



CANTA Y RECUERDA
Informe de Resultados

Fecha: 28/12/2022

Datos básicos del proyecto

Denominación del Proyecto	CANTA Y RECUERDA: MÚSICA PARA LA MEMORIA	
Tipo de Proyecto	☒ Proyecto del artículo 4 de las bases reguladoras	☐ Proyecto del artículo 5 de las bases reguladoras
Línea	LÍNEA E (Personas Mayores)	
Sublínea (sólo para proyectos del art. 4)	Sublínea 2	
Programa (sólo para proyectos del art. 4)	a) Nuevos programas de Envejecimiento activo, que promuevan la inclusión en estructuras de participación social y la coordinación interinstitucional	

ÍNDICE

1 INTRODUCCIÓN	4
1.1 Objeto	4
1.2 Alcance.....	5
2 DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	7
2.1 Creación del Proyecto “Canta y Recuerda”	7
2.2 Punto de Partida del “Proyecto Canta y Recuerda”	8
2.3 Características del proyecto.....	8
2.4 Aspectos necesarios para desarrollo del proyecto “Canta y Recuerda”	9
3 EVALUACIÓN DEL PROYECTO.....	10
3.1 Herramienta de evaluación.....	10
3.2 Conciertos de Música en Directo.....	11
3.3 Resultados Alcanzados del Proyecto Canta y Recuerda.....	12
3.3.1 Participación de los Residentes en los eventos musicales del Proyecto Canta y Recuerda.....	12
3.3.2 Satisfacción de los encuestados por la intervención musical	12
3.3.3 Mejora en la Comunicación	13
3.3.4 Estado de ánimo de los Residentes.....	14
3.3.5 Estrés y ansiedad	14
3.3.6 Consecución de los Objetivos.....	15
4 PROBLEMAS SUPERADOS	17
5 CONCLUSIONES DE LOS RESULTADOS.....	18

1 INTRODUCCIÓN

1.1 Objeto

Nacido de la experiencia de Música en Vena se crea el proyecto “Canta y Recuerda”, el cual tiene la finalidad de mejorar la calidad de vida de los ancianos en las Residencias de Mayores. Ello debido a que Música en Vena, asociación creadora del proyecto, tras su larga y reconocida experiencia en el ámbito hospitalario y de Residencias de Mayores, ha podido investigar y comprobar de primera mano la incidencia de la música en aspectos importantísimos que inciden en una buena calidad de vida de los mayores, tanto a nivel cognitivo, físico y emocional, más aún si sufren de patologías como Alzheimer o demencia senil:

1.- A nivel cognitivo. La música ayuda a mantener las habilidades verbales, ya que pueden recordar y cantar las canciones. Las actividades rítmicas son muy beneficiosas para la inteligibilidad del lenguaje, además mejora su orientación en la realidad y su capacidad de atención y concentración, olvidando en muchas ocasiones, su enfermedad y su abandono.

La música en directo estimula la memoria tanto a corto como a largo plazo, permitiendo a las personas mayores permanecer en un continuo estado de aprendizaje que favorece su actividad mental y su creatividad.

2.- A nivel físico. La música actúa como un estímulo sensorial y además de ayudar a mantener la movilidad y ser beneficiosa para articulaciones y músculos actúa como relajante, reduciendo la ansiedad y la angustia. El ritmo mejora la coordinación de los movimientos, favorece el sistema motor y el equilibrio

3.- A nivel emocional. La música permite una mejor interacción y comunicación fomentando la participación en actividades en grupo, lo que conlleva un menor riesgo al aislamiento, la baja autoestima o el abandono de uno mismo. Además, Permite explorar tus propias emociones y hacerlas salir como una manera de reflexión y expresión de los sentimientos.

CUADRO RESUMEN DE OBJETIVOS DEL PROYECTO “CANTA Y RECUERDA	
Objetivo General	Mejorar la calidad de vida de las personas mayores en situación vulnerable y humanizar su experiencia sociosanitaria
Objetivos Específicos	Favorecer la socialización a través de la participación en un grupo
	Mejorar la expresión verbal y no verbal

	Mejorar el estado de ánimo, la autoestima y la relación con los demás
	Favorecer el movimiento a través de la escucha, controlando la ansiedad y el estrés provocando cambios en la persona mayor, mejorando la calidad de vida
	Reducir la situación de soledad y aislamiento no deseado
	Avanzar en el campo de la Humanización de la salud

1.2 Alcance

El proyecto "Canta y Recuerda" persigue mejorar la calidad de vida de las personas en situación vulnerable y humanizar la experiencia sociosanitaria de las personas mayores a través de la realización de conciertos musicales para los residentes, profesionales y familiares; estimular la función cognitiva (memoria), física y emocional del residente, especialmente con Alzheimer y demencia; utilizar la música en directo como herramienta comunicativa que facilita la expresión de emociones y la relación con los demás, reducir las situaciones de soledad no deseada, así como mejorar su estado de ánimo y algunas patologías.

La música puede transportarnos, hacer recordar y evocar experiencias vividas. Así mismo, la música puede potenciar las relaciones de la persona afectada con su entorno, facilitar la tarea del cuidador y ofrecer un elemento de conexión con sus familiares. De ello se desprende que los **beneficiados del proyecto "Canta y Recuerda" son aproximadamente 300 residentes mayores, quienes asisten a los conciertos de música en directo quincenalmente, en las seis residencias atendidas, además de sus familiares y el personal que los asiste.**

El proyecto "Canta y Recuerda" se enmarca en las líneas y planes estratégicos que ha diseñado la Consejería de Familia, Juventud y Política Social, en relación a la atención a las personas mayores, como se detalla a continuación:

Estrategia de Atención a las Personas Mayores 2017-2021 Por la Consejería de Familia, Juventud y Política Social

La Comunidad de Madrid considera necesario definir las líneas estratégicas que permitan realizar una política de alcance que, por una parte, mejore las condiciones de vida de las personas mayores de nuestra región, mediante el impulso de una participación activa en la vida comunitaria y, por otra, posibilite una integración plena de la atención a la dependencia en el seno del sistema público de servicios sociales.

La Estrategia cuenta con un total de 5 líneas estratégicas. Para llevarlas a cabo se han establecido 27 objetivos, que se concretan en un total de 129 medidas destinadas a mejorar las condiciones de vida de las personas mayores, promover el envejecimiento activo y atender las situaciones de dependencia.

Líneas Estratégicas:

Línea Estratégica 1: Promover medidas enfocadas al envejecimiento activo y a la prevención de las situaciones de dependencia.

Línea Estratégica 2: Promover medidas enfocadas a la Atención de Personas Mayores Autónomas en Dificultad Social.

Línea Estratégica 3: Desarrollo del Catálogo de Servicios y Prestaciones para en situación de dependencia.

Línea Estratégica 4: Mejorar la Coordinación Socio Sanitaria Mejorar la Coordinación sociosanitaria en el ámbito de la atención a la Dependencia y al Mayor para conseguir un mejor desarrollo del bienestar social y el desarrollo integral de la persona.

2 DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

2.1 Creación del Proyecto “Canta y Recuerda”

Percibir y disfrutar de la música es una característica universal; es una de las experiencias sensoriales, motoras, cognitivas y emocionales más potentes y diversas que un ser humano puede disfrutar. Música en Vena llevó conciertos semanales en los seis centros de personas mayores, para que los usuarios, especialmente aquellos con Alzheimer y demencia senil, pudieran ejercitar un estímulo de la función cognitiva, aliviar el malestar o depresión y mejorar su calidad de vida.

El Proyecto Canta y Recuerda nace de observar las necesidades en los mayores que Música en Vena podía satisfacer, por sus 10 años de experiencia, llevando música en directo a los hospitales y residencias de mayores.

Efectivamente, desde Música en Vena, observamos como este grupo de edad avanzada mejoraba su actitud y su ánimo pudiendo recordar muchas de las canciones propuestas en los conciertos realizados en las giras intrahospitalarias y residencias de mayores. trasladándoles a momentos vividos por ellos de gran felicidad o importancia en su vida, así como la interacción entre ellos, olvidando la enfermedad y el momento que estaban atravesando.

Es así como desde Música en Vena, sensibilizados ante ello, **sumado al gran impacto que ha supuesto para este sector de la población la pandemia de COVID 19** padecida en el año 2020 hasta la actualidad, nos hemos visto en el compromiso, a través de nuestra experiencia, de colaborar a la dinamización de la vida cotidiana de los usuarios de residencias y centros de día, atendiendo a las personas mayores a través de la creación de proyecto “Canta Y Recuerda”.

En efecto, la música provoca una gran variedad de actividades y estímulos cerebrales que influyen directamente en aspectos importantes de la vida como son el estado de ánimo, el control del estrés, la ansiedad o la fatiga. En la actualidad un gran número de hospitales incluyen la terapia musical en sus tratamientos y la integran en su vida hospitalaria. Dentro de las necesidades de los residentes mayores que Música en Vena podía contribuir con los terapeutas a solventar, son las siguientes:

- **Ansiedad:** el escuchar su canción favorita reduce los niveles de ansiedad. La música puede ayudar a rebajar los niveles de cortisol, la hormona relacionada con el estrés.
- **Dolor:** la terapia musical hace que se liberen endorfinas, que actúan como analgésicos naturales. De hecho, existen múltiples estudios que constatan que la música puede reducir el dolor de algunas enfermedades crónicas como, por ejemplo, la artrosis. Adicionalmente, combate el

dolor de cabeza por el efecto relajante de algunas melodías que puede ayudar a aquellos que padecen de migraña o cefaleas.

- **Desórdenes neurológicos:** la música reduce estimula el cerebro aliviando las patologías tales como el Alzheimer, Parkinson o Autismo. Además, la música es como un gimnasio para el cerebro, ya que aumenta la comunicación neuronal, la elasticidad y la plasticidad del órgano.
- **Debilidad en el sistema inmunológico:** la música fortalece el sistema inmunológico a través de la producción de plaquetas, estimula los linfocitos y la protección celular ante determinadas enfermedades. Asimismo, escuchar música también puede disminuir los niveles de cortisol, los cuales pueden conducir a una disminución de la respuesta inmune.
- **Depresión:** La música aumenta el optimismo y protege el envejecimiento cerebral, en especial para personas que sufren procesos de depresión.
- **Pérdida de memoria:** la música potencia la memoria al activar varias zonas del cerebro por lo que se procesa mejor la información. Varios informes han confirmado que escuchar música o tocar un instrumento hace que se aprenda mejor. Así, según un estudio publicado por científicos de la Universidad de Helsinki, la música de Mozart activa el cerebro izquierdo y derecho, lo que maximiza el aprendizaje y la retención de información.
- **Alta presión arterial:** según una investigación de la Sociedad Estadounidense de Hipertensión, en Nueva Orleans, escuchar 30 minutos de música clásica, celta o raga a diario puede reducir significativamente la presión arterial alta.

2.2 Punto de Partida del “Proyecto Canta y Recuerda”

Luego de dos años de pandemia, con las limitaciones establecidas, las Residencias de mayores no habían tenido eventos musicales. Es así como cuando se autoriza a poder llevar entretenimiento a las residencias, Música en Vena inicia el proyecto de “Canta y Recuerda” para llevar emociones a los residentes en un contexto de aislamiento.

2.3 Características del proyecto

El proyecto “Canta y Recuerda” se desarrolló entre el 4 de abril hasta el 30 de diciembre de 2022, en seis Residencias de Mayores de la Comunidad de Madrid, las cuales son: RM Goya, RM Gran Residencia, RM La Paz, RM Nuestra Señora del Carmen, RM Vallecas y RM Vista Alegre. Se realizaron

conciertos quincenalmente en cada una de las Residencias, por lo cual se presentaron tres conciertos semanales en tres residencias diferentes que se repetían quincenalmente. La duración de cada concierto se estimaba entre 45 y 60 minutos.

2.4 Aspectos necesarios para desarrollo del proyecto “Canta y Recuerda”

Para lograr llevar los conciertos a cada residencia de mayores se realizaron los siguientes pasos:

- 1) Se conformó un equipo de 5 profesionales con gran experiencia y sensibilidad hacia la población vulnerable como son los mayores. El equipo fue conformado por la Directora del Proyecto, la Coordinadora del Proyecto especialista en Ciencias Sociales y tres Músicos Coordinadores.

Las funciones de la Directora del Proyecto eran las siguientes: Solventar incidencias y realizar entrevistas y contratos con Residencias de Mayores.

Las funciones de la Coordinadora del Proyecto eran las siguientes: Diseñar las encuestas que medirían los resultados necesarios para valorar los beneficios obtenidos en los mayores, coordinación con las trabajadoras sociales de las 6 residencias y analizar los resultados obtenidos de las encuestas realizadas en cada una de las residencias.

Los tres Músicos Coordinadores fueron seleccionados por su alta calidad interpretativa, variado repertorio y por la empatía hacia los mayores, quienes colaboran habitualmente con Música en Vena. Sus funciones eran cantar en las residencias, convocar a los músicos voluntarios que participan el proyecto y coordinar con los trabajadores sociales de las residencias y la terapeuta la realización de los eventos musicales

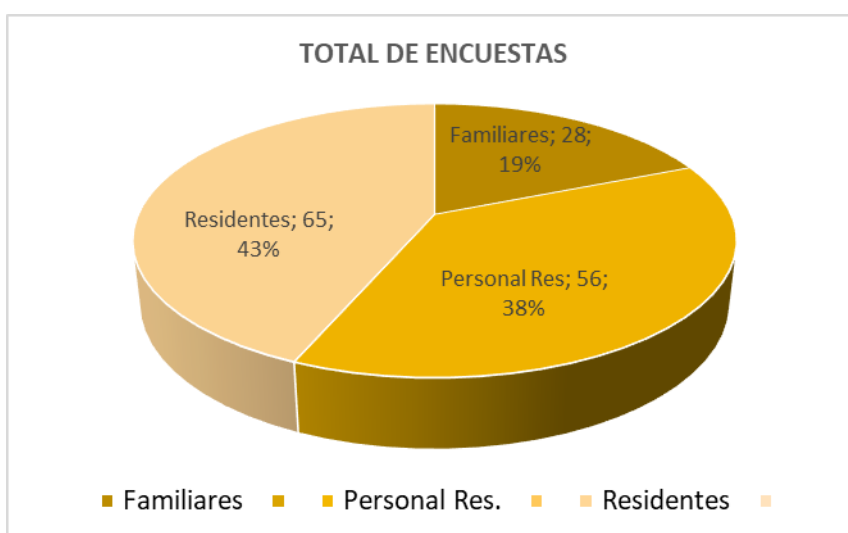
- 2) Se programaron y coordinaron los conciertos en las 6 residencias (RM Goya, RM Gran Residencia, RM La Paz, RM Nuestra Señora del Carmen, RM Vallecas y RM Vista Alegre) acordados de forma regular y consensuados con los trabajadores sociales de las residencias. Se pusieron en marcha los conciertos en cada residencia cada quince días.
- 3) Se realizó un análisis, seguimiento y evolución del proyecto de manera permanente a través de la elaboración de encuestas, diseñadas y medidas por la Coordinadora del Proyecto con la ayuda de los asistentes sociales en las residencias para conocer el impacto de la música en directo.

3 EVALUACIÓN DEL PROYECTO

3.1 Herramienta de evaluación

La evaluación del proyecto “Canta y Recuerda” se llevó a cabo a través de encuestas elaboradas por la profesional que coordinaba el Proyecto junto con los Terapeutas y Trabajadores Sociales de las Residencias. Se realizaron tres tipos de encuestas destinadas a medir los efectos de la música en directo en los Residentes, Familiares y Personal de las residencias. Las encuestas eran entregadas a los terapeutas y algunos familiares después de cada evento musical. A su vez, los terapeutas distribuían las encuestas entre los residentes, personal de las residencias y, cuando asistían, a familiares para que fuesen entregadas posteriormente.

Durante el desarrollo del proyecto “Canta y Recuerda”, abril-diciembre 2022, se realizaron 149 encuestas en total, siendo una muestra representativa de la población objetivo, con un nivel de confianza del 90%. Las encuestas fueron contestadas en un 43% por Residentes, 38% por el personal de la Residencia y 19% por familiares, tal como se muestra en el gráfico siguiente:



Es importante destacar que las encuestas realizadas por familiares son relativamente pocas por las limitaciones de visitas en varios períodos del año 2022 para minimizar los riesgos de contagio del COVID. De hecho, en dos de las residencias, Goya y Vallecas no se lograron encuestar a ningún familiar, tal como se muestra en el cuadro siguiente:

CANTIDAD DE ENCUESTAS POR RESIDENCIA				
Residencia	Familiares	Personal	Residentes	TOTAL
GOYA	0	9	10	19
GRAN RESIDENCIA	1	7	8	16
LA PAZ	4	6	8	18
NTRA. SRA. DEL CARMEN	7	10	23	40
VALLECAS	0	5	4	9
VISTA ALEGRE	16	19	12	47
Total Encuestas	28	56	65	149

3.2 Conciertos de Música en Directo

Los conciertos de música en directo en las seis Residencias de Mayores seleccionadas totalizaron **96 conciertos** a lo largo de 32 semanas de actividad. Es de destacar que en algunas Residencias de Mayores se suspendieron conciertos por nuevos brotes de variantes del COVID, los cuales no están contabilizados en los 96 conciertos realizados. En la etapa de contagios de COVID, se decidió, junto a las Residencias, realizar los conciertos a grupos pequeños de residentes, por módulos, para minimizar los riesgos de contagios. En efecto, en las Residencias como Gran Residencia, La Paz y Nuestra Señora del Carmen se llevaron los conciertos a grupos de aproximadamente 30 personas durante el mes de junio, mes crítico de contagios.

Los conciertos los realizaron los Músicos Coordinadores, quienes tiene un alto nivel interpretativo, académico, multiinstrumentalistas y empatía con los ancianos. Adicionalmente, “Canta y Recuerda” contó con músicos voluntarios de alta calidad, quienes colaboran habitualmente con Música en Vena, realizando **16 conciertos de los 96** que se efectuaron en las seis Residencias de Mayores. Es así como entre los músicos voluntarios destaca la **Orquesta Sinfónica de Madrid** quienes ofrecieron 9 conciertos en cinco de las Residencias de Mayores que se beneficiaron del Proyecto “Canta y Recuerda”, llevando así música clásica a los mayores. En este contexto, la variedad musical fue una de las características de los músicos del proyecto “Canta y Recuerda”, lo cual emocionaba y alegraba a los mayores con distintas preferencias musicales.

3.3 Resultados Alcanzados del Proyecto Canta y Recuerda

3.3.1 Participación de los Residentes en los eventos musicales del Proyecto Canta y Recuerda

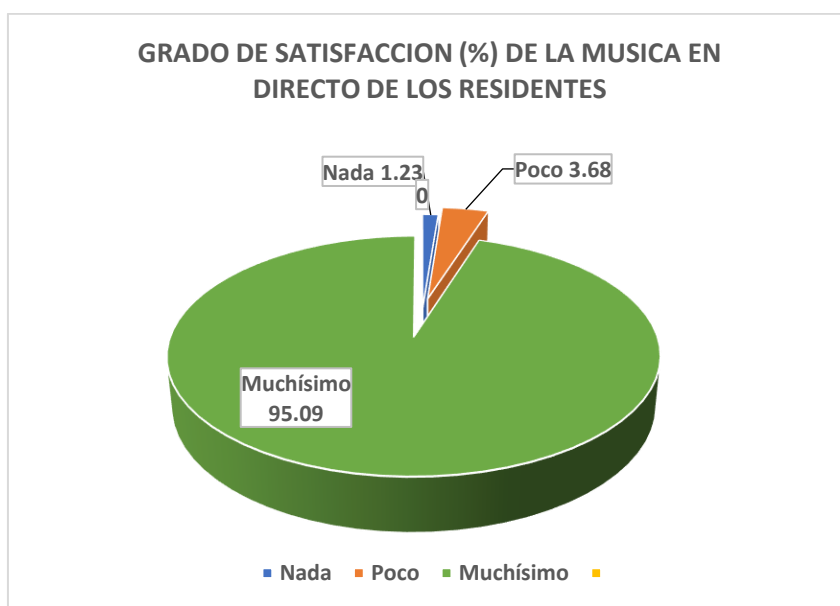
En las 6 Residencias de Mayores beneficiadas por el proyecto (RM Goya, RM Gran Residencia, RM La Paz, RM Nuestra Señora del Carmen, RM Vallecas y RM Vista Alegre), residen en total 1208 personas mayores, incluyendo los mayores que asisten a los Centros de Día. Del total de residentes, según las encuestas realizadas, aproximadamente 387 residentes se beneficiaron de los conciertos quincenales, 32% del total de Residentes, tal como se muestra en el cuadro siguiente, además de familiares y personal de las residencias quienes siempre nos transmitían los aciertos del proyecto en los mayores, particularmente reduciendo, en los eventos musicales, la situación de aislamiento y soledad no deseados.

RESIDENCIAS DE MAYORES	PORCENTAJE RESIDENTES EN LOS CONCIERTOS
GOYA	64.59%
GRAN RESIDENCIA	11.97%
LA PAZ	28.84%
NTRA. SRA. DEL CARMEN	14.69%
VALLECAS	38.64%
VISTA ALEGRE	33.39%
Total	32.02%

3.3.2 Satisfacción de los encuestados por la intervención musical

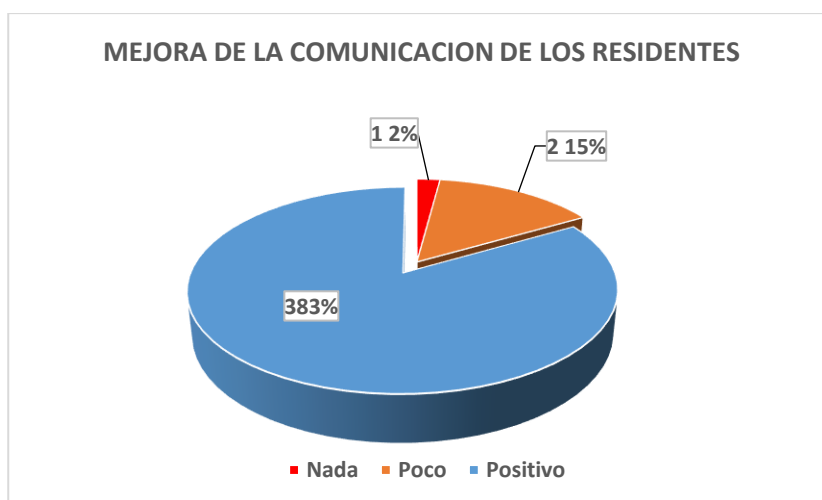
Los beneficiados de la música en directo presentada por los músicos de la Asociación Música en Vena en el marco del proyecto “Canta y Recuerda” expresaron su alta satisfacción a través de las encuestas y de sus reiteradas expresiones de agradecimiento. Los beneficiados directos son las personas mayores residentes, aproximadamente 194 semanales, y los indirectos son el personal de las residencias y los familiares. Efectivamente, el personal de la residencia afirma lo importante que es la música en directo como parte de la terapia para mejorar el estado de ánimo de los residentes y hacer más grato su labor.

Por su parte, los familiares describieron lo importante que ha sido la música en directo para su familiar al estimular su memoria y su actividad física. Tal como se muestra en el gráfico siguiente, el grado de satisfacción de la música en directo que le produce a los residentes, es mayor al 95%.



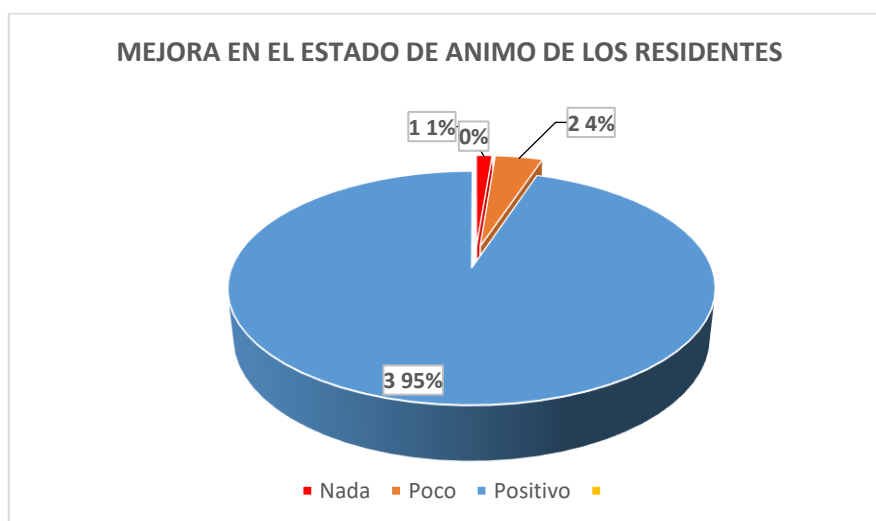
3.3.3 Mejora en la Comunicación

En cuanto a la expresión verbal y no verbal de los residentes, los terapeutas y trabajadores de las residencias consideran, en un 83% según los encuestados, que mejora la comunicación de los residentes durante y después de cada intervención musical, tal como se observa en el gráfico siguiente.



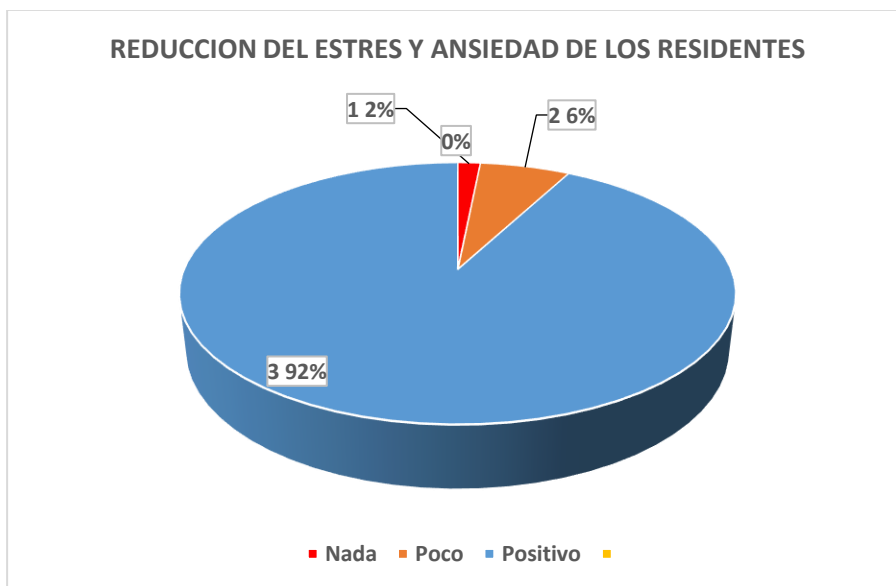
3.3.4 Estado de ánimo de los Residentes

Los terapeutas, trabajadores de las residencias, familiares y los propios residentes consideran, en un 95% según las encuestas, que durante y posterior a cada concierto mejora el estado de ánimo, la autoestima y la relación con los demás de los residentes. Es así como los residentes quedan muy satisfechos después de la intervención musical y les mejora su estado de ánimo en general.



3.3.5 Estrés y ansiedad

Los terapeutas y trabajadores de las Residencias, así como familiares y los propios residentes piensan que a través de la música en directo los residentes controlan la ansiedad y el estrés provocando cambios positivos en su estado de ánimo que mejoran la calidad de vida. En efecto, según las encuestas, se considera que los eventos musicales son positivos en un 92% para la reducción de estrés y ansiedad de las personas mayores.



Los profesionales de las residencias consideran que los residentes aumentan su calidad de vida cuando asisten a los conciertos de música en directo, por lo cual puntúan al proyecto de “Canta y Recuerda” en un 4,76 sobre 5 puntos.

PERSONAL DE ACUERDO CON EL PROYECTO				Puntos
Total desacuerdo	Desacuerdo	De acuerdo	Total acuerdo	
3	4	64	72	4.76
4.90%		95.10%		

3.3.6 Consecución de los Objetivos

Los resultados esperados de los objetivos propuestos del “Proyecto Canta y Recuerda” fueron alcanzados en su totalidad de acuerdo al resultado de las encuestas efectuadas a los residentes, personal de las residencias y familiares.

OBJETIVO	MEDIOS TÉCNICOS Y MATERIALES	INDICADOR	RESULTADO ESPERADO	RESULTADO ALCANZADO
Favorece la socialización a través de la participación en un grupo	-Grupos musicales comprometidos con el proyecto. -Ordenadores para realizar las	-Nº residentes que participan en las actividades -Grado de	-Al menos participan el 20% de los residentes -El 95% de las	- La participación de los residentes fue de un 32% del total - Más del 95% de



	programaciones musicales, comunicaciones vía mail y móvil con las residencias.	satisfacción de los residentes tras las intervenciones musicales	encuestas encuentran muy positiva la intervención musical	los residentes encuentran muy positiva la intervención musical
Mejora la expresión verbal y no verbal	-Registros de los trabajadores sociales de las residencias sobre el estado de los residentes -Terapeuta	-Incremento de la comunicación de los residentes respecto a lo registrado anteriormente	-Al menos un 75% muestra una mejora en la comunicación con el resto de residentes	-Un 83% muestra una mejora en la comunicación con el resto de residentes
Mejora el estado de ánimo, la autoestima y la relación con los demás	-Registros de los trabajadores sociales de las residencias sobre el estado de los residentes -Encuestas -Terapeuta	-Aumento del estado de ánimo con respecto a lo registrado anteriormente -Grado de satisfacción de los residentes	-Al menos un 75% muestra una mejora en su estado de ánimo -El grado de satisfacción de los residentes es mayor del 80%	-Un 95% muestra una mejora en su estado de ánimo -El grado de satisfacción de los residentes es mayor del 95%
Favorece el movimiento a través de la escucha, controlando la ansiedad y el estrés provocando cambios en la persona mayor, mejorando la calidad de vida.	-Registros de los trabajadores sociales de las residencias sobre el estado de los residentes -Encuestas -Terapeuta	-Mejora de situaciones de estrés y ansiedad -Grado de satisfacción de los residentes -Encuestas a los profesionales de las residencias	-Al menos un 75% de los residentes muestran una reducción del estrés y la ansiedad -Los resultados de las encuestas a las residencias puntúan el proyecto con un 4 sobre 5	-El 92% de los residentes muestran una reducción del estrés y la ansiedad -Los resultados de las encuestas a las residencias puntúan el proyecto con un 4,76 sobre 5
Reducir la situación de soledad y aislamiento no deseado	-Registros de los trabajadores sociales de las residencias sobre el estado de los residentes -Encuestas - Grupos musicales comprometidos con el proyecto	-Nº de participantes -Grado de satisfacción de los residentes tras la participación en las actividades	-Al menos participan el 30% de los residentes -El grado de satisfacción de los residentes es mayor del 80%	-Participan el 32% de los residentes -El grado de satisfacción de los residentes es mayor del 95%

4 PROBLEMAS SUPERADOS

Los principales problemas encontrados en las residencias de mayores al llevar la música en directo y sus soluciones fueron los siguientes:

- 1) Riesgo de contagio del COVID entre los residentes, al tener que juntarlos todos en una misma sala para disfrutar del concierto. En efecto, en el año 2022 hubo época de contagios de variantes del virus, aunque los síntomas eran más leves pero al mismo tiempo muy contagiosos. Es así como en algunas Residencias de Mayores se decidió minimizar los contagios al realizar los conciertos en grupos pequeños, por módulos, para continuar llevando alegría con música en directo. En efecto, en las Residencias como Gran Residencia, La Paz y Nuestra Señora del Carmen se llevaron los conciertos a grupos de aproximadamente 20 personas durante el mes de junio, mes crítico por contagios.
- 2) El traslado de los residentes a la sala de actos, en el caso de las Residencias con alta cantidad de residentes dependientes era un aspecto recurrente que en las Residencias había que tomar en cuenta en los conciertos. En este sentido, entendiendo la importancia de la música en aliviar y alegrar a los residentes, los terapeutas de algunas de las Residencias, con mayores problemas de traslado como son La Gran Residencia y Nuestra Señora del Carmen, decidieron solventar parte del problema de traslados de los residentes al auditorio, efectuando los conciertos por módulos en vez de en la sala de actos. Es así como en algunos conciertos sólo participaban un grupo reducido de los residentes, con alternabilidad entre los módulos para que en cada concierto se beneficiaran distintos residentes, logrando llevar música a una gran cantidad de residentes.
- 3) En dos de las residencias, Nuestra Señora del Carmen y Gran Residencia, no contaban con equipos portátiles para el sonido en los conciertos cuando se realizaban en módulos, por lo cual los músicos coordinadores solventaron el problema llevando sus equipos de música hasta que dichas residencias adquirieran los equipos necesarios para el sonido.
- 4) Se requería la opinión de los familiares en las encuestas realizadas para conocer su percepción de los efectos de la música en directo en los mayores, pero por las limitaciones del COVID disminuyeron las visitas a los residentes en varios períodos del año 2022 para minimizar los riesgos de contagio. De hecho, en dos de las residencias, Goya y Vallecas no se logró encuestar a ningún familiar. Sin embargo, las encuestas de los residentes y del personal de las residencias fueron suficientes para obtener una muestra representativa para el análisis de los beneficios del proyecto “Canta y recuerda”.

5 CONCLUSIONES DE LOS RESULTADOS

Los objetivos específicos y el objetivo general del proyecto “Canta y Recuerda” fueron alcanzados satisfactoriamente a través de los conciertos quincenales de música en directo en las seis Residencias de Mayores, a lo largo de nueve meses, con músicos de alta calidad humana, empáticos con los mayores y con una calidad musical reflejada en un repertorio variado con instrumentos de cuerda, viento, percusión, etc. Es así como el proyecto “Canta y Recuerda” pudo favorecer aproximadamente 387 residentes quincenales a través de su participación en los conciertos de música en vivo estimulándolos a comunicarse, socializar, a participar seleccionando las canciones, cantando y bailando. De igual forma, se estimuló la memoria al recordar las letras de las canciones y su melodía. Por otro lado, se observó una mejora en el ánimo de los residentes, reduciendo la ansiedad de muchos de los residentes con patologías como Alzheimer y Demencia Senil, contribuyendo como parte de la terapia de los residentes con dichas patologías, además de entretener y emocionar, lo cual generó un mejor ambiente en las Residencias de Mayores. Todo ello a pesar de los problemas presentados en ocasiones a lo largo de la consecución del proyecto, principalmente las limitaciones para minimizar el riesgo del COVID que dificultaban los eventos musicales, los cuales fueron superados buscando las mejores alternativas en conjunto con el personal de las residencias.

En conclusión, tal como reflejan las encuestas, el proyecto “Canta y Recuerda” mejora significativamente la calidad de vida de las personas mayores en situación vulnerable y humaniza su experiencia sociosanitaria. Por lo tanto, se considera que el proyecto “Canta y Recuerda” es muy eficiente en el logro de sus objetivos avanzando en el campo de **Humanización de la Salud** y pasa a ser una necesidad para mejorar la calidad de vida de las personas mayores en las Residencias.

CUADRO RESUMEN DE OBJETIVOS PROPUESTOS Y ALCANZADOS

DEL PROYECTO “CANTA Y RECUERDA”

Objetivo General	Mejorar la calidad de vida de las personas mayores en situación vulnerable y humanizar su experiencia sociosanitaria
Objetivos Específicos	Favorecer la socialización a través de la participación en un grupo
	Mejorar la expresión verbal y no verbal
	Mejorar el estado de ánimo, la autoestima y la relación con los demás

CANTA Y RECUERDA**Informe de Resultados y Cierre de Proyecto**

Favorecer el movimiento a través de la escucha, controlando la ansiedad y el estrés provocando cambios en la persona mayor, mejorando la calidad de vida

Reducir la situación de soledad y aislamiento no deseado

Avanzar en el campo de la Humanización de la salud