

RITMOS EN COMPAÑÍA

Conclusiones

Como primera experiencia de ritmos en compañera valoramos positivamente una serie de aprendizajes que podemos recoger en una serie de puntos.

1. La satisfacción de los participantes.

La intervención ha sido valorada muy positivamente por los participantes a las sesiones. Las personas atendidas en los centros de Salud Mental que han participado han sido los primeros a poner en valor la intervención y expresar la voluntad de continuidad. Esta expresión pone de manifiesto una necesidad que conviene satisfacer. Tenemos que generar espacios expresivos y de conexión con el arte y en este caso la música como fuente de recursos saludables.

2. Apertura de nuevos escenarios.

Todo y los progresos que hemos ido haciendo al considerar la relación entre música y salud, son todavía muy numerosos los espacios que pueden mejorar la calidad de vida de las personas atendidas al incorporar el arte a la agenda de actividades. Acerca Cultura mantiene la propuesta de “ritmos en compañía” como un punto de inicio al servicio de los equipos asistenciales que lo pueden adaptar a sus necesidades. La valoración positiva que los participantes hacen de las sesiones en fin de semana ha estado también significativa, la actividad se reduce y mantener un espacio de actividad favorece la calidad de vida de las personas atendidas. La intención de abrir nuevos espacios hace que desde Apropa Cultura se prioricen unidades dónde a día de hoy la música como complemento a la tarea asistencial no sea presente evitando, por ejemplo, espacios donde actualmente se desarrolla un programa de musicoterapia aplicada a la rehabilitación psiquiátrica.

3. Equipar la intervención

La convicción que Acerca Cultura mantiene en relación al valor rehabilitador de la música llega acompañada de una dotación de personal cualificado e instrumental adecuado a cada situación posibilitando la tarea.

Ritmos en Compañía ha contado con el apoyo de Remo instrumentos de percusión

pensados para usar en ámbitos sanitarios. La diversidad de espacios necesita adaptar la intensidad

del sonido de forma que no sea molesto ni entorpezca el normal funcionamiento de las unidades.

Las sesiones facilitadas por un musicoterapeuta tienen el valor de contar con un profesional especializado al ajustar la música a las necesidades de las personas atendidas a unidades de tratamiento.

4. Trabajar en equipo.

Un factor que explica la buena acogida de la propuesta de Ritmos en Compañía ha sido la implicación de los profesionales y gestores diversos de los centros. El diálogo con médicos, enfermeros, psicólogos, terapeutas ocupacionales, educadores y otros perfiles permite ajustar y definir las cosas para favorecer las necesidades específicas del grupo. El acompañamiento de quien interactúa diariamente apoyando el día a día del proceso de rehabilitación juega un papel fundamental al funcionamiento de esta propuesta. Especialmente significativa ha sido la implicación de los directivos de las fundaciones y unidades de hospitalización por la actitud de espaldarazo que ha hecho el camino fuerza planer. Apoyos para acceder en los espacios más adecuados, lugares para asear instrumentos, personal de apoyo a cada sesión y un montón de detalles que posibilitan la realización de la actividad.

5. Trabajar adaptando

Ha estado importando en cada caso incluir siempre que sea posible “Ritmos en Compañía” en el plan de tratamiento que sigue el grupo. Los objetivos del programa acostumbra a formar parte de algunos de los que se trabajan a los servicios rehabilitadores:

- Practicar habilidades sociales a un escenario seguro.
- Trabajar contenidos relacionados con la cognición y la emoción.
- Poder expresar y evaluar emociones diversas.
- Vincular personas con tendencia al aislamiento con prácticas artísticas en su momento y contexto social.

6. Mantener el contacto con la comunidad y los recursos musicales.

Un momento especialmente celebrado por los participantes ha sido la visita de los músicos de la orquesta del gran teatro del Liceo. Este contacto favorece el sentimiento de reconocimiento personal y sobre todo de vinculación en una comunidad musical que rodea los asistentes. Ritmos en compañía es una invitación a formar parte de una comunidad que valora la música como elemento esencial y beneficioso por nuestra salud mental.

Escuchar un músico profesional tiene entre otros beneficios la carga terapéutica de una interacción social normalizada.

7. Continuidad del proyecto.

Esta primera experiencia del programa Ritmos en Compañía ha estado muy condicionada por la situación vivida los últimos meses. A pesar de la observación de todas las medidas de seguridad durante la actividad, la continuidad se ha visto afectada por restricciones debidas al cierre preventivo de unidades donde se tenía que llevar a cabo. A pesar de que esto ha dificultado implementar el programa siguiendo la intención de que las sesiones sean semanales, el mejor indicador de aceptación ha sido la intención de las instituciones participantes de adquirir el compromiso de seguir programando y apoyando con recursos propios la continuidad del programa.