



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Efectos de la Musicoterapia para la Prevención del Estrés en  
Estudiantes Universitarios Latinoamericanos, 2011 al 2021: una  
Revisión Sistemática**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
Maestro en Intervención Psicológica**

**AUTOR:**

Narcizo Guzmán, Julio César ([orcid.org/0000-0002-9363-6045](https://orcid.org/0000-0002-9363-6045))

**ASESOR:**

DR. Rodriguez Vega, Juan Luis ([orcid.org/0000-0002-2639-7339](https://orcid.org/0000-0002-2639-7339))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelos de intervención psicológica

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus  
niveles

TRUJILLO – PERÚ

2022

## Dedicatoria

A mis padres por ser mi principal motivación por dar la vida en favor a sus hijos y por sus sabios consejos y apoyo moral por su ejemplo de perseverancia y constancia que lo caracterizan, mis logros se los debo a ustedes.

Julio César Narcizo Guzmán

## Agradecimiento

A mis asesores de tesis por su paciencia, disponibilidad y generosidad al compartir desinteresadamente sus conocimientos, experiencias, y acertadas sugerencias para la realización y culminación de esta investigación, contribuyendo con mi desarrollo profesional lo cual valoro infinitamente.

el autor

# Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas.....	v
Índice de graficos y figuras.....	vi
Resumen .....	vii
Abstract.....	viii
I INTRODUCCIÓN.....	1
II MARCO TEÓRICO.....	4
III METODOLOGÍA.....	9
3.1 Tipos y diseños de investigación.....	9
3.2 Categorías, subcategorías y matriz de categorización.....	9
3.3 Escenario de estudio: .....	10
3.4 Participantes: .....	10
3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	10
3.6 Procedimientos .....	11
3.7 Rigor científico.....	14
3.8 Métodos de análisis de datos .....	14
3.9 Aspectos éticos.....	14
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	16
V. CONCLUSIONES .....	41
VI. RECOMENDACIONES .....	42
REFERENCIAS	
ANEXOS	

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> .....	<b>17</b>
<i>Modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>Tabla 2</b> .....	<b>18</b>
<i>Tamaño y muestra de la musicoterapia para la prevención</i>	
<b>Tabla 3</b> .....	<b>19</b>
<i>Enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>Tabla 4</b> .....	<b>21</b>
<i>Descripción de las investigaciones de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios</i>	

## Índice de gráficos y figuras

<b>FIGURA 1</b>	<b>17</b>
<i>Modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>FIGURA 2</b>	<b>18</b>
<i>Tamaño y muestra de estudiantes de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>FIGURA 3</b>	<b>20</b>
<i>Enfoques psicoterapéuticos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>Figura 4</b>	<b>36</b>
<i>Artículos de revistas y tesis de los efectos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	
<b>Figura 5</b>	<b>37</b>
<i>Bases de datos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés</i>	

## Resumen

El presente trabajo es una revisión sistemática de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, 2011 al 2021 la cual tuvo como objetivo general analizar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés. La población fue obtenida de los repositorios tesis universitarias de pre y postgrados de acceso libre Ucv, la Referencia, Renati, y artículos de revista académica encontradas en las bases de datos Alicia, Scopus, Science Direct. para obtener la muestra se utilizó 15 artículos, Que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión. en el primer objetivo se determino que hay más estudios cuantitativos de musicoterapia para la prevención del estrés. En el segundo objetivo se determinó que un 67 % de la muestra son más de 50. Y un 33 % de la muestra son menos de 50. en el tercer objetivo. los enfoques terapéuticos más empleados para la prevención del estrés en musicoterapia son los enfoques cuantitativos cuasi experimental y el enfoque cualitativo, y los menos empleados son los enfoques fenomenológico descriptivo y enfoque mixto con diseño transformativo secuencial. según los resultados obtenidos se concluye que la musicoterapia es esencial para disminuir el estrés.

**Palabras clave:** Musicoterapia, estrés, estudiantes.

## Abstract

The present work is a systematic review of the effects of music therapy for stress prevention in Latin American university students, 2011 to 2021, whose general objective was to analyze the reports on the effectiveness of music therapy for stress prevention. The population was obtained from the Ucv, Reference, Renati, and academic journal articles found in the Alicia, Scopus, and Science Direct databases. to obtain the sample, 15 articles were obtained, which met the inclusion and exclusion criteria. In the first objective, it is determined that there are more quantitative studies of music therapy for stress prevention. In the second objective, it will be prolonged that 67% of the sample are more than 50. And 33% of the sample are less than 50. in the third objective. The most used therapeutic approaches for the prevention of stress in music therapy are the quasi-experimental quantitative approaches and the qualitative approach, and the least used are the descriptive phenomenological approaches and the mixed approach with a sequential transformative design. According to the results obtained, it is concluded that music therapy is essential to reduce stress.

**Keywords:** Music therapy, stress, students.

## I. INTRODUCCIÓN

La Musicoterapia es un procedimiento ordenado para el tratamiento terapéutico en lo cual el psicoterapeuta brinda asistencia al paciente para que mantenga una buena salud reduciendo niveles de estrés y ansiedad, en lo cual se emplea practicas musicales y relaciones interpersonales que se desarrollan mediante la música desarrollando fuerzas aplicadas favoreciendo al individuo (2007, p. 18). Es por ende que el especialista en musicoterapia ofrece mediante técnicas musicales recursos sonantes melodiosos, ofreciendo con seguridad un entorno seguro y confiable para el paciente, en lo cual permite al paciente expresar sus emociones temores y fantasías reprimidas. (Bruscia 2007)

por otro lado, la musicoterapia ahora en la actualidad forma parte de los cuidados y atención de la salud del paciente, esto se refiere a la respuesta que la comunidad resuelve a las dificultades de salud y enfermedad mediante experiencias, prácticas y procesos sistemáticos para el tratamiento psicoterapéutico (Alperovich, y Biegun,2020).

Por otro lado, mediante la meditación aplicada en el individuo y la asociación con el sonido musical, identidad, comunicación y la salud, se constituye una forma de mediación musico terapéutico de los sujetos perjudicados por malestares perjudiciales para la vida que necesitan un plan de tratamiento prolongado de la aplicación con técnicas intervención de la musicoterapia (Alperovich, y Biegun,2020).

El estrés como respuesta involucra manifestaciones en el cuerpo del individuo de manera fisiológica, las emociones, sentimientos y la conducta ante la apariencia de agentes estresores es por ende que el estrés como correspondencia de acontecimiento, reacción vendría a ser un conjunto o grupo de estrategias que afronta el individuo frente a los agentes que causan el estrés (Chávez et al.,2019)

El estrés es una dificultad que está muy presente y marcado en todas las etapas de la vida de los individuos. Es por ende que en la actualidad se da en gran

numero el estrés laboral lo cual es una complicación de la salud que esta generado un amplio número de investigaciones (Patlán y Juana 2019).

actualmente se sigue investigando los efectos del estrés en todas las esferas sociales y su impacto negativo está quedando demostrado cada vez más. Es por ello que se han diseñado modelos teóricos e instrumentos de evaluación para su estudio y prevención asi mismo el estrés se define bajo tres nociones las cuales son estrés como estímulo, como respuesta y como relación acontecimiento-reacción. (Muñoz, 2004).

se consideró favorable realizar esta investigación sistemática sobre los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés; estudiado anticipadamente en la actualidad es por ello, se pensó que es ineludible y beneficioso realizar este trabajo de revisión sistemática.

En este sentido el problema de investigación es: ¿Cuáles son los hallazgos reportados sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos durante el periodo 2011 al 2021?

Esta revisión trabajo de revisión sistemática se justificó ya que consintió tener conocimientos sobre los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés y aumento los conocimientos eficaces para la intervención psicológica que brinda la musicoterapia, es por ello que en esta revisión de contrasta fundamentos teóricos con los efectos empíricos y metaanálisis de la musicoterapia.

además, constituyó como fragmento de los primeros estudios de trabajo de investigación de revisión sistemática de la eficacia de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitario latinoamericanos en Perú, asi mismo sumó como una herramienta para posteriores investigaciones de estudio de revisión sistemática.

Es por ende que se eligió realizar la revisión sistemática de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés estudiantes universitarios latinoamericanos, 2011 al 2021.

Debido a que se centra en los beneficios y eficacia que brinda la musicoterapia, ya que esta técnica hoy en día forma parte del cuidado de la salud mental para prevenir el estrés mediante la intervención psicológica y procedimientos sistemáticos de intervención terapéutica aplicado en distintos contextos sociales para prevenir el estrés.

Esta revisión sistemática se orientó en los años 2011 al 2021 debido a que en dicho periodo.

Según la última indagación que se aplicó en una encuesta al instituto de integración, ejecutada a 2200 personas en 19 departamentos del Perú, llegan a la conclusión que 6 de cada 10 peruanos refieren que han tenido una calidad de vida estresante el último año. Siendo en el año 2015 que un 58% de peruanos sufren de estrés y un 8% de peruanos viven relajados y sin estrés. Es por ello que los primordiales componentes que originan el estrés, son las dificultades económicas y de salud. (Rpp noticias 30 de enero de 2015).

Por otro lado, el seguro Social de Salud (Es salud) recomienda a las personas terapias de relajación, respiración, musicoterapia y ludoterapia entre otras técnicas del autocuidado, para originar una buena salud mental en la población durante la cuarentena con la finalidad de disminuir la ansiedad, tristeza, miedo, cólera, frustración, las cuales son emociones que están asociadas al cuidado de la salud y economía. (El peruano 03 de junio del 2020)

por otro lado, el objetivo general de este trabajo de investigación fue, analizar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos en el periodo 2011 al 2021. Teniendo como objetivos específicos. Identificar los modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, presentar información clasificada sobre las Características, tamaño muestra de la los estudiantes del programa musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos y y identificar los enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos.

## II. MARCO TEÓRICO

Martina et al, (2022) desarrollaron una revisión sistemática de Musicoterapia para la reducción del estrés: en donde se realizó un metaanálisis de varios niveles que contenía 47 estudios, 76 tamaños de efecto y 2.747 participantes para evaluar la fuerza de los efectos de la musicoterapia en los resultados relacionados con el estrés fisiológico y psicológico. y probar moderadores potenciales de los efectos de la intervención.  $d = .723$ , [.51–.94]). en este estudio se encontraron efectos mayores para los ensayos clínicos controlados (CCT) en comparación con los ensayos controlados aleatorios (RCT), los controles en lista de espera en lugar de la atención habitual (CAU) u otras intervenciones para disminuir el estrés, y para los estudios realizados en países no occidentales en comparación con los occidentales. los países. Se discuten las implicaciones tanto para la musicoterapia como para la investigación futura.

Song (2019) realizó un estudio de efectos de la música terapia del estrés de una revisión sistemática y un metaanálisis en el que utilizaron 6 bases de datos nacionales e internacionales para recuperar y recopilar literatura RCT publicada hasta el 9 de marzo de 2017. Es estudio fue seleccionado de forma independiente por 2 investigadores en función de preguntas centrales, y los criterios de selección y exclusión, se utilizaron diagramas de flujo y prisma para describir en detalle el estado de proceso de selección de la literatura fueron incluidos 10 artículos para el análisis cualitativo y 7 artículos fueron incluidos en para el análisis cuantitativo empleando el software RevMan ver. 5.3. Hallazgos: comparaciones entre los música grupo de escucha y el grupo de control no tratado resultó en una reducción de 1,08 puntos de subjetivo estrés ( $n=257$ ; diferencia de medias, -1,08; intervalo de confianza (IC) 95 %, -1,55 a -0,60), y el efecto el tamaño entre el grupo y el grupo control fue estadísticamente significativo ( $Z=4.41$ ,  $p<.00001$ , Higgins  $I^2=0\%$ ). El grupo experimental tratado con música terapia encontró que el pulso se redujo en 0,47 puntos ( $n = 274$ ; diferencia de medias, -0,47; intervalo de confianza (IC) 95 %, -0,83 a -0,11) mostrando diferencia estadísticamente significativa entre el grupo control y el grupo experimental ( $Z=2.54$ ,  $p=.01$ , Higgins  $I^2=44\%$ ). este estudio también tiene algunas limitaciones dado el número insuficiente de estudios utilizados en el metaanálisis, lo que justifica un estudio experimental más riguroso en el futuro.

En otro estudio realizado por Rojas (2014) sobre la efectividad de la musicoterapia en los niveles de estrés adolescente de la parroquia San Juan Bosco- Chosica, lima, marzo-junio 2014.

Este trabajo de investigación descriptiva transversal, se desarrolló con un prototipo de (n= 44 adolescentes) y para la recolección de la investigación se empleó un cuestionario tipo Likert y para la validez del instrumento se ejecutó mediante la prueba del criterio de juicio de expertos logrando obtener un valor de (0.866) y para la confiabilidad se empleó el alfa de Cronbach obteniendo un resultado de ( $\alpha=0,931$ ). En lo cual se llegó a la conclusión que la empleabilidad de la musicoterapia en os niveles de estrés en adolescentes de la parroquia san juan Bosco Chosica-Lima, es significativamente efectiva. La cual fue probada estadísticamente utilizando la t-Student, en lo cual se obtuvo un valor de 8,737, con 43 grados de libertad y con un nivel de significancia  $p<0.05$

Por otro lado, Tejada et al. (2020) en su investigación la musicoterapia para la reducción del estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería del 1° ciclo de estudios de la universidad Chachapoyas – Peru 2018. Llevaron a cabo un estudio con un enfoque cualitativo, cuasi experimental la muestra estuvo conformada por 30 estudiantes divididos en un grupo de intervino a (14) que recibieron musicoterapia, y un grupo control (16). Los resultados que se obtuvieron fueron que la musicoterapia resude significativamente del estrés académico en los estudiantes universitarios ( $t = 3,010.gl = 29 p = 0,005$ ), se puede optimizar la adaptación a la vida universitaria y los resultados de aprendizaje.

En un estudio realizado por Cabezas et al. (2022) los Efectos de la Realidad Virtual y la musicoterapia en la reducción del estrés académico empleando una Aplicación Móvil refieren que la musicoterapia ha demostrado ser una estrategia eficaz para reducir el estrés. Asi mimo en su estudio examinaron los efectos de aplicar una estrategia con técnicas de apoyo social para disminuir los niveles de estrés en estudiantes, al combinar la musicoterapia con el uso de realidad virtual inmersiva, empleando una aplicación móvil. Esta propuesta realiza un sistema que emplea las siguientes actividades: I) recolectar información sobre las emociones de los participantes a través de un módulo de reconocimiento facial,

II) brinda una experiencia de relajación dentro de un ambiente virtual animado empleando la música, III) medir los niveles de estrés, a través de la aplicación de un cuestionario de estrés psicológico, IV) evaluar los efectos producidos en el usuario. Los ensayos se realizaron con la colaboración de varios alumnos de la universidad de las fuerzas armadas-ESPE. Los resultados muestran que el uso de la musicoterapia, combinada con la realidad virtual, podría ser una poderosa estrategia para disminuir el estrés hasta en un 50%.

Bruscia (2007) refiere que la musicoterapia es “una intervención sistemática en la cual el psicoterapeuta auxilia a las personas a estar bien salud, haciendo el uso de las experiencias musicales y las relaciones que desarrollaran como impulsores del cambio” (2007, p.18). por otro lado, el especialista en musicoterapia brinda con su presencia y experiencia distintas técnicas y herramientas haciendo el uso de recursos sonantes melódicos ofreciendo la posibilidad de un ambiente seguro y confiable, lo cual consiente al evaluado la expresión de sus temores y fantasías que les genera ansiedad y el estrés.

Por otro lado, las musicoterapeutas rioplatenses Goldfarb y Hugo (2000) afirman que, sobre la jerarquía de promover la colaboración activa del niño, pudiendo tomar así control y autonomía sobre algunos aspectos del contexto actual. Para desarrollar y emplearlo cuando sean adolescentes y puedan prevenir mediante la música el estrés y la ansiedad.

Del mismo modo la musicoterapeuta Mercedes Pavlicevic (2005) recalca la excelencia del compromiso grupal tanto con pacientes y familiares empleando el uso de las distintas técnicas de musicoterapia para la intervención psicoterapéutica de manera grupal e individual en los usuarios.

Por otro lado, el efecto psicoterapéutico que tiene la música es que desarrolla la capacidad en el individuo de conseguir cambios en los individuos, en lo físico, espiritual, biológico, intelectual y fisiológico es por eso su valor terapéutico. Es muy imprescindible en los pacientes con que padecen ansiedad y estrés es por ende que los efectos del estrés son principalmente 3, fisiológico, intelectual o psicológico, a través de estos efectos logramos conocer más sobre los efectos

sociales para brindar y perfeccionar una mejor calidad de vida de las personas mediante la música (Miranda M y Miranda P 2017).

Según Ruggero (2011) afirma que los efectos fisiológicos de la música son el de desarrollar el sentido de la audición, oído, al enseñar a aprender, descubrir y regular los sonidos mediante la música, la música varía el ritmo cardíaco, la presión de la sangre, las contestaciones motoras, el reflejo pupilar en los movimientos del estómago, que aumenta la actividad muscular, es por ello que el poder de la música tiene efectos relajantes, activando los niveles de dolor y respuesta que da el cerebro al momento de escuchar los sonidos musicales emitidos por el medio ambiente o un instrumento musical.

Por otro lado, la musicoterapia es una especialidad médica moderna, pero con científica clínica que permiten establecer claramente un método y un conjunto de estrategias y técnicas capaces para ser desarrolladas y futuras investigaciones científicas que están por descubrirse.

Así mismo la musicoterapia que utiliza el sonido melodía y armonía mediante la música y los instrumentos corporales y sonidos musicales para fundar una relación entre el musicoterapeuta grupos individuales o grupales, consintiendo a través de ella mejorar la calidad de vida de las personas, recuperando y reestableciendo al evaluado. (Benenzon 2020)

Del mismo modo la musicoterapia es el área de la medicina joven la cual estudia el complejo sonido - ser, humano - sonido, con la finalidad de brindar nuevas técnicas, herramientas y habilidades para perfeccionar las relaciones interpersonales de los pacientes, causar efectos terapéuticos, psicoprofilácticos rehabilitación psicoterapéutica. Benenzon, R (2020)

Por otro lado, si hablamos del estrés en una palabra muy conocida en la actualidad también un término complejo.

El estrés es una respuesta negativa la cual provoca un desequilibrio en las personas que lo padecen.

El estrés en sí mismo no es la causa del estrés sino más bien la percepción que el individuo tiene del estrés. El estrés se aparece cuando una persona considera que las demandas desbordan sus recursos y las cataloga como estresores.

(Williams y Cooper, 2004)

Zárate et al. (2017) refieren al estrés académico como una condición que se presenta cuando el estudiante percibe negativamente (distrés) las exigencias de su contexto, cuando las situaciones que tiene que enfrentar durante su formación son dolorosas y pierde el control sobre el afrontamiento y en algunos casos se desarrollan síntomas físicos como la ansiedad, cansancio, insomnio, y manifestaciones académicas como bajo rendimiento escolar, desinterés por ocupaciones profesionales y deserción escolar.

Los sucesos que causa el estrés en una persona pueden estar determinados por la singularidad de cada persona, conteniendo elementos establecidos en la personalidad, la autoestima y la resistencia orgánica, por otro lado, el estrés puede ser percibido de diferente manera por dos personas lo cual indica que las respuestas a los estímulos estresantes son individuales y subjetivas, reflejando la capacidad adaptativa de cada persona (Domínguez, Hirsch et al., 2018).

El estrés está presente en todas las áreas de trabajo de las personas, incluida la educación, por lo que los miembros de equipos médicos están interesados en conocer los efectos de este en el rendimiento.

Gutiérrez y Amador (2016) refieren los resultados que muestra el estrés académico, como otros tipos de estrés, se encuentran expresiones físicas individuales, como lo es el aumento de la frecuencia aumento del ritmo cardiaco, sudoración y tensión muscular en las espalda, piernas y brazo, respiración entrecortada y rechinar los dientes, dificultades para conciliar el sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza y problemas de estómago. Las respuestas conductuales más notables son deterioro del desempeño escolar, trabajo, tendencia a discutir, aislamiento, desgano para realizar actividades, consumo de alcohol, tabaquismo ausentismo, nerviosismo, reducción y aumento en el apetito, y trastornos de sueño.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipos y diseños de investigación

En el presente trabajo de investigación de revisión sistemática el tipo fue cualitativa exploratoria en los cual los estudios exploratorios se emplean cuando el objetivo es investigar un problema de investigación poco estudiado o novedoso del cual se tiene muchas dudas o no se abordado antes en donde se indagan de una perspectiva innovadora ayudando a identificar conocimientos prominentes en donde se obtienen nuevos estudios, es por ende que el propósito de este trabajo de investigación fue analizar fenómenos desconocidos o novedosos como una enfermedad o la visión de un hecho histórico transformado por el descubrimiento de la evidencia que residía oculta. (Hernández et al.; 2014).

El diseño de este trabajo de investigación de revisión sistemática fue una adaptación de estudios e investigaciones teóricas únicos y originales empleando una representación sistemática. Es decir, un proceso de recopilación de investigaciones en la cual no se usaban aspectos estadísticos para inspeccionar o indagar la investigación. (Ato et al. 2013)

#### 3.2 Categorías, subcategorías y matriz de categorización

##### **Categorías:**

Identificar los modelos de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes

##### **Sub categorías:**

Reportes sobre la Eficacia de los efectos de la musicoterapia

Identificar los programas de musicoterapia

Determinar la influencia de la musicoterapia para prevenir el estrés

##### **Categorías:**

presentar información sobre las características y tamaño de muestra

##### **sub categorías:**

características tamaño de muestra

##### **Categorías:**

enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia para la prevención del estrés

## **Sub categorías**

Enfoques psicoterapéuticos para la prevención del estrés

### 3.3 Escenario de estudios

Se realizó con trabajos de investigaciones publicadas en los años 2011 al 2021 con tesis de acceso abierto de distintos países de Latinoamérica reportados en 15 artículos de revista académica de la base de datos Scopus, Science Direct y tesis universitarias de pre grado y postgrado de acceso libre (Renati, Alicia acceso libre a información científica para la innovación, Repositorio académico ucv y La Referencia) en idioma español, portugués e inglés.

### 3.4 Participantes:

Los participantes de esta revisión sistemática son infinitos, ya que está conformada por todos los artículos indexados y revistas científicas sobre efectos de programas de musicoterapia para la prevención del estrés, así mismo esta investigación se realizó con 15 artículos de revista académica de la base de datos Scopus, Science Direct, Tesis Universitarias de Pre grado y Posgrado de acceso libre (Renati, Alicia Acceso libre a información científica para la innovación, repositorio ucv y La Referencia). en lo cuanto a la muestra se adquirió de las investigaciones que desempeñaron con los criterios de selección, en un comienzo primeramente se tiene los de inclusión, que fueron los artículos de revistas indexadas de las bases de datos Scopus Scyelo, Redalyc y las tesis de la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés redactados en los idiomas español, inglés y portugués. Anunciados y publicados en los años 2011 al 2021.

### 3.5 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

En esta investigación se empleó una revisión sistemática, en donde se sistematizó la información de esta revisión documental. Según Hernández et al. (2014), refieren que las finalidades de una revisión de la literatura implica detectar, consultar y obtener la bibliografía, referencias y otros materiales que sean útiles para el propósito de estudio es por ende que fue necesario

seleccionar e indagar información necesaria para encuadrar el problema de la presente revisión de la literatura y comprender si las teorías encontradas muestran una respuesta de información a las preguntas de indagación para lo cual en este trabajo de logre obtener los objetivos de esta investigación.

El instrumento para este trabajo de investigación fue una ficha elaborada por el autor y constituía de dos partes:

En primer lugar se encontraron datos generales como el nombre del autor, el año de la publicación, procedencia de la publicación, nombre del repositorio, título del trabajo de investigación, la población a la que va encaminada así mismo la segunda fue la información que se tomó de los indicadores para identificar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés, e identificar los modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés y presentar información sobre las características muestra y enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia, para contrastar las teorías. En el final de esta ficha, se elaboró en una base de datos en Excel para fortalecer la búsqueda de la información para este trabajo de investigación. Del mismo modo para verificar la calidad de la presente revisión sistemática se utilizó los criterios que proponen Dixon Woods.

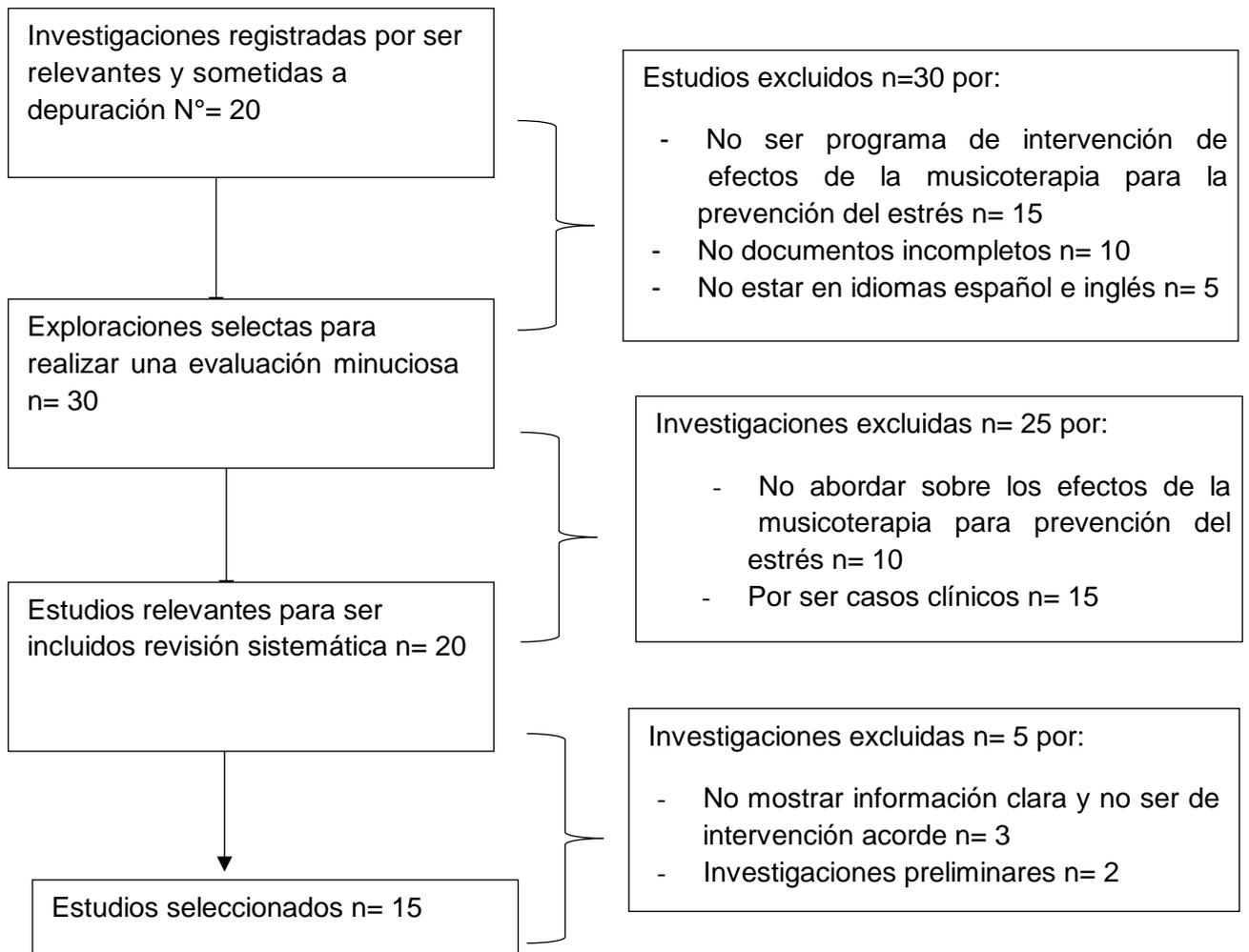
La presente investigación consta de revistas de artículos científicos de libros y tesis de pre y post grado.

### 3.6 Procedimientos

Se ejecuto la búsqueda de la investigación en las bases de datos indexadas, de los repositorios Science direct, Scopus y tesis empíricas escritas en inglés, y español publicados en los años del 2011 al 2021 del mismo modo en artículos de acceso abierto. En las bases de datos de Renati, repositorio ucv, la referencia y Alicia para el proceso de búsqueda se emplearon las palabras claves: "musicoterapia," "estrés," "musicoterapia and estrés adolescentes universitarios" y los operadores booleanos o, y: "musicoterapia" AND "estrés" OR musicoterapia y "eficacia de la musicoterapia "AND "estrés adolescentes".

## Figura

Proceso de selección de los estudios potenciales según criterios de selección



Fuente: elaboración propia

Se ejecuto la búsqueda para identificar las investigaciones, en lo cual se realizó un procedimiento de selección teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión así mismo empleando una tabla llamada estrategia de búsqueda en lo cual nuestro asesor nos indicaba en cada asesoría del proyecto de investigación con el propósito de desempeñar con los requisitos establecidos. Así mismo se ejecutó la búsqueda de la información para este trabajo de investigación según los objetivos específicos, categorías y subcategorías del proyecto de investigación.

**TABLA**

**Evaluación de los artículos Según los criterios de calidad**

Titular del artículo del autor	CRITERIOS DE CALIDAD												Puntaje y calificación
	¿se detallan claramente los objetivos de la investigación?	¿el estudio fue diseñado o para obtener estos objetivos?	¿se describen adecuadamente los métodos y técnicas utilizadas y se justifica su selección?	¿se han medido adecuadamente las variables consideradas en la investigación?	¿se describen correctamente los métodos de recopilación de datos?	¿se han descrito adecuadamente los datos obtenidos?	¿es claro el propósito del análisis de los datos?	¿se emplea técnicas estadísticas adecuadas para analizar los datos?	¿los resultados responden a los objetivos de la investigación?	¿discuten los investigadores algún problema con validez y confiabilidad de sus resultados?	¿se responden adecuadamente todas las preguntas de la investigación?	¿Qué tan claros son los vínculos entre datos y conclusión?	
1. Tejada et al. (2022)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	NO	SI	9 - ALTA CALIDAD
2. Tejada et al. (2020)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	10- ALTA CALIDAD
3. Cabezas et al. (2022)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	11 - ALTA CALIDAD
4. Martínez et al. (2016)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	11 - ALTA CALIDAD
5. Curasma C y Ticallasuca, S (2017)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	10 - ALTA CALIDAD
6. Cuesta F, y Jade B, (2016)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	10 - ALTA CALIDAD
7. Taets et al. (2013)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	11- ALTA CALIDAD
8. Chaves et al. (2020)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	11- ALTA CALIDAD
9. Huancapaza, P y Mamani, J (2019)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	SI	SI	10 - ALTA CALIDAD
10. Idme H, (2019)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	NO	SI	SI	SI	NO	SI	9 - ALTA CALIDAD
11. Gallego et al. (2020)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	10 - ALTA CALIDAD
12. Maidhof W y SchwerdtfegerK reutz N, (2021)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	11 - ALTA CALIDAD
13. Thoma et al. (2013)	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	10 - ALTA CALIDAD
14. Linnemann et al. (2015)	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	NO	10- ALTA CALIDAD
15. Martina de Witte et al. (2021)	SI	SI	SI	NO	SI	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI	11- ALTA CALIDAD

### 3.7 Rigor científico

El uso de la investigación en lo cual el autor realizó una búsqueda minuciosa por su cuenta empleando palabras claves y términos u operadores booleanos siendo los resultados similares. (Hernández et al. 2014)

Se realizó una compilación precisa de la información y para la elaboración de resultados se realizó un análisis minucioso para dar credibilidad y descifrar los resultados obtenidos de manera detallada y especificada así mismo en este trabajo de revisión sistemática se está a la expectativa que los resultados sean aplicables, adaptables, ajustables y argumentados.

### 3.8 Método de Análisis de datos

Se realizó la búsqueda de esta revisión sistemática y se extrajo de artículos de los repositorios ya mencionados, empleando el uso de los criterios para emplear la selección, consecutivamente se estableció una matriz de base de datos en formato (Excel). Así mismo para realizar las frecuencias absolutas y frecuencias porcentuales, y finalmente mostrar los resultados obtenidos en tablas y/o figuras según las normas APA.

Por otro lado, se efectuó la revisión de tesis concernientes con las variables de estudio, constituidas por autor, el año de la publicación, tipo de estudio, país, el tamaño de la muestra y un breve resumen. Del mismo modo de empleo una lectura detallada de la información, se empleó el software Zotero para realizar una sistematización de la información de los resultados de esta investigación.

### 3.9 Aspectos éticos

El capítulo III, artículo 22, todos los psicólogos que realicen investigación, deben hacerlo, respetando la normatividad internacional y nacional que regula la investigación,

capítulo XII artículo 62 en lo cual refiere que en un texto trabajo y/o investigación corresponderán contener los nombres de colaboradores así mismo deberán precisar su grado de responsabilidad y colaboración.

Del mismo modo en el mismo capítulo en artículo 65 señala que todo material que se seleccionó para esta esta investigación debe contener el nombre del conjunto o grupo originador. (Colegio de Psicólogos del Perú, 2017).

#### IV. RESULTADOS Y DISCUSION

En este trabajo de investigación se presenta la tesis de revisión sistemática de efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios de latinoamericanos, 2011 al 2021: una revisión sistemática.

Se trabajó con una población de 15 artículos de revista académica encontradas en las bases de datos Scopus, Science Direct, y tesis universitarias de pre grado y Posgrado de acceso libre (Renati, Alicia y repositorio ucv). investigación publicados en los años 2011 al 2021 en idioma español e inglés

Al momento de la búsqueda hallaron 123 artículos permitentes con los argumentos para la revisión sistemática luego se realizó un análisis de los artículos aplicando filtros y se redujo a 25 luego quedaron 20 y finalmente se seleccionaron 15 revisiones que mas se asemejan a esta revisión sistemática asi mismo se fue descartando las demás investigaciones por no ser necesarias es por ende que esta revisión sistemática se obtuvieron los siguientes resultados

Por otro lado, es de gran jerarquía mencionar que desde el punto de vista psicométrico el sesgo y valides se transforman en aspectos afines. Es por ende que el sesgo perennemente sospechará falta de validez, y cuando hay ausencia de validez puede referirse al comienzo del sesgo (Jensen, 1980).

Por otro lado, el objetivo general de este trabajo de investigación revisión sistemática fue analizar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos en el periodo 2011 al 2021.

En cuanto al primero objetivo fue identificar los modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés, por lo que en el primer grafico se puede observar que un 93% son modelos investigación cuantitativa y un 7% son modelos de investigación cualitativa, lo cual indica que esta investigación se puede identificar que hay más estudios cuantitativos de musicoterapia para la prevención del estrés.

Tabla 1

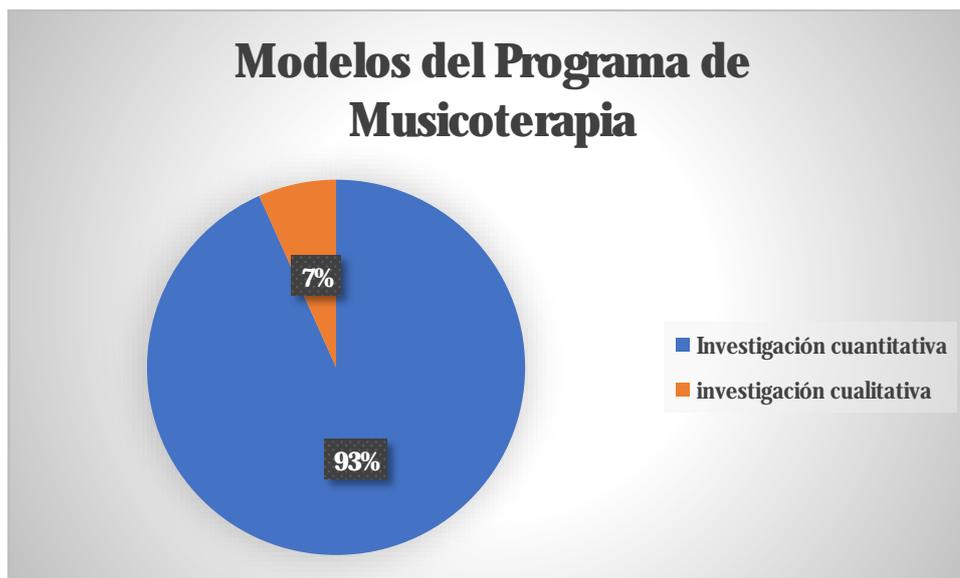
*Modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*

Modelos de los Programas de Musicoterapia	Total, de veces en que son reportados en un estudio	%
Investigación cuantitativa	14	93 %
Investigación cualitativa	1	1 %
Total, general	15	100 %

se puede identificar que hay más presencia de estudios cuantitativos de musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes.

FIGURA 1

*Modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*



En el segundo objetivo tamaño y muestra de la musicoterapia para la prevención del estrés

Tabla 2

*Tamaño y muestra de estudiantes de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*

Tamaño y muestra	Total, de veces en que son reportados en un estudio	%
Menos de 50	10	33 %
Mas de 50	5	67 %
Total, general	15	100 %

En lo que es el tamaño y muestra se puede observar que un 67 % de la muestra son más de 50. Y un 33 % de la muestra son menos de 50.

FIGURA 2

*Tamaño y muestra de estudiantes de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*

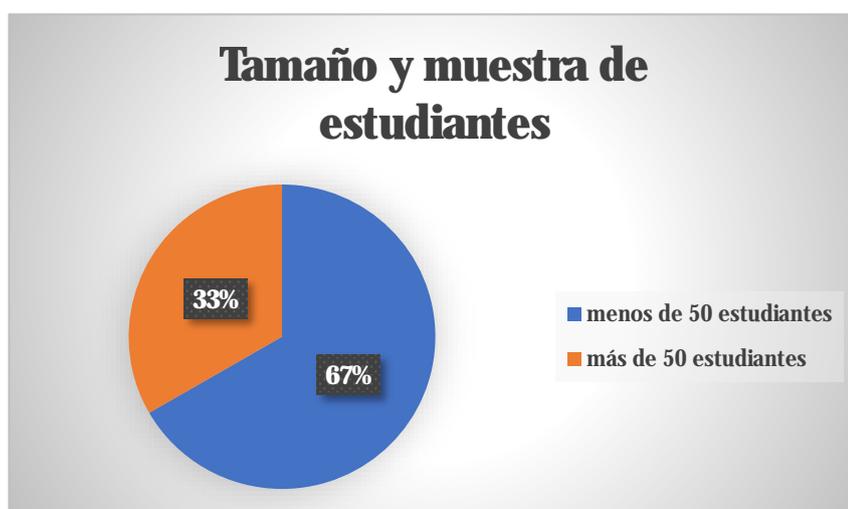


Tabla 3

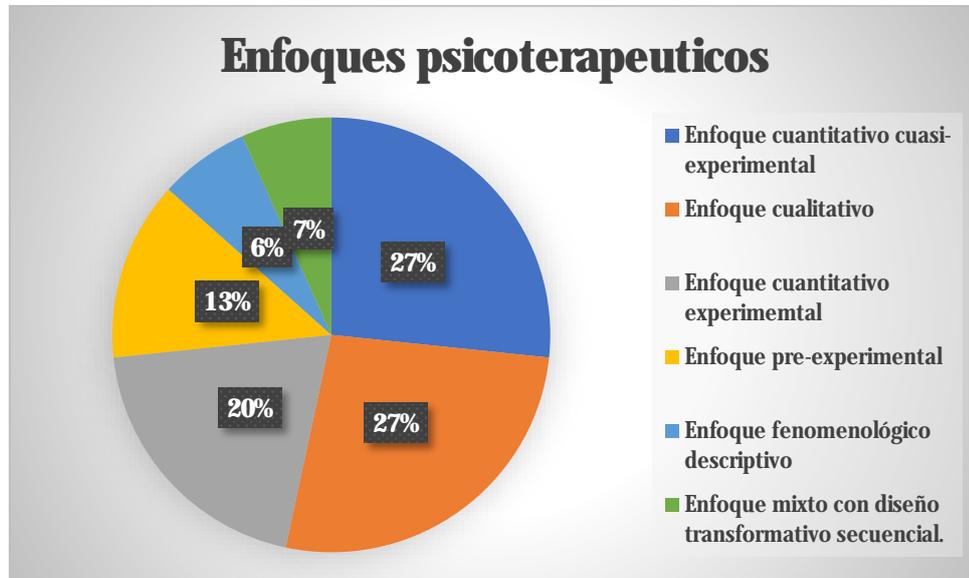
*Enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia para la prevención del estrés*

Enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia	Total, de veces en que son reportados en un estudio	%
Enfoque cuantitativo cuasi-experimental	4	27 %
Enfoque cualitativo	4	27 %
Enfoque cuantitativo experimental	3	20%
Enfoque pre-experimental	2	13%
Enfoque fenomenológico descriptivo	1	6%
Enfoque mixto con diseño transformativo secuencial	1	7%
Total, general	15	100 %

En lo que son los enfoques psicoterapéuticos se puede observar que un 27 % son Enfoque cuantitativo cuasi-experimental, al igual que enfoques cualitativos con un 27% así mismo un 20 % en lo que es enfoque cuantitativo experimental y un 13 % enfoque experimental luego un 7% enfoque fenomenológico descriptivo y finalmente un 6 % enfoque mixto con diseño transformativo secuencial. Lo cual indica que en este trabajo de investigación los enfoques terapéuticos más empleados para la prevención del estrés son los enfoques cuantitativos cuasi experimental y el enfoque cualitativo, y los menos empleados son los enfoques fenomenológico descriptivo y enfoque mixto con diseño transformativo secuencial.

FIGURA 3

*Enfoques psicoterapéuticos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*



Según los resultados los modelos del programa de musicoterapia para la prevención del estrés más empleados en esta revisión sistemática son los modelos de investigación cuantitativa y los menos usados son los modelos de investigación cualitativa en lo que se refiere al tamaño y muestra se puede observar que un 67 % de la muestra son más de 50. Y un 33 % de la muestra son menos de 50.

Finalmente, los enfoques psicoterapéuticos de musicoterapia más empleados para la prevención del estrés son los enfoques cuantitativos cuasi experimental y el enfoque cualitativo. Lo cual indica que en Latinoamérica hay limitadas investigaciones de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitario latinoamericanos

Tabla 4

*Descripción de las investigaciones de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios*

Nº	Nombre del artículo	Objetivo del programa	Variables asociadas	Resultados	conclusiones
1	Beneficios de la musicoterapia desde la perspectiva de estudiantes universitarios de enfermería	describir los beneficios de la musicoterapia desde la perspectiva de estudiantes universitarios	Musicoterapia Enfermería Estudiantes universitarios	surgieron tres categorías: Minimiza el estrés, mejora la concentración y rendimiento académico. Produce relajación, aumenta la autoestima y el afrontamiento de problemas (resiliencia) Permite el autocontrol, sociabilidad y mejora	la musicoterapia es un método útil para reducir la ansiedad. Y estrés

					las relaciones interpersonales
2	La musicoterapia en la estimar el rendimiento académico, estrés la musicoterapia se puede reducción del estrés efecto de la académico, Adaptación, musicoterapia., reduce mejorar la académico en estudiantes musicoterapia Estudiantes universitarios significativamente el adaptación universitarios para la reducción del estrés académico de a la vida académico en estudiantes universitarios los estudiantes universitaria universitarios académicos en estudiantes universitarios (t = y el rendimiento 0,005), se puede académico. mejorar la adaptación a la vida universitaria y el rendimiento académico.				
3	Effects of Virtual Reality and Music Therapy on Academic Stress Reduction Using a Mobile Application	Examinar los efectos de aplicar una estrategia de apoyo social para disminuir	los académicos; aplicación móvil; musicoterapia; Reducir estrés; Realidad virtual		la musicoterapia, el uso de la combinada con la musicoterapia, realidad virtual, podría ser una combinada poderosa estrategia con la para disminuir el realidad

	los niveles de estrés en estudiantes de educación superior, al combinar la musicoterapia con el uso de realidad virtual inmersiva, haciendo uso de una aplicación móvil.		estrés hasta en un 50%. virtual, podría ser una poderosa estrategia para disminuir el estrés hasta en un 50%.
4	musicoterapia y estrés académico en estudiantes de la institución educativa emblemática francisca diez Canseco de castilla Huancavelica	Determinar la Música Eficacia de la Terapia Estrés Musicoterapia Salud Mental en estudiantes	En el pre test el 64% de los estudiantes presentaron estrés severo, el 36% estrés moderado y finalmente el 0% estrés leve
			Estos valores, después de la aplicación de la musicoterapia

disminuyo el nivel de estrés severo a 0%, estrés moderado a 21%, el estrés leve 61% y finalmente 18% con estrés normativo.

<p>5 Musicoterapia en el estrés académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica - 2017</p>	<p>Determinar si la musicoterapia influye en el estrés académico de los estudiantes</p>	<p>si Musicoterapia Estrés Académico Salud Pública</p>	<p>después de la ejecución de la musicoterapia (post test); el 85% presentaron estrés leve, el 14% moderado</p>	<p>La intervención de musicoterapia modifico favorablem ente en la reducción</p>
--	---	--	---	--

		de la Facultad de Enfermería.			ningunos de ellos del estrés estrés profundo.	del estrés académico
6	Aportes de la musicoterapia en la percepción del estrés académico en estudiantes de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas de la ciudad de Bogotá	describir los aportes que tiene la musicoterapia en la percepción y manejo emocional del estrés académico en estudiantes.	Musicoterapia, percepción y Estrategias de afrontamiento.	estrés académico, manejo emocional,	la musicoterapia es una disciplina adecuada y útil para el manejo emocional positivo en estudiantes universitarios con estrés académico.	Se sugiere continuar desarrollando intervenciones desde la musicoterapia para el manejo emocional del estrés académico, ya que existen pocos estudios realizados.
7	Impact of a music therapy program on the stress	evaluar los efectos de un	atención de salud; hospitales; humano; estrés	de	la disminución estadísticamente	el programa de

level of health professionals	programa de salud profesional en el nivel de estrés de mujeres estudiantes profesionales	mental; musicoterapia; enfermedad profesional	significativa ( $\Delta = -60\%$ , $p < 0,001$ ) en el nivel de estrés de los profesionales estudiados después del programa de musicoterapia. fue efectivo en la reducción del nivel de estrés de mujeres estudiantes
8 Efectos de un programa que utiliza la música como herramienta para reducir el estrés laboral	determinar los efectos de un programa de intervención a través de la música como una herramienta para reducir el estrés	estrés; música; programa de intervención; pre experimental	de el tamaño del efecto la música fue mayor en la dimensión de efectos Superiores y sobre el recursos ( $d=.83$ ) en comparación a la favoreciend dimensión o su Organización y reducción. Trabajo en Equipo ( $d=.47$ ).
9 La musicoterapia para mejorar el área emocional de los estudiantes del	mejorar los problemas emocionales	Musicoterapia, estudiantes, emoción, habilidades sociales, ISO musical, signo	esta revisión Este trabajo constante del realiza un proceso contribuyó aporte la

<p>Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca - 2018</p>	<p>como el estrés, la ansiedad, la depresión de un grupo de estudiantes a través del uso de la musicoterapia, incidiendo de esta forma en el mejoramiento de sus relaciones intra e interpersonales.</p>	<p>zodiacal, estrés, ansiedad, depresión, Investigación acción Colaborativa.</p>	<p>de forma especial a musicoterapia la rigurosidad en la validez de la acción musical terapéutica educativa. desarrollada para el estrés</p>
<p>10 Eficacia de la musicoterapia en la Reducción Del Estrés Académico</p>	<p>la determinar la eficacia de la música para reducir los</p>	<p>Música, estrés académico, audición musical, niveles de estrés.</p>	<p>Los resultados de la investigación fueron planteados a través de tablas y gráficos, y sus resultados fueron la música es</p>

Estudiantes Secundaria, Arequipa 2018.	De niveles de estrés académico en estudiantes		respectivas interpretaciones de cada objetivo. eficaz para reducir los niveles de estrés académico en estudiantes
11 Effectiveness of music therapy and progressive muscle relaxation in reducing stress before exams and improving academic performance in Nursing students: A randomized trial	Evaluamos una intervención que combina Relajación Muscular Progresiva (PMR) y musicoterapia sobre la disminución del estrés previo a los	Progressive muscle relaxation Music therapy Stress Exams Academic Performance Nursing student	No hubo diferencias en ningún parámetro durante la primera medición. En cuanto a la segunda medición, observamos una reducción de la frecuencia cardíaca para el GE y un aumento de la presión arterial, la frecuencia cardíaca y el cortisol para el En este estudio que incluyó a estudiantes de la carrera de Enfermería, la combinación de PMR y musicoterapia fue efectiva para el

	<p>exámenes y la mejora de los resultados académicos</p>	<p>GC. De hecho, estos control y parámetros fueron disminución significativamente del estrés más altos en antes de los comparación con el exámenes, GE. El GE obtuvo y también una puntuación demostró media de <math>5,07 \pm 1,59</math> mejoras en en el examen Clínico los de Enfermería, resultados significativamente académicos superior al GC (<math>4,42 \pm 1,58</math>, <math>p = 0,033</math>). La proporción de suspensos en el GC también fue mayor (<math>62,5\%</math> vs <math>42,9\%</math>, <math>p = 0,037</math>).</p>
<p>12 The mediating role of stress for the effects of the</p>	<p>investigar si la MLS influye en el dolor y el</p>	<p>Estrés música dolor</p> <p>En interacción con el género y la condición, MLS con el</p>

---

music listening style on estrés, y si el  
pain efecto de la  
MLS sobre el  
dolor está  
mediado por el  
estrés.

influyó en las género y la  
reacciones en la condición,  
intensidad del dolor y MLS influyó  
la FC, pero no en el en las  
estrés subjetivo, reacciones  
RMSSD, sAA o en la  
sCort. El efecto de intensidad  
MLS en la intensidad del dolor y la  
del dolor estuvo FC, pero no  
mediado por en el estrés  
parámetros subjetivo,  
relacionados con el RMSSD,  
estrés: en EM, en sAA o  
comparación con sCort. El  
EM, se observaron efecto de  
niveles más altos de MLS en la  
estrés subjetivo en el intensidad  
CPT y niveles más del dolor  
bajos de sCort al estuvo  
inicio y en el CPT, lo mediado  
que a su vez se por

---

asoció con una parámetros mayor percepción relacionado del dolor. intensidad s con el en el CPT y un estrés: en aumento más fuerte EM, en en la intensidad del comparació dolor desde el inicio n con EM, hasta el CPT. se observaron niveles más altos de estrés subjetivo en el CPT y niveles más bajos de sCort al inicio y en el CPT, lo que a su vez se asoció con

---

---

							una mayor percepción del dolor. intensidad en el CPT y un aumento más fuerte en la intensidad del dolor desde el inicio hasta el CPT.
13	The Effect of Music on the Human Stress Response	abordar esta brecha en deficiencias anteriores examinando fondo efectos dominios	esta en en esta	alfa-amilasas; Arritmia Sinusal; electrofisiología; hembra; frecuencia cardíaca; humanos; hidrocortisona; hombre; Música	escuchar música	Estos hallazgos pueden ayudar a comprender mejor los efectos beneficiosos	Estos hallazgos pueden ayudar a comprender mejor los efectos beneficiosos

---

	endocrino, autonómico, cognitivo y emocional del ser humano estrés respuesta.		al sistema nervioso s de música autónomo. En sobre el términos de la cuerpo recuperación más humano. rápida), y para en menor grado la endocrina y psicológica estrés respuesta.
14 Music listening as a means of stress reduction in daily life	Examinamos el efecto potencial para reducir el estrés de música escuchando en vida cotidiana usando indicadores subjetivos y	alfa-amilasa; Evaluación ambulatoria; cortisol; Música escuchando _ Estrés reducción	Escuchar música los puede ser resultados considerado un arrojan luz medio de reducción sobre los del estrés para la mecanismo vida diaria s especialmente si se fisiológicos escucha con fines de que relajación. subyacen al efecto reductor del

	objetivos de estrés.		metaanálisis	estrés de música.
15 Music therapy for stress reduction: a systematic review and meta-analysis	La Musicoterapia se utiliza cada vez más como una intervención para la reducción del estrés en tanto en entornos médicos como de salud mental	Excitación, multinivel; música intervención; Música terapia; estado de ansiedad; estrés	Se encontraron efectos mayores para los ensayos clínicos controlados (CCT) en comparación con los ensayos controlados aleatorios (RCT), los controles en lista de espera en lugar de la atención habitual (CAU) u otras intervenciones para reducir el estrés, y para los estudios realizados en Países no occidentales en comparación con los países	En la musicoterapia se discuten futuras investigaciones.

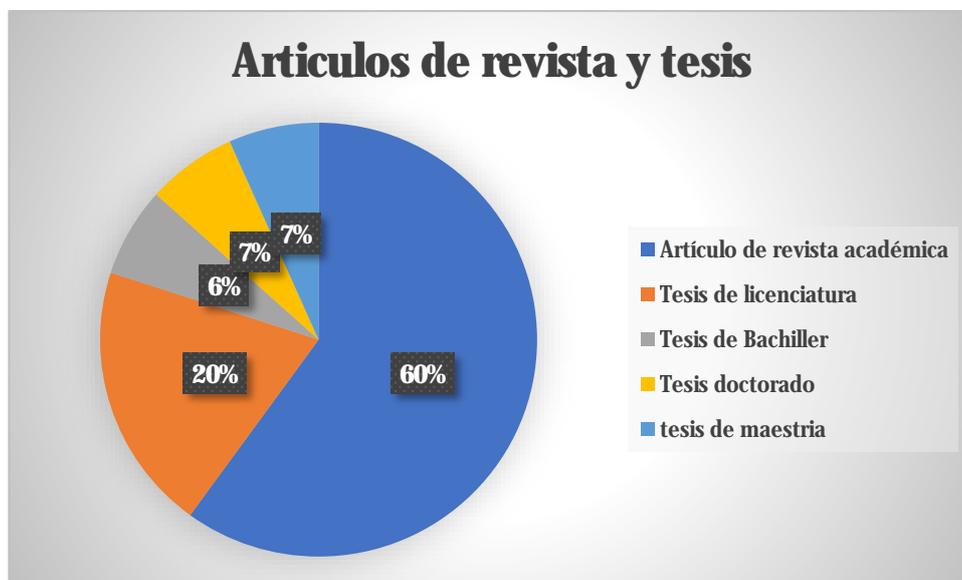
---

occidentales. Implica  
ciones para ambos  
música terapia y se  
discuten futuras  
investigaciones.

---

Figura 4

*Artículos de revistas y tesis de los efectos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés*

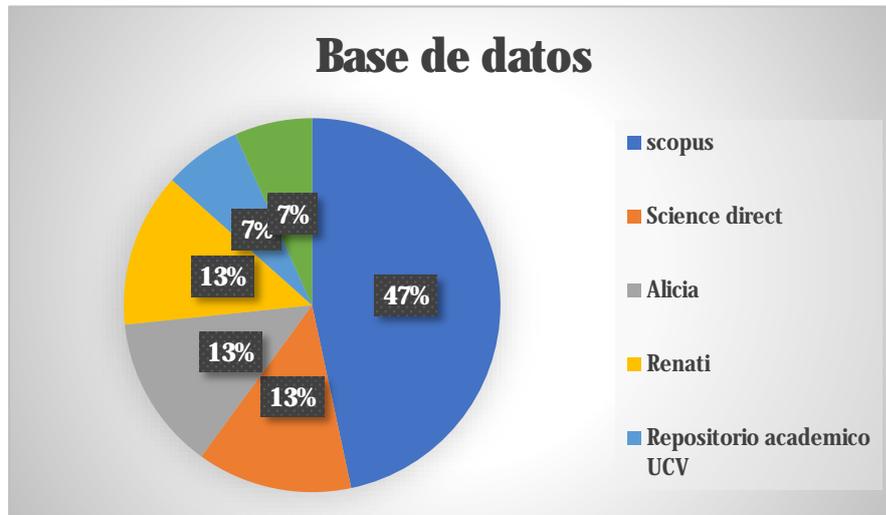


En el gráfico se puede observar que un 60 % de artículos de revista académica, un 20% de tesis de licenciatura un 7% de tesis de doctorado al igual que un 7% de tesis de maestría y un 6% de tesis de bachiller.

En el presente trabajo de investigación hay mayor porcentaje de artículos de revistas académica y un porcentaje menor de tesis de maestría y de doctorado

Figura 5

*Base de datos de los programas de la musicoterapia para la prevención del estrés*



Finalmente, en este gráfico se puede observar que un 47% de estudios fueron encontrados en la base de datos del repositorio Scopus un 13% en Science direct al igual un 13% en Alicia y 13% en Renati y 7% en la base de datos en el repositorio ucv y finalmente un 7% en la base de datos la referencia. Se puede observar que hay mayor porcentaje en la base de datos Scopus y menor porcentaje en las bases de datos la referencia y repositorio ucv.

la musicoterapia es un proceso ordenado secuenciado y sistematizado de intervención psicoterapéutica en donde el musicoterapeuta brinda asistencia al evaluado para conservar estar bien de salud brindándole las herramientas necesarias para reducir los niveles de estrés y ansiedad (Bruscia (2007)

según los resultados en estas investigaciones de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés se puede deducir que la musicoterapia son técnicas y herramientas útiles para prevenir y reducir los niveles del estrés y ansiedad tal como refieren los autores Tejada et al. (2020) en la investigación de la musicoterapia en la reducción del estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería del primer ciclo de estudios de una Universidad de Chachapoyas - Perú, 2018.

por otro lado, Alperovich, y Biegun, (2020). refieren que la musicoterapia hoy en día forma parte de los cuidados y atención de la salud del paciente, empleando y brindando al paciente técnicas y herramientas para la prevención del estrés.

Según lo que refieren estos autores es muy cierto, pero en este trabajo de investigación los resultados señalan que la música posee efectos sobre el estrés beneficiando su reducción.

según Chaves et al. (2020) en su trabajo de investigación titulado Los efectos de un programa que emplea la música como herramienta para reducir el estrés, pero según otros autores afirman que la musicoterapia se está discutiendo en futuras investigaciones (Witte, et al. (2022).

El estrés es una dificultad que está muy presente y marcado en diversos periodos de la existencia del ser humano. (Patlán y Juana 2019). Es por ende que es muy imprescindible estar capacitado para recomendar orientar y aplicar programas de promoción y prevención brindando técnicas y herramientas para reducir el estrés ya que el poder de la música y musicoterapia tienen efectos favorables sobre el estrés, beneficiando su reducción tal como lo refieren Chaves et al. (2020

Por otro lado, Martina et al, (2022) desarrollaron una revisión sistemática de Musicoterapia para la reducción del estrés: en donde refieres que los países

occidentales y no occidentales en comparación discuten las implicaciones tanto para la musicoterapia como para la investigación futura. Es por ende que en este trabajo de investigación otros autores como Witte, et al. (2022). afirman que la musicoterapia se está discutiendo en futuras investigaciones llegando a coincidir con las lo que refiere Martina (Martina et al,2022) a partir de la perspectiva de estos autores ellos refieren que mediante las discusiones que se está haciendo sobre la musicoterapia en futuras investigaciones en un futuro brindaran material científico para la prevención del estrés.

Song (2019) realizo un trabajo de investigación de Efectos de música terapia del estrés de: una revisión sistemática y metaanálisis en lo cual utilizaron seis bases de datos nacionales e internacionales para recuperar y recopilar literatura así mismo en este estudio tiene algunas limitaciones dado el número insuficiente de estudios utilizados en el metaanálisis, lo que justifica un estudio experimental más riguroso en el futuro. Lo cual coinciden con los autores mencionados en el párrafo anterior, lo cual quiere decir que no hay numerosos estudios de musicoterapia para la prevención del estrés esto coincide con que en la actualidad son pocas las escuelas que dictan la especialidad de musicoterapia para la prevención del estrés, habría que esperar en unas futuras investigaciones para ampliar el conocimiento.

En otro estudio realizado por Rojas (2014) efectividad de la musicoterapia en los niveles de estrés en adolescentes de la parroquia San Juan Bosco - Chosica, Lima, marzo - junio 2014, en su trabajo de investigación encontró que la musicoterapia en los niveles de estrés en los adolescentes, es significativamente efectiva esto quiere decir que la musicoterapia es recomendable para aplicarlo en programas de prevención para el estrés en adolescentes.

Tejada et al. (2020) en su investigación la musicoterapia en la reducción del estrés académico en estudiantes, los resultados obtenidos afirman que la musicoterapia reduce significativamente el estrés académico de los estudiantes universitarios ( $t= 3,010$ ,  $gl = 29$   $p = 0.0005$ ), afirmando que se

alcanza mejorar la adaptación para la vida universitaria y el rendimiento académico en los estudiantes.

Del mismo modo Cabezas et al. (2022) en su trabajo de investigación Efectos de la Realidad Virtual y la Musicoterapia en la Reducción del estrés académico Utilizando una Aplicación Móvil refieren que la musicoterapia la cual ha demostrado ser una estrategia eficaz para reducir el estrés. Los resultados muestran que el uso de la musicoterapia, combinada con la realidad virtual, podría ser una poderosa estrategia para disminuir el estrés hasta en un 50%. En los estudiantes universitarios siendo la musicoterapia una técnica imprescindible para la prevención del estrés en estudiantes así mismo emplearlo en planes de tratamiento en intervención psicológica de manera individual y grupal con el propósito de optimizar una mejor calidad de vida en los pacientes que padecen de estrés debido a ciertas circunstancias de la vida cotidiana.

Por otro lado, la notable limitación que se encontró para el desarrollo de este trabajo de revisión sistemática de los Efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés fue la escasez de artículos de revisión sistemática publicados sobre la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, ya que estos artículos no favorecieron en la ayuda a la investigación, lo cual se realizó la búsqueda de literatura gris.

otra limitación en este trabajo de investigación de revisión sistemática fue considerar estudios de del contexto de la realidad peruana.

Finalmente, los resultados obtenidos en este trabajo de revisión sistemática permiten afirmar que hay contenido limitado de los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés.

## V. CONCLUSIONES

Se analizaron los modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés, tamaño y muestra de la musicoterapia para la prevención del estrés y los enfoques psicoterapéuticos para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos 2011 al 2021

Se realizó la búsqueda de los repositorios Renati, Alicia y repositorio ucv, Scopus Science, direct siendo 15 las que obtuvieron dentro de nuestra muestra.

Según las evidencias los modelos de los efectos del programa de musicoterapia para prevención del estrés más empleados en esta revisión sistemática son los modelos de investigación cuantitativa y los menos usados son los modelos de investigación cualitativa.

En lo que es el tamaño y muestra se puede observar que un 67 % de la muestra son más de 50. Y un 33 % de la muestra son menos de 50.

Los enfoques psicoterapéuticos de musicoterapia más empleados para la prevención del estrés son los enfoques cuantitativos cuasi experimental y el enfoque cualitativo.

En Latinoamérica hay limitadas investigaciones de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitario latinoamericanos.

Según las investigaciones encontradas se concluye que la musicoterapia es esencial para disminuir los niveles de estrés en las personas.

## VI. RECOMENDACIONES

Analizar los modelos de programas de los efectos de la musicoterapia en otros países para ampliar el conocimiento y aplicarlo en programas de intervención para la prevención del estrés.

Realizar estudios de los efectos de programas de musicoterapia en otros idiomas y con muestras más numerosas.

Realizar otros estudios de los efectos y programas de musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes para ampliar el conocimiento científico en esta rama.

Las autoridades y centros de investigación ucv realizar trabajos de investigación de revisión sistemática de musicoterapia para prevención del estrés

Autoridades de las universidades de Trujillo incentivar a los estudiantes a realizar trabajos de investigación de la musicoterapia y estrés académico.

Aplicar programas de intervención psicológica de musicoterapia para prevenir el estrés en estudiantes

Incentivar a las autoridades de las ugeles de toda la libertad para que capaciten al personal de psicológica en musicoterapia para la prevención del estrés. Para aplicar las distintas técnicas en docentes y estudiantes.

## REFERENCIAS

- Alperovich, Natalia J. y Biegun, Karin S. (2020). *musicoterapia, salud e identidad cultural. el abordaje musicoterapéutico para el fortalecimiento de la identidad cultural en niños y niñas migrantes internos e inmigrantes asistidos en un hospital público de la ciudad de buenos aires*. Anuario de Investigaciones, XXVII ( ), 411-419. [fecha de Consulta 22 de Abril de 2022]. ISSN: 0329-5885. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369166429048>
- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-150. <http://scielo.isciii.es/pdf/ap/v29n3/metolologia.pdf>
- Benenson, R (2020) *musicoterapia de la teoría a la práctica* (nueva ed. ampliada) Paidós Barcelona buenos aires México
- Bruscia, K. (2007). *Musicoterapia. Métodos y Prácticas*. México: Ed. Pax México. recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/3691/369166429048/>
- Cabezas, C. A., Arcos, A. R., Carrillo-Medina, J. L., & Arias-Almeida, G. I. (2022). *Effects of virtual reality and music therapy on academic stress reduction using a mobile application* doi:10.1007/978-3-030-96147-3\_4 Retrieved from [www.scopus.com](http://www.scopus.com)
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de Ética y Deontología*. <https://www.doccity.com/es/codigo-de-etica-del-colegio-de-psicologos/5522254/>
- Curasma C, Ticllasuca, S (2017) *Musicoterapia en el estrés académico de estudiantes de la Facultad de Enfermería*, (tesis de licenciatura) Universidad Nacional de Huancavelica recuperado de: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1373>
- Cuesta F, Jade B, (2016) *Aportes de la musicoterapia en la percepción del estrés académico en estudiantes de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas de la ciudad de Bogotá* (tesis de maestría) Universidad Nacional de Colombia recuperado de:

[https://www.lareferencia.info/vufind/Record/CO\\_48d1d18423320a846e0a209ccf87d3f9](https://www.lareferencia.info/vufind/Record/CO_48d1d18423320a846e0a209ccf87d3f9)

Domingues Hirsch, C., Devos Barlem, E. L., De Almeida, L. K., Tomaschewski Barlem, J. G., Lerch Lunardi, V., & Marcelino Ramos, A. (2018). *Stress triggers in the educational environment from the perspective of nursing students. Texto & Contexto Enfermagem*, 27(1), e0370014. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/>

de Witte, M., Pinho, A. D. S., Stams, G. -, Moonen, X., Bos, A. E. R., & van Hooren, S. (2022). Music therapy for stress reduction: A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 16(1), 134-159. doi:10.1080/17437199.2020.1846580

El peruano (03 de junio del 2020) *Coronavirus: musicoterapia y terapias de relajación protegen la salud mental en tiempos de pandemia* p.1. recuperado de: <https://elperuano.pe/noticia/96820-coronavirus-musicoterapia-y-terapias-de-relajacion-protegen-la-salud-mental-en-tiempos-de-pandemia>

Goldfarb, A. y Hugo, M. (2000). *Musicoterapia como apoyo durante procedimientos invasivos en Pediatría*, trabajo presentado en el III Congreso de la Federación Latinoamericana de enfermería Oncológica, Montevideo. <https://www.redalyc.org/journal/3691/369166429048/>

Gallego-Gómez, Balanza S, Leal-Llopis, Oliva-Pérez García-Méndez (2020) Effectiveness of music therapy and progressive muscle relaxation in reducing stress before exams and improving academic performance in Nursing students 84(1), 104-217 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0260691719306045>

Gutiérrez, H. A. M., & Amador, M. M. E. (2016). *Estudio del estrés en el ámbito académico para la mejora del rendimiento estudiantil. QUIPURAMAYOC*, 24(45A), 23-28. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/>

Hernández, R., Fernández, C y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). Mc Graw Hill.

Huancapaza, P., Mamani, J. (2019). La musicoterapia para mejorar el área emocional de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca - 2018 [Trabajo de investigación, Escuela Superior de Formación Artística Pública de Juliaca]. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/711849>

Idme H, (2019) *Programa de musicoterapia en el clima motivacional para los estudiantes de posgrado de la Universidad César Vallejo* (tesis de doctorado) universidad cesar vallejo recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42585>

Jensen, A. (1980). *Bias in mental testing*. Free Press.

<http://www.psicothema.com/pdf/1063.pdf>

Martina de Witte, Ana da Silva Pinho, Geert-Jan Stams, Xavier Moonen, Arjan ER Bos y Susan van Hooren (2022) *Musicoterapia para la reducción del estrés: revisión sistemática y metanálisis*, Health Psychology Review, 16:1, 134 - 159, DOI: [10.1080/17437199.2020.1846580](https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1846580)

Martinez H, Marco S, Zevallos, Patricia (2016) *Musicoterapia y estrés académico en estudiantes de la institución educativa emblemática francisca diez Canseco de castilla Huancavelica* (tesis de licenciatura) universidad Nacional de Huancavelica. Recuperado de: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1921>

Maidhof Wuttke-LinnemannKappert SchwerdtfegerKreutz Nater (2021) The mediating role of stress for the effects of the music listening style on pain 157 (1), 110-878  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022399922001635>

Miranda M., Hazard S. y Miranda P. (2017), La música como una herramienta terapéutica en medicina. *SCIELO* (4), 272.

Muñoz, F. (2004). *El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Andalucía: Universidad de Huelva Publicaciones.  
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=616829>

Linnemann, A., Ditzen, B., Strahler, J., Doerr, J. M., & Nater, U. M. (2015). Music listening as a means of stress reduction in daily life. *Psychoneuroendocrinology*, 60, 82-90.  
doi:10.1016/j.psyneuen.2015.06.008

Patlán y Juana (2019). *¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo?* *Salud Uninorte*, 35(1),156-184.[fecha de Consulta 22 de Abril de 2022]. ISSN: 0120-5552.  
Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81762945010>

Pavlicevic, M.(2005). *Music Therapy in Children's Hospices*. London: Jessica Kingsley Publishers.<https://www.redalyc.org/journal/3691/369166429048/>

Rojas Carbajal, y Jordan Eduardo (2014) Efectividad de la musicoterapia en los niveles de estrés en los adolescentes de la Parroquia San Juan Bosco Chosica, Lima, marzo - junio 2014 (tesis de enfermería recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12990/6286>

Rpp noticias (30 de enero de 2015) *El 58% de los peruanos sufre de estrés* p.1.  
recuperado de: <https://rpp.pe/peru/actualidad/el-58-de-los-peruanos-sufre-de-estres-noticia-764777>

Ruggero A. (2011). *Musicoterapia Conceptos generales y aplicaciones terapéuticas*. Versión ampliada de un trabajo presentado en el Primer Seminario Chileno de Musicoterapia. Chile.

Song, J.-A. (2019) "Effects of Music Therapy on the Stress of Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis." *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering* 8.3 (2019): 193–201. Print.

Taets, G. G., Borba-Pinheiro, C. J., de Figueiredo, N. M., & Dantas, E. H. (2013). *[Impact of a music therapy program on the stress level of health professionals]. [Impacto de um programa de musicoterapia sobre o nível de estresse de profissionais de saúde.] Revista Brasileira De Enfermagem, 66(3), 385-390. doi:10.1590/s0034-71672013000300013*

Tejada-Muñoz, S., Santillán-Salazar, S. L., Diaz-Manchay, R. J., Chávez-Illescas, M., Huyhua-Gutierrez, S. C., & Sánchez-Chero, M. J. (2020). Music therapy in the reduction of academic stress in university students. *Medicina Naturista, 14(1), 86-90. Retrieved from [www.scopus.com](http://www.scopus.com)*

Tejada-Muñoz, S., Santillán-Salazar, S. L., Diaz-Manchay, R. J., Chávez-Illescas, M., Huyhua-Gutierrez, S. C., & Sánchez-Chero, M. J. (2020). *Musicoterapia en la reducción del estrés académico en estudiantes universitarios* *Medicina Naturista, 14(1), 86-90. Retrieved from recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7248981>*

Thoma, M. V., La Marca, R., Brönnimann, R., Finkel, L., Ehlert, U., & Nater, U. M. (2013). The effect of music on the human stress response. *PLoS ONE, 8(8) doi:10.1371/journal.pone.0070156*

Williams y Cooper, L. (2004). *Manejo del estrés en el trabajo: Plan de acción detallado para profesionales*. México: El Manual Moderno. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/>

Vásquez-Alburquerque, I. L., y Chunga-Amaya, W. H. (2022). *Aplicación Técnicas Musicoterapia en el Sector Educativo Estudiantes Universitarios Modalidad*

*Virtual. Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 14(1), 49–54.  
<https://doi.org/10.37843/rted.v14i1.303>

Zárate Depraect, N. E., Soto Decuir, M. G., Castro Castro, M. L., & Quintero Salazar, J. R. (2017). *Estrés académico en estudiantes universitarios: Medidas preventivas*. *Revista de Alta Tecnología y la Sociedad*, 9(4), 92-98.

<https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/>

< Back to results | 1 of 1

[Download](#) [Print](#) [E-mail](#) [Save to PDF](#) [Add to List](#) [More...](#)



*Lecture Notes in Networks and Systems* • Volume 407 LNNS, Pages 45 - 59 • 2022 • 3rd International Conference on Advances in Emerging Trends and Technologies, ICAETT 2021 • Riobamba • 10 November 2021 through 12 November 2021 • Code 272169

Document type  
Conference Paper

Source type  
Book Series

ISSN  
23673370

ISBN  
978-303096146-6

DOI  
10.1007/978-3-030-96147-3\_4

[View more](#)

## Effects of Virtual Reality and Music Therapy on Academic Stress Reduction Using a Mobile Application

Cabezas, Cristian A. ; Arcos, Alexander R. ; Carrillo-Medina, José L. ; Arias-Almeida, Gloria I.

[Save all to author list](#)

<sup>a</sup> Universidad de Las Fuerzas Armadas ESPE, Sangolquí, Ecuador

Full text options [Export](#)

Cited by 0 documents

Inform me when this document is cited in Scopus:

[Set citation alert >](#)

Related documents

Integrating scrum development process with ux design flow

Al Ghanmi, N.K. , Jamail, N.S.M. (2020) *Bulletin of Electrical Engineering and Informatics*

Academic stress in nursing students from a peruvian university | Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana

Teque-Julcarima, M.S. , Gálvez-Díaz, N.C. , Salazar-Mechán, D.M. (2020) *Medicina Naturista*

Virtual reality relaxation for the general population: a systematic review



< Back to results | 1 of 1

[Download](#) [Print](#) [E-mail](#) [Save to PDF](#) [Add to List](#) [More...](#)



*Medicina Naturista* • Volume 16, Issue 1, Pages 21 - 26 • January-June 2022

Document type  
Article

Source type  
Journal

ISSN  
15763080

[View more](#)

## BENEFITS OF MUSIC THERAPY FROM THE PERSPECTIVE OF UNIVERSITY NURSING STUDENTS ABSTRACT

[BENEFICIOS DE LA MUSICOTERAPIA DESDE LA MIRADA DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ENFERMERÍA]

Tejada-Muñoz, Sonia<sup>a</sup> ; Diaz-Manchay, Rosa Jeuna<sup>b</sup> ;

Huyhua-Gutiérrez, Sonia Celedonia<sup>c</sup> ;

Hinojosa Salazar, Carlos Alberto<sup>d</sup> ; Vega Ramirez, Angélica Soledad<sup>b</sup>

[Save all to author list](#)

<sup>a</sup> Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Av. Libertad N°480, Chachapoyas, Amazonas, Peru

Cited by 0 documents

Inform me when this document is cited in Scopus:

[Set citation alert >](#)

Related documents

Effect of music therapy on stress in chemically dependent people: A quasi-experimental study

Taets, G.G.C. , Jomar, R.T. , Abreu, A.M.M. (2019) *Revista Latino-Americana de Enfermagem*

STEAM model for the competences of the Science and Technology area in an educational institution in Peru | Modelo STEAM para las competencias del área Ciencia y Tecnología en una institución educativa del Perú

Santamaria, K.G.S.M. , Pérez, A.R. , Alarcón, M.A.C.

A test version of the search results page is available. We are working on a new results page. Give it a try and share your feedback.

Try the test version

## 123 document results

TITLE-ABS-KEY (musicoterapia)

Edit Save Set alert

Search within results...

Refine results

Limit to Exclude

Open Access

- All Open Access (42) >
- Gold (37) >
- Hybrid Gold (3) >
- Bronze (2) >
- Green (18) >

Learn more

Year

- 2022 (1) >
- 2021 (27) >
- 2020 (30) >
- 2019 (9) >
- 2018 (3) >

View more

Author name

- Raglio, A. (6) >
- Buffal, G. (3) >

Documents Secondary documents Patents

View Mendeley Data (15)

Analyze search results

Show all abstracts Sort on: Date (newest)

All Export Download View citation overview View cited by Add to List

Document title	Authors	Year	Source	Cited by
1 BENEFITS OF MUSIC THERAPY FROM THE PERSPECTIVE OF UNIVERSITY NURSING STUDENTS ABSTRACT   BENEFICIOS DE LA MUSICOTERAPIA DESDE LA MIRADA DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE ENFERMERIA	Tejada-Muñoz, S., Díaz-Manchay, R.J., Hayhiza-Gutiérrez, S.C., Hinojosa-Salazar, C.A., Vega-Ramírez, A.S.	2022	Medicina Naturalista 16(1), pp. 21-26	0
View abstract	Open Access	Related documents		
2 Music therapy in anxiety management on first-time pregnant teenage mothers   [Musicoterapia en el manejo de la ansiedad en madres adolescentes primigestantes]	Juanlas-Restrepo, J.A., Robledo-Castro, C.	2021	Opus 27(3)	0
View abstract	Open Access	View at Publisher	Related documents	
3 Music therapy as a strategy for the development of memory in Infants   [La musicoterapia como estrategia para el desarrollo de la memoria en Infantes]	Culqui, J.C.P., Culqui, W.E.P., Culqui, R.C.P., (...), Culqui, B.M.P., Culqui, E.R.P.	2021	Revista Cubana de Pediatría 93(3),e1393	0
View abstract	Open Access	View at Publisher	Related documents	
4 Designing and Implementing an Improvisational music therapy programme in a music conservatoire. Analysis of participants' perceptions   [Diseño e implementación de un programa de musicoterapia de improvisación en un conservatorio de música]	Ponce-De-León Barranco, I., del Olmo Barros, M.J.	2021	Revista Electronica Complutense de Investigación en Educación Musical	0

A test version of the search results page is available. We are working on a new results page. Give it a try and share your feedback.

Try the test version

## 25 document results

TITLE-ABS-KEY (musicoterapia) AND (LIMIT-TO (OA, "all")) AND (LIMIT-TO (SUBJAREA, "MED") OR LIMIT-TO (SUBJAREA, "SOC"))

Edit Save Set alert

Search within results...

Refine results

Limit to Exclude

Open Access

- All Open Access (25) >
- Gold (22) >
- Hybrid Gold (1) >
- Bronze (2) >
- Green (13) >

Learn more

Year

- 2021 (5) >
- 2020 (1) >

Documents Secondary documents Patents

View Mendeley Data (15)

Analyze search results

Show all abstracts Sort on: Date (newest)

All Export Download View citation overview View cited by Add to List

Document title	Authors	Year	Source	Cited by
1 Interventions among Pregnant Women in the Field of Music Therapy: A Systematic Review	Shimada, B.M.O., Da Silva Oliveira Menezes Dos Santos, M., Cabral, M.A., Silva, V.O., Vagetti, G.C.	2021	Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetria 43(5), pp. 403-413	2
View abstract	Open Access	View at Publisher	Related documents	
2 Effects of music therapy as a distance therapeutic technique for cancer patients. Pilot test with a relaxing music model   [Efectos de la musicoterapia como técnica terapéutica a distancia en pacientes oncológicos. Ensayo piloto con un modelo de música de carácter relajante]	Casellas, M., Segura, J., Andrés, C., Berbel, P., López, Y.	2021	Aloma 39(2), pp. 21-34	1
View abstract	Open Access			

## Musicoterapia en el estrés académico de estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica - 2017

### Descripción del Artículo

Objetivo: Determinar si la musicoterapia influye en el estrés académico de los estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica – 2017. Metodológica: tipo de investigación de diseño pre-experimental de intervención a un solo grupo, Investigación aplicada. La población e...

#### Descripción completa

**Autores:** Curasma Cunya, Jakelin Yeri, Ticllasca Santiago, Brecla Edith  
**Formato:** tesis de grado  
**Fecha de Publicación:** 2017  
**Institución:** Universidad Nacional de Huancavelica  
**Repositorio:** UNH-Institucional  
**Lenguaje:** español  
**OAI Identifier:** oai:172.16.0.151:UNH/1373  
**Enlace del recurso:** <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1373>  
**Nivel de acceso:** acceso abierto  
**Materia:** Musicoterapia  
 Estrés Académico  
 Salud Pública

### Ejemplos Similares

MUSICOTERAPIA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA FRANCISCA DIEZ CANSECO DE CASTILLA HUANCVELICA por: Martínez Huaman, Marco Antonio Publicado: (2016)

"Musicoterapia y dolor post operatorio mediato en pacientes del Hospital Regional de Ayacucho, 2009" por: Janampa Quispe, Angélica Publicado: (2010)

"Musicoterapia y dolor post operatorio mediato en pacientes del Hospital Regional de Ayacucho, 2009" por: Janampa Quispe, Angélica Publicado: (2010)

La musicoterapia y los niveles de estrés del personal de enfermería en el Servicio de Neonatología del Hospital Sub Regional de Andahuaylas. Región



Journals & Books



julio narcizo



You have institutional access



Download Full Issue

Search ScienceDirect



### Outline

Objective

Methods

Results

Conclusion



## Journal of Psychosomatic Research

Volume 157, June 2022, 110878

# The mediating role of stress for the effects of the music listening style on pain

R. Maidhof<sup>a, b</sup>, A. Wuttke-Linnemann<sup>c, d</sup>, M. Kappert<sup>e</sup>, A. Schwerdtfeger<sup>f</sup>, G. Kreutz<sup>g</sup>, U. Nater<sup>a, b</sup>

Show more

+ Add to Mendeley Share Cite

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2022.110878>

Get rights and content

### Recommended articles

Respuesta a la carta al editor referida a «Imp... Hipertensión y Riesgo Vascular, 2022

Download PDF View details

Reply to the letter by Maroun Rizkallah, and al Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research...

Download PDF View details

Les néologismes sémantiques

L'Evolution Psychiatrique, 2022

Download PDF View details

1 2 Next

## Eficacia De La Música En La Reducción Del Estrés Académico En Estudiantes De Secundaria, Hunter-Arequipa 2018.

Facebook Twitter Print Email More 1



idme\_mh.pdf (7.075Mb)

Fecha

### Resumen

La presente investigación, titulada "Eficacia de la música en la reducción de los niveles de estrés académico en estudiantes de secundaria, Hunter – Arequipa 2018", tuvo como objetivo principal determinar la eficacia de la música para reducir los niveles de estrés académico en estudiantes de primer año. El método que se empleó es hipotético deductivo de diseño cuasi experimental. La población de la presente investigación llegó a estar conformada por los estudiantes del primer año de una Institución Educativa Secundaria de Hunter en Arequipa que en total fueron siete secciones, y la muestra fue conformada por 106 alumnos. Para recopilar lo datos sobre las variables "música y estrés" se optó una encuesta de recolección de datos y se sumó a un cuestionario como instrumento de recolección de datos de con una escala de valoración de "Likert". El análisis, en base a los resultados se llevó a cabo a través de la codificación y la tabulación de la información, que se tuvo, después de que la información haya sido tabulada y ordenada por un proceso de examen y/o tratamiento a través de técnicas de carácter estadístico en el programa SPSS Versión 22. Los resultados de la investigación fueron a través de tablas y gráficos, y sus respectivas interpretaciones de cada objetivo.

Buscar en todo el repositorio... 

- Buscar en el Repositorio
- Esta colección

LISTAR

Todo el Repositorio

Comunidades & Colecciones

Por fecha de publicación

Autores

Asesores

Títulos

Palabras clave

Sedes



Buscar trabajos conducentes a grados y títulos

Página de inicio / 1. Repositorios nacionales / Universidad Peruana de Ciencias Apli

Share

Tweet

Share

Share

Print

**Título:** Efectos de un programa que utiliza la música como herramienta para reducir el estrés

**Otros títulos:** Effects of a program that uses music as a tool to reduce work stress

**Autor(es):** Manco Arias , Lady Dennise; Chávez Rosas, María Fe Yolanda

**Asesor(es):** Reyes Bossio, Mario

**Palabras clave:** Programa laboral; Work stress; Work program; Music; Estrés laboral; Música

**Fecha de publicación:** 5-jul-2020

**Institución:** Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)

**Resumen:** The objective of the present investigation is to be able to determine the effects of a

Tabla

Matriz de categorización apriorística.

Ámbito temático	Problema de investigación	Pregunta de investigación específica	Objetivo general	Objetivos específicos	Categorías	Sub categoría
efectos de la Musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, 2011 al 2021 una revisión sistemática.	¿cuáles son los hallazgos reportados sobre eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés según la evidencia publicada en	¿Cuáles son los modelos de los efectos de musicoterapia para la prevención del estrés? ¿cuál es la eficacia de los diferentes modelos de	Analizar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención de estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos según la evidencia publicada en	Identificar los modelos de programas propuestos de la musicoterapia para Presentar información catalogada se característica y muestra de Categoría	Subcategorías: base de datos, revista de publicación, autor o autores, título de la investigación, objetivos planteados, muestra estudiada, tipo y diseño de investigación,	o sesiones, cantidad de sesiones
				1: la musicoterapia		organización del programa

---

artículos  
científicos?

programas  
desarrollados  
mediante la  
musicoterapia  
para la  
prevención del  
estrés?

artículos  
científicos

enfoques  
psicoterapéuti  
cos de  
musicoterapia  
para la  
prevención  
del estrés en  
estudiantes  
universitarios

Categoría 2:  
Estrés

empleadas,  
instrumentos de  
medición, resultados,  
eficacia probada.

Subcategorías:  
síntomas físicos,  
síntomas  
emocionales,  
síntomas cognitivos y  
síntomas  
conductales.

**Matriz de consistencia de investigación**

**Efectos de la Musicoterapia para la Prevención del Estrés en Estudiantes Universitarios Latinoamericanos, 2011 al 2021: una Revisión Sistemática**

INTRODUCCION					MARCO TEORICO	
<i>Realidad problemática</i>	Formulación del problema	Justificación	Objetivos	hipótesis	Antecedentes	Marco teórico
<i>La Musicoterapia es un procedimiento ordenado para el tratamiento terapéutico en lo cual el psicoterapeuta brinda asistencia al paciente para que mantenga una buena salud</i>	¿Cuáles son los hallazgos reportados sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos	consintió tener conocimientos sobre los efectos de la musicoterapia para la prevención del estrés y aumento los conocimientos eficaces para la intervención	<b>objetivo general</b> analizar los reportes sobre la eficacia de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos	La musicoterapia entonces reduce los niveles de estrés en estudiantes	Song (2019) realizo un estudio de efectos de la música terapia del estrés de una revisión sistemática y un metaanálisis en el que utilizaron 6 bases de datos nacionales e internacionales para recuperar y recopilar	Bruscia (2007) refiere que la musicoterapia es “una intervención sistemática en el cual el psicoterapeuta auxilia a las personas a estar bien salud,

<p><i>reduciendo niveles de estrés y ansiedad, en lo cual se emplea practicas musicales y relaciones interpersonales que se desarrollan mediante la música desarrollando fuerzas aplicadas favoreciendo al individuo (2007, p. 18). Es por ende que el especialista en musicoterapia ofrece mediante técnicas musicales recursos sonantes melodiosos, ofreciendo con</i></p>	<p>durante el periodo 2011 al 2021?</p>	<p>psicológica que brinda la musicoterapia, es por ello que en esta revisión de contrasta fundamentos teóricos con los efectos empíricos y metaanálisis de la musicoterapia.</p>	<p>en el periodo 2011 al 2021.</p> <p><b>objetivos específicos</b></p> <p>Identificar los modelos de los programas de musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos, presentar información clasificada sobre las Características, tamaño muestra de la los estudiantes del programa musicoterapia para la prevención</p>		<p>literatura RCT publicada hasta el 9 de marzo de 2017.</p> <p>Martina et al, (2022) desarrollaron una revisión sistemática de Musicoterapia para la reducción del estrés: en donde se realizó un metaanálisis de varios niveles que contenía 47 estudios, 76 tamaños de efecto y 2.747 participantes para evaluar la fuerza de los efectos de la musicoterapia en los resultados relacionados con el estrés fisiológico y psicológico. y probar moderadores</p>	<p>haciendo el uso de las experiencias musicales y las relaciones que desarrollaran como impulsores del cambio” (2007, p.18). por otro lado, el especialista en musicoterapia brinda con su presencia y experiencia distintas técnicas y herramientas haciendo el uso de recursos sonantes melodiosos</p>
--	---	--	---	--	---	---

*seguridad un entorno seguro y confiable para el paciente, en lo cual permite al paciente expresar sus emociones temores y fantasías reprimidas. (Bruscia (2007)*

del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos y enfoques psicoterapéuticos de la musicoterapia para la prevención del estrés en estudiantes universitarios latinoamericanos.

potenciales de los efectos de la intervención.  $d = .723, [.51-.94]$ . en este estudio se encontraron efectos mayores para los ensayos clínicos controlados (CCT) en comparación con los ensayos controlados aleatorios (RCT), los controles en lista de espera en lugar de la atención habitual (CAU) u otras intervenciones para disminuir el estrés.

ofreciendo la posibilidad de un ambiente seguro y confiable, lo cual consiente al evaluado la expresión de sus temores y fantasías que les genera ansiedad y el estrés.





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, NARCIZO GUZMÁN JULIO CÉSAR estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Efectos de la Musicoterapia para la Prevención del Estrés en Estudiantes Universitarios Latinoamericanos, 2011 al 2021: una Revisión Sistemática ", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
NARCIZO GUZMÁN JULIO CÉSAR <b>DNI:</b> 42160736 <b>ORCID</b> 0000-0002-9363-6045	Firmado digitalmente por: JNARCIZOG el 19-08-2022 21:37:14

Código documento Trilce: INV - 0828372