

# Masaje terapéutico y Musicoterapia: intervenciones de Enfermería para disminuir el estrés en madres lactantes asistentes al Banco de Leche Humana del HUDN

Paula Andrea Muñoz de la Rosa<sup>1</sup>

Leidy Carolina Ortega Madroño<sup>2</sup>

Ibeth Jacqueline Arteaga Rosero<sup>3</sup>

Angie Carolina Barrera Toro<sup>4</sup>

Jeison Camilo Eraso Rodríguez<sup>5</sup>

Dayana Marcela Guerrero Navarro<sup>6</sup>

Sebastián Felipe Ojeda Gaviria<sup>7</sup>

Angie Paola Orbes Cuasanchir<sup>8</sup>

Adriana Fernanda Riascos Pantoja<sup>9</sup>

Ángela Daniela Solarte Lasso<sup>10</sup>

Crisly Maricela Gómez Legarda<sup>11</sup>

Natalia Sofía Gallego Eraso<sup>12</sup>

## Resumen

El presente proyecto hace parte de una investigación profesoral denominada 'Lactoterapia', cuyo objetivo es, evaluar el efecto del masaje terapéutico y la musicoterapia en las madres lactantes asistentes del Banco de leche humana en el Hospital Universitario Departamental de Nariño, con el propósito de disminuir los niveles de estrés y aumentar el bienestar de la madre. La investigación se enmarca en el paradigma cuantitativo, enfoque empírico analítico de tipo experimental (ensayo clínico). La población objeto está conformada por 79 madres lactantes. La musicoterapia y el masaje terapéutico son intervenciones de enfermería que buscan incrementar el bienestar físico y mental de las madres y sus familias. Hay que tener en cuenta que, las características sociodemográficas pueden apoyar o dificultar el proceso de la lactancia, por lo cual es importante contextualizarse con estos factores.

*Palabras clave:* Madres lactantes; estrés; masaje terapéutico; musicoterapia.

<sup>1</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: paulaamunoz@umariana.edu.co

<sup>2</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: leidycaortega@umariana.edu.co

<sup>3</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: ibarteaga@umariana.edu.co

<sup>4</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: angibarrera@umariana.edu.co

<sup>5</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: jeieraso@umariana.edu.co

<sup>6</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: dayaguerrero@umariana.edu.co

<sup>7</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: seojeda@umariana.edu.co

<sup>8</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: anorbes@umariana.edu.co

<sup>9</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: adriariascos@umariana.edu.co

<sup>10</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: angelsolarte@umariana.edu.co

<sup>11</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: crgomez@umariana.edu.co

<sup>12</sup>Universidad Mariana. Correo electrónico: ngallego@umariana.edu.co

# Therapeutic massage and Music Therapy: interventions of nursing to reduce stress in lactating mothers attending the Human Milk Bank of the HUDN

## Abstract

This project is part of a professorial research called 'Lactotherapy', whose objective is to evaluate the effect of therapeutic massage and music therapy in lactating mothers, who assist of the Human milk bank at University Hospital Departmental of Nariño, to reduce their stress levels and increase well-being. The research is framed within the quantitative paradigm, an experimental empirical analytical approach (clinical trial). The target population is made up of 79 nursing mothers. Music therapy and therapeutic massage are nursing interventions that seek to increase the physical and mental well-being of mothers and their families. Since sociodemographic characteristics can support or hinder the breastfeeding process, it is important to contextualize with these factors.

*Keywords:* Lactating mothers; stress; therapeutic massage; music therapy.

## Massagem terapêutica e musicoterapia: intervenções de enfermagem para redução do estresse em lactantes atendidas no Banco de Leite Humano do HUDN

### Resumo

Este projeto faz parte de uma pesquisa docente denominada 'Lactoterapia', cujo objetivo é avaliar o efeito da massagem terapêutica e da musicoterapia em mães que amamentam que tenham de ir ao Banco de Leite Humano do Hospital Universitário Departamental de Nariño, para reduzir seus níveis de estresse e aumentar o bem-estar. A pesquisa está enquadrada no paradigma quantitativo, uma abordagem analítica empírica experimental (ensaio clínico). A população-alvo é composta por 79 lactantes. A musicoterapia e a massagem terapêutica são intervenções de enfermagem que buscam aumentar o bem-estar físico e mental da mãe e de sua família. Uma vez que características sociodemográficas podem auxiliar ou dificultar o processo de amamentação, é importante contextualizar com esses fatores.

*Palavras-chave:* Mães que amamentam; estresse; massagem terapêutica; terapia musical.

### 1. Introducción

El estudio hace parte de una investigación profesoral denominada 'Lactoterapia' en el Banco de Leche Humana de un convenio interinstitucional entre la Universidad Mariana, Programa de Enfermería y el Hospital Universitario Departamental de Nariño (HUDN), teniendo en cuenta que la lactancia materna implica compromiso, apoyo gubernamental y participación de diferentes actores del sistema, entre ellos, el profesional de enfermería y la implementación de actividades como la musicoterapia y el masaje, catalogadas por la *North American Nursing Diagnosis Association* (NANDA), como intervenciones de enfermería con evidencia científica, las cuales permiten disminuir el nivel de estrés de las madres con métodos no farmacológicos, contribuyendo a su bienestar, producción y calidad de la leche materna, así como a cumplir un papel protagónico en su acompañamiento y en el del bebé.

Con el masaje terapéutico y la musicoterapia se crea un ambiente de armonía y relajación para la reducción de los niveles de estrés, contribuyendo al fortalecimiento de la lactancia materna y del binomio madre-hijo, buscando alternativas diferentes de cuidado, más armónicas y centradas en la madre y el niño. La investigación pretende evaluar el efecto del masaje terapéutico y la musicoterapia en las madres lactantes, con el propósito de disminuir los niveles de estrés y aumentar su bienestar, en aras de poder conocer los efectos del masaje

terapéutico y la musicoterapia sobre el estrés de las mujeres lactantes asistentes al Banco de leche humana del HUDN.

El estrés es un factor que afecta a las madres en periodo de gestación y lactancia y genera en ellas dificultades físicas y emocionales, como resultado de todas las situaciones presentes en el entorno inmediato durante la gestación, parto o puerperio, entre las cuales están los problemas de salud de la madre y el bebé, la falta de apoyo familiar o de la pareja que, en ocasiones, requieren de extremo cuidado y hospitalización, que puede representar en la madre niveles de estrés elevados, reflejados en presencia de ansiedad, inseguridad, preocupación y problemas para conciliar el sueño. Todos estos aspectos generan cambios en el binomio al dificultar la lactancia materna, la cual según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2012) es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes necesarios para obtener un óptimo y saludable desarrollo y crecimiento. Considera que, la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida y posterior a ello la continuación junto con alimentos complementarios hasta los dos años, hace posible la reducción de la mortalidad del lactante por enfermedades frecuentes en la infancia, como la diarrea o la neumonía; ayuda a una recuperación más rápida de las enfermedades y es la práctica más eficaz para prevenir y combatir la desnutrición infantil, pudiendo disminuir las cifras considerables de muertes por esta causa que se presentan en el mundo.

Teniendo en cuenta el evento de vigilancia epidemiológica, mortalidad por y asociada a desnutrición en menores de cinco años para 2017, en Colombia se notificó 205 casos que cumplían con los criterios de definición. Los casos por desnutrición y los casos asociados a la desnutrición a nivel nacional en el año 2017 fueron de 4,6 muertes por cada 100.000 menores de cinco años y, específicamente, en Nariño los valores fueron de 5,4 muertes. A esto se le debe sumar que, como uno de los factores de riesgo, se encontró que el 42 % de los menores fallecidos no recibieron lactancia materna y, la proporción restante que sí lo hizo, su duración mediana fue de seis meses e inicio de la alimentación complementaria entre el cuarto a sexto mes de vida, lo cual significa que hay un porcentaje considerable de mujeres que no realizan esta práctica o que sí lo hacen, pero de manera inadecuada (Ministerio de Salud e Instituto Nacional de Salud, 2017). Lo anterior recalca la necesidad e importancia del acompañamiento del personal de salud para afrontar el estrés en las madres lactantes y favorecer, a través de diferentes intervenciones, con cuidados científicamente fundamentados, la práctica de lactancia materna, haciendo frente a los estímulos o situaciones que pueden generar estrés.

Según un estudio del Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal (2018), en mujeres con mayor estrés, se pudo identificar que iniciaron la lactancia materna en menor proporción, en comparación con las mujeres sin exposición a eventos estresantes. Además, las mujeres con exposición a cuatro o más eventos estresantes, tenían menos probabilidad de iniciar la lactancia, que las mujeres sin exposición a eventos estresantes. Así mismo, la literatura científica muestra que las mujeres que se encontraban en periodo de lactancia “lograron mejores índices de lactancia materna exclusiva a los 4, 5 y 6 meses al presentar menores niveles de vulnerabilidad al estrés y de estado de ansiedad” (Gorrita, Bárcenas, Gorrita y Brito, 2013, p. 179).

El desarrollo del estudio se fundamentó en la línea de investigación ‘Cuidado de enfermería’; eje temático: satisfacción de las necesidades humanas en cada una de las etapas del ciclo vital; paradigma cuantitativo; enfoque empírico analítico; tipo de investigación experimental, ensayo clínico. La población objeto de estudio está conformada por 100 madres asistentes al Banco de leche, de las cuales 79 conforman la muestra, de acuerdo a fórmula estadística.

En Latinoamérica se puede identificar que, la vulnerabilidad al estrés en madres lactantes, según el primer periodo de lactancia, es bajo, con un 54,5 %; aun así, los niveles altos y medios de vulnerabilidad al estrés corresponden a 21,9 % y 23,6 % respectivamente. También se logró evidenciar niveles altos de estrés con relación al tiempo de lactancia materna, estableciendo que, entre menor sea el tiempo de lactancia materna, más alto será el nivel de estrés (Gorrita et al., 2013). En el mismo sentido, se ha identificado que el estrés en las madres afecta la lactancia en cuanto a la cantidad o calidad de su leche. Una de las mayores preocupaciones de las madres se manifiesta en síntomas de estrés o ansiedad; los estados negativos que padece después del parto, llegan a afectar mucho en el periodo de lactancia, pues esto a su vez provoca que la producción de leche no sea la misma o incluso pueda llegar a desaparecer.

Al aumentar el estrés, la madre experimenta emociones diferentes a las que esperaba tener cuando su bebé estaba en etapa de gestación; puede sentirse insegura y preocupada por la salud de su hijo, lo cual se refleja con carga emocional. “El estrés es el estado emocional predominante y los obsesionan la sensación de culpa, especialmente a la madre, que siente que ha hecho las cosas mal y la búsqueda de las causas del ‘fracaso’” (Canales y Llanos, 2017, p. 16). De acuerdo con esto, la profesión de enfermería cumple un papel muy importante en la prestación de cuidados y atención de los pacientes; por tanto, los cuidados deben estar fundamentados científicamente y ser aplicados según las necesidades de las personas a través del proceso de atención de enfermería (PAE). Las intervenciones planteadas en la presente investigación son actividades o acciones que están dentro de la clasificación de intervenciones de enfermería (NIC) y forman parte del proceso de atención de enfermería; son clasificadas por códigos: Masaje 1480 y Musicoterapia 4400 y, están encaminadas a alcanzar los resultados establecidos por el profesional de enfermería.

Desde esta perspectiva, se realizó el estudio con 79 madres lactantes de diferentes edades que asisten al Banco de leche humana en el HUDN en el periodo 2019- 2020, con el fin de crear un protocolo de atención que facilite la aplicación de las intervenciones, el cual consta de tres sesiones de masaje terapéutico y musicoterapia, para poderlas desarrollar de manera efectiva. Para ello, se caracterizó socio demográficamente a las madres a través del formato de características sociodemográficas. Para la recolección de datos se utilizó instrumentos como la escala Likert con el indicador NOC 1212 medición de estrés; además se efectuó la toma de los signos vitales como T/A, T°, FC Y FR antes de iniciar la intervención y al final de ésta, para poder determinar si las intervenciones influían o no en los niveles de estrés de la madre. Dichos instrumentos fueron aprobados por el Comité de investigación del hospital.

## 2. Desarrollo

### Metodología

Estudio experimental (ensayo – clínico) con enfoque empírico analítico en 79 madres lactantes del Banco de Leche Humana del HUDN durante el periodo 2019-2020, quienes aceptaron participar; madres lactantes con resultado de serología y hepatitis B negativo y que no consumían alimentos incompatibles con la lactancia. Se excluyó a aquellas con lesión o que referían dolor en tórax posterior o, en aquellas donde el masaje estuviera contraindicado. El tamaño de la muestra fue calculado a través de la aplicación de fórmula estadística, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión establecidos. Previamente a la recolección de datos se hizo entrega del consentimiento informado a cada madre, para dar a conocer las características de la investigación y las intervenciones que serían realizadas.

La información se recolectó mediante una encuesta tipo cuestionario, diseñada con 28 preguntas, validada por el Comité de investigación del HUDN. En el cuestionario se indagó características sociales y demográficas de las madres, con el fin de analizar la relación de éstas con la lactancia materna.

Complementariamente, con cada participante del estudio se aplicó la escala Likert adaptada de la NANDA. En la escala de signos vitales se registra los valores pre y post intervención de la toma de la temperatura, presión arterial, frecuencia cardiaca y frecuencia respiratoria durante las tres sesiones realizadas a las madres lactantes. En la escala Likert de Medición del estrés por medio de los indicadores de la escala n que van desde Grave hasta Ninguno, se evalúa en la primera y tercera sesión, la presencia de depresión y de llanto, trastornos del sueño, irritabilidad, aumento de la tensión muscular en cuello, hombros, espalda y, finalmente, la presencia de cefalea tensional. En la escala Likert de Medición del Estrés por medio de las convenciones desde gravemente estresada a no estresada, se evalúa en la primera y tercera sesión, el grado de estrés que presenta la madre lactante.

Las variables de análisis fueron: características sociodemográficas (Edad, estado civil, estrato socioeconómico, escolaridad, ocupación, religión, grupo étnico, procedencia, nacionalidad); nivel de estrés e intervenciones de Enfermería (Masaje terapéutico y

músicoterapia). Los datos recolectados fueron condensados en una matriz diseñada en la plataforma Hojas de Cálculo de Google Drive.

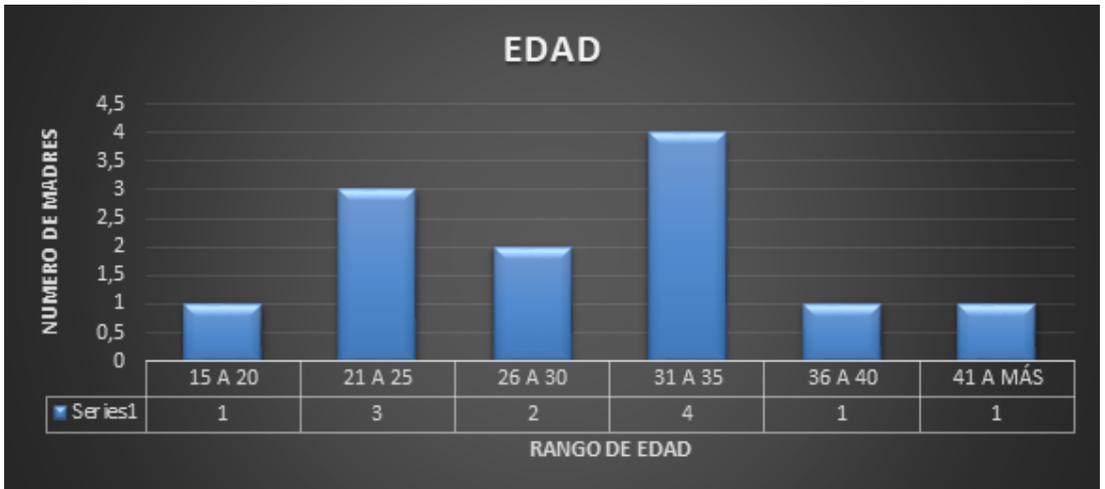
El estudio se ejecutó teniendo en cuenta los principios éticos para la investigación en seres humanos, de acuerdo con la Resolución 8430 de 1993, por la cual se clasifica este estudio como una investigación con riesgo mínimo. De igual forma, se contempló como parte de las consideraciones éticas, la Ley 911 de 2004, Código Deontológico de Enfermería. A nivel internacional, se tuvo en cuenta la Pauta 19 de las Pautas Éticas Internacionales para la investigación, relacionada con la salud de seres humanos (Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS). (2017), la cual dispone: “Las mujeres durante el embarazo y la lactancia tienen características fisiológicas y necesidades de salud particulares. Debe promoverse la investigación diseñada para obtener conocimiento relevante para las necesidades de salud de las mujeres durante el embarazo y la lactancia” (p. 79).

### 3. Resultados

Doce mujeres lactantes han participado del estudio y se ha analizado cuatro características hasta la fecha; de acuerdo con esto, se encontró que, en la edad registrada de cada una de las participantes, se evidencia que la mitad de ellas tiene una edad igual o menor a los 30 años (Figura 1). Con respecto al estrato socioeconómico, el 50 % pertenece a un estrato socioeconómico igual o mayor a 2 (Figura 2). Aproximadamente la mitad de ellas posee apoyo familiar, al manifestar el estado civil de casadas (33,3 %) o unión libre (25 %) (Figura 3). En cuanto al nivel de escolaridad, se puede deducir que el 75 % de las madres tiene un nivel de educación superior (Figura 4).

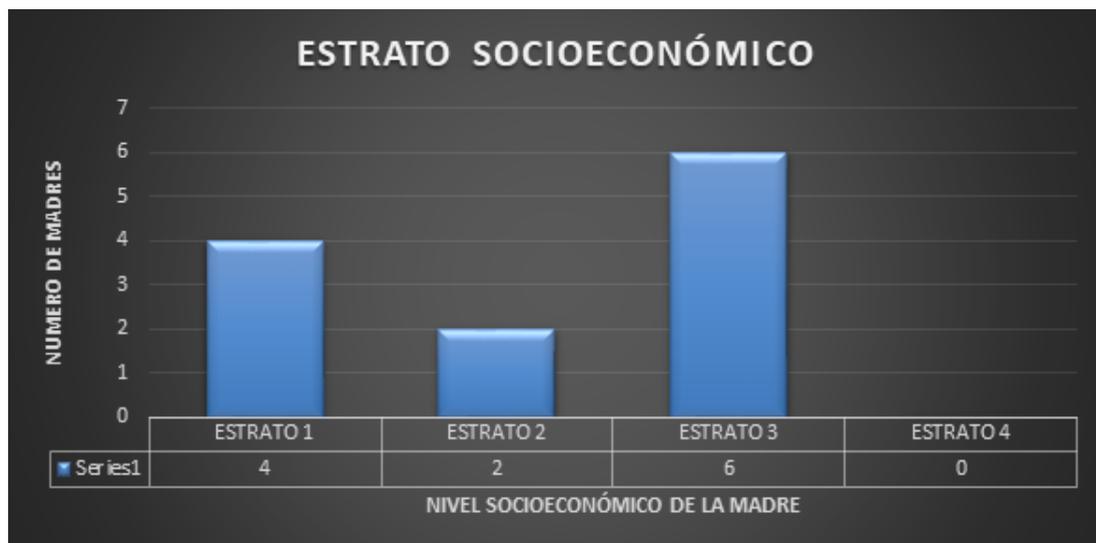
**Figura 1**

*Distribución porcentual de la edad de las madres lactantes asistentes al Banco de Leche humana del HUDN en el periodo 2019 – 2020*



**Figura 2**

*Distribución porcentual del estrato socioeconómico de las madres lactantes asistentes al Banco de Leche Humano del HUDN en el periodo 2019 - 2020*



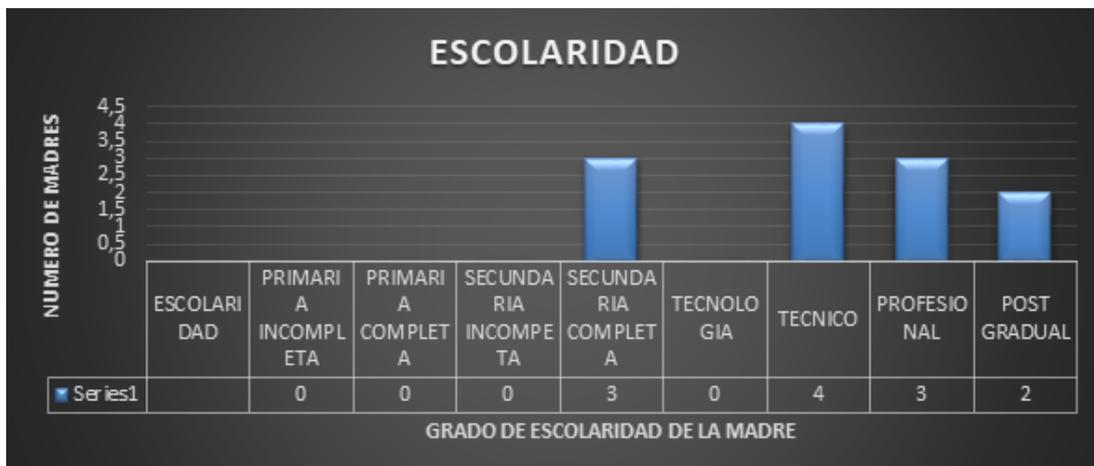
**Figura 3**

*Distribución porcentual del estado civil de las madres lactantes asistentes al Banco de Leche Humano del HUDN en el periodo 2019 - 2020*



**Figura 4**

*Distribución porcentual de la escolaridad de las madres lactantes asistentes al Banco de Leche Humano del HUDN en el periodo 2019 - 2020*



#### 4. Conclusiones

La musicoterapia y el masaje terapéutico son intervenciones de enfermería que buscan incrementar el bienestar físico y mental de las madres y sus familias, teniendo en cuenta que factores como el estrés, el cual a su vez ocasiona sentimientos de inseguridad y preocupación en ellas, ya sean respecto al bebé o sobre sí mismas, afecta la lactancia materna en cantidad y calidad, provocando que la producción de la leche no sea la misma o que, incluso, desaparezca y con ello se interrumpa la lactancia materna exclusiva. Por lo anterior, es importante el papel que cumple el profesional de enfermería; las intervenciones como masaje y musicoterapia se fundamentan científicamente y se adecúan de acuerdo con las necesidades de las madres lactantes.

Hay que considerar que las características sociodemográficas pueden apoyar o dificultar el proceso de la lactancia, por lo cual es importante contextualizarse con estos factores. Es esencial conocer y analizar las características sociodemográficas de las madres lactantes asistentes al Banco de leche humana del HUDN, con el fin de saber qué factores sociales y demográficos pueden llegar a contribuir o afectar la lactancia materna. El análisis de dichas características permite identificar cuál o cuáles de ellas tienen más influencia en el proceso de la lactancia materna y el nivel de estrés que pueden llegar o no a ocasionar en las madres. El estudio de las características sociodemográficas como la edad, estrato socioeconómico, estado civil y escolaridad, permiten a Enfermería, conocer el entorno de la madre y la intervención terapéutica para contribuir con la disminución del estrés, mejorando la calidad de vida de la madre y del lactante.

#### Referencias

Canales, M.F. y Llanos, U.J. (2017). *Factores hospitalarios y el nivel de estrés en madres de recién nacidos prematuros en un hospital nacional* (Trabajo de Especialización). Universidad Peruana Cayetano Heredia. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/969/Factores\\_CanalesPoma\\_Melissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/969/Factores_CanalesPoma_Melissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Congreso de la República de Colombia. (2004). Ley 911 de octubre 5 “por la cual se dicta disposiciones en materia de responsabilidad deontológica para el ejercicio de la profesión de Enfermería en Colombia; se establece el régimen disciplinario correspondiente. Código Deontológico de Enfermería y se dicta otras disposiciones”. [https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-105034\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-105034_archivo_pdf.pdf)

- Gorrita, R.R., Bárcenas, Y., Gorrita, Y. y Brito, B. (2013). Estrés y ansiedad materna y su relación con el éxito de la lactancia materna. *Revista Cubana de Pediatría*, 86(2), 179-188
- Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal. (2018). El estrés en el embarazo puede dificultar la lactancia materna. <https://saludmentalperinatal.es/2018/08/14/estres-embarazo-puede-dificultar-lactancia-materna/>
- Ministerio de Salud. (1993). Resolución 8430 de 1993 “por la cual se establece las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud”. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Ministerio de Salud e Instituto Nacional de Salud. (2017). Informe de evento Mortalidad por y asociada a desnutrición en menores a cinco años. Colombia, 2017. <https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/Informesdeevento/MORTALIDAD%20POR%20Y%20ASOCIADA%20A%20DESNUTRICION%20EN%20MENORES%20DE%20CINCO%20A%C3%91OS%202017.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2012). Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño. [http://www.who.int/nutrition/publications/gi\\_infant\\_feeding\\_text\\_spa.pdf](http://www.who.int/nutrition/publications/gi_infant_feeding_text_spa.pdf)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS). (2017). Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos. [https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMS-EthicalGuideline\\_SP\\_INTERIOR-FINAL.pdf](https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMS-EthicalGuideline_SP_INTERIOR-FINAL.pdf)