

## La asistencia regular a microconciertos influye positivamente sobre la salud psíquica y física de los beneficiarios

AUTORES

**Miren Pérez Eizaguirre:** Doctora en Sociología y Musicoterapeuta. Equipo docente Máster de Musicoterapia Avanzada y Aplicaciones, Facultad de Medicina de la UAM. Miembro de la Fundación Musicoterapia y Salud. **Jesús Privado Zamorano:** Doctor por la Universidad Complutense de Madrid, Centro de Enseñanza Superior Cardenal Cisneros, Madrid. Experto en Metodología, docente e investigador en Estadística Aplicada a la Psicología I y II, Psicometría, Psicología Diferencial. **Teresa Ouro Hernández:** Graduada en Psicología (UM). Máster en Neuropsicología Clínica ISEP. Título de las Enseñanzas Profesionales de Música (piano). Investigación y Formación en Músicos por la Salud. **Guillermo Giner:** presidente Músicos por la Salud.

## INTRODUCCIÓN

La música es un arte que tiene gran impacto sobre los seres humanos y su aplicación a diferentes poblaciones se ha comprobado a lo largo de multitud de investigaciones. En este sentido, el objetivo de fundación Músicos por la Salud es **humanizar la experiencia sanitaria, ofreciendo momentos de respiro a través de microconciertos emocionalmente significativos** para las personas beneficiarias, sus acompañantes y el personal sanitario.

## OBJETIVOS

El objetivo de nuestro estudio fue medir el **impacto que tiene la asistencia regular a los microconciertos emocionalmente significativos realizados mediante la metodología específica de Músicos por la Salud en la salud física y psíquica** de pacientes, residentes y personal de diferentes hospitales y centros sociosanitarios. Así como establecer un perfil de estos colectivos en función de la salud física y psíquica, y ver la relación que hay entre una serie de medidas sociodemográficas de los pacientes, residentes y personal con estas medidas. A diferencia de la 3ª edición (2020) del estudio, que buscaba medir el impacto inmediato en los beneficiarios tras la finalización de los microconciertos, la 4ª edición (2021) se centra en el impacto de los microconciertos en la salud de las personas beneficiarias a largo plazo.

## METODOLOGÍA

En el estudio participaron un total de 62 residentes con una media de edad de 69,99 años (figura 1) cuyo perfil diagnóstico (figura 2); y 21 cuidadores. Las medidas que se recogieron fueron las Características Demográficas (edad, sexo, nivel educativo, perfil diagnóstico y tiempo en la residencia), una Medida de Salud Psíquica con el Listado de Síntomas Clínico Revisado (SCL-90-R) de Derogatis (1997); y una Medida de Salud Física con el Cuestionario de Salud Física SF-36 de Ware y Sherbourne (1992).

## RESULTADOS

El perfil psicológico y físico de los *residentes* se encuentra bastante preservado, es decir sus puntuaciones en salud son más altas de la media esperada. Se observa en residentes que acuden a más sesiones semanales de microconciertos una mejoría en la Salud Psíquica (ver figura 3) ya que **tienen menos obsesiones, compulsiones y ansiedad fóbica**; así como en la Salud Física (ver figura 4), ya que **mejoran de forma significativa en Rol Físico, Función Social y Vitalidad**.

Por otro lado, también encontramos un perfil psicológico y físico bastante preservado en los *cuidadores*, ya que presentan puntuaciones altas tanto en Salud Psíquica como en Salud Física, siendo mejores los índices en el aspecto psíquico. Por otro lado, vemos una asociación entre la edad y tiempo de internación y la salud psíquica, ya que en relación a esta, los cuidadores **con más edad presentan mayores puntuaciones en obsesión compulsión** y con **más años en el centro tienden a tener una peor salud psíquica** con mayores puntuaciones en bastantes dimensiones.

## CONCLUSIÓN

En cuanto a los *residentes*, los datos nos indican que **los microconciertos no sólo producen una sensación positiva a nivel psíquico sino también a nivel físico**. Esta mejoría se encuentra directamente relacionada con la asistencia a los microconciertos, lo que indica que **a mayor número de sesiones se muestra más mejoría**. Por otro lado, respecto a los *cuidadores*, vemos que cuanto más tiempo llevan en el centro más empeora su salud psíquica, por lo tanto sería aconsejable al menos a nivel psíquico realizar algún tipo de intervención musical con aquellos que llevan más tiempo en el centro prestando sus servicios.

Nuestros resultados concuerdan positivamente con el estudio de impacto de 2020, por lo que podemos **afirmar una mejoría a corto y largo plazo de la salud de las personas que llevan un mayor tiempo acudiendo a nuestra actividad**. Sería recomendable ampliar el tamaño de la muestra para seguir validando nuestros resultados y realizando estos estudios de investigación. Si se desea completar la información, pueden hacerlo a través de este [enlace](https://musicosporlasalud.org).

Figura 1. Edades de los participantes residentes

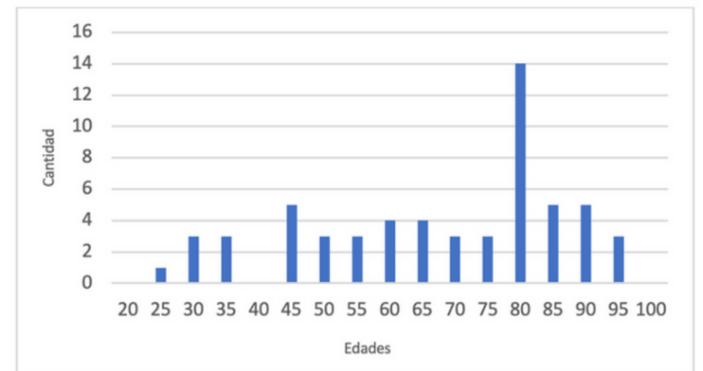


Figura 2. Perfil diagnóstico de los participantes residentes

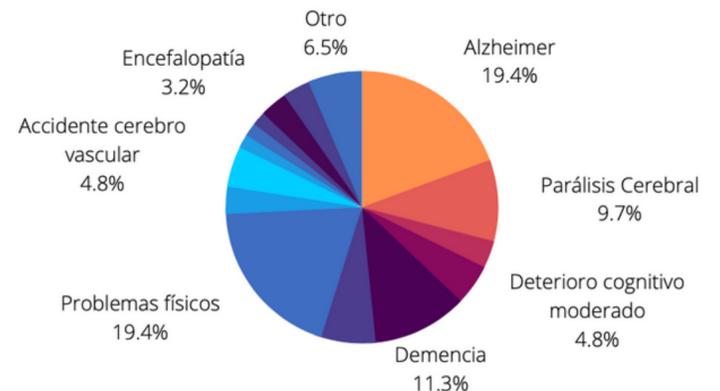


Figura 3. Salud Psíquica en residentes

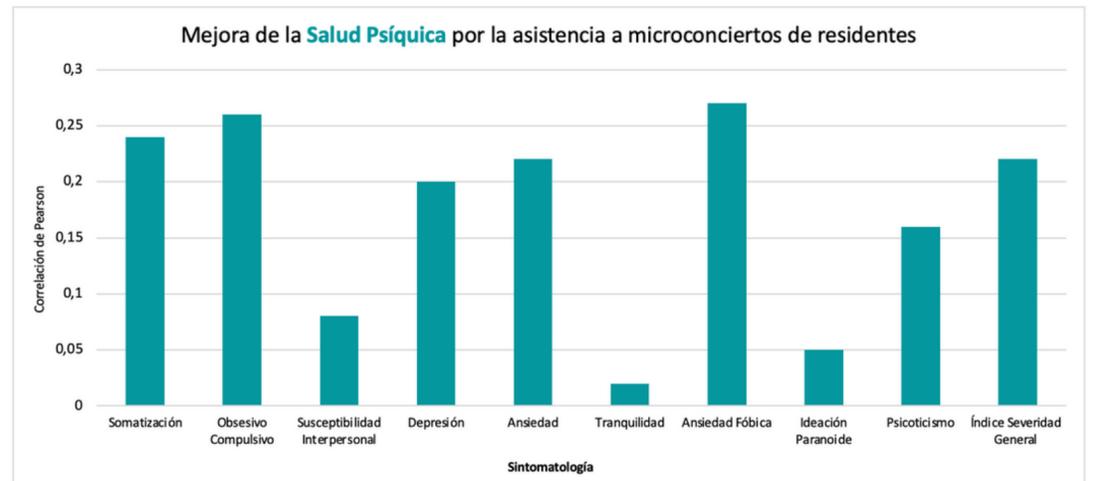
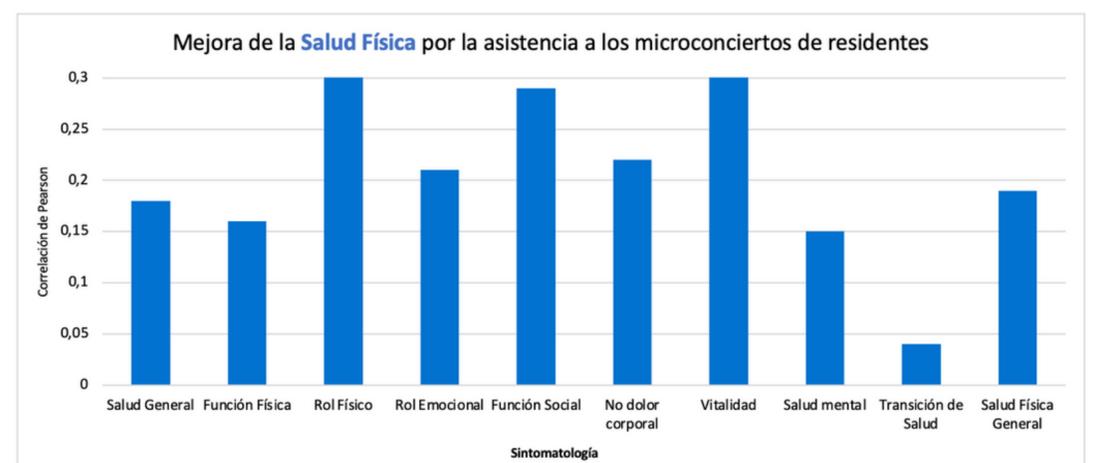


Figura 4. Salud Física en residentes.



## INTRODUCCIÓN

Desde 2015, Músicos por la Salud realiza microconciertos para ayudar a combatir la soledad ocasionada por la enfermedad o situaciones de vulnerabilidad, con el objetivo de mejorar la experiencia sociosanitaria y aportar calidez humana. Esto se lleva a cabo a través de **microconciertos emocionalmente significativos** para los beneficiarios, sus acompañantes y el personal sanitario. En esta línea, se han llevado a cabo diversas investigaciones sobre el impacto de la música en personas mayores y demencias y en discapacidad (Cooke et al., 2010; Ferrero-Arias et al., 2011; Jiménez- Palomares et al., 2013; Skeja (2014) y Yinger ,2014). En ellas se extraen beneficios en diferentes aspectos tras las sesiones de música que son los que se comprobaron y apoyan esta investigación.

## OBJETIVOS

El objetivo general de esta investigación fue evaluar el **efecto que tienen los microconciertos sobre los beneficiarios de diferentes poblaciones, el grado de humanización y el impacto social y de incidencia política de estos**. Entre los objetivos específicos que desarrollamos en este informe encontramos analizar si los microconciertos producen transformaciones en la comunicación, el ámbito físico, el estado anímico y emocional, la evolución de las emociones básicas, la expresión de afectos y el deterioro cognitivo.

## METODOLOGÍA

Los datos del estudio, se obtuvieron tras la **visualización de diferentes número de sesiones de música en vivo** en diversos centros de atención a mayores, Alzheimer y discapacidad de la Comunidad de Madrid y la Comunidad Valenciana. Se observaron **26 variables** (ver figura 1) y se analizó si se modificaban en los usuarios antes y después de cada sesión. Cinco observadores ciegos, musicoterapeutas profesionales de la Fundación Musicoterapia y Salud, visualizaron en directo a través de plataformas como Teams, Google Meet y Zoom dichas sesiones musicales.

Los resultados se registraron en cuestionarios realizados específicamente para este estudio diseñados con Formularios de Google Drive. Los datos del cuestionario de beneficiarios fueron analizados con el programa estadístico SPSS (Windows, versión 26). La Prueba de los Signos con Rango de Wilcoxon fue utilizada para evaluar las diferencias entre el pretest y el postest. La estadística no paramétrica fue elegida porque no se pudo asumir la normalidad de la muestra. Se desgranar los resultados en las figuras 2 y 3.

## RESULTADOS

Los resultados fueron **estadísticamente significativos** en la gran mayoría de las variables, por lo que se produjo **un progreso tras la realización de los microconciertos en todos los programas** que podemos ver en la figura 2. Concretamente en un 57,4% (15 de 26) en el programa Madrid Mayores; un 57,4% (15 de 26) en el programa Madrid Discapacidad; en un 57,4% (15 de 26) en el programa Valencia Mayores; y por último, un 89% (23 de 26) en el programa Valencia Discapacidad. Además en la figura 3 podemos ver un análisis más detallado del impacto que han tenido los microconciertos antes y después en los beneficiarios.

Figura 2. Porcentaje de mejoría general por cada programa

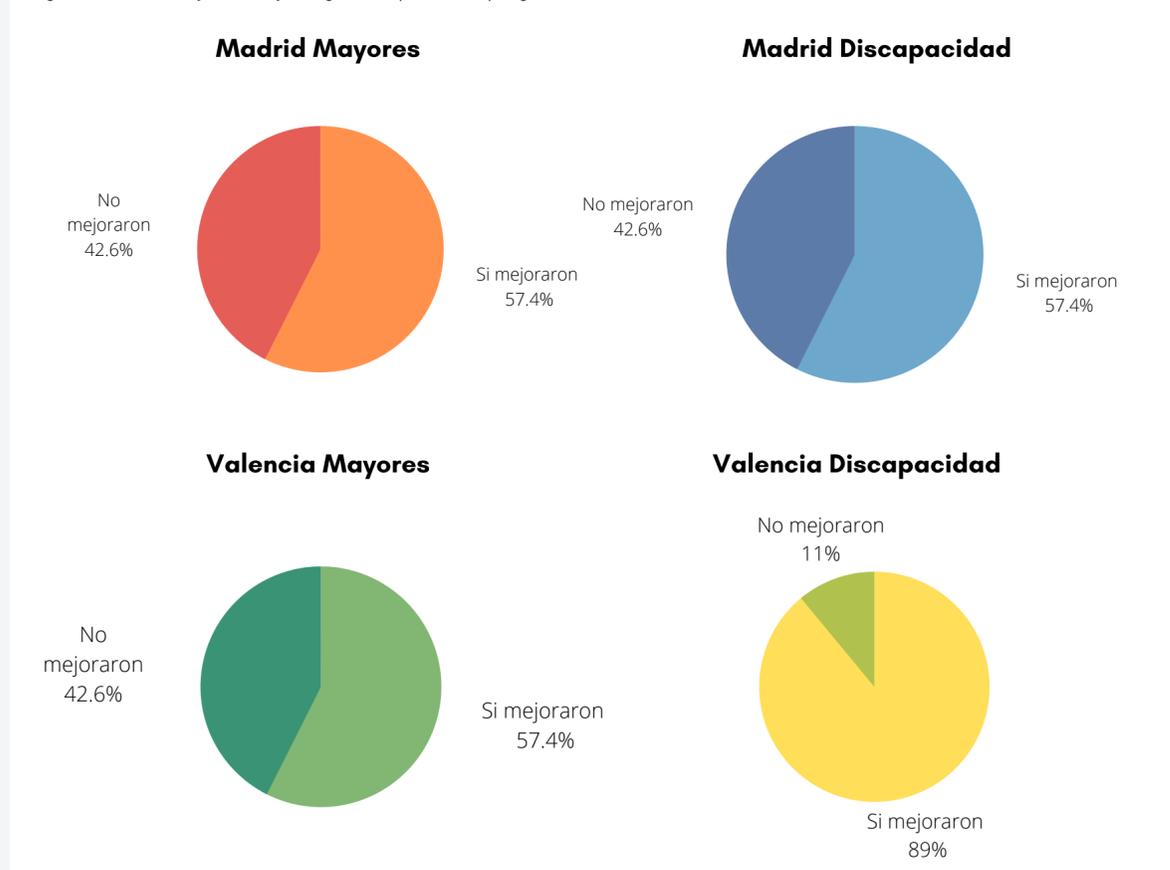
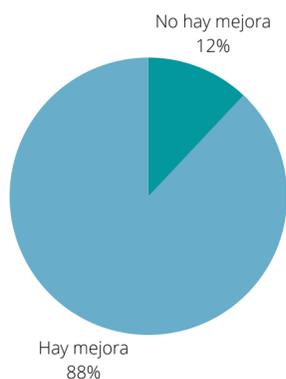


Figura 1. Análisis de mejora de variables tras los microconciertos

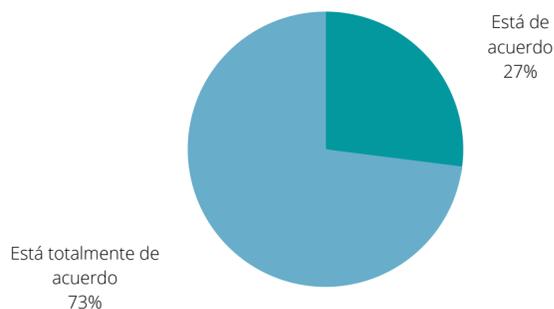
VARIABLES	Madrid Mayores-Alzheimer	Madrid Discapacidad	Valencia Mayores-Alzheimer	Valencia Discapacidad
<b>COMUNICACIÓN</b>				
Expresividad	X	X	X	X
Creatividad	X	X	X	X
Memoria verbal	X	X	X	X
<b>FÍSICO</b>				
Movilidad	X	X	X	X
Motricidad	X	X	X	X
<b>ESTADO ANÍMICO Y EMOCIONAL</b>				
Desinhibición	X	X	X	X
Habilidades de afrontamiento	X	X	-	X
Influir terapéuticamente en el estado de ánimo del paciente	X	X	X	X
Ansiedad	-	-	-	X
Reducción del estrés	X	X	-	X
Agitación	-	-	-	X
Autoestima	X	X	X	X
Atención	X	X	X	X
Apatía	-	-	-	X
<b>EVOLUCIÓN EMOCIONES BÁSICAS</b>				
Tristeza	-	-	-	X
Felicidad	X	X	X	X
Miedo	-	-	-	-
Ira	-	-	-	-
<b>APECTOS</b>				
Afectividad hacia sí mismo/a	X	X	X	X
Afectividad general	X	X	X	X
Afectividad hacia los profesionales	X	X	X	X
<b>CAMBIO ANTE EL DETERIORO COGNITIVO</b>				
Adherencia al tratamiento médico	-	-	-	-
Deterioro cognitivo	-	-	X	X
Habilidades cognitivas	-	-	X	X
<b>CALIDAD DE LA VIDA DIARIA</b>				
Competencias	-	-	-	X
Habilidades de la vida diaria	-	-	-	X

Figura 3. Análisis detallado del impacto en los beneficiarios

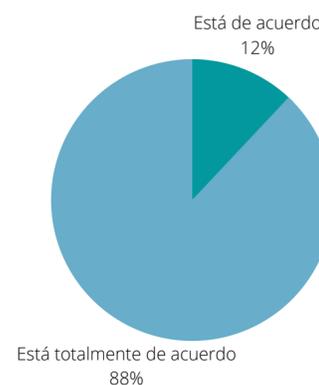
### Cambio del estado anímico tras las actividades musicales



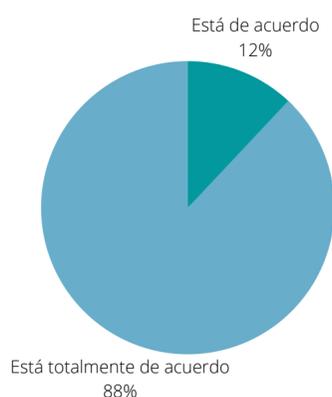
### Ansiedad



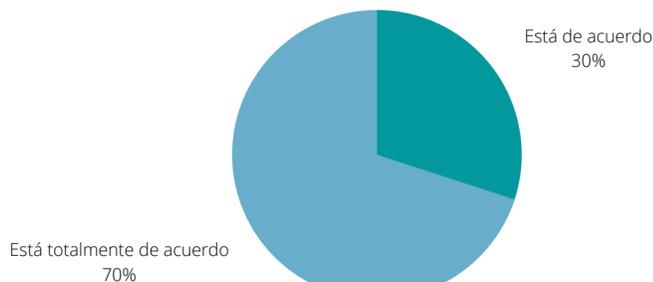
### Bienestar



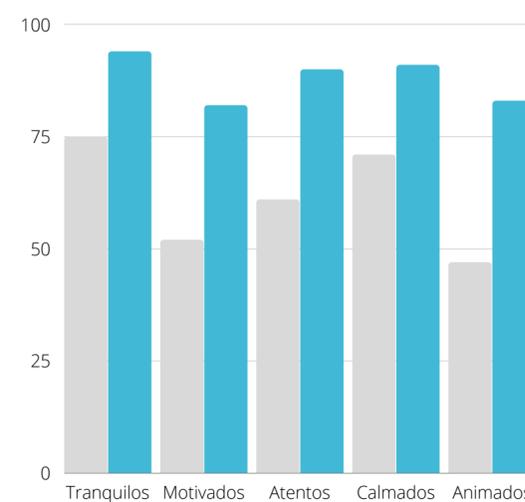
### Mejora experiencia



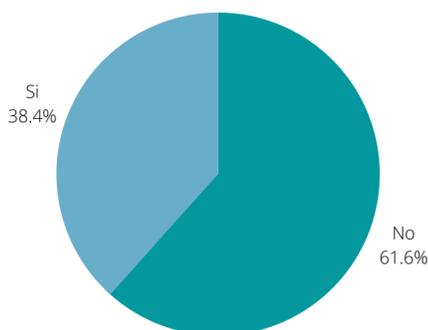
### Cohesión



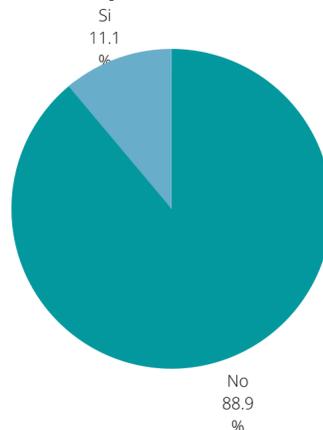
### Estado anímico de los usuarios antes y después de los microconciertos



### Ansiedad antes de la actividad



### Ansiedad después de la actividad



## CONCLUSIONES

En este estudio hemos podido ver una **mejora en la comunicación y en la parte física** que coincide en todos los proyectos. Siendo más específicos, en los grupos de discapacidad los resultados fueron bastante similares mejorando además **el estado emocional**. Así mismo, en los proyectos realizados por actividades de canto grupales en Valencia se percibió una **mejoría en la comunicación, en la expresión de la felicidad, en el estado anímico y emocional, cambios positivos en el deterioro cognitivo y en competencia y habilidades de la vida diaria**, los cuales coinciden con estudios como el de Dassa y Amir (2014) que señalan los beneficios de cantar en grupo. En adicción, la mirada por parte de los músicos a los beneficiarios, llamarles por su nombre y la personalización de las sesiones contribuyó a una mejor comunicación siendo positiva en los resultados.

A pesar de que una de las dificultades que tuvimos fue encontrarnos en **situación de pandemia por la COVID-19** que nos impedía acudir a los centros de forma presencial, suplimos esta problemática con la visualización de las sesiones a través de plataformas como Teams y Zoom. Este hecho ha sido destacable ya que ha permitido realizar estas actividades musicales con beneficiarios como personas mayores, parte de la población más castigada por la pandemia, lo cual ha permitido **paliar sentimientos de soledad y proporcionarles momentos placenteros que además de tener un impacto positivo** en todo lo anteriormente señalado, lo ha tenido también en el acompañamiento y en proporcionales otro tipo de actividades lúdicas en estos momentos tan complejos. Como hemos visto los estudios de intervenciones musicales durante los tiempos de pandemia han sido muy escasos (Giordano, et al, 2020; Situmorang et al, 2020; Situmorang, 2020; Negrete, 2020 y Mastnak, 2020) en gran medida por la imposibilidad de acceder físicamente a los centros hospitalarios, sanitarios y sociosanitarios y el haber podido hacerlo de manera virtual es excepcional.

Cabe mencionar que en este estudio, se ha iniciado un acercamiento a la observación del impacto en cuanto a reducción de costes económicos, de necesidades de personal de atención directa y auxiliar, reducción de gasto en ayudas técnicas o reducción del tiempo de estancia en los centros sanitarios. Recomendamos visitar el estudio de impacto completo en este [enlace](#) para su valoración, ya que **el desarrollo de estas actividades** podría favorecer la reducción de la estancia hospitalariasanitaria, la mejora de las instituciones, el bienestar de los usuarios y de los profesionales sanitarios y la inserción de los músicos profesionales al sistema sanitario, lo que **tendría efectos muy importantes a nivel económico**.

Resumiendo, hemos podido observar resultados significativos en los diferentes proyectos, lo que evidencia que los microconciertos ocasionan avances en numerosas variables en todos los programas, lo que coincide con los objetivos de Músicos por la Salud y de la Fundación Musicoterapia y Salud, organizaciones centradas en la **mejora del bienestar y la calidad de vida a través de la música**. Estudios de impacto como este contribuyen a validar estos métodos y, por lo tanto, sus resultados son de gran utilidad para propiciar que se sigan realizando proyectos centrados en la mejora de la salud a través de la música.