

Musicothérapie en réhabilitation respiratoire

l'éprouvé d'un souffle "confortable"



CONGRÈS ALVÉOLES - 21/03/2024 - LYON

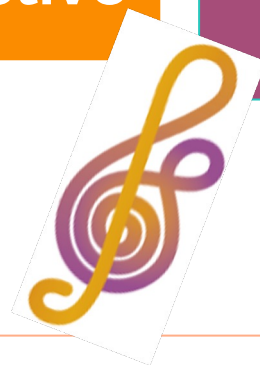


Nancy Coullandaye
Musicothérapeute clinicienne
Infirmière D.E.
Santé publique et prévention

06 31 99 74 23
nancy.coullandaye@orange.fr

**Partager mon expérience de
musicothérapeute dans
l'accompagnement de la
maladie chronique obstructive**

**Comprendre en quoi la
musicothérapie peut-être
un des outils de la
réhabilitation respiratoire**



**Promouvoir de nouveaux
paradigmes éducatif en ETP.
Plus intégratif et implicatif**



MUSICOTHÉRAPIE ACTIVE OU RÉCEPTIVE



Chanter pour Ré-éprouver du plaisir dans une respiration libre et apaisée



Études* sur l'impact de la musicothérapie en réhabilitation respiratoire

Des études récentes montrent l'intérêt de cette pratique sur :

- l'amélioration du contrôle de la respiration
- la dimension psychologique : (réduction de l'anxiété, du stress ...)
- La dimension d'inclusion sociale.

Lewis A, Philip KEJ, Lound A, et al. The physiology of singing and implications for 'Singing for Lung Health' as a therapy for individuals with chronic obstructive pulmonary disease. (2021)

Cependant, ces études sont difficilement interprétables , au regard des effectifs et des pratiques différentes selon les pays et de la réalité culturelles du rapport à la musique.

Mais elles laissent le "champs " aux possibles de cette exploration de cette médiation thérapeutique. Dont la première étude a été faite il y a 35 ans.

Réhabilitation respiratoire

Déroulement des séances collectives de musicothérapie

- Détente psychomusicale
- Technique vocale et chant



Atelier

“Voix en Mouvement”



Les objectifs de la musicothérapie active en réhabilitation respiratoire par la pratique du chant.

- ★ Favoriser et optimiser l'alliance thérapeutique, Prendre du plaisir et lâcher-prise, Promouvoir la renarcissisation, Favoriser la résilience

★ Contrôler et gérer son souffle

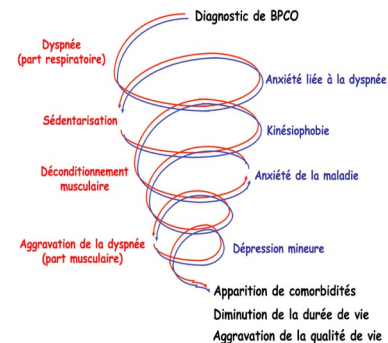
★ Travail sur la (re)synchronisation respiratoire et phonation

★ Optimiser sa posture pour une meilleure ventilation

★ Comprendre la physiologie et l'anatomie de la respiration

★ Éprouver son souffle de façon sécurisée/proprioception du confort respiratoire

★ Stimuler la mémoire et la plasticité cérébrale

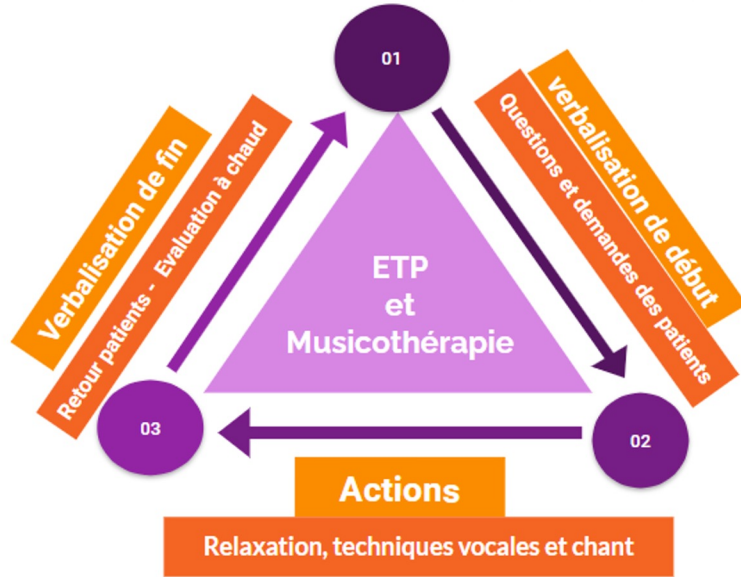


Les objectifs de la musicothérapie réceptive en Réhabilitation respiratoire

- ❖ Apprécier un souffle confortable et serein
- ❖ Diminuer son rythme respiratoire et cardiaque
- ❖ Favoriser la détente, la relaxation
- ❖ Aider à la réduction de l'anxiété
- ❖ Favoriser la verbalisation
- ❖ Accompagner l'expressions et émergences des émotions
- ❖ Se reconnecter à son histoire de vie - (Réminiscence)
- ❖ Accompagner les difficultés psychiques,
- ❖ Diminuer la douleur
- ❖ Accompagner la résilience



SÉANCES COLLECTIVES



(5 mn à 10 mn) ~ De salutation et d'installation - ouverture de la foire aux questions - Les réponses arriveront en fonction soit en amont, soit au cours de la séance

(10 mn) ~ De détente musicale guidée par induction verbale

(20 mn) ~ Technique vocale et Vocalises

(10 mn) ~ Chanter une chanson connue du répertoire traditionnel - puis éprouver la polyphonie - puis le mouvement (debout assis en chantant

(5 mn) ~ Verbalisation et Clap de fin !

Ce que les patients en disent

Film de Zoé Civade :

<https://youtu.be/uMopQUJ2Sh4>

“Au début quand on nous dit qu'on va chanter, on est pas convaincus”

Après on comprend que le chant c'est comme la kiné respi et ca fait du bien “

La rencontre

“La relaxation nous amène une détente profonde et bénéfique sur une musique douce avec sa voix mélodieuse”

“ le chant nous permet d'explorer le souffle en confiance et comprendre”

Les outils

“Oui! c'est une vraie indication!”

“ Ça permet de se détacher du regard des autres” “ Ca autorise à dire”

“ Reprendre confiance en soi ”

“ je peux rester plus longtemps sans respirer”

Les objectifs thérapeutiques





CONCLUSION

- ❖ La respiration et le chant sont intimement liés.
- ❖ Il existe une bonne justification théorique (études) pour soutenir l'utilisation thérapeutique de la musicothérapie pour les personnes atteintes de maladie respiratoire obstructive, comme méthode d'amélioration des paramètres physiologiques et psychologique et de gestion du souffle.
- ❖ C'est une façon plus ludique et amusante d'apprendre qui favorise l'expression de soi et l'implication.
- ❖ L'expérimenter en programme de réhabilitation peut permettre une ouverture vers le maintien des acquis
- ❖ C'est une activité (groupale) simple qui favorise les interactions sociales.
- ❖ **La musicothérapie par la technique vocale et le chant ainsi que la détente psychomusicale, en réhabilitation respiratoire, est indication innovante à promouvoir..**



MUSICOTHERAPIE ET ETP

Du temps patient au temps du soignant

De l'accordage transdisciplinaire à la synchronie de nos interventions

Une pulsation commune à créer

*Je vous remercie de votre
attention*



Nancy Coullandaye
Musicothérapeute clinicienne
Infirmière D.E.
Santé publique et prévention
06 31 99 74 23
nancy.coullandaye@orange.fr

ETUDES

- ❖ Lewis A, Philip KEJ, Lound A, et al. The physiology of singing and implications for 'Singing for Lung Health' as a therapy for individuals with chronic obstructive pulmonary disease. *BMJ Open Resp Res* 2021;8:e000996. doi:10.1136/ bmjresp-2021-000996
- ❖ Ly L, Pascoe A, Philip J, Hudson P, Smallwood N. Social determinants of advanced chronic respiratory interventions: a scoping review. *Eur Respir Rev.* 30 sept 2023;32(169):230068.
- ❖ Kim SJ, Yeo MS, Kim SY. Singing Interventions in Pulmonary Rehabilitation: A Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health.* 12 janv 2023;20(2):1383.
- ❖ Smallwood N, Pascoe A, Vogrin S, Philip J. SINFONIA study protocol: a phase II/III randomised controlled trial examining benefits of guided online group singing in people with chronic obstructive pulmonary disease and interstitial lung disease and their carers. *Respir Res.* 16 août 2022;23(1):208.
- ❖ 4.Vaes AW, Spruit MA, Franssen FME, Hul AJ van 't, Burtin C, Gloeckl R, et al. The efficacy of singing versus exercise training: do the data really support the authors' conclusions? *European Respiratory Journal* [En ligne]. European Respiratory Society; 1 juin 2022 [cité le 26 janv 2024];59(6). Disponible:
- ❖ .Yuge M, Hori S, Ushida K, Momosaki R. Karaoke as a feasible alternative therapy to pulmonary rehabilitation for COPD. *Eur Respir J.* juin 2022;59(6):2103113.

- ❖ Soriano JB, Hopkinson NS. Sing out for COPD! *Eur Respir J.* mai 2022;59(5):2102961.
- ❖ Kaasgaard M, Rasmussen DB, Løkke A, Vuust P, Hilberg O, Bodtger U. Physiological changes related to 10 weeks of singing for lung health in patients with COPD. *BMJ Open Respir Res.* mai 2022;9(1):e001206.
- ❖ Kaasgaard M, Rasmussen DB, Andreasson KH, Hilberg O, Løkke A, Vuust P, et al. Use of Singing for Lung Health as an alternative training modality within pulmonary rehabilitation for COPD: a randomised controlled trial. *Eur Respir J.* mai 2022;59(5):2101142.
- ❖ Idrose AM, Juliana N, Azmani S, Yazit NAA, Muslim MSA, Ismail M, et al. Singing Improves Oxygen Saturation in Simulated High-Altitude Environment. *J Voice.* mai 2022;36(3):316-21.
- ❖ Brown EL, Gannotti ME, Veneri DA. Including Arts in Rehabilitation Enhances Outcomes in the Psychomotor, Cognitive, and Affective Domains: A Scoping Review. *Phys Ther.* 1 avr 2022;102(4):pzac003.
- ❖ Ly L, Philip J, Hudson P, Smallwood N. Singing for People with Advance Chronic Respiratory Diseases: A Qualitative Meta-Synthesis. *Biomedicines.* MDPI; 2022;10(9):2086.
- ❖ Fang X, Qiao Z, Yu X, Tian R, Liu K, Han W. Effect of Singing on Symptoms in Stable COPD: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis.* 2022;17:2893-904.
- ❖ Clift S, Skingley A, Dickinson J, Meadows S. Singing and COPD: a pilot randomized controlled trial of wellbeing and respiratory outcomes. *Journal of Music, Health and Wellbeing [En ligne].* University of Derby; 2022 [cité le 26 janv 2024]; Disponible:
- ❖ Cahalan RM, Meade C, Mockler S. SingStrong-A singing and breathing retraining intervention for respiratory and other common symptoms of long COVID: A pilot study. *Can J Respir Ther.* 2022;58:20-7.

- ❖ Witusik A, Mokros Ł, Pietras T. The role of music therapy in the clinic of obstructive diseases of the respiratory system. *Pol Merkur Lekarski*. 16 déc 2021;49(294):445-7.
- ❖ Okamoto J, Furukawa Y, Kobinata N, Yoshikawa H, Araki F, Yagyu A, et al. Combined effect of pulmonary rehabilitation and music therapy in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *J Phys Ther Sci*. oct 2021;33(10):779-83.
- ❖ Philip KE, Cartwright LL, Westlake D, Nyakoojo G, Kimuli I, Kirenga B, et al. Music and dance in respiratory disease management in Uganda: a qualitative study of patient and healthcare professional perspectives. *BMJ Open*. 23 sept 2021;11(9):e053189.
- ❖ Philip KE, Lewis A, Buttery SC, McCabe C, Manivannan B, Fancourt D, et al. Physiological demands of singing for lung health compared with treadmill walking. *BMJ Open Respir Res*. mai 2021;8(1):e000959.
- ❖ Huang J, Yuan X, Zhang N, Qiu H, Chen X. Music Therapy in Adults With COPD. *Respir Care*. mars 2021;66(3):501-9.
- ❖ Kaasgaard M, Andersen IC, Rasmussen DB, Hilberg O, Løkke A, Vuust P, et al. Heterogeneity in Danish lung choirs and their singing leaders: delivery, approach, and experiences: a survey-based study. *BMJ Open*. 30 nov 2020;10(11):e041700.
- ❖ Marquis N, Drouin L, Larivée P, Taseen R, Tanguay P, Provencher V. Effects of a Group Singing Program on Participants with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD): A Feasibility Study. Dans: A61 KEYS TO THE DELIVERY OF PULMONARY REHABILITATION SERVICES [En ligne]. American Thoracic Society; 2020 [cité le 26 janv 2024]. p. A2199-A2199. (American Thoracic Society International Conference Abstracts). Disponible:
- ❖ Lu Y, Li P, Li N, Wang Z, Li J, Liu X, et al. Effects of Home-Based Breathing Exercises in Subjects With COPD. *Respir Care*. mars 2020;65(3):377-87.
- ❖ McNaughton A, Levack W, McNaughton H. Taking Charge: A Proposed Psychological Intervention to Improve Pulmonary Rehabilitation Outcomes for People with COPD. *Int J Chron Obstruct Pulmon Dis*. 2020;15:2127-33.
- ❖ McNamara RJ, Epsley C, Coren E, McKeough ZJ. Singing for adults with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). *Cochrane Database Syst Rev*. 19 déc 2017;12(12):CD012296.