



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**.

Curso Música para Despertar - Nivel 1

1. Unidad Formativa 1: Enfermedad de Alzheimer y otras demencias

1.1 Presentación Música para Despertar

- El caso de Marta, la bailarina con Alzheimer

1.2 Comprensión de la demencia

- Comprender alteraciones conductuales
- Funciones mentales afectadas

1.3 Demencias más comunes

- Diagnóstico diferencial
- Prevalencia Demencias
- Enfermedad de Alzheimer de inicio precoz
- Enfermedad de Alzheimer
- Escala FAST
- Teoría de la Retrogénesis
- Demencia Vascular

1.4 Aspectos Positivos

- Aspectos Positivos
- Historia de Vida
- Emociones
- Lenguaje No verbal
- La Importancia de los Detalles
- Resumen de puntos clave Enfermedad de Alzheimer y otras demencias

2. Unidad Formativa 2: Música y Cerebro

2.1 Música y Cerebro

- ¿Por qué la música? (Desde el inicio de los tiempos)
- Cerebro musical (Áreas cerebrales relacionadas)
- ¿Qué le hace la música a nuestro cerebro?

2.2 Efectos de la Música

- Efectos de la Música (Respuestas físicas y fisiológicas; Cognitivas; Emocionales; Sociales; Espirituales)
- Tratamiento Rehabilitador

2.3 Música y Neurociencia

- ¿Algo innato en la música?
- Música, Cerebro y Neurociencia
- Detectives musicales
- Avances en Neurociencia (últimas referencias científicas)
- Guía Bibliográfica

2.4 Camino de Flores Rojas

- Amapola
- El Hilo de Ariadna
- Historia de Vida – Géneros y Estilos
- Resumen de puntos clave Música y Demencia



Curso Música para Despertar - Nivel 1

3. Unidad Formativa 3: Música y Demencia

3.1 Música y Demencia 1

- El caso de Henry en EEUU

3.2 ¿Por qué usamos auriculares?

- Cascos + MP3
- Memoria emocional implícita
- Musicoterapia

3.3 Ventajas y Beneficios

- Ventajas MPD
- Beneficios MPD (Mejoras estado de ánimo; Mejoras físicas y fisiológicas; Estimulación Cognitiva; Mejoras en cooperación; Lentitud Psicomotora - ¿Baillamos?
- La importancia del turno de noche
- Música y Movimiento
- Estado de positivismo/Tristeza

3.4 Música y Demencia 2

- Música y Enfermedad de Alzheimer
- Música y Enfermedad de Parkinson
- Diferencias prácticas Parkinson y Alzheimer
- Música y Demencia por Cuerpos de Lewy
- Música y Demencia Vascular
- Música y Afasia

3.5 Emociones, Recuerdos, Identidad

- Persona como un todo: somos alma, mente, cuerpo
- Gestión Centrada en la Persona
- Herramienta para la acción (unión con otras terapias o técnicas)
- "El tono, la música de nuestras palabras"

4. Unidad Formativa 4: Cómo comenzar Proceso

4.1 Cómo comenzamos Proceso?

- Todo tiene su ritmo (Entrevista a los familiares; Cuestionario musical personalizado; Evaluación Neuropsicológica; Orientación a Objetivos Terapéuticos)
- Personas sin familiares
- Posibles inconvenientes

4.2 Elaboración Listas de Reproducción

- Selección de canciones autobiográficas
- Introducción a los BPM en la Música
- Identificación de patrones rítmicos en función de objetivos
- Identificación de modos musicales

4.3 Hacia Objetivos Terapéuticos

- Evaluación Neuropsicológica
- Atender a antecedentes
- Objetivos Terapéuticos concretos
- Repetición y Entrenamiento
- Neuroplasticidad
- Dimensiones de la persona

4.4 Registro de cambios observados

- Personas reflexivas y musicales
- Fases de la demencia
- Cuestionarios de evaluación neuropsicológica
- Cuestionarios de Seguimiento MPD
- Datos de Estudios MPD en 16 Residencias



NIVELES DE FORMACIÓN

La Formación Completa en **Música para Despertar** está dividida en **2 NIVELES de 30 horas** a lo largo de 4 semanas cada uno (60 horas Formación Completa).

Nivel 1 Música para Despertar

Entenderemos todo lo necesario para comenzar a explorar las **posibilidades de la música en personas con demencia**. Curso imprescindible para empezar a aplicar Música para Despertar, con un **enfoque práctico**. Aprenderemos a seleccionar las canciones, a través de una **evaluación de la historia de vida musical** de una persona, comenzando la aplicación de su Banda Sonora Vital. Aprenderemos a elaborar de forma adecuada las **listas de reproducción autobiográficas** consiguiendo. Exploraremos la **importancia de los ritmos** en distintas demencias, y en cómo nos pueden beneficiar diferentes canciones.

Nivel 2 Música para Despertar

Nos introducimos **de una forma más práctica** en la **gestión de los comportamientos complicados** que pueden acompañar la demencia (agitación, agresividad, aislamiento...), navegando a través de casos prácticos, hacia el establecimiento de un **plan de atención individualizado**. Veremos cómo podemos aplicar la música en diferentes **fases de la demencia**, así como a través de diferentes **perfiles profesionales o cuidadores**. Podremos dar el salto de la aplicación individual a la aplicación en establecimiento de Salas Musicales. Profundizaremos en **casos importantes** como experiencias cercanas a la muerte acompañadas con música, procesos de coma, o simplemente personas con deterioro cognitivo asociado a la edad. Acabaremos el Curso con un **Caso Práctico Final** muy importante y muy completo, que dará una visión final de todo el Proceso.

Será necesario haber superado el Nivel 1 para poder acceder al Nivel 2, teniendo también la opción de poder conseguir la Formación Completa de Música para Despertar (Nivel 1 y Nivel 2) en versión tutorizada a un menor precio.

¿Qué beneficios puede aportar la música y cómo alcanzarlos?

¿Qué diferencias puede aportar la música en personas con Alzheimer o Parkinson?

¿Qué canciones serán más adecuadas?

¿Qué son los BPM en la música y cómo tenerlos en cuenta?

¿Qué aspectos positivos podemos encontrar tras las demencias?

¿Qué diferencias existen entre MPD y la Musicoterapia?

¿Es el tono la música de nuestras palabras?

¿Cómo podemos evaluar nuestros resultados?

¿Cómo puede la música ayudar a disminuir la agitación?

¿Qué cosas NO hacer?

¿Cómo aplicar la música en función de la Fase de la demencia?

¿Cómo podemos orientar las sesiones musicales desde diferentes perfiles profesionales o de cuidadores?

¿Puede la música ser útil con personas en coma tras Ictus?

¿Cómo podemos integrar la música en experiencias al final de la vida?

¿Cómo podemos establecer parejas y grupos terapéuticos?

¿Qué dificultades podemos encontrar en un caso de Alzheimer precoz?

MODALIDADES DE FORMACIÓN



Cada Nivel estará disponible en 2 modalidades, para adaptarnos a diferentes necesidades y posibilidades:

- Versión Libre

Para personas con **menor tiempo disponible**, o con mayores dificultades económicas. Tendrás acceso a **todo el contenido** del Curso a un **precio menor**, ya que **no incluye** el Foro de Debates, la guía por parte de los profesionales de Música para Despertar, o las videoconferencias incluidas en la versión guiada.

- Versión Tutorizada

Tendrás acceso a **todo el contenido del Curso**, así como participación en el **Foro de dudas y debates**, guía por parte de los **profesionales de Música para Despertar**, y **2 videoconferencias** en directo por Nivel. El Curso más completo y que mejor te prepara para llevarlo a la práctica, al poder tener un acceso directo a resolver dudas y analizar los pasos que vamos dando.

En cualquier caso, hacemos lo posible para que puedas **llevar tu propio ritmo**, incluso grabando las sesiones de videoconferencia para aquellas personas que tengan dificultades para asistir en la versión guiada.

Tanto el Nivel 1 como el Nivel 2 podrás realizarlos en Versión Libre o Tutorizada. Puedes **realizar ambos niveles conjuntamente**, obteniendo toda la Formación de una sola vez y a un **precio menor**.





Modalidades de Formación Online Música para Despertar (MPD)

La Formación Online consta de:

- **Formación Teórico-Práctica** en el procedimiento MPD
- Proceso **Interactivo y Multimedia** (diapositivas, vídeos y audios subtítulos, imágenes, textos, enlaces externos, etc.)
- **100% adaptable a cualquier dispositivo** (Ordenadores, móviles, tablets)
- Análisis de **vídeos y casos prácticos**
- **Ejemplos prácticos** y visuales para conceptos importantes
- **Bibliografía Científica** extensa y actualizada
- **Cuestionarios** de evaluación y registro
- Análisis del Proceso en **casos muy diversos**
- Actividades **Prácticas**
- Selección de **Objetivos Terapéuticos**
- Elaboración de **Listas de Reproducción Autobiográficas**
- Posibilidad de **Videoconferencias** con los profesionales de MPD (en versión guiada)
- Información actualizada en 2021

Nivel 1 - Versión Libre (*sin foro ni tutorías*) 159 €

- **30 horas de Formación Teórico-Práctica** en MPD
- Acceso a **4 Unidades Formativas** completas en Plataforma Online
- **Inicio y ritmo libre**; duración de **4 semanas**
- **Sin acceso al Foro ni Tutorías**
- Acceso a **ejercicios de autoevaluación y todo el contenido**
- Menor precio

Nivel 1 - Versión Guiada (*con foro y tutorías*) 225 €

- **30 horas de Formación Teórico-Práctica** en MPD
- Acceso a **4 Unidades Formativas** completas en Plataforma Online
- **Foro de dudas y debates, tutorización**
- **2 sesiones de videoconferencia** con MPD
- Ritmo **Flexible y Guiado**; duración de **4 semanas**
- Plazas limitadas por edición

Curso Completo - Nivel 1 y 2 (*Versión Guiada*) 450€ **399 €**

- **60 horas de Formación Teórico-Práctica** en MPD
- Acceso a **8 Unidades Formativas** completas en Plataforma Online
- **Foro de dudas y debates, tutorización**
- **4 sesiones de videoconferencia** con MPD
- Ritmo **Flexible y Guiado**; duración de **8 semanas**
- **Caso Práctico Final**
- Plazas limitadas por edición

Existe la posibilidad de obtener **precios especiales** para Familiares Cuidadores, voluntarios, y otras necesidades especiales. Rellena nuestro formulario a través del siguiente enlace. **¡Infórmate sin compromiso!**





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



Curso Música para Despertar - Nivel 2

5. Unidad Formativa 5: Proceso MPD (Música Para Despertar)

5.1. Proceso Música para Despertar

- Prevenir: 30 minutos antes
- Primeras cuestiones (Agitación y Aislamiento)
 - Relajación
 - Estimulación
- ¿Qué hacer?
- ¿Qué NO hacer?
- ¿Cómo poner los cascos?

5.2. Estimulación Cognitiva a través de la Música

- Estimulación (letras; historia de vida)
- Estimulación Cognitiva a través de la Música
- Intervenciones musicales en función de la fase de la demencia, y grado de deterioro cognitivo
 - Fases leves
 - Fases moderadas
 - Fases avanzadas

5.3. Combinación con otras Herramientas

- Combinación con otras tareas
- Paseo terapéutico
- Combinación con imágenes
- Reminiscencia
- Movimiento

5.4. Organización y perfiles profesionales

- Calendario
 - ¿Todos los días?
 - Observación
- Reducción carga y tiempo de trabajo
- Apoyos imprescindibles

- Posibles objetivos en función de perfiles profesionales
- Técnicos (Dirección, Trabajo Social, Psicología, Terapia Ocupacional, Fisioterapia)
- Auxiliares de Enfermería
- Recepción; Voluntarios
- Familiares

6. Unidad Formativa 6: Manejo de Trastornos del Comportamiento

6.1. Gestión comportamientos complicados

- Realidad de la persona
- Día típico
- Agitación
- Terapia Farmacológica
- Momento de máxima agitación del día

6.2. Anteponernos a sus necesidades

- Anteponernos a sus necesidades
- Potenciar lo preservado
- Autonomía
- ¿Qué hacer?

6.3. Necesidad de sentirnos útiles y la Necesidad de sentirnos amados

- Dar utilidad
- Comunicación

6.4. Validación

- Validación
- Naomi Feil
- Una costurera siempre será una costurera
- La importancia de nuestro Tono

6.5. Música y Lenguaje No Verbal



Curso Música para Despertar - Nivel 2

7. Unidad Formativa 7: Casos Prácticos 1

7.1. Antes de comenzar

- Antecedentes
- Primeros pasos
- Disminución uso de sujeciones
- Atención y observación del día a día
- Posibles Objetivos Terapéuticos

7.2. Casos Prácticos 1

- Caso de María P. – Agitación, autonomía, relaciones sociales
- Descripción del caso / Posibles Objetivos Terapéuticos
- Programación de sesiones
- Registro de cambios observados

7.3. Casos Prácticos 2

- Caso de María E. – Gran Agitación
- Descripción del caso / Posibles Objetivos Terapéuticos
- Programación de sesiones
- Registro de cambios observados

7.4. Experiencia cercana a la muerte

8. Unidad Formativa 8: Casos Prácticos 2

8.1. Casos Prácticos 3

- Caso de Nati – Gran aislamiento
- Descripción del caso / Posibles Objetivos Terapéuticos
- Programación de sesiones
- Última fase Nati
- Caso de Maruja – Deterioro Cognitivo asociado a la edad
- Descripción del caso / Posibles Objetivos Terapéuticos
- Programación de sesiones
- Antes y después Maruja

8.2. Casos Prácticos 4

- Caso de Encarna – Persona en Coma tras ICTUS
- Descripción del caso / Posibles Objetivos Terapéuticos
- Caso de Concha – Caso muy avanzado
- Presentación del caso
- Concha antes y después

8.3. Parejas Terapéuticas y Grupos Terapéuticos

- De lo individual a lo grupal
- Otro tipo de sesiones
- Pareja terapéutica
- Grupo terapéutico
- Sala musical
- Beneficio de las relaciones sociales
- Sistemas para unir a varias personas
- ¿Cuántos mp3 para un centro?

9. Unidad Formativa 9: Caso Práctico de Paz

9.1. Primeros datos del caso

- Caso de Paz
- Introducción al caso de Paz: Testimonio de su hija
- Descripción del Caso
- Posibles Objetivos Terapéuticos

9.2. Primeras sesiones

- Orden de los posibles objetivos
- Programación de las sesiones
- Elaboración Listas de Reproducción
- Primeras sesiones

9.3. Conclusiones del caso

- Conclusiones Finales



Formación Online Música para Despertar Nivel 2

¡Precios especiales!

Nivel 2 - Versión Libre (sin foro ni tutorías) 149 €

- **30 horas de Formación Teórico-Práctica** en MPD
- Acceso a **4 Unidades Formativas** completas en Plataforma Online
- **Inicio y ritmo libre**; duración de **4 semanas**
- **Sin acceso al Foro ni Tutorías**
- Acceso a **ejercicios de autoevaluación y todo el contenido**
- Menor precio



Nivel 2 - Versión Guiada (con foro y tutorías) 225 €

- **30 horas de Formación Teórico-Práctica** en MPD
- Acceso a **4 Unidades Formativas** completas en Plataforma Online
- **Foro de dudas y debates, tutorización**
- **2 sesiones de videoconferencia** con MPD
- Ritmo **Flexible y Guiado**; duración de **4 semanas**
- Plazas limitadas por edición



Será necesario haber superado el Nivel 1 para poder acceder al Nivel 2

Existe la posibilidad de obtener **precios reducidos** para Familiares Cuidadores, voluntarios, y otras necesidades especiales. Rellena nuestro formulario a través del siguiente enlace. **¡Infórmate sin compromiso!**

