En este estudio abordamos tres trastornos dentro de la salud mental en el adulto donde el uso de la música puede tener beneficios para estos pacientes como son la esquizofrenia, la depresión y el insomnio.

## OBJETIVO:

El objetivo general de este trabajo es conocer la utilidad de la música en diferentes problemas relacionados con la Salud Mental.

## MATERIAL/MÉTODO:

Se llevó a cabo una revisión bibliográfica de la literatura de los últimos 10 años. La búsqueda se ha llevado a cabo en las bases de datos Scielo, Cuiden, Cochrane y Pubmed tanto en inglés como en castellano con las palabras clave musicoterapia, salud mental, esquizofrenia, depresión, insomnio.

## RESULTADOS:

Abordamos tres problemas relacionados con la salud mental como son la esquizofrenia, la depresión y el insomnio.

Una revisión Cochrane de 2017 concluye que aun obteniendo evidencia moderada o baja sugieren los resultados que la musicoterapia como adición a la atención estándar mejora el estado global, el estado mental (incluidos los síntomas negativos y generales), el funcionamiento social y la calidad de vida de las personas con esquizofrenia pero dependen del número de sesiones así como de la calidad de la musicoterapia provista.

Otra revisión de 2015 con respecto al insomnio en adultos sugiere que escuchar música puede mejorar la calidad del sueño existiendo estudios que informan sobre otros aspectos del sueño como el tiempo que se tarda en dormir, la cantidad de sueño real y el número de veces que se despierta no encontrando pruebas que permitan afirmar que la música beneficia a estos aspectos.

En cuanto a la depresión los resultados de los ensayos aleatorios individuales indican que la musicoterapia es aceptada por personas con depresión y está asociada con mejoras en el estado de ánimo pero dada la escasez de estudios y con calidad metodológica mala no se está seguro de su efectividad por lo que se requieren más estudios.

## CONCLUSIONES:

La música ayuda al desarrollo de habilidades, mejora la comunicación, mejora la expresión de emociones, el funcionamiento social y la calidad de vida de las personas con trastornos de salud mental.

La musicoterapia parece ayudar a las personas con esquizofrenia, con depresión y con insomnio pero se necesita más investigación para confirmar los efectos positivos encontrados en esta revisión.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Geretsegger M, Mössler KA, Bieleninik , Chen XJ, Heldal TO, Gold C. *Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders*. Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 5.
2. Jespersen KV, Koenig J, Jennum P, Vuust P. *Music for insomnia in adults*. Cochrane Database of Systematic Reviews 2015, Issue 8.
3. Aalbers S, Fusar-Poli L, Freeman RE, Spreen M, Ket JCF, Vink AC, Maratos A, Crawford M, Chen X, Gold C. *Music therapy for depression*. Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 11.