

## **“Efecto de la musicoterapia en el estado anímico y calidad de vida de los pacientes con cáncer hematológico y de sus cuidadores”**

El *Institut de Recerca del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau*, en colaboración con la *Fundació Oncolliga* y la *Escola Superior de Música de Catalunya*, ha diseñado un nuevo Programa de Musicoterapia para ser implementado en la Unidad de Hematología del *Hospital de la Santa Creu i Sant Pau* de Barcelona.

El programa pretende estudiar el efecto de la musicoterapia en los pacientes diagnosticados de cáncer onco-hematológico así como en sus cuidadores familiares y en miembros del staff sanitario de esta unidad.

### **¿Qué es la musicoterapia?**

Una de las definiciones más extendidas de esta disciplina es: “la utilización sistemática de la música, en un entorno terapéutico, dirigida por un musicoterapeuta profesional, para restaurar, mantener y/o mejorar la salud de las personas. La finalidad es promover cambios deseables en el funcionamiento físico, cognitivo y/o psicosocial de las personas que viven un problema de salud...”<sup>(1)</sup>.

El campo médico-hospitalario es uno de los diferentes campos de aplicación de la musicoterapia, destacando entre otros, la musicoterapia oncológica y onco-hematológica. A lo largo de los años, los estudios han ido demostrando cómo la musicoterapia es un coadyuvante efectivo y una intervención terapéutica en este ámbito –ofreciendo un enfoque multimodal e integral– que permite cuidar las necesidades del paciente tanto a nivel físico como psicosocial.

### **¿Cuáles son los beneficios de la musicoterapia en el contexto onco-hematológico?**

Algunos de los beneficios reportados en la literatura científica son la reducción de la ansiedad, distrés y fatiga, así como el aumento de los estados de relajación y bienestar, y la mejora del estado anímico después de participar en sesiones de musicoterapia<sup>(2-12)</sup>.

También en el caso de las personas cuidadoras, las sesiones de pueden favorecer un espacio de ventilación y soporte emocional, a ayudar a compensar los sentimientos de soledad, a trabajar habilidades de comunicación y relación, y a contribuir así en la mejora de su bienestar emocional<sup>(13)</sup>.

### **¿Cuál es la finalidad de este nuevo proyecto?**

La finalidad principal de este proyecto es la de iniciar un programa de musicoterapia en la Unidad de Hematología del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau para evaluar su eficacia en la mejora del estado anímico y calidad de vida de las personas con cáncer onco-hematológico y de sus cuidadores.

### **¿Cuál es el objeto y diseño del estudio? ¿Cómo será evaluado?**

Las variables de estudio son el estado de ánimo, la calidad de vida y la valoración del programa por parte de los participantes. Se trata de un estudio unicéntrico de intervención no farmacológica (estudio cuasiexperimental). La evaluación se llevará a cabo mediante una batería de instrumentos psicométricos que valorarán el estado de ánimo (Escala POMS-A<sup>(14)</sup>, Escala HAD<sup>(15)</sup>, Escala Verbal Numérica) y la calidad de vida (Cuestionario EORTC-QLQ-C30<sup>(16)</sup>) de los participantes, así como su valoración y percepción del programa de musicoterapia (Cuestionario CVPMT<sup>(17)</sup>). También se recogerán datos sociodemográficos y clínicos.

### **¿A quién va dirigido?**

Este programa ofrecerá sesiones de musicoterapia específicamente diseñadas y dirigidas a:

- Las personas afectadas de enfermedad onco-hematológica, que se encuentren ingresadas en la unidad, ya sea en cámara de aislamiento como en habitación
- Las personas cuidadoras familiares, que estén acompañando a su familiar ingresado
- Los profesionales sanitarios de la unidad

### **¿Cuáles son los objetivos terapéuticos que se trabajarán?**

Los objetivos terapéuticos de esta intervención con musicoterapia son:

1. Mejorar el estado anímico de los participantes, reduciendo los niveles de ansiedad, depresión, y/o malestar físico.
2. Favorecer la expresión y ventilación emocional.
3. Promover la socialización y comunicación con la musicoterapeuta y/o con otros participantes.
4. Practicar e integrar técnicas de relajación con música en el día a día.

## **¿Cómo se llevará a cabo?**

El diseño de este programa contempla un tratamiento de musicoterapia, con sesiones de frecuencia semanal, de entre 15-60 minutos de duración y en formato individual o grupal. Las sesiones serán implementadas por una musicoterapeuta profesional, especializada en psicooncología. Se realizará un seguimiento con los profesionales de la unidad.

## **¿En qué consiste una sesión de musicoterapia?**

Las sesiones se adaptan siempre a cada persona y a cada grupo, y se diseñan en función de los objetivos terapéuticos formulados para cada caso.

En términos generales, las sesiones irán dirigidas a trabajar principalmente la dimensión emocional y social-relacional de los participantes, a fin de mejorar su estado de ánimo y calidad de vida. El tratamiento de musicoterapia pretende abordar aspectos como: la expresión de miedos, pérdidas, tristeza, rabia, así como dificultades de afrontamiento de situaciones en el día a día, ya sea desde la perspectiva de persona enferma, como desde la de cuidador formal o informal. También se pretende fomentar la libre expresión de aquellos aspectos agradables, positivos y enriquecedores que la persona puede experimentar pese a estar viviendo una situación onco-hematológica.

Otros objetivos tienen también en cuenta la dimensión física-corporal de la persona (como el entrenamiento en relajación, la estimulación y activación física, etc.) así como la cognitiva (atención-concentración, distracción de miedos y preocupaciones, reconocimiento de patrones de pensamiento negativo y automático, creencias irracionales, etc.). Todo ello con la finalidad de ayudar a los participantes a poner en práctica diferentes estrategias de autorregulación emocional, a partir de la expresión y ventilación emocional, de la expresión y canalización de emociones y sentimientos a nivel verbal y no verbal mediante la música, de la facilitación de estados de relajación, de la evasión y distracción de preocupaciones, y de la interacción y comunicación con la musicoterapeuta y/o otros miembros del grupo.

El diseño de técnicas y actividades musicoterapéuticas se dirige específicamente a trabajar los objetivos antes descritos, y siguiendo las recomendaciones de estudios especializados en esta materia que promueven una combinación de técnicas activas (cantar canciones, tocar instrumentos musicales, improvisación, movimiento y música,...) y

pasivo-receptivas (como la audición musical, análisis lírico, y relajación acompañada de música).

### **¿Cuáles son los aspectos a destacar de este proyecto?**

En base a las líneas de mejora de investigación apuntadas en los estudios realizados en este ámbito, se considera que los puntos de interés del diseño de este programa son: la aplicación de la musicoterapia no solo a las personas enfermas sino también a sus cuidadores familiares y sanitarios; el diseño del proyecto con sesiones de seguimiento, la combinación de técnicas de musicoterapia de tipo receptivo y activo, y la presencia de una musicoterapeuta profesional en coordinación con el equipo. Todo ello en coordinación a su vez entre el equipo de expertos en onco-hematología, en investigación, en psicooncología y en musicoterapia.

### **¿Por qué apoyar este proyecto?**

Porque con tu donación contribuirás:

- a acercar la música a una persona ingresada en una cámara de aislamiento,
- a que pueda sentirse acompañada y apoyada por la música, y por un profesional especializado en musicoterapia,
- a que pueda participar en experiencias musicales que le permitan expresar sus sentimientos, relacionarse y contrarrestar así su situación de aislamiento,
- a distraerse mientras toca instrumentos musicales,
- a aprender a utilizar la música para relajarse en su día a día o para conseguir algo más de activación y tono vital según necesite...

Si apoyas este proyecto, significa que contribuirás también a acercar la música a aquellas personas que se encuentran acompañando a su familiar enfermo. Y, además, contribuirás a que los profesionales sanitarios puedan tener un espacio para ser cuidados a través de la musicoterapia.

Con la musicoterapia, vamos a cuidar a la persona enferma y vamos a cuidar al que cuida.

## Referencias bibliográficas

1. American Music Therapy Association (AMTA). (2021). Recuperado de <http://www.musictherapy.org/about/musictherapy/> [1/3/2021]
2. Cassileth BR, Vickers AJ, Magill LA. (2003). Music therapy for mood disturbance during hospitalization for autologous stem cell transplantation: a randomized controlled trial. *Cancer*, 98(12), 2723-2729.
3. Tilch S, Haffa-Schmidt U, Wandt H, Kappauf H, Schafer K, Birkmann J. (1999). Supportive music therapy improves mood states in patients undergoing myeloblastic chemotherapy. *Bone Marrow Transplant*, 23, Supple 1, 566.
4. Ratcliff CG, Prinsloo S, Richardson M, Baynham-Fletcher L, Lee R, Chaoul A, Cohen MZ, de Lima M, & Cohen L. (2014). Music therapy for patients who have undergone hematopoietic stem cell transplant. *Evid Based Complementary and Alternative Medicine* 742941. doi: 10.1155/2014/742941. Epub 2014 Jan 9. PMID: 24527052; PMCID: PMC3913188.
5. Bates D, Bolwell B, Majhail NS, Rybicki L, Yurch M, Abounader D, Kohuth J, Jarancik S, Koniarczyk H, McLellan L, Dabney J, Lawrence C, Gallagher L, Kalaycio M, Sobeks R, Dean R, Hill B, Pohlman B, Hamilton BK, Gerds AT, Jagadeesh D, & Liu HD. (2017). Music Therapy for Symptom Management After Autologous Stem Cell Transplantation: Results From a Randomized Study. *Biol Blood Marrow Transplant*. Sep;23(9):1567-1572. doi: 10.1016/j.bbmt.2017.05.015. Epub 2017 May 19. PMID: 28533058.
6. Andersen D; Pitts, MA; & Silverman MJ. (2012). Immediate Effects of Music Therapy on Fatigue in Hospitalized Patients on a Bone Marrow Transplant Unit: A Pilot Study *Korean Journal of Music Therapy*,14(2):47-64 doi: 10.21330/kjmt.2012.14.1.47
7. Fredenburg, H. A., & Silverman, M. J. (2014). Effects of music therapy on positive and negative affect and pain with hospitalized patients recovering from a blood and marrow transplant: A randomized effectiveness study. *Arts in Psychotherapy*, 41(2), 174-180. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2014.01.007>
8. Geyik, Gİ, Doğan, S, Ozbek, H, & Atayoglu, AT. (2020). The effect of music therapy on the physical and mental parameters of cancer patients during hematopoietic stem cell transplantation. *Perspect Psychiatr Care*, 1– 7. doi.org/10.1111/ppc.12578
9. Dóro CA, Neto JZ, Cunha R, & Dóro MP. (2017). Music therapy improves the mood of patients undergoing hematopoietic stem cells transplantation (controlled randomized study). *Support Care Cancer*,25(3):1013-1018. doi: 10.1007/s00520-016-3529-z. Epub 2016 Dec 12. PMID: 27942868.

10. Dóro CA, Neto JZ, Cunha R, & Dóro MP. (2018). Music therapy decreases anxiety of patients undergoing hematopoietic stem cell transplantation (controlled randomized study). *Biomedical Journal of Scientific & Technical Research*. doi: 10.26717/BJSTR.2018.08.001593
11. Humphrey H. (2016). Current practices in music therapy with bone marrow and organ transplant recipients. (doctoral dissertation) University of Kentucky. <http://dx.doi.org/10.13023/ETD.2016.251>
12. López Ruiz, Alfonso (2017). Intervención musicoterapéutica en pacientes oncohematológicos sometidos a trasplante autólogo : aplicación del modelo Helen bonny de Imagen Guiada y Música (Tesis doctoral). Universidad de Murcia. Recuperada de <http://hdl.handle.net/10201/56295>
13. Dvorak A. (2007). Music therapy support groups for individuals diagnosed with cancer and their families. Arthur Flagler Fultz Research. Silver Spring, Maryland: American Music Therapy Association.
14. Fuentes, Y., García Merita, M., Melià, J. L., & Balaguer, Y. (1994). Formas paralelas de la adaptación valenciana del Perfil de Estados de Ánimo (POMS). En IV Congreso de Evaluación Psicológica, 21-24 de Septiembre. Santiago de Compostela. España.
15. Zigmond AS, Snaith RP. (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 67, 361-370.
16. Aaronson, N. K., Ahmedzai, S., Bergman, B., Bullinger, M., Cull, A., Duez, N. J., ... de Haes, J. C. (1993). The European Organization for Research and Treatment of Cancer QLQ-C30: a quality-of-life instrument for use in international clinical trials in oncology. *Journal of the National Cancer Institute*, 85(5), 365-76. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8433390>
17. Martí, P. (2016). Efecto de la musicoterapia en el estado anímico y calidad de vida de los pacientes con cáncer (Tesis doctoral). Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna, Universitat Ramon Llull. Barcelona. Recuperada de <https://www.tesisenred.net/handle/10803/359398#page=1>