



## Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

### 160/376 - REDUCCIÓN DEL DOLOR Y SÍNTOMAS ASOCIADOS MEDIANTE EL USO DE MÚSICA WINGWAVE®

N. Morán Bueno<sup>a</sup>, H. Lorenzo Riuz<sup>b</sup>, C. Herrera Jiménez<sup>b</sup>, M.J. López Piqueres<sup>b</sup>, S. Pérez González<sup>c</sup> y M. Gómez Herranz<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. CAP Morera-Pomar. Badalona. <sup>b</sup>Diplomado Universitario en Enfermería. CAP Morera-Pomar. Badalona. <sup>c</sup>Enfermera Residente de 2º año de Enfermería Familiar y Comunitaria. CAP Morera-Pomar. Badalona.

#### Resumen

**Objetivos:** El coaching Wingwave® combina la estimulación hemisférica bilateral a través de movimiento oculares, estímulos auditivos o táctiles. La música Wingwave® tiende a armonizar ambos hemisferios cerebrales con el consiguiente efecto relajante. El objetivo, comprobar si dicho efecto de la música Wingwave se consigue en situaciones de estrés agudo en relación al dolor físico, como es el caso de la cura de heridas.

**Metodología:** Estudio cuasiexperimental para el que seleccionamos 7 pacientes que presentan dolor moderado/alto al realizarse curas aumentando su grado de ansiedad. Se utilizó música Wingwave® durante cada cura. Antes y después se registró una escala numérica (EN) de intensidad del dolor, intensidad de ansiedad, miedo y preocupación (0-10) y grado de utilidad de la música (poco, bastante, mucho).

**Resultados:** Se utilizó la música en 84 curas obteniendo mejoría del dolor en 66,6%, empeoramiento en 25% y sin cambios en 8,3%; mejoría de ansiedad en 83,3% y sin cambios en 16,6%; mejoría del miedo en 66,6% y sin cambios en 33,3%; mejoría de preocupación en 66,6%, 25% sin cambios y 8,3% empeoramiento. La música fue muy útil en 75%, bastante útil en 16,6% e inútil en 8,3%.

**Conclusiones:** Dada la mejoría observada en todos los aspectos analizados, así como la mejoría progresiva entre las primeras y últimas curas, junto con el feedback de los pacientes, nos planteamos si un recurso como éste podría implantarse en consultas de Atención Primaria, para disminuir el dolor durante curas de heridas cutáneas, aumentando la sensación de bienestar y con ello mejorar la calidad asistencial.