



Afecto materno contra el estrés

Los niños que durante su infancia recibieron mucho afecto materno están más capacitados cuando son adultos para hacer frente a situaciones de angustia.



Consultorio

Deja tus dudas de salud en manos de los mejores especialistas

La musicoterapia alivia los síntomas de la fibromialgia

ESCRITO POR EFE

Lunes, 17 de Enero de 2011 16:35



Científicos de la Universidad de Granada han constatado que la musicoterapia, unida a técnicas de relajación con imágenes guiadas, disminuye los síntomas asociados a la fibromialgia como el dolor, la depresión, la calidad del sueño y la ansiedad, por lo que mejora la calidad de vida de estos enfermos.

Así lo pone de manifiesto un estudio experimental, pionero en Europa, que ha evidenciado que estas dos técnicas mejoran el bienestar del enfermo, que tiene así la posibilidad de participar en el proceso de su propia curación, ha informado la Universidad de Granada.

La investigación se ha llevado a cabo con pacientes de **fibromialgia** de las provincias de Granada, Almería y Córdoba. A todos ellos se les realizó un test basal (al inicio del tratamiento), un test post-basal a las cuatro semanas de intervención y un segundo test post-basal a las ocho semanas de tratamiento, coincidiendo con el final del estudio.

Los científicos aplicaron la **técnica de relajación con imágenes guiadas** y la **musicoterapia** a través de sesiones con el investigador, fundamentalmente mediante discos compactos proporcionados a los enfermos, que constituyeron el tratamiento domiciliario.

En todos ellos analizaron variables relacionadas con los principales síntomas de estos pacientes, como la intensidad del dolor, la calidad de vida, el impacto de la enfermedad en su vida cotidiana, los trastornos del sueño, la ansiedad, la depresión, la autoeficacia del paciente, el estado de bienestar y la participación en su propio cambio mediante el conocimiento de su enfermedad.

La fibromialgia es una enfermedad crónica que afecta y condiciona al paciente en su vida social, personal y laboral, y que requiere, por tanto, un abordaje multidisciplinar, fruto del trabajo conjunto de médicos, fisioterapeutas, licenciados en ciencias de la actividad física y del deporte, psicólogos y enfermeros.

Este trabajo confirma que la **Enfermería** tiene herramientas -como la relajación con imágenes guiadas y la musicoterapia receptiva- que son eficaces en el tratamiento sintomático alternativo de esta enfermedad. El bajo coste, la fácil aplicación, sus numerosos beneficios y el hecho de que el paciente pueda aplicar el tratamiento en su hogar son algunas de las ventajas de esta técnica, según la Universidad.

No obstante, los científicos advierten de que se necesitan más estudios empíricos que aborden otras variables fisiológicas relacionadas con el bienestar producido por estas dos técnicas y que profundicen en la "autoeficacia y poder personal del paciente" para participar en el proceso de su propia curación.

El trabajo ha sido realizado por María Dolores Onieva Zafra, del Departamento de Enfermería de la Universidad de Granada, y dirigido por los profesores Adelaida Castro Sánchez, Carmen Moreno

Secciones de Salud

- [Alergias y alergología](#)
- [Cardiología y cuidados del corazón](#)
- [Cirugía estética y obesidad](#)
- [Dentista y salud dental](#)
- [Dermatología y cuidado de la piel](#)
- [Embarazo y Ginecología](#)
- [Farmacia y consejos farmacéuticos](#)
- [Fisioterapia y rehabilitación](#)
- [Medicina General](#)
- [Neumología y terapias respiratorias](#)
- [Nutrición y hábitos alimenticios](#)
- [Oftalmología, óptica y visión](#)
- [Oído y soluciones auditivas](#)
- [Oncología y tipos de cáncer](#)
- [Pediatría y salud infantil](#)
- [Psicología y salud mental](#)

Publicidad

Anuncios Google

y Guillermo Matarán. Parte de los resultados serán publicados próximamente en la revista "Pain Management Nursing".

(0 Votos)

Subir

Escribir un comentario

SALUD IDEAL no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.

Nombre (requerido)

E-mail (requerido)

Sitio web

Restan: 1000 símbolos

Suscribirse a la notificación de nuevos comentarios



Refrescar

Enviar

JComments

Máster en Musicoterapia

37ª edic. En BCN, BIO, MAD, VLC. y distancia.

Título Universidad Vic

www.isep.es

Servicio Andaluz de Salud

Oposita y Obtén Tu Plaza Fácilmente Formación

Personalizada. Infórmate

www.MasterD.es/OposicionesSalud

Terapia para Diabetes

Tratamiento con Células Madre Provenientes de su propio organismo

www.xcell-center.es/Diabetes

Psicólogos Marbella

Centro Medico A. Hallin Psiquiatra Tel 952

771197 consulta@ahallin.com

www.alejandrahallin.com

Especial Informativo



Parque de la Salud

Monográfico informativo sobre el Parque Tecnológico de la Salud en Granada

Enlaces

[Lotería del Niño](#)

[Lotería de Navidad 2010](#)

[Turismo en Granada](#)

[Shopping Granada](#)

Enlaces

[Salud Ideal](#)

[Actualidad](#)

[Profesionales](#)

[Consultorio](#)

[Farmacias](#)

[Contactar](#)

Últimas noticias

La musicoterapia alivia los síntomas de la fibromialgia

Alimentos que ayudan a dormir

¿Podemos evitar las enfermedades respiratorias a nuestros hijos?

La crisis económica puede generar obesidad

La incidencia de la gripe en Andalucía es mucho menor que la media nacional

Popular

Cita médica previa con "Salud Responde"

Síntomas de la gripe A - H1N1

Potomanía, el problema de beber agua en demasía

La diabolimia y la drunkorexia, dos nuevos trastornos alimentarios

Los pacientes crónicos se liberan de las interminables visitas a por recetas

Lo que se comenta

La gripe, una vacuna necesaria

¿Podemos evitar las enfermedades respiratorias a nuestros hijos?

Cita médica previa con "Salud Responde"

¿Sabes lo que es el pterigium?

Psiquiatras instan a que enfermos mentales tengan medidas para dejar de fumar