



TEMPO DE ESPERA

Ana Alfonsel Gómez
tempodespera@gmail.com
626 57 95 26

TEMPO DE ESPERA EN EL HOSPITAL RAMÓN Y CAJAL



Normas de actuación para los voluntarios que quieran participar en el desarrollo de Tempo de espera en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid

Cómo se está llevando a cabo

El proyecto ya ha comenzado a desarrollarse en el **área de oncología** del **Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid**. Para la realización de dicho proyecto seguimos el siguiente plan de actuación.

- Presentación del proyecto al área de Atención al Paciente del Hospital para su aprobación y firma del permiso correspondiente para llevar a cabo las sesiones en los diferentes espacios propuestos.
- Convocatoria a los músicos.
- Hasta el momento se ha hecho llegar la convocatoria a los alumnos de un Máster de Musicoterapia de la Universidad de Alcalá y a dos coros. De estos tres focos se ha consolidado una base de 25 músicos que colaboran con continuidad. Se ha observado que un 90% de los músicos que han respondido a la convocatoria tras la experiencia repiten. Por lo tanto se concluye que la experiencia es altamente gratificante así mismo para los músicos voluntarios.

- Gestionar y coordinar las intervenciones de los músicos por días y hospitales. En colaboración con la Universidad de Jaén, tres alumnos de Ingeniería Informática de la misma (<http://www.skuark.com/>) se han ofrecido para hacer la página web de 'Tempo de espera' como prácticas para una de sus asignaturas.

- Establecer un calendario por hospital, días de intervención en el mismo y horarios para cada uno de los espacios. En el Hospital Ramón y Cajal, tras esta primera fase de prueba se han establecido ya los horarios que permite cada espacio:

o Intervenciones musicales en la sala de espera de oncología: todas las mañanas entre semana.

o Intervenciones musicales en el Hospital de Día (salas de quimioterapia): durante la mañana y hasta las 18 horas. El mejor día para intervenir en este es el viernes pues suele haber menos gente y así no se entorpece a las enfermeras.

o Intervenciones musicales en los pasillos y/o habitaciones de la Planta 3 Centro, Oncología. Las tardes de los días entre semana. Las mañanas no son buenas porque los médicos examinan a los pacientes y el ritmo es rápido, no conviene entorpecer. Los fines de semana no son tan necesarias las intervenciones musicales porque los enfermos reciben muchas visitas de amigos y familiares y suelen estar muy entretenidos.

- Establecer unos criterios que guíen las intervenciones musicales. El sentido común y la sensibilidad del músico deben guiar todas las intervenciones musicales. No obstante, como guía y marco de acción, en el Hospital Ramón y Cajal, tras esta primera fase de prueba, se han establecido ya los criterios musicales que hay que seguir en general:

o Tipo de música/ repertorio: La música que se ofrece al paciente es fundamentalmente clásica o popular.

▪ Música clásica: Antigua, barroca, clásica, romántica y contemporánea. Composiciones de autores como Bach y Mozart son especialmente recomendables. Hay que descartar obras especialmente dramáticas o cuyos textos versen sobre la enfermedad o la muerte, tales como Réquiems. En general, huir de textos en nuestro idioma si no tienen un mensaje positivo, alegre o esperanzador.

▪ Música popular: son especialmente adecuados los tangos, la bossa nova, así como el repertorio popular del cancionero español.

▪ Peticiones: en muchas ocasiones se ha observado que los pacientes realizan peticiones musicales. Siempre, en la medida de lo posible, es recomendable satisfacerlas.

o Instrumentos musicales/formaciones corales:

▪ Los instrumentos musicales han de ser acústicos, nunca con amplificación electrónica, y adecuados al volumen sonoro de los diferentes espacios.

• Son instrumentos ideales para ello los de cuerda pulsada y frotada.

• Dentro de los de viento son adecuados los de madera, exceptuando al saxofón, que por su volumen sonoro no es recomendable.

• Las voces son instrumentos ideales para estos espacios. Descartamos, en principio, a no ser con sordina, los instrumentos de viento metal.

- La percusión, muy sutil, cabe como complemento a otros instrumentos o hablando de pequeña percusión son idóneos los instrumentos de láminas y los cuencos tibetanos.
- El número de músicos por sesión no ha de superar las cuatro personas. Lo ideal es que acudan músicos solistas, dúos, tríos o cuartetos. En el caso de ser cuatro los músicos voluntarios en una misma sesión (como por ejemplo una formación coral) es preferible que en la planta de oncología canten en el pasillo, de manera que puedan disfrutarlo varias habitaciones a un mismo tiempo.

Y las peculiaridades de cada espacio en concreto son:

- o Sala de espera de oncología: en este espacio el volumen sonoro de los instrumentos ha de ser especialmente seleccionado para no interrumpir las llamadas que, por megafonía, avisan a los pacientes para entrar en consulta. No obstante, estas llamadas se producen a un volumen elevado y con los instrumentos anteriormente establecidos, no se interrumpen. Son especialmente adecuados los instrumentos de cuerda para este espacio pero no se deben descartar los demás.
- o Hospital de Día (salas de quimioterapia): En este espacio, las máquinas de los goteros del tratamiento de quimioterapia pitan para avisar a las enfermeras de cuándo se ha acabado. En estas salas también hay que cuidar que se escuchen pero con los instrumentos anteriormente recomendados este problema no ocurre.
- o Planta 3 C Oncología, ingresados (pasillo y habitaciones): En este espacio hay que tener en cuenta que si se entra en una habitación, el espacio más privado, previo consentimiento del paciente/familiares, se debe adecuar el volumen/carácter del repertorio a la situación que esté viviendo el enfermo. El sentido común y la reunión previa con las enfermeras debe guiar la elección de una música u otra según el carácter y la intensidad de la pieza a la situación/fase de la enfermedad que vive el paciente ingresado.
- Intervenciones musicales/sesiones/actividades: Cuando el músico llegue al Hospital:
 - o Lo ideal es que sea recibido por la persona que lleva el proyecto en ese hospital y se deje guiar por sus criterios. Esta persona, y en caso de no estar ella, los músicos, deben:
 - Acudir al espacio en el que se desarrolle la sesión y:
 - Reunirse con las enfermeras: ellas indicarán cómo es el ritmo diario, por qué habitaciones/salas empezar, cuáles descartar y muchas veces aspectos tan importantes como dónde tocar. La música nunca debe con su intervención interrumpir el ritmo de trabajo del personal del hospital, ha de adaptarse a él en cada momento. Hay que tener en cuenta que enfermeras y enfermeros son las personas que más conocen a los pacientes y sus condiciones. Son personas clave en este proyecto y todas se muestran entusiasmadas y dispuestas a colaborar. Para ell@s, el bienestar de los pacientes es también su bienestar, pues trabajan mejor y la música también la perciben.
 - Ofertar música a los pacientes:
 - o En la sala de espera de oncología no hay que pedir permiso. El músico entra directamente, se sienta como un paciente más y por sorpresa comienza a tocar, teniendo cuidado de no interrumpir las llamadas por megafonía, aspecto este fácil de salvar pues el volumen sonoro de los instrumentos posibles no interrumpe el de las llamadas.
- o En el Hospital de Día. En este espacio hay que tener en cuenta que los pacientes comparten habitación con otras cinco personas que están recibiendo tratamiento de quimioterapia. Al ofrecer su música, el músico voluntario debe presentar en primer lugar

