08:44 | jueves, 09 de junio de 2011 Salud

La musicoterapia alivia los síntomas de la fibromialgia y mejora la calidad de vida de los enfermos

Un estudio experimental, pionero en toda Europa, ha puesto de manifiesto que estas dos técnicas mejoran el bienestar y el poder personal del enfermo, que tiene la posibilidad así de participar en el proceso de su propia curación

Los investigadores aplicaron la técnica de relajación con imágenes guiadas

Galería de Imágenes

Científicos de la Universidad de Granada han demostrado que la musicoterapia, unida a una serie de técnicas de relajación con imágenes guiadas, disminuye notablemente 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 pacientes.

Esta 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 4 semanas de intervención y un segundo test postbasal a las 8 semanas de tratamiento, coincidiendo con el final del estudio.

Los científicos de la UGR aplicaron la técnica de relajación con imágenes guiadas y la musicoterapia receptiva a los pacientes a través de sesiones con el investigador y, fundamentalmente, mediante CDs 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. Según explican los investigadores de la UGR, su trabajo confirma que la Enfermería tiene herramientas (como la técnica de relajación con imágenes guiadas y la musicoterapia receptiva) que han demostrado ser eficaz 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.

Con todo, los científicos 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".

Fuente: Universidad de Granada – España

Herramientas

imprimir

enviar por e-mail

A A A

RSS

Compartir

4

Anuncios Google

Experto Universitario
Intervención Logopédica
Universidad de Alcala
www.ich.es

Aprende Meditacion
Descubre el Poder de la Meditacion en Estado Alfa. Lecciones Gratis.
www.metodosilvadevida.com

Cuida tu salud y belleza
Nosotros nos ocupamos de tu pelo 1ª Consulta y 3 Sesiones Gratis !
www.svenson.es

Universidad de Granada
Por tu futuro, estudia en Granada un Grado Oficial en Fisioterapia
estudiaengranada.ugr.es

Comunidad Fabry España
¿Necesitas ayuda? Únete a nuestro grupo de autoayuda
sindromefabry.org

Mujer Y Salud
Consejos para disfrutar de la vida i Infórmese en www.Tena.es !
www.tena.es

Técnicas de Relajación
Curso Verano 30 Jul-7 Agos. Sevilla Formación-Cursos-Talleres-Eventos
www.saludcreativa.com

Depresion
Piscología adultos infantil fobias juvenil pareja Ansiedad Estres
www.psiconatural.com

Anuncios Google

Copyright 2006 Rosario3 ® Todos los derechos reservados