



Buenas Prácticas
MODELO Y AMBIENTE

Música Centrada en la Persona

Conectando



Sofia Fernández de Arróyabe (Musicoterapeuta)
Olga González (Técnica Animación Estimulativa)
Sirimiri Servicios Socioculturales, S.L



Resumen

El Programa consiste en facilitar a los mayores un instrumento de conexión con su identidad y con experiencias emocionales agradables y beneficiosas a través de estímulos musicales significativos.

Se materializa tras un proceso inicial de estudio y diagnóstico en la audición musical mediante un mp3 y auriculares.

Música Centrada en la persona “Conectando” se caracteriza por estar vinculado e integrado en la vida cotidiana ya que es el personal de atención directa el responsable de llevarlo a cabo, si bien su calidad y continuidad viene avalada por la dirección de un especialista en Musicoterapia.

FECHA DE INCORPORACIÓN A LA RED:

11/05/2015

Fecha de Última Actualización:

04/09/2018

ÁMBITO DE ACTUACIÓN:

Servicios o programas de atención e intervención.

LUGAR:

Residencia de Personas Mayores "San Prudencio", dependiente del Ayuntamiento de Vitoria- Gasteiz. (Módulo Psicogeriatría)

GRUPO DE POBLACIÓN AL QUE SE DIRIGE:

Personas con demencias severas, residentes en la Unidad de Psicogeriatría de la Residencia San Prudencio

Justificación

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:

La música es para muchas personas mayores que presentan deterioro cognitivo, un potente recurso en tanto que estimula la actividad física, moviliza las emociones, evoca el recuerdos y facilita la relación. Pero el efecto es más potente y manifiesto cuando esa música es significativa para la persona. Nos permite acceder a nuestro mundo interior, a nuestra identidad. Un grupo de científicos estadounidenses (Wilkins RW, Hodges DA, Laurienti PJ, Steen M, Burdette JH, 2014ⁱ) han identificado modelos consistentes de la



conectividad cerebral asociada a las canciones favoritas y han demostrado que un circuito importante en los pensamientos introspectivos, la red neuronal por defecto, se conecta más cuando se escucha la música preferida.

Tom Kitwood acuñó el término Atención Centrada en la Persona con demencia incidiendo en la necesidad de revisar los modelos de atención existentes. Este autor incorporó al daño neurológico, la importancia de la interacción, la comprensión, la personalidad, biografía o la psicología social de la persona como componentes que determinan el comportamiento y el bienestar de las personas con demencia, poniendo de relieve la importancia de quienes acompañan a la persona con demencia en relación a su expresión emocional/conductual.

Su discípula Dawn Brooker propuso la siguiente fórmula para el abordaje de la atención centrado en la persona con demencia, y por extensión a cualquier persona:

$$V + I + P + S = \text{Atención Centrada en la Persona.}$$

Los componentes son: V: Valora a la persona, I: Trata a las personas como individuos, P: Perspectiva de la persona con demencia y S: Psicología social de apoyo.

FUNDAMENTACIÓN PRÁCTICA:

En el momento en que se planteó la primera experiencia de Música Centrada en la Persona en la Residencia San Prudencio confluyeron tres cuestiones fundamentales:

- Previamente contábamos con profesionales de la animación y la musicoterapia con formación y recorrido en el Modelo de Atención Centrada en la Persona.
- Supimos de la existencia de una experiencia llevada a cabo en Estados Unidos, a través del visionado de un video en Youtube.
- Surgió la necesidad de ensayar nuevas formas de abordaje de un caso complejo en el equipo del centro.

El programa es revisado de forma permanente por los agentes implicados desde su comienzo, y en los últimos dos años ha sido objeto de mejoras que han garantizado su sostenibilidad y calidad de la atención.

Objetivos

El proyecto persigue objetivos a dos niveles: por un lado, orientados a las personas mayores con demencia y por otro, a los/as profesionales implicados/as en el desarrollo

del programa:

Objetivos para las personas mayores:

- Posibilitar que la persona se sienta bien y disfrute escuchando música.
- Facilitar una herramienta para la estimulación emocional de personas que mantienen un escaso feedback con el mundo y que han visto limitadas sus oportunidades de comunicación, expresión y disfrute.
- Provocar la conexión de la persona con sus recuerdos, con su identidad y su historia, a través de la presentación de elementos musicales en los que reconocerse.
- De este modo, a través de la música, se busca incrementar el bienestar de la persona y que ésta pueda reconocerse reflejada en medio de la desorientación, incertidumbre y despersonalización que genera la enfermedad.

Objetivos para los/as profesionales:

- Ofrecer un instrumento más para un cuidado de calidad de personas con deterioro avanzado.
- Facilitar el establecimiento de relaciones empáticas entre los/as profesionales y las personas mayores con demencia severa, y/o entre estas y sus familiares, lo que a su vez contribuye a humanizar el cuidado, mostrando una faceta de la persona a veces desconocida.
- Lograr que el personal se sienta gratificado en sus esfuerzos por la atención. Las reacciones emocionales de las personas mayores son un refuerzo positivo muy potente para las buenas prácticas profesionales.

En la última revisión nos planteamos nuevas vías de trabajo con **las familias**, para que puedan aprovechar el programa y las oportunidades de conexión, comunicación y cercanía emocional que genera el estímulo musical tal como lo planteamos. Nuestro objetivo sería que la familia se sienta competente en el manejo de las herramientas de este programa, y pueda utilizarlo de forma autónoma durante las visitas a su familiar.

Descripción, metodología y fases del proyecto

Consideramos que este programa tiene dos puntos clave, que le dan valor, y lo diferencian de otras experiencias similares que hemos podido conocer. Una de ellas es la presencia de un profesional de musicoterapia en la dirección del programa. Sabemos que la música es un recurso muy accesible, atractivo y familiar para todos, pero cuando



se convierte en herramienta de intervención, es fundamental y obligatorio contar con un especialista en la materia. Utilizar la música que ha formado parte de la historia de una persona es el primer paso para plantear el desarrollo de este programa de “Música Centrada en la Persona, Conectando”, pero para que esa tarea progrese en beneficio de la persona mayor, en especial en casos de gran fragilidad como es nuestro caso, es preciso dominar estrategias y parámetros musicales que generen el efecto deseado.

Otra de las claves que queremos remarcar también en este programa, es el papel activo y autónomo que adquiere el personal de atención directa. Una vez que se ha dado forma al programa por parte de la especialista, las TCAES se hacen responsables de él, integrándolo en su rutina de cuidados. Este aspecto resulta muy eficiente ya que posibilita en nuestro caso que se pueda atender a un mayor número de personas. Además, es un instrumento afín a la filosofía de cuidado desde el Modelo de Atención Centrada en la Persona, y facilita experiencias de cuidado gratificantes para el profesional. En este sentido, consideramos que es una fórmula muy ecológica, en cuanto que es una práctica beneficiosa para la persona a la que va dirigida, y también para su entorno.

Los nuevos casos se plantean en el equipo interdisciplinar, son sugeridos por algún profesional o son solicitados por la familia, según va observándose una necesidad o la oportunidad de que una nueva persona pueda beneficiarse del mismo. Con cada persona se inicia un proceso personalizado que incorpora elementos diferenciales en cada caso.

El conocimiento de su Historia de Vida contribuye a la elaboración de un repertorio significativo, siempre contrastado con los gustos actuales, y al diseño de estrategias personalizadas en función de la situación emocional en la que se encuentra la persona, que son la base para un desarrollo exitoso del programa. Mediante la escucha, la observación y anotación de reacciones, se va ajustando el programa.

Una vez perfilada la intervención, se hace un balance general del proceso y se lleva a una reunión de coordinación con el personal de atención directa. Allí se toman las decisiones oportunas y los acuerdos prácticos precisos para continuar la puesta en marcha del programa (quién gestiona el mp3, registros, momento del día en el que se considera más apropiado utilizarlo en cada caso, duración de la audición, etc.). A partir de entonces son las auxiliares de enfermería las responsables de ofertarlo, y observar y anotar las reacciones excepcionales que puedan aparecer. El programa se ofrece a diario a la persona mayor, lo cual no significa que tenga que llevarse a cabo todos los días de manera sistemática; hay que tener en cuenta las necesidades de cada momento.

En el desarrollo del programa, la atención coordinada viene garantizada por el trabajo en equipo. Hasta 2017, se trataba de responder a las demandas de las diferentes unidades del centro, pero esta dispersión y diversificación de equipos iba en detrimento de la calidad del programa; tras una valoración (anexo 5) decidimos circunscribir la atención

de este programa a una sola unidad, llegando al mismo número de personas. Ello ha posibilitado profundizar en el programa, y hemos estandarizado reuniones semanales donde se resuelven dudas o dificultades en relación con el mismo. De este modo, se pueden revisar y adaptar los contenidos, metodologías, y estrategias con cada persona, optimizando los esfuerzos dedicados a esta parte de la intervención de la musicoterapeuta en el Centro residencial.

Temporalización

Haremos un poco de historia de las intervenciones con música en la residencia para comprender cómo surge el programa, en el marco en el que lo hace, así como su alcance.

- 1991: se pone en marcha el programa de animación en la residencia. Con personas más autónomas, la programación musical se centraba en el componente social, festivo y lúdico de la música (conciertos, fiestas temáticas, coro...) Enseguida se formalizaron colaboraciones con agentes de la comunidad en torno a la música y la fiesta.
- 1995: se observan las posibilidades de estimulación a través de la música con personas con dificultades físicas y cognitivas, y se pone en marcha la primera experiencia de Musicoterapia en el CIAM que se desarrolla en grupos.
- 1998: algunos profesionales del centro solicitan un estudio del ambiente sonoro de los espacios de la residencia, con el fin de impulsar el desarrollo de las actividades que se realizan en los diferentes momentos del día. Tras este análisis y una posterior reflexión, surge en el año 2000 el Programa de música ambiental, que se mantiene hasta hoy.
- 2011: los/as profesionales reciben formación y se comienza a trabajar con un enfoque de Atención Centrada en la Persona. Ello provoca la reflexión sobre otras formas de atender y cuidar, en clave de atención personalizada, autonomía e importancia de la historia de vida. Servicios que se adaptan a las personas y no a la inversa, y abre posibilidades al trabajo con las personas que tienen más dificultades de comunicación. Se concentran los esfuerzos en ofrecer opciones personalizadas que posibiliten el disfrute de las personas con más dificultades, pilotando las primeras experiencias relacionadas con la música dentro del Modelo de Atención Centrado en la persona.
- 2013: se plantea en el equipo una demanda de ayuda para el abordaje de un caso concreto por parte de responsables de la unidad asistida; en esas mismas fechas conocemos la existencia de un programa en EEUU. Convergiendo estos factores, se plantea nuestro Programa de Música Centrada en la Persona.
- 2014-2016: El programa se va ajustando y consolidando, haciéndose extensivo a dos unidades asistidas del Centro, y llegando a más personas mayores. Se observa que empieza a ser valorado como recurso valioso al servicio de los/as

profesionales que componen los diferentes equipos de la residencia, para el abordaje de casos concretos.

- 2015, considerando que puede ser una experiencia de la que pueden beneficiarse otros profesionales enviamos la BBPP a la Fundación Pilares.
- 2017 presentamos una comunicación poster explicando la experiencia en el XVI Congreso de la Sociedad Vasca de Geriatría y Gerontología Zahartzaroa, y IX Congreso de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología, resultando premiado en la modalidad psicosocial. (Ver anexo 4)
- Desde 2016 a 2018: el programa se ha ido asentado en la práctica cotidiana de la residencia, con algunos cambios, mejoras y planteamientos ya asumidos, y otros de cara al futuro.

Recursos

El entorno físico: La experiencia se desarrolla en el Centro Integral de Atención a Mayores “San Prudencio” (CIAM) Residencia, más concretamente se oferta a residentes del Módulo de Psicogeriatría.

El espacio en el que se desarrollan las sesiones es importante para su buena marcha. Tiene que ser un entorno conocido, confortable, que ofrezca cierta intimidad. En el caso que exponemos, se suele utilizar la propia sala de estar de la planta de los/as residentes, buscando, eso sí, rincones más íntimos y privados con vistas al jardín o a la calle.

Recursos materiales: MP3 y auriculares. Si bien se precisan pocos recursos, hemos de cuidar mucho la dotación de éstos, ya que pueden generar rechazo por parte de las personas mayores (ej.: auriculares incómodos) o del personal (aparato complejo o repertorio difícil de localizar). En la identificación de los recursos hemos introducido mejoras paulatinamente para simplificarlo.

Merece la pena destinar un MP3 por persona, para evitar confusiones y hacer un uso personalizado.

Todo el material de cada planta, las instrucciones de manejo y las indicaciones para la implementación se guarda en una “caja de referencia”. Asimismo, se ha habilitado un panel con fotos y orientaciones generales sobre el programa y su aplicación con cada persona.

Recursos humanos: el Programa de Música Centrada en la Persona, Conectando está diseñado por una psicóloga Musicoterapeuta, cuenta con el apoyo de la

Técnico en Animación y por supuesto el respaldo de la dirección del Centro y la colaboración del equipo de auxiliares de enfermería junto con la enfermera responsable del módulo (profesionales del Ayuntamiento), sin cuya implicación sería imposible dar continuidad a la experiencia.

Evaluación y Resultados

Como ocurre con muchas de las buenas prácticas que emanan del Modelo de Atención Centrada en la Persona, la falta de indicadores numéricos, contrasta con la proliferación de evidencias observables.

La evaluación del programa se realiza en base a la observación de las diferentes reacciones que la música produce en la persona. Existen unos formularios de registro elaborados expresamente para la fase de acercamiento y habituación al programa. Se recoge de forma muy detallada todas las respuestas observadas, tanto respuestas emocionales, conductuales o cognitivas, pues esta información es esencial para ajustar el contenido del programa y su evolución. En estas fichas se recogen diferentes aspectos:

- 1- Situación de partida de la persona antes de comenzar
- 2- Anotaciones sobre el espacio y ambiente en el que se realiza la sesión
- 3- Respuestas ante los elementos del programa
- 4- Respuestas a la música, a nivel gestual, motor, verbal....
- 5- Reacciones ante la retirada de los elementos del programa
- 6- Repertorio elegido
- 7- Opiniones sobre el repertorio, así como otras propuestas que puedan surgir

Además de lo que aquí intentamos reflejar por escrito, disponemos de registros de reacciones así como de documentos gráficos que describen y muestran con más rigor el calado de los resultados obtenidos. También recogemos expresiones del personal y familias donde se puede entrever los efectos del programa sobre la persona y las opiniones de quienes la rodean. Estos son algunos de estos testimonios:

"Ya me reconoce, reconoce los elementos, sabe en qué consiste la actividad, incluso recuerda temas concretos que ya hemos escuchado. Expresa qué le gusta y qué no. No suele hablar nunca, o casi nunca, pese a ello ha verbalizado que le gusta escuchar música y no ofrece ninguna resistencia a los auriculares" (Musicoterapeuta)

"¿Que mi padre ha llorado? ¡Cómo me alegra saberlo! Eso me hace sentirlo más vivo, con capacidad de emocionarse!" (un familiar)

"¿Así que te gustan mucho los bolero? ¡Qué romántica eres, señora X! (Auxiliar

de Enfermería).

“¡Cómo le cambia la expresión de la cara cuando escucha música!, ¡qué contenta se ha puesto!” (Auxiliar de Enfermería).

Los resultados en los que sustentamos nuestro argumento para considerar esta herramienta como un elemento valioso en el cuidado de las personas mayores, y como buena práctica profesional, son los observados y recogidos en los siguientes ítems:

- Conexión: se produce una respuesta de atención alerta y conexión con la actividad presentada ante el estímulo musical.
- Disfrute: hay manifestaciones de disfrute como sonrisas, risas, aplausos, movimientos rítmicos corporales, expresiones verbales,...
- Identidad: registramos expresiones verbales que pronuncian con claridad, afirmaciones referentes a aspectos que definen a la persona: "a mí me gusta esto", a mí no me gusta... soy romántica..." "esta es la mía, está la cogemos"
- Evocación: aunque no ocurre en todas las ocasiones, reconocemos este efecto sobre las personas que escuchan la música.
- Emoción: respuesta emocional muy fuerte y diferencial ante la música que se materializa en diferentes expresiones verbales y no verbales.
- Opinión: la mayor parte de las personas tras cada audición opina sobre el tema de manera más o menos elaborada, e incluso sobre el cantante.
- Criterio: todas las personas con las que hemos trabajado han sabido diferenciar entre lo que les gusta y lo que no, y nos lo han hecho saber en la medida en la que sus capacidades lo han permitido.

Un indicador claro de la satisfacción con los resultados es la creciente demanda por parte del personal para quien es también muy satisfactorio observar en estas personas mayores una respuesta emocional positiva, y una infrecuente interacción.

Financiación

Tanto en lo referente al personal como a los medios materiales destinados a su desarrollo, el presente proyecto corre a cargo del Servicio de Personas Mayores del Ayuntamiento de Vitoria- Gasteiz, más concretamente al presupuesto destinado al programa de Animación Sociocultural y Estimulativa en el centro.

Este es gestionado por Sirimiri Servicios Socioculturales, entidad que accede al servicio de Animación mediante concurso público. El desarrollo de este proyecto no ha supuesto la contratación de personal, sino la redistribución de tareas del existente.

Criterios destacados

CRITERIO DE PERTINENCIA

Muy especialmente en lo referido a los principios Individualidad y Participación.

Se trata de un programa que en la implementación se construye en base a la realidad de cada persona, considerando su historia de vida y su historia musical, única y diferente del resto. Participan en él personas con un grado de deterioro cognitivo bastante elevado en el que la comunicación y la expresión verbales suelen estar bastante afectadas, por lo que es difícil saber con certeza su opinión acerca de las cosas. Para acercarnos a su punto de vista, captar la información no verbal y respetar sus decisiones ajustándonos al principio de autonomía, se ha sistematizado la observación de la comunicación no verbal (miradas, gestos faciales, corporales, etc.) En la formación que reciben las TCAES (auxiliares de atención directa) se insiste en la importancia de recoger cada día, la aceptación o rechazo del programa, siempre voluntario, por parte de cada persona mayor. En base a estas informaciones puede decirse que es la propia persona residente quien reconduce el desarrollo del programa en cada caso (aceptación, contenido, ritmo...) de forma continuada.

Tanto la persona a la que va dirigido el programa, como todo su entorno toma parte habitualmente en las decisiones que se van tomando en cada una de sus fases. En la fase inicial los candidatos pueden ser propuestos tanto por parte de alguno de los miembros del equipo, como por parte de la familia. En la fase de habituación y aceptación del programa es la persona mayor quien dirige la evolución, y en el arranque, los detalles que condicionan el desarrollo del programa son consensuados a través de reunión de coordinación de la musicoterapeuta con todo el equipo del módulo.

CRITERIO DE TRANSFERIBILIDAD

El Programa Música Centrada en la Persona, Conectando, es altamente transferible a otras realidades.

El programa se puede implementar en el mismo centro residencial adaptándolo a diferentes plantas y unidades. También en otros recursos como centros de día; incluso se puede replicar en el ámbito comunitario, dirigiéndolo a personas que viven en domicilios atendidos por familiares. Como hemos dicho, el hecho de que el personal de atención directa pueda encargarse de una parte de su desarrollo lo hace más accesible a las personas mayores, e incluso más viable a nivel económico, pudiendo llegar a más personas.

La experiencia llevada a cabo en el CIAM San Prudencio ha sido compartida en varios

foros para beneficio de otros profesionales: por ejemplo, en 2014 en el Foro Agure (compuesto por geriatras), desde 2015 a través de la coordinación con profesionales de otras residencias. Además, en el año 2016 se realizó una reflexión conjunta acerca de la evolución de los programas basados en la música en la residencia, desde modelos cognitivos a modelos centrados en las personas. Fruto de esta reflexión se elaboró un poster que fue expuesto en el XVI Congreso de Zahartzaroa, Asociación Vasca de Geriatría y Gerontología y IX Congreso de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología donde resultó premiado en la modalidad psicosocial.

CRITERIO LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

En la metodología expuesta puede observarse que la puesta en marcha del programa requiere de una actitud colaborativa entre todos los miembros del equipo, sin cuya implicación sería imposible darle continuidad. Se ha logrado incorporar el programa al plan personal de cuidados de las personas candidatas a tomar parte.

Enlaces y Anexos

Enlace:

- [Página web de Sirimiri](#)
- [Página web de la Centro Integral de Atención a Mayores \(CIAM\) San Prudencio](#)

Anexos:

- [Fases para la implementación del programa](#)
- [Dificultades encontradas, soluciones y lecciones aprendidas anexo 3: conclusiones](#)
- [Poster](#)
- [Acta de organización de reuniones de coordinación semanales](#)

ⁱ R. W. Wilkins, D. A. Hodges, P. J. Laurienti, M. Steen & J. H. Burdette. Network Science and the Effects of Music Preference on Functional Brain Connectivity: From Beethoven to Eminem. *SCIENTIFIC REPORTS* | 4 : 6130 | DOI: 10.1038/srep06130. DOI: 10.1038/srep06130 <http://dx.doi.org/10.1038/srep06130> Referencia