Publicidad

TRATAMIENTO DOMICILIARIO

La musicoterapia mejora la calidad de vida de los pacientes de fibromialgia

Científicos de la Universidad de Granada han demostrado que la musicoterapia, unida a una serie de técnicas de relajación con imágenes guiadas, disminuye de manera notable los síntomas asociados a la fibromialgia, como dolor, depresión, calidad del sueño y ansiedad, por lo que mejora la calidad de vida de estos pacientes.

Redacción - Miércoles, 19 de Enero de 2011 - Actualizado a las 00:00h.

Un estudio experimental ha puesto de manifiesto que este tipo de técnicas mejoran el bienestar y el poder personal del enfermo, que tiene así la posibilidad de participar en el proceso de su curación.

La investigación se ha llevado a cabo con pacientes con fibromialgia de Granada, Almería y Córdoba. A todos ellos se les realizó un test basal al inicio del tratamiento, un test posbasal a las 4 semanas de intervención, y un segundo test posbasal a las 8 semanas de tratamiento, coincidiendo con el final del estudio.

Los investigadores aplicaron las técnicas de relajación con imágenes guiadas y musicoterapia receptiva a través de sesiones con el investigador y, fundamentalmente, mediante CD proporcionados a los pacientes, que constituyeron el tratamiento domiciliario.

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

Los investigadores, representados por María Dolores Onieva Zafra, del Departamento de Enfermería de la Universidad de Granada, apuntan 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".

Este trabajo ha sido dirigido por los profesores Adelaida Castro Sánchez, Guillermo Matarán y Carmen Moreno. Parte de los resultados han sido aceptados para publicarse en la revista *Pain Management Nursing*.