

**FORMACIÓN MÉDICA**

Aportes de la música a la reducción de la ansiedad y el dolor de los pacientes

López-Corzo Israel D, Campos-Uscanga Y.

Instituto de Salud Pública de la Universidad Veracruzana. Xalapa, Veracruz, México.

Resumen

Dentro de las bellas artes la música es posiblemente la de mayor alcance e incluso de las más antiguas formas de expresión por su facilidad de difusión en todos los grupos sociales y culturas. El sonido musical tiene la capacidad de brindar beneficios en la conducta humana al funcionar como un mecanismo de expresión de emociones tanto de forma individual como colectiva (1). Más allá de las preferencias o gustos musicales, el efecto de determinado estilo de música es similar en todos los sujetos, al parecer funciona a nivel subconsciente a través del sistema nervioso autónomo (2).

La influencia en las emociones que produce la música es la condición fundamental que ha llevado a ubicarla como una de las expresiones artísticas más difundidas de las sociedades (3). En sí misma, la música conduce a un equilibrio en el estado de ánimo al exaltar los estados de alegría y servir como válvula de escape ante estados indeseados o dolorosos.

Uno de los grandes retos que enfrenta el equipo médico es el manejo de la ansiedad y el dolor en los pacientes ya que impactan directamente en la calidad de vida y los resultados de los tratamientos, incluido el apego al mismo. La musicoterapia ha sido empleada para diversos fines entre los que destacan la disminución de la ansiedad, del dolor, relajación, mejorar la función cognitiva, el estado de ánimo, tolerancia a la actividad física, a determinados procedimientos médicos y para aumentar la satisfacción.

Por lo anterior, el objetivo de esta revisión fue determinar si la musicoterapia influye en la percepción de dolor y la ansiedad de los pacientes sometidos a tratamientos por condiciones tanto agudas como crónicas.

Introducción

Dentro de las bellas artes la música es posiblemente la de mayor alcance e incluso de las más antiguas formas de expresión por su facilidad de difusión en todos los grupos sociales y culturas. El sonido musical tiene la capacidad de brindar beneficios en la conducta humana al funcionar como un mecanismo de expresión de emociones tanto de forma individual como colectiva (1). Más allá de las preferencias o gustos musicales, el efecto de determinado estilo de música es similar en todos los sujetos, al parecer funciona a nivel subconsciente a

través del sistema nervioso autónomo (2).



La influencia en las emociones que produce la música es la condición fundamental que ha llevado a ubicarla como una de las expresiones artísticas más difundidas de las sociedades (3). En sí misma, la música conduce a un equilibrio en el estado de ánimo al exaltar los estados de alegría y servir

como válvula de escape ante estados indeseados o dolorosos.

Uno de los grandes retos que enfrenta el equipo médico es el manejo de la ansiedad y el dolor en los pacientes ya que impactan directamente en la calidad de vida y los resultados de los tratamientos, incluido el apego al mismo. La musicoterapia ha sido empleada para diversos fines entre los que destacan la disminución de la ansiedad, del dolor, relajación, mejorar la función cognitiva, el estado de ánimo, tolerancia a la actividad física, a determinados procedimientos médicos y para aumentar la satisfacción.

Por lo anterior, el objetivo de esta revisión fue determinar si la musicoterapia influye en la percepción de dolor y la ansiedad de los pacientes sometidos a tratamientos por condiciones tanto agudas como crónicas.

Métodos

Se llevó a cabo una búsqueda bibliográfica en Pubmed y Scielo identificando aquellos artículos asociados a ensayos clínicos aleatorizados con música o musicoterapia. Se emplearon palabras clave como “*efectos de la música*”, “*musicoterapia*”, “*música y ansiedad*” y “*música y dolor*”. La búsqueda se realizó considerando los años 2012, 2013 y 2014.

Resultados

Estudios de revisión previos han señalado los aportes de la música al manejo del dolor y la ansiedad. Entre ellos destacan las contribuciones de este tipo de intervenciones como tratamiento complementario en la analgesia y anestesia (4). De igual manera, con pacientes de cuidados intensivos se ha reportado una importante disminución

del dolor y de los niveles de ansiedad a través de estas intervenciones (5); y en pacientes hospitalizados hay evidencia de que aquellos que fueron sometidos a un tratamiento basado en música mostraron reducción de la ansiedad, mejoraron el estado de ánimo y la experiencia hospitalaria (6).

Diversos ensayos clínicos aleatorizados se han llevado a cabo para valorar la efectividad de las intervenciones basadas en música para el control de la ansiedad y el dolor, mostrando que este tipo de intervenciones contribuyen al manejo de los pacientes disminuyendo el malestar y mejorando su estado de ánimo (Tabla 1).

Tabla 1. Ambulatorios

Autores (año) / Tipo de estudio	n	Metodología / Tipo de intervención	Resultados	Valores de p
Yeo JK, Cho DY, Oh MM, Park SS, Park MG (2012) / Ensayo clínico aleatorizado (7)	70	Pacientes sometidos a cistoscopia rígida / El grupo experimental escuchó música clásica a través de auriculares.	Las medias de dolor y ansiedad posteriores al tratamiento fueron inferiores en el grupo experimental.	<0.001
Jafari H, Emami Zeydi A, Khani S, Esmaili R, Soleimani A (2012) / Ensayo clínico aleatorizado (8)	60	Pacientes sometidos a cirugía a corazón abierto / El grupo experimental escuchó su música favorita a través de auriculares durante 30 minutos.	La intervención con música redujo el dolor en los pacientes experimental en comparación con el control.	<0.001
Zengin S, Kabul S, Al B, Sarcan E, Dogan M, Yildirim C (2013) / Ensayo clínico aleatorizado (9)	100	Pacientes oncológicos en procedimientos de colocación de catéter / El grupo experimental recibió intervención musical durante el procedimiento.	El grupo de intervención redujo el dolor y la ansiedad en comparación con el grupo control.	<0.05
Burral F, Micheluzzi V, Zito MP, Pietro G, Slati D (2013) / Ensayo clínico aleatorizado (10)	114	Pacientes sometidos a hemodíalisis / El grupo experimental recibió 30 minutos de musicoterapia con saxofón en vivo.	El grupo experimental mostró reducción del nivel de dolor y mejora en los niveles de estado de ánimo.	<0.05
Wang Y, Dong Y, Li Y (2014) / Ensayo clínico aleatorizado (11)	40	Pacientes ancianos sometidos a cirugía / Antes de la intervención escucharon música por 30 minutos.	Después del procedimiento la media de dolor fue inferior en el grupo experimental que en el grupo control.	<0.01

Aún en condiciones no patológicas, la música ha mostrado beneficios para el manejo del dolor; brinda una influencia positiva en la calidad de vida de las mujeres embarazadas que presentaban dolor de espalda baja (12) y reduce los niveles de ansiedad durante el parto (13).

Discusión

Los retos que se enfrentan al tratar con pacientes que experimentan ansiedad y dolor son mayúsculos. A lo largo de los años se han realizado investigaciones para tratar de abordar estas situaciones que complejizan el abordaje médico, sin embargo, los resultados no terminan de ser satisfactorios y algunas

intervenciones resultan sumamente invasivas, por lo que la musicoterapia emerge como una alternativa prometedora en la materia.

Los estudios realizados ponen en evidencia la contribución que hace la música a la disminución del dolor y la ansiedad en pacientes que son sometidos a procedimientos quirúrgicos y otros procedimientos invasivos (7-11) que además de vincularse al dolor generan en el paciente una alta dosis de ansiedad que, en conjunto, limitan los resultados de los tratamientos.

Si bien, los estudios revisados no presentan resultados que den evidencia sobre el riesgo relativo o la reducción del riesgo relativo con dichas exposiciones, si dejan claro las diferencias que se observan entre aquellos que reciben la intervención y los que no. Sin embargo, esto no elimina la necesidad de llevar a cabo estudios profundos que permitan valorar el impacto real de estas intervenciones.

Otro de los elementos a considerar en futuras investigaciones es la realización de métodos de ajustes para controlar el efecto de posibles variables confusoras. Las investigaciones revisadas carecen de un análisis ajustado por sexo (7-11), y esta variable puede afectar tanto la ansiedad como la percepción del dolor, ya que hombres y mujeres lo experimentan de manera diferenciada.

Más allá de la trascendencia de estos resultados, no puede perderse de vista el bajo costo de estas intervenciones que con poca inversión pueden generar cambios en la disposición de los pacientes a los tratamientos y en su percepción de dolor. Esto además de contribuir a la mejora de la percepción de la experiencia hospitalaria para el paciente, deja abierta también una rama de investigación acerca de los efectos

que genera esta disposición en el personal de salud.

Conclusiones

Si bien en los casos en que el dolor es severo la acción de la música es menor, sus costos son bajos, es fácil de administrar y no tiene efectos adversos, por lo que su empleo puede ser de utilidad, máxime si se emplea como método complementario. La evidencia de los estudios señala que una adecuada selección de técnicas y piezas musicales, contribuye a mejorar la calidad de vida de los enfermos terminales reduciendo el dolor y la ansiedad y aumentando los niveles de relajación.

Dentro del tratamiento médico en intervenciones breves o a largo plazo, la música puede mejorar la experiencia del paciente haciendo un mínimo uso de recursos y facilitando el abordaje médico.

Bibliografía

1. Palacios J. El concepto de musicoterapia a través de la historia. Revista Electrónica de LEEME [Internet]. 2004; 13:[1-18 pp.]. Available from: musica.rediris.es
2. Sleight P. Cardiovascular effects of music by entraining cardiovascular autonomic rhythms music therapy update: tailored to each person, or does one size fit all? Netherlands heart journal: monthly journal of the Netherlands Society of Cardiology and the Netherlands Heart Foundation. 2013;21(2):99-100. Epub 2012/12/12. ([PubMed](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/))
3. Díaz J. Música, lenguaje y emoción: una aproximación

- cerebral. *Salud Mental*. 2010;33:543-51.
4. Matsota P, Christodouloupoulou T, Smyrnioti ME, Pandazi A, Kanellopoulos I, Koursoumi E, et al. Music's Use for Anesthesia and Analgesia. *J Altern Complement Med*. 2012. Epub 2012/09/20. ([PubMed](#))
 5. Uyar M, Akin Korhan E. The effect of music therapy on pain and anxiety in intensive care patients. *Agri*. 2011;23(4):139-46. Epub 2012/02/01. *Yogun bakim hastalarinda muzik terapinin agri ve anksiyete uzerine etkisi*. ([PubMed](#))
 6. Evans D. Music as an Intervention for Hospital Patients. A systematic review. The Joanna Briggs Institute for Evidence Based Nursing and Midwifery. 2001;5(4):1-6.
 7. Yeo JK, Cho DY, Oh MM, Park SS, Park MG. Listening to music during cystoscopy decreases anxiety, pain, and dissatisfaction in patients: a pilot randomized controlled trial. *Journal of endourology/Endourological Society*. 2013;27(4):459-62. Epub 2012/09/27. ([PubMed](#))
 8. Jafari H, Emami Zeydi A, Khani S, Esmaeili R, Soleimani A. The effects of listening to preferred music on pain intensity after open heart surgery. *Iranian journal of nursing and midwifery research*. 2012;17(1):1-6. Epub 2012/01/01. ([PubMed](#))
 9. Zengin S, Kabul S, Al B, Sarcan E, Dogan M, Yildirim C. Effects of music therapy on pain and anxiety in patients undergoing port catheter placement procedure. *Complementary therapies in medicine*. 2013;21(6):689-96. Epub 2013/11/28. ([PubMed](#))
 10. Burrai F, Micheluzzi V, Zito MP, Pietro G, Sisti D. Effects of live saxophone music on physiological parameters, pain, mood and itching levels in patients undergoing haemodialysis. *Journal of renal care*. 2014;40(4):249-56. Epub 2014/07/02. ([PubMed](#))
 11. Wang Y, Dong Y, Li Y. Perioperative psychological and music interventions in elderly patients undergoing spinal anesthesia: effect on anxiety, heart rate variability, and postoperative pain. *Yonsei medical journal*. 2014;55(4):1101-5. Epub 2014/06/24. ([PubMed](#))
 12. Akmesse ZB, Oran NT. Effects of Progressive Muscle Relaxation Exercises Accompanied by Music on Low Back Pain and Quality of Life During Pregnancy. *Journal of midwifery & women's health*. 2014. Epub 2014/06/27. ([PubMed](#))
 13. Beckett R. Birthbeats: music to your ears. *The practising midwife*. 2012;15(5):32-4. Epub 2012/07/14. ([PubMed](#))

Correspondencia al autor

Yolanda Campos-Uscanga
volycampos@gmail.com
 Académica del Instituto de Salud Pública de la
 Universidad Veracruzana.

[Publicado en AnestesiaR el 16 de febrero de 2015](#)