

## ¿Qué es la información basada en la evidencia?

Igual que los detectives buscan pruebas para resolver un crimen, los profesionales de la salud buscan la evidencia en la que basar su práctica. El detective debe tener evidencia en la que basar su caso. De forma similar, el profesional de cuidados de salud debe tener evidencia que sustente los tratamientos que propone. Buscan información que les ayude a suministrar los cuidados más efectivos o beneficiosos a sus pacientes. Debido a la abundancia de información de la que disponen, el proceso de descubrir qué información es la mejor puede ser difícil y largo. Llevaría muchísimo tiempo a su médico cribar la gran cantidad de investigación e información disponible sobre un tema en particular. Aquí es donde el Instituto Joanna Briggs entra en juego. Llevamos a cabo el trabajo de "detective", proporcionando a los médicos (y a usted) la mejor evidencia disponible.

### Fiabilidad de la evidencia

Se han evaluado la fiabilidad y la calidad de la evidencia sobre el tema de cada publicación para los consumidores del Instituto Joanna Briggs. Nosotros no puntuamos un procedimiento o tratamiento, sino la evidencia (o investigación) en la que se basa.

La evidencia puede jugar un papel crítico en cualquier investigación y es importante para los detectives reconocer la evidencia que proporcionará información "fiable" que ayude a la investigación. Esto mismo ocurre cuando se evalúa información de salud, ya que algunos tipos de evidencia son más fiables que otros.

En cuanto a la información basada en la evidencia para los consumidores del Instituto Joanna Briggs, puede estar seguro de que se utiliza la mejor evidencia disponible.

"Los procedimientos descritos en este folleto sólo deben ser utilizados por personas que tengan la experiencia adecuada en el campo al que se refiere el procedimiento. La aplicabilidad de cualquier información debe ser establecida antes de apoyarse en ella. Este folleto ha sido cuidadosamente elaborado y resume la investigación disponible y el consenso de expertos, no obstante, el Instituto Joanna Briggs no se hace responsable de cualquier pérdida, daño, coste o responsabilidad sufrida o incurrida como resultado de la utilización de estos procedimientos (tanto si surge por contrato, negligencia o cualquier otra causa)".

## ¿Qué significa esto para los consumidores?

Como consumidores de cuidados de salud es importante saber que su tratamiento se basa en la mejor evidencia disponible. También es importante que usted disponga de toda la información con el fin de tener una mayor independencia con respecto a sus propias decisiones de cuidados de salud y para implicarse en el proceso de toma de decisiones.

### Más información

El Programa de Información a los Consumidores del Instituto Joanna Briggs le proporciona revisiones de la literatura actualizadas para garantizarle que la información de que dispone está basada en la mejor evidencia disponible. El Instituto también elabora revisiones sistemáticas y Best Practice Information Sheets dirigidos a profesionales de la práctica clínica y de la salud. Esto significa que usted dispone del mismo alto estándar de publicaciones basadas en la misma información que las de los profesionales.

### Contacto

El Instituto Joanna Briggs tiene centros colaboradores en Australia, España y por todo el mundo. Si desea más información sobre el Centro Colaborador Español del Instituto Joanna Briggs, no dude en visitar nuestra página web:

[www.isciii.es/investen](http://www.isciii.es/investen)



CENTRO COLABORADOR ESPAÑOL  
DEL INSTITUTO JOANNA BRIGGS PARA  
LOS CUIDADOS DE SALUD BASADOS EN LA EVIDENCIA

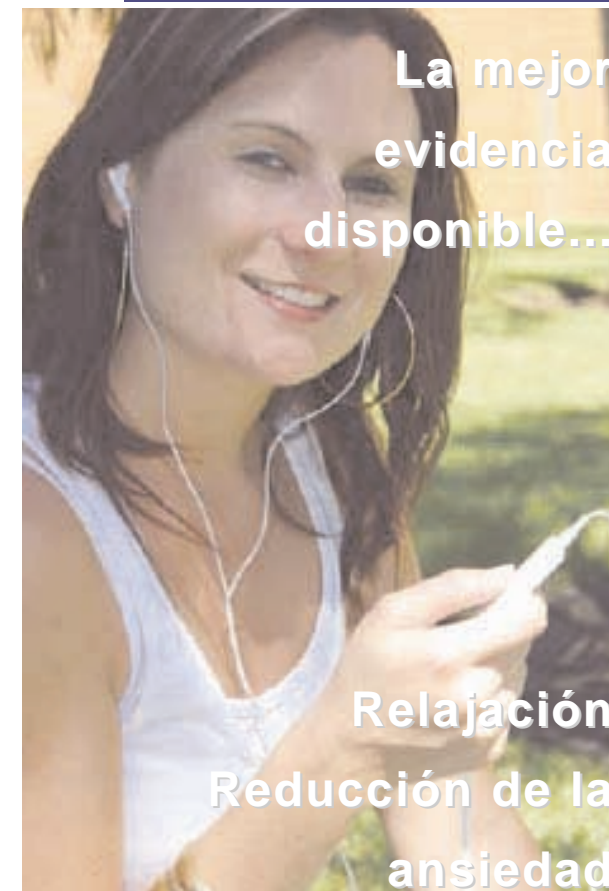
**Versión original traducida al castellano por:** Lucía García Grande

Bajo la coordinación del Centro Colaborador Español del Instituto Joanna Briggs para los Cuidados de Salud Basados en la Evidencia



Información para la población

Evidence Based Information Sheets for Consumers



  
THE JOANNA BRIGGS INSTITUTE

[www.joannabriggs.edu.au](http://www.joannabriggs.edu.au)

## Sobre la música en el hospital

Estar ingresado en el hospital puede ser una experiencia de ansiedad y estrés y cada uno se enfrenta a este periodo de forma diferente. Existen muchas técnicas disponibles para ayudar a la gente a relajarse mientras están en el hospital, incluyendo programas educativos, videos, masajes relajantes y aromaterapia. Este folleto se centra en los beneficios de escuchar música en el hospital, pero recuerde que si la música no funciona con usted puede recurrir a otra cosa, ya que existen muchas opciones a su disposición.

La música como forma de tratamiento es mayormente un desarrollo del siglo XX. Sin embargo, ha existido en varias formas en la mayoría de las culturas durante siglos. En años recientes el uso de la música en los hospitales ha aumentado. La música se ha utilizado en pacientes de todas las edades, desde bebés y niños hasta adultos y mayores. También se ha utilizado en muchas especialidades de cuidados de salud como cuidados intensivos, coronarios, oncológicos, unidades de maternidad, de geriatría, cuidados paliativos y departamentos de pacientes ambulatorios. La música se utiliza en combinación con otras actividades como programas educativos, videos y masajes relajantes.

La información en este folleto se refiere a la música escuchada por un paciente durante su cuidado en un reproductor de casete o de CD.

Los estilos de música revisados incluyeron clásica, instrumental, relajante, piano y new age. La revisión no pudo determinar si un tipo de música era más efectivo que otros.

## Referencias

Este Consumer Information Sheet está basado en una revisión sistemática y en un Best Practice Information Sheet realizados por el Instituto Joanna Briggs bajo la orientación de un panel revisor de expertos clínicos.

Evans, D. 2001 Music as an Intervention for Hospital Patients. A Systematic Review No. 15 The Joanna Briggs Institute for Evidence Based Nursing and Midwifery.

## Usos de la música

La música se ha utilizado para aliviar una gran gama de síntomas no sólo en el hospital, sino también en entornos comunitarios y residencias. Estos síntomas incluyen:

ansiedad	dolor grave	dolor
satisfacción	tolerancia	humor
sedación	analgesia	

## Efectividad de la música

### *Pacientes de hospital*

Los pacientes hospitalarios generalmente permanecen en una cama o silla. A menudo se están preparando o recuperando de un procedimiento, cirugía u otra enfermedad. En base a los resultados de la revisión, el uso de la música en el hospital puede tener como resultado:

- reducción de la ansiedad
- ligera reducción del índice respiratorio
- mejor humor

La música no tiene ningún impacto en el ritmo cardiaco o la presión sanguínea de los pacientes.

### *Pacientes que se encuentran sometidos a algún procedimiento*

En base a los resultados de la revisión, escuchar música durante procedimientos desagradables o invasivos no tiene ningún impacto sobre:

- ansiedad del paciente
- ritmo cardiaco o presión sanguínea
- gravedad del dolor

Sin embargo, hay sugerencias de que puede reducir la necesidad de sedación o analgesia.



## La evidencia sugiere...

En base a la buena evidencia, pueden hacerse las siguientes



recomendaciones:

Si usted (o un pariente o amigo) está en el hospital, escuchar música grabada mientras permanece en la cama o silla puede reducir la ansiedad y mejorar el humor.

### *Pacientes de hospital*

Existe una gran cantidad de evidencia que sustenta el uso de la música para adultos durante su estancia en el hospital para reducir la ansiedad.

Sin embargo, tiene poco impacto sobre las condiciones físicas como la presión sanguínea y el ritmo cardiaco. Esta evidencia sugiere que la música puede ser útil en el cuidado de los pacientes durante su estancia en el hospital como un tratamiento efectivo para reducir la ansiedad.

### *Pacientes sometidos a algún procedimiento*

El papel de la música durante procedimientos desagradables es menos claro, y aunque se ha sugerido que puede reducir la necesidad de sedación y analgesia del paciente, se requiere más investigación sobre este tema.