



Música para Despertar



Música autobiográfica hacia la mejora el estado y calidad de vida de personas con demencia. *Gestión de comportamientos complicados asociados a la Enf. De Alzheimer y otras demencias (Parkinson, Cuerpos de Lewy, Vascular, etc).*

¿Qué es? Música para Despertar es una herramienta terapéutica que ayuda a manejar los graves trastornos del comportamiento asociados a la demencia, gracias al mantenimiento de la memoria musical autobiográfica y las emociones asociadas.

Entroncada en los últimos avances neurocientíficos, que defienden que las áreas cerebrales encargadas de la memoria musical y la capacidad de sentir emociones, son de las últimas en atrofiarse en el cerebro herido por la E. de Alzheimer y otras demencias.

¿Qué propone? Compartiremos una filosofía de trabajo con varios pilares básicos e indispensables para mejorar realmente el estado de estas personas y las que les atienden: AMOR, Aceptación, Validación, Paciencia, Escucha Activa, Conciencia Plena, Reminiscencia, Flexibilidad, Estimulación Cognitiva, Creatividad, Sentido del Humor, Rutinas, Terapia Ambiental...

Objetivo General: Implantar y extender la terapia musical personalizada Música para Despertar, a través de listas de reproducción autobiográficas, unos cascos y un mp3, como herramienta basada en la Atención Centrada en la Persona, que permite gestionar de mejor manera ciertos comportamientos (agitación, nerviosismo, estado de ánimo, aislamiento...) asociados a la demencia, así como posibilitar Estimulación Cognitiva, Reminiscencia, Validación.

Objetivo Específico: Mejorar el estado y calidad de vida de personas con demencia leve, moderada-avanzada, sus familiares y los profesionales que les atienden. Acercar al manejo de los trastornos de comportamiento asociados con alternativas No Farmacológicas. Concienciación y Sensibilización social. Trabajar a través de la música objetivos terapéuticos concretos, centrados en las diferentes dimensiones de la persona: a nivel físico y fisiológico, emocional, cognitivo, social, espiritual.





Formaciones

Música para Despertar

Breve Introducción a la Formación Música para Despertar

Creemos en una formación **teórico/práctica**, basada en nuestra experiencia clínica. Analizaremos **grabaciones en vídeo**, ya que pensamos que es la mejor manera de abordar cada caso. Trabajaremos con diferentes casos clínicos de cara a adquirir las competencias necesarias para el éxito del programa.

Para su correcta aplicación, es necesario conocer las bases teóricas en las que se fundamenta, así como los principios y técnicas de aplicación.

Orientamos hacia un trabajo conjunto de diferentes profesionales. Sólo así podremos centrarnos adecuadamente en cada persona y en cada caso, de la manera más individualizada y personalizada posible. Si no, seguiremos teniendo un importante déficit en un amplio rango de personas.

Esta Formación está dirigida a diferentes perfiles profesionales en la atención directa a personas con Enfermedad de Alzheimer y otras demencias:

Dirección de Centros, Psicología, Medicina, Enfermería, Auxiliares de Enfermería, Gerocultores, Cuidadores, Familiares, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Trabajo Social, Limpieza, Recepción, Voluntariado, Mantenimiento, etc.



LOGROS A ALCANZAR

Utilizar la preservación de la memoria musical y la capacidad de sentir emociones en las personas heridas por la Enfermedad de Alzheimer para:

- **Manejar adecuadamente** los comportamientos complicados que pueden acompañar a la demencia (agitación, agresividad, deambulación) en personas en estado leve, moderado y avanzado, complementando la terapia farmacológica.

- **Disminuir** síntomas depresivos, aislamiento, ansiedad y dolor.

- **Promover** estimulación cognitiva (memoria, atención) y las relaciones sociales.

- **Mejorar** la cooperación, ingesta de comida, lenguaje, estado de ánimo.

- **Mejorar** la calidad de vida de la persona usuaria, los familiares, y los profesionales que les atienden.

- **Aprender el procedimiento y método:** ¿Cómo empezar este proceso? ¿En qué momento aplicar la música? ¿Qué objetivos terapéuticos es coherente plantearnos? ¿Cómo usar los diferentes aparatos electrónicos?

- **Concienciar** en la importancia de nuestro papel y de nuestro acercamiento a través del **amor**, la **validación**, la **atención centrada en la persona** y el **mindfulness**.

Programa de base



1. Enfermedad de Alzheimer y otras demencias

- 1.1. Comprender alteraciones conductuales

2. Música y Cerebro

- 2.1. ¿Por qué la música? (Desde el inicio de los tiempos)
- 2.2. Cerebro musical (Áreas cerebrales relacionadas)
- 2.3. Efectos de la música
- 2.4. Música y Neurociencia (Oliver Sacks)

3. Música y Demencia

- 3.1. Avances en Neurociencia (últimas referencias científicas)
- 3.2. ¿Por qué usamos cascos/auriculares? (diferencia oír/escuchar)
- 3.3. Memoria Emocional Implícita
- 3.4. No es Musicoterapia
- 3.5. Ventajas
- 3.6. Beneficios

4. Cómo comenzar el proceso

- 4.1. Todo tiene su ritmo
Cuestionario musical personalizado
- 4.2. Reducción o Complemento a terapia farmacológica
- 4.3. Objetivos Terapéuticos concretos
- 4.4. Registro de cambios observados

5. Proceso MPD (Música Para Despertar)

- 5.1. Primeras cuestiones (Agitación y Aislamiento)
- 5.2. ¿Qué hacer?
- 5.3. ¿Qué NO hacer?
- 5.4. Combinación con otras tareas
- 5.5. Combinación con imágenes
- 5.6. Movimiento
- 5.7. Reducción carga y tiempo de trabajo
- 5.8. Validación
- 5.9. Dar utilidad

6. Casos Prácticos 1

7. Casos Prácticos 2

- 7.1. De lo individual a lo grupal





Procesos de Implantación MPD

Sesiones de Prácticas y Terapia

Se llevará a cabo una selección de usuarios del Centro para realizar las sesiones Prácticas y de Terapia. Incluye los siguientes procesos:

- Contacto inicial con el Centro y envío de la documentación necesaria
- Entrevistas guiadas con Familiares de usuarios seleccionados
- Análisis de cuestionarios de evaluación musicales
- Elaboración de Listas de Reproducción autobiográficas personalizadas
- Análisis de Historia clínica de los usuarios, para establecer objetivos terapéuticos
- Grabación audiovisual de las sesiones prácticas
- Edición y montaje de grabaciones audiovisuales

El Proceso Integral se llevará a cabo por el **Equipo MPD** formado por profesionales cualificados en diferentes disciplinas: Psicología y Neuropsicología; Gerontología y Gestión de Centros; Musicoterapia; Técnicos en Animación Sociocultural; Grabación Profesional de Vídeos e Imágenes.

Si desea bonificar a través de FUND AE (Fundación Tripartita) el planteamiento y presupuesto puede verse modificado.

Opción Adaptada

- Adaptado a las posibilidades y necesidades concretas de cada Centro

Opción Básica

- 2 grupos de **formación teórico-práctica** mixtos para el máximo de profesionales
 - 8 horas de formación teórico-práctica (grupo mixto de mañana)
 - 8 horas de formación teórico-práctica (grupo mixto de tarde)
- 4 horas de **Prácticas y Terapia** con usuarios para el máximo de profesionales
- 2 **Packs MPD** (mp3, cascos...)
- Proceso de **3 días** en el Centro
- **Gestión** del Centro (contacto inicial, selección de usuarios...)
- Supervisión y **Seguimiento** del proceso de Implantación
- Proceso MPD para **8 usuarios**

Opción Completa

- 3 grupos de **formación teórico-práctica** para el máximo de profesionales
 - 8 horas de formación teórico-práctica para grupo de auxiliares (grupo de mañana)
 - 8 horas de formación teórico-práctica para grupo de auxiliares (grupo de tarde)
 - 8 horas de formación teórico-práctica para técnicos
- 6 horas de **Prácticas y Terapia** con usuarios para el máximo de profesionales
- 2 horas de **Taller** de Formación para familiares
- 4 **Packs MPD** (mp3, cascos...)
- Proceso de **4 días** en el Centro
- **Gestión** del Centro (contacto inicial, selección de usuarios...)
- Supervisión y **Seguimiento** del proceso de Implantación
- Proceso MPD para **12 usuarios**

Opción Óptima

- 3 grupos de **formación teórico-práctica** para el máximo de profesionales
 - 8 horas de formación teórico-práctica para grupo de auxiliares (grupo de mañana)
 - 8 horas de formación teórico-práctica para grupo de auxiliares (grupo de tarde)
 - 8 horas de formación teórico-práctica para técnicos
- 6 horas de **Prácticas y Terapia** con usuarios para el máximo de profesionales
- 2 horas de **Taller** de Formación para familiares
- 6 **Packs MPD** (mp3, cascos...)
- **Gestión** del Centro (contacto inicial, selección de usuarios...)
- Supervisión y **Seguimiento** del proceso de Implantación
- Proceso MPD para **16 usuarios**
- Proceso de **6 días** en el Centro
 - Primer encuentro de **4 días** (incluye todo lo anterior)
 - **Segundo encuentro de 2 días** con 16 horas en dos grupos mixtos
 - 4 horas de teoría y 4 de práctica para cada grupo mixto

Más datos de interés



Compartimos el testimonio de la familiar de una de nuestras usuarias participantes en el programa Música para Despertar, y así puedan ser más conscientes del beneficio de MPD.



Favorecemos el **empoderamiento de Auxiliares de Enfermería** debido a que suelen ser los Profesionales que más tiempo dedican al los Usuarios en la Atención Directa, así como siendo los Profesionales con más necesidad de nuevas herramientas que faciliten su labor profesional.

Hemos comprobado que la Formación grupal para centros es el método más adecuado, entre otras cosas, por llevar a la práctica con nuestra supervisión la parte más complicada de Implantación de estas técnicas en un Centro:

- Selección de Participantes
- Objetivos Terapéuticos
- Selección de Momentos del día de Intervención
- Establecimiento de Listas de Reproducción Personalizadas
- Motivación e Implicación del Máximo de Profesionales
- Integración de Herramientas No Farmacológicas en el día a día
- Disminución del Uso de Sujeciones y Atención Centrada en la Persona
- Material necesario (Cada **Pack MPD** incluye reproductor de mp3, dos auriculares de reproducción, y cable divisor estéreo)



Los procesos pueden ser modificados en función de la situación requerida por la pandemia de COVID-19.

La Formación consta de 4 etapas:

1. Contacto Online.

La primera fase consistirá en entrevistas con los familiares, para obtener la historia de vida musical de las personas usuarias seleccionadas del Centro. Con esta información, elaboraremos las listas de reproducción autobiográficas.

2. Formación Teórico-Práctica.

Explicaremos nuestro proceso en el Centro, cómo hacerlo, qué cosas no hacer, cómo beneficiará nuestro trabajo, expondremos casos clínicos, etc.

3. Prácticas y Terapia.

En esta parte del proceso los terapeutas de Música para Despertar junto con los técnicos del Centro, trabajaremos con los usuarios seleccionados para comenzar y llevar a cabo las primeras sesiones. Establecimiento de objetivos terapéuticos y validación de listas de reproducción. Podrán asistir otros Profesionales que hayan llevado a cabo la formación, aunque no será obligatoria (excepto para técnicos).

4. Supervisión y seguimiento.

Se realizará un seguimiento online, con estadísticas acerca del proceso.

Entrega de Título de cumplir los requisitos para la obtención del Certificado de Centro MPD.

Para poder llevar a cabo **sesiones Prácticas y de Terapia** con Usuarios del Centro, los Profesionales han de recibir un **mínimo de 8 horas** de Formación Teórico-Práctica.



Formador: Pepe Olmedo, Psicólogo Sanitario y músico, Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Fundador y Director de Música para Despertar. Colegiado AO08450. Máster en Musicoterapia.

Claves:

- Disminución de Trastornos del Comportamiento
- Adecuado para casos avanzados
- Atención Centrada en la Persona
- Disminución del uso de Sujeciones Físicas y Químicas
- Disminución importante del Aislamiento
- Aumento de motivación laboral
- Herramienta al alcance de TODOS los profesionales y familiares
- Flexibilidad y Adaptación a casos nuevos



Premios y reconocimientos:

- Premio Music Cities Awards "Mejor iniciativa usando la música, promoviendo la Salud y el Bienestar", 2022
- Premio "Dedicación al Mayor 2018" del programa de Juan y Medio "La Tarde", de Canal Sur
- Premio "Andaluces del Futuro" en Acción Social, 2018
- Premio Teaming al grupo más activo de 2016 (concedido en 2017)
- Premio en el ámbito de las Personas Mayores de Junta de Andalucía (Concejalía de Igualdad y Políticas Sociales), 2016
- Premio "Personas Mayores" de Ayuntamiento de Granada, 2016
- Premio "Jóvenes Emprendedores Sociales" de Universidad Europea de Madrid, 2015
- Premio "Making More Health" Ashoka España y Boehringer Ingelheim (Barcelona), 2015
- Premio para emprendedores sociales HUB Micro(me)cenar (Madrid), 2015
- Proyecto ganador y embajador de "Think Big Jóvenes" de Fundación Telefonica, 2013-14



Más información sobre Formaciones y nosotros en:

Web: musicaparadespertar.com

Mail: info@musicaparadespertar.com

Facebook: Música para Despertar

Youtube: Música para Despertar

Instagram: @musicaparadespertar

