



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Programa de Musicoterapia para disminuir los Niveles de
Depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la
Municipalidad Provincial de Piura**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA DE ENFERMERÍA

AUTORA:

Pacherres Pérez, Kemberling Darling (ORCID: 0000-0002-5085-0826)

ASESORA:

Mg. Pulache Herrera, Carmen Mariela (ORCID: 0000-0002-5829-4422)

LINEA DE INVESTIGACION:

Salud Mental

PIURA-PERU

2021

DEDICATORIA

A Dios porque gracias a él seguimos con vida en este tiempo de enfermedad y me ha dado la fuerza para poder seguir adelante a pesar de todos los obstáculos que han llegado durante este tiempo.

A MI FAMILIA porque gracias a su esfuerzo pude llegar hasta este momento tan importante para mí, gracias por sus palabras de aliento y por la ayuda emocional durante este año que fue difícil.

A MI ÁNGEL que se encuentra cuidándome en el cielo, porque ella fue el motivo para desarrollar este tema y con esto crear alternativas para que personas como ella que fueron víctimas del COVID-19 y todavía se encuentran con nosotros puedan llevar una mejor calidad de vida durante estos tiempos difíciles.

AGRADECIMIENTO

A MIS PADRES porque intervinieron en la realización de este proyecto durante la realización de las sesiones y por su apoyo incondicional.

A MIS HERMANAS porque me apoyaron en la realización como profesoras de baile en algunas sesiones brindadas.

A LA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE PIURA por dejarme realizar este proyecto con las organizaciones del adulto mayor de los diferentes grupos.

A LAS PARTICIPANTES del programa de musicoterapia porque siempre estuvieron con la actitud positiva para la realización de este trabajo de investigación.

Índice de contenidos

CARÁTULA	
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract:	vii
I. INTRODUCCIÓN:	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA:	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización:.....	13
3.3. Población, muestra y muestreo.....	14
3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos	15
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	16
3.7. Aspectos éticos.....	16
IV. RESULTADOS	18
V. DISCUSIÓN	24
VI. CONCLUSIONES	28
VII. RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS:	31
ANEXO	

Índice de tablas

TABLA 1. Estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia.....	26
TABLA 2. Cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller.....	27
TABLA 3. Cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller.....	28
TABLA 4. Cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller.....	29
TABLA 5. Estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia.....	30

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como propósito, determinar en qué medida el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura. La investigación fue fundamentada por la teorista callista Roy, con su Modelo de Adaptación; Nola Pender, con el Modelo de Promoción de la Salud. La finalidad del estudio de investigación es de tipo aplicada, con un nivel de profundidad descriptivo, pre experimental de tiempo transversal, para lo cual participaron 75 pacientes adultos mayores. Para identificar el nivel de depresión en los adultos mayores, se utilizó una encuesta de manera virtual donde se aplicó la escala de depresión geriátrica de Yesavage, donde se encontró que el 97.3% padecía de depresión moderada y el 2,7% depresión severa. Luego se procedió con la aplicación del programa de musicoterapia para ayudar a mejorar la salud de los participantes, al término de este programa, se volvió a aplicar el Test de Yesavage, donde se evidenció la disminución en los niveles ya antes mencionados, con un 97.3% de depresión leve o normal, 27% de depresión moderada y 0% en depresión severa. **Conclusión:** El programa de musicoterapia tuvo incidencia positiva en la disminución de los niveles de depresión presentes en los adultos mayores, quienes presentaron cambios significativos relacionados con las dimensiones afectiva, conductual y cognitiva mejorando su calidad de vida durante la aplicación del programa.

Palabras clave: Musicoterapia, adulto mayor, depresión.

Abstract:

The purpose of this research work was to determine to what extent the music therapy program reduces levels of depression in times of COVID-19 of the Senior Adult Club of the Provincial Municipality of Piura. The research was supported by the Callista theorist Roy, with her Adaptation Model; Nola Pender, with the Health Promotion Model. The purpose of the research study is applied, with a descriptive depth level, pre-experimental of cross-sectional time, for which 75 older adult patients participated. To identify the level of depression in older adults, a virtual survey was used where the Yesavage geriatric depression scale was applied, where it was found that 97.3% suffered from moderate depression and 2.7% severe depression. Then, the music therapy program was applied to help improve the health of the participants. At the end of this program, the Yesavage Test was applied again, where the decrease in the aforementioned levels was evidenced, with a 97.3 % mild or normal depression, 27% moderate depression and 0% severe depression.

Conclusion: The music therapy program had a positive impact on the decrease in the levels of depression present in older adults, who presented significant changes related to the affective, behavioral and cognitive dimensions, improving their quality of life during the application of the program.

Keywords: Music therapy, older adult, depression.

I. INTRODUCCIÓN:

La Adulthood Mayor o también conocida como la tercera edad, se ubica alrededor de los 65 años a más, esta etapa de vida está considerada como uno de los grupos con mayor incidencia a padecer algún trastorno de salud mental, todo esto debido a los diferentes cambios, ya sea físicos, psicológicos y sociales como consecuencia del proceso de envejecimiento.

Según la Organización Mundial de la Salud mencionó que, en el año 2019, el 20% de los adultos mayores a nivel mundial padecen de algún trastorno mental y un dato importante es que el 6.6% de la discapacidad son producto de uno de estos trastornos.¹ Así mismo la Organización Panamericana de la Salud, refiere que alrededor del 15% de los adultos mayores de todo el planeta, sufren de algún problema mental. Los principales trastornos en los que hay mayor prevalencia en esta parte de la población, son la ansiedad con un 3.8% y la depresión con un 7%, siendo estos los más comunes en esta población y el responsable de los suicidios en este grupo atareo.²

Diversos estudios acerca de los factores que desencadenan este trastorno mental es el realizado por el investigador Gómez Ayala quien informó que los tres principales aspectos por las que las personas mayores pueden originar alguna enfermedad mental son las psicológicas, biológicas y físicas. Dentro del aspecto psicológico se encuentran la falta de apoyo socio familiar, la jubilación y el poco apoyo de la sociedad son los que los llevan muchas veces al aislamiento. En los aspectos biológicos, la aparición de enfermedades producto al proceso del envejecimiento, afectan principalmente la salud mental de este grupo etario. Y por último el aspecto físico, los cuales son las consecuencias de enfermedades que originan muchas veces una discapacidad dando como resultado que muchas de estas personas se vuelvan dependientes de la familia y de la sociedad.³

En nuestro país, según diversas investigaciones, uno de los trastornos mentales más comunes en la adultez mayor es la depresión, teniendo como principal factor el psicológico, dentro de estos encontramos las manifestaciones de violencia psicológica, el término del desempeño laboral, el duelo por el fallecimiento de un

ser querido, el temor a la muerte y por último la soledad, ya que la mayoría de nuestros adultos mayores viven solos o abandonados.⁴ Cabe recalcar que el 16% de los hogares del Perú son de personas de la tercera edad, del género femenino, las que tienen más prevalencia en desencadenar alguna enfermedad mental.⁵

A lo largo de estos años, ESSALUD, nos informó que las principales enfermedades mentales de toda la población en general, fueron la ansiedad, depresión, estrés agudo y calidad de sueño disminuida. Ahora aparece un nuevo factor que suma a desequilibrar nuestra salud mental, este es la COVID-19. Esta enfermedad trajo consigo no solo problemas en el estado físico, sino también a nivel emocional.

El COVID-19 originó un cambio rotundo en toda la población, en el ámbito laboral muchos pasamos hacer trabajo desde casa y otros se quedaron desempleados; en el ámbito social muchos de nosotros dejamos de ver amigos y familiares por muchos meses; en lo económico porque decenas de familias perdieron sus negocios debido a las restricciones establecidas por el gobierno, con el fin de evitar los contagios; y por último en el ámbito físico, debido a que por diversas circunstancias nos pudimos haber contagiado, algunos de las personas quedaron con secuelas pero otras no pudieron salvarse hasta llegar a la muerte. Todos estos cambios originaron en todas las personas ya sean niños, adultos y los más afectados nuestros adultos mayores, un desequilibrio a nivel emocional, esta situación nos obliga a crear programas para fortalecer y con esto mejorar el bienestar psicológico durante la pandemia, no solo de esta parte de la población que es considerada vulnerable en este tiempo, sino también para todos en general.⁶

Durante el trascurso del tiempo se han ido creando programas con el fin de brindar una mejor calidad de vida, apareciendo terapias alternativas como la musicoterapia, que al ser aplicadas en los adultos mayores origina un retardo en el deterioro de las facultades tanto físicas como psíquicas, contribuir con la reintegración ya que fortalece las relaciones personales, pues muchas veces esta parte de la población es aislada de la sociedad, y por último proporcionar una recuperación psicológica logrando así mejorar el autoestima y hacer que se sientan útiles aprendiendo nuevas habilidades.⁷

En el comienzo del periodo del año todos fuimos testigos del gran peligro que es la enfermedad del COVID – 19 para todo el mundo. Los cambios radicales de nuestros estilos de vida para poder evitar los contagios trajeron consigo consecuencias graves para nuestra salud emocional, afectando más a nuestros adultos mayores. Es por eso que el presente trabajo de investigación tiene como fin resolver el siguiente problema de investigación: ¿De qué manera la aplicación del programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del club adulto mayor de la municipalidad provincial de Piura?

Actualmente, las autoridades han creado políticas públicas entorno a la prevención y participación del estado mental de las personas, pues se ha descubierto que es pieza principal en la calidad de vida de la población. La creación de estas políticas públicas se debió a las cifras que arrojan las diferentes investigaciones sobre el impacto que tiene la salud mental en la calidad de vida de los diferentes grupos de la población, dentro de estas investigaciones realizadas por la OMS han indicado que la depresión es la enfermedad mental más frecuente en la población a nivel mundial durante el tiempo de COVID-19.

Los adultos mayores del Perú viven a expensas de una sociedad casi siempre egoísta, este abandono se debe al poco conocimiento de la situación psicológica del adulto mayor peruano, los diferentes estudios se centraban en la protección social y el bienestar físico, olvidando la salud psicológica del adulto mayor. Con estos problemas de años sin solución de atención al adulto mayor y con la presencia del COVID – 19, se acrecienta más la problemática en los ancianos y nadie se preocupa por su salud mental.

Debido a toda la situación en la que se encuentra el mundo es necesario el uso de alternativas para contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida durante el tiempo de la pandemia, una de estas alternativas es la aplicación de la técnica de musicoterapia, pues la música como valor terapéutico está siendo utilizada en diferentes patologías teniendo resultados favorables, ya que la música tiene múltiples beneficios y por su gran efectividad se utilizan en el tratamiento para personas con cáncer, en la etapa prenatal, en los niños de 3 a 5 años para mejorar la psicomotricidad y la comunicación.

Teniendo tantas investigaciones sobre la efectividad del empleo de la musicoterapia; las instituciones de la región, los cuales son los principales encargados de brindar cuidados a la población de la tercera edad, no hacen parte de su tratamiento complementario la aplicación de esta terapia, siendo la principal causa la falta de conocimiento acerca de la aplicación de esta terapia y de los recursos que se utilizan para brindar este tratamiento; es por eso que el presente trabajo de investigación quiere brindar esta propuesta como una guía para la utilización de esta terapia en los hospitales. Y en el caso del personal de salud, específicamente la enfermera, que es la principal protagonista en la promoción de la salud, entregar una nueva alternativa respaldada por este trabajo de investigación, el cual acredita su eficacia aumentando así, nuevos conocimientos que brindarán mejores cuidados, realizados por profesionales especializados en entorno a una mejor salud para todos.

Debido a la problemática ya descrita anteriormente aparece la motivación para realizar el presente trabajo de investigación el cual justifica su realización por que permitirá el cuidado de nuestros adultos mayores, en estos tiempos de COVID – 19 y durante todo el tiempo de vida que le queda ya que ellos se merecen nuestro respecto y gratitud, así como también una buena calidad de vida.

En la investigación se ha planteado el objetivo general, Determinar en qué medida el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura. Y como objetivos específicos: Conocer el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage, Evaluar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller, Explicar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller, Analizar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller, Describir el estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage.

Para esta investigación se plantean las siguientes hipótesis generales: **H1:** Programa de Musicoterapia disminuye de manera significativa los niveles de

depresión en tiempos de COVID-19 del club adulto mayor de la Municipalidad Provincial de Piura, **Ho:** Programa de Musicoterapia no disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del club adulto mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.

A continuación, se presentarán las hipótesis específicas: **H1:** Se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage, **Ho:** No se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage. **H1:** La musicoterapia generó cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller, **Ho:** La musicoterapia no generó cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller. **H1:** La musicoterapia generó cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller, **Ho:** La musicoterapia no generó cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller. **H1:** La musicoterapia generó cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller, **Ho:** La musicoterapia no generó cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller. **H1:** Se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage, **Ho:** No se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage.

II. MARCO TEÓRICO

A lo largo del tiempo se han realizado diferentes estudios acerca del impacto que tiene la musicoterapia en el área mental de los diferentes grupos poblacionales. En esta oportunidad nos enfocaremos en los adultos mayores y en los múltiples beneficios que tiene esta terapia en la Salud emocional de esta población. A continuación, presentaremos investigaciones a nivel nacional e internacional que ayudaran a fortalecer nuestra problemática planteada, y a su vez facilitarán la comparación de resultados que ayudaran a resaltar nuestras conclusiones.

Como primer estudio a nivel nacional tenemos el realizado en el año 2020, por el investigador Jeff Huarcaya Victoria, titulada Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia del COVID-19. Esta revisión narrativa nos informa sobre el gran impacto que trajo consigo la llegada de la enfermedad del coronavirus en la salud mental de las personas, esta investigación narra como la preocupación al no ser contagiados y las cifras de aumento de muertes, originaron en la población cuadros de ansiedad, depresión y reacción al estrés. En este trabajo el investigador brinda su punto de vista acerca de la importancia que se le da de brindar información sobre esta nueva enfermedad y las diferentes medidas que se realizan en torno a poder controlar el contagio, dejando de lado las repercusiones que está ocasionando el COVID-19 en la salud mental. Al finalizar esta investigación se llegó a la conclusión que de la misma manera en que se crean herramientas para disminuir la propagación del virus, es importante también realizar programas para el tratamiento y prevención de la salud mental de las personas que se encuentran pasando esta enfermedad o que perdieron algún familiar por culpa de este virus.⁶

Continuando con las investigaciones tenemos a la realizada en el año 2020 por Diez Canseco Mendoza Mariana, titulado uso de la música en el ámbito del tratamiento y prevención de la salud mental en los adultos mayores en Lima Metropolitana. El presente estudio con enfoque cualitativo, descriptivo, tuvo como conclusión que la música se puede utilizar exitosamente para el bienestar de los adultos mayores, pero el problema es que en nuestro país las actividades que tienen que ver con la música, como los conciertos comunitarios realizados por las municipalidades, solo sirven como promoción de la salud mental, faltando así intervenciones planeadas con un propósito terapéutico explícito y consciente para

que puedan ser consideradas actividades musicoterapéuticas. Debido a esta investigación podemos demostrar que hace falta programas donde utilicen a la música con el fin de poder brindar una vida saludable en todos los aspectos, no solo para los adultos mayores, sino de para toda la población.⁸

Para finalizar las investigaciones a nivel nacional, tenemos la investigación realizada en el año 2019 por los investigadores Hurtado Contreras Shirley y Larico Durand Sussi, titulado eficacia de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes adultos mayores con demencia. El estudio se realizó a través de una exploración minuciosa de los diferentes artículos que se encuentran en todo el mundo, para ello se utilizaron 10 trabajos de investigación. Los resultados obtenidos fue que el 90% de las investigaciones respaldan la efectividad que tiene la musicoterapia para disminuir los síntomas de depresión en las personas de la tercera edad con demencia, pero un 10% de las otras investigaciones afirmaron que no logra un mejoramiento en esta área. Debido a los resultados encontrados, se llegó a la conclusión que la utilización de manera correcta de esta terapia si ayuda a mejorar la salud mental, pero que si hay algunas deficiencias en algunos participantes no podrán tener un buen efecto.⁹

Como primer estudio a nivel internacional, fue el realizado en el año 2019 por Pando Jetón Vanessa, titulado “La eficacia de la aplicación de la técnica de Musicoterapia para disminuir el nivel de depresión en paciente adultos mayores en edades comprendidas entre los 65 a 75 años en el Centro Geriátrico Bastón de Oro”. Esta investigación fue de tipo descriptivo, se utilizó el método observacional cualitativo y con diseño longitudinal, tuvo como muestra a 18 pacientes adultos mayores. Se utilizo el test de Yesavage para identificar el tipo de depresión y una encuesta, donde se les preguntaba cual era el género de música que más les gustaba para que sean utilizadas en las sesiones. Al aplicar el programa se obtuvo como resultado que, gracias a la aplicación de esta técnica, se logró disminuir el grado de depresión en los adultos mayores que participaron de esta terapia. Al finalizar la investigación se llegó a la conclusión que la intervención de la musicoterapia genera cambios positivos en cuanto al estado mental de las personas, logrando así su objetivo principal. La investigación realizada nos brinda la eficacia de esta terapia y

se evidencia que puede lograr un bienestar social y emocional en los pacientes adultos mayores.¹⁰

Por consiguiente, tenemos la investigación realizada en el año 2018 por la investigadora López Fadiño Jeniffer, titulado efectos de un programa piloto de musicoterapia basado en la composición de canciones sobre los niveles de depresión en adultos mayores con deterioro cognitivo residentes de un hogar geriátrico privado de la ciudad de Bogotá. Este estudio es de tipo cualitativo descriptivo y tuvo como muestra a 60 adultos mayores. En este trabajo de investigación se realizó un pre test a través del Test de Yesavage, donde se obtuvo como resultado que todos los participantes padecían de algún tipo de depresión y fue allí donde se empezó a desarrollar la técnica de musicoterapia para observar su efectividad. Al terminar el programa de musicoterapia se aplicó el post test para identificar si efectivamente pudo lograr disminuir los diferentes grados de depresión en los que se encontraban los adultos mayores, teniendo como resultado que si se pudo lograr el objetivo planteado. Como conclusión se llegó que con la correcta aplicación de esta terapia y el uso de composiciones de canciones ayudo a generar efectos positivos especialmente en los pacientes con episodios depresivos, esto se evidenció en los resultados que se recolectaron a través del post test, después de haber culminado el programa.¹¹

Finalmente, tenemos un artículo realizado en el año 2017 por los autores Sánchez Guio Tania, Barranco Obis Patricia, Millán Vicente Alberto y Formies Baquedano Elena, titulado “La musicoterapia como un indicador de mejora de la calidad de vida en un envejecimiento activo”. El tipo de investigación fue una recopilación de investigaciones, donde se seleccionaron aquellos estudios que presentaron evidencias científicas y en los que estudiaban el uso de esta terapia como herramienta para contribuir en la calidad de vida de los adultos mayores, teniendo como muestra a adultos mayores que cursan los 53 años de edad. Los resultados obtenidos por la revisión de estos artículos fueron favorables, ya que esta terapia logro que la agitación, el estrés y la depresión disminuyeran satisfactoriamente, pero también contribuyo en la relajación, comunicación, el poder expresar sus sentimientos y el grado intelectual de estas personas. Al terminar la investigación se llegó a la conclusión que la musicoterapia brinda muchos beneficios en cuanto

a la salud mental de las personas de la tercera edad, es por eso que el presente trabajo nos recalca lo importante que es la realización de estos programas para mejorar satisfactoriamente el estado mental de los adultos mayores.¹²

Para el presente trabajo de investigación se utilizaron las siguientes teorías, teniendo primero al Modelo de Adaptación de Callista Roy, en donde explica como el paciente se adecua a los diferentes factores que existen en su entorno, ya sea en la salud o enfermedad. Como ya sabemos en la etapa del adulto mayor existen diversos cambios producto a la edad en que se encuentran, ya sea físicos, psicológicos y sociales, los cuales siguen siendo un gran desafío para esta población y ahora sumando un factor más con la llegada del COVID-19, se hace más difícil el tratar de adecuarse a los diferentes cambios, como en la realización de nuestras actividades diarias y el miedo de poder contagiarse, impide muchas veces llevar este periodo del ciclo de la vida con normalidad; es aquí donde el papel de la enfermera se hace presente, pues nuestra teorista menciona a la enfermera como la encargada de poder ayudar al paciente con su proceso de adaptación, brindando así una atención de calidad con un solo objetivo, que es el de apoyar al paciente a sobrevivir a las diferentes amenazas en los que se puede encontrar las personas .¹³

Así también tenemos el modelo realizado por Nola Pender, llamado Modelo de Promoción de la salud, esta guía plantea lo difícil que es para las personas, de diferentes edades, realizar conductas que ayuden a mejorar y cuidar su salud; y si nos enfocamos en la etapa de vida del adulto mayor, podemos observar que esta población es un poco reacio con respecto a realizar conductas que ayudan a su salud, pero hay otra parte de la población de esta edad que si realiza conductas saludables y que muchos de ellos pertenecen a programas creados por las municipalidades con el fin de contribuir en su salud tanto física como mental, pero que con la llegada del COVID-19 tuvieron que parar originando en mucho de ellos síntomas de estrés, ansiedad y depresión, es en este momento que la enfermera, como principal agente en promoción de la salud, debe empezar a crear propuestas de intervención relacionadas a promover la salud de nuestros adultos mayores, ya que ellos son los más afectados en estos tiempos de pandemia.¹⁴

Respecto a los enfoques que se enmarca la investigación, según la Organización Panamericana de la Salud, la etapa adulta mayor, se considera a partir de los 60 años de edad a más, pero según la Organización Mundial de la Salud lo clasifica desde los 60 hasta los 74 años dentro de edad avanzada; de 75 hasta 90 años, ancianidad y las que se encuentran después de los 90 años se les considera grandes viejos o grandes longevos.¹⁵

El envejecimiento es un ciclo natural que consiste en la pérdida gradual del organismo, ya sea a nivel psicológico, como la inestabilidad en algunas situaciones, el aislamiento y el no poder asimilar nuevos cambios. A nivel cognitivo y envejecimiento tenemos como principal queja a la pérdida de memoria, ya que en este tiempo las funciones mentales se deterioran. Y por último a nivel biológico, tenemos a todas las enfermedades producto de la edad y también la discapacidad.¹⁶

La Organización Mundial de la Salud conceptualiza a la Salud Mental como aquella persona que conoce sus propias competencias, puede enfrentar con normalidad los problemas de la vida, tiene un alto desempeño en lo laboral y es un agente importante para ayudar a su comunidad.¹⁷ Por otro lado el trastorno mental es una enfermedad que se distingue debido a una anormalidad en el estado mental teniendo repercusiones en el manejo de los sentimientos y en el actuar de la persona, que muchas veces puede provocar retraimiento ya que dificulta la capacidad de adaptarse a su entorno.¹⁸ Dentro de estos trastornos encontramos, la ansiedad, depresión, estrés, entre otros.

Al abordar la variable de depresión, materia de muestra de investigación, según la Organización Mundial de la Salud menciona que la depresión es una alteración mental muy común, se distingue principalmente por el sentimiento de melancolía, baja autoestima, insomnio, disminución del apetito, agotamiento y la falta de atención.¹⁹ Este trastorno se origina en el sistema nervioso, debido a una inestabilidad del neurotransmisor llamado serotonina, esta sustancia provoca el placer que unida a otras sustancias derivadas de la adrenalina, originan la tristeza y melancolía; debemos tener en cuenta que no es parte del proceso de envejecimiento que nuestros adultos mayores sufran de algún grado de depresión, por eso es importante prevenir o detectar a tiempo los principales síntomas con el

fin de brindar una buena calidad de vida.²⁰ La depresión se clasifica en tres niveles: primero tenemos la depresión leve o normal que se manifiesta con al menos dos síntomas y tiene una duración de corto tiempo, la depresión moderada se caracteriza por la presencia de algunos síntomas pero con el pasar del tiempo aumenta la magnitud ocasionando problemas en el ámbito social, familiar y la falta de motivación para realizar actividades; por último tenemos la depresión severa este nivel presenta síntomas que podemos percibir a simple vista, muchos de estos síntomas pueden llegar a atentar contra la vida de estas personas.²¹

Como hemos podido observar anteriormente la etapa del envejecimiento trae consigo muchos cambios que nuestros adultos mayores no terminan de adaptarse. En el año 2020 hemos sido testigos de un factor que ha sido protagonista de diferentes situaciones, como la provocación de miles de muertes y que hasta el término de este año sigue tomando más víctimas. La enfermedad del COVID-19 fue descubierta en Wuhan (China) en diciembre de 2019, es provocada por el virus SARS-Cov-2. La sintomatología de esta enfermedad es la fiebre, tos, cansancio y pérdida parcial del gusto o del olfato. La forma de contagio de este virus es por medio de partículas en forma líquida que son arrojadas por una persona infectada, por medio del estornudo, al hablar o cantar. Actualmente la enfermedad del coronavirus es considerada una pandemia ya que a consecuencia de esta enfermedad han fallecido alrededor de 5,16 millones a nivel mundial y en el Perú a 2,23 millones de muertes. Desde la aparición de esta enfermedad, muchos países fueron afectados en todo el mundo y debido a esto se tomaron medidas para evitar el aumento de casos de contagio, llegando al punto de cambiar nuestros estilos de vida.²²

Debido a esta problemática que afecta a todo el mundo se desarrolló esta investigación, creando un programa donde por medio de la música ayude a contribuir en la calidad de vida de los adultos mayores. La musicoterapia es la utilización de la música con un objetivo terapéutico para prevenir, restaurar y acrecentar la salud tanto física como mental y psíquica del ser humano.²³ Según la OMS, reconoce a la musicoterapia como un tratamiento que permite resultados favorables tanto para la salud, como para las personas que sufran de alguna

enfermedad, ya que se considera como una alternativa que favorece el cuidado, no presenta efectos secundarios y no necesita de mucha inversión.²⁴

Los métodos que se utilizan para realizar nuestra investigación a través de sesiones musicoterapéuticas son dos: El método pasivo o receptivo que consiste en que el paciente disfruta escuchando música sin moverse, aquí se utiliza la técnica de música guiada y la reminiscencia. Y como último método tenemos al activo, donde el paciente realiza movimientos o baile, dentro de este método se desarrollan tres técnicas; la estimulación auditiva, visual y la kinesiológico.²⁵

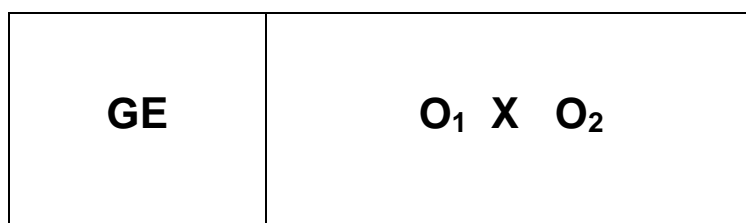
III. METODOLOGÍA:

3.1. Tipo y diseño de investigación

En esta oportunidad nuestro trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, ya que los datos se recolectaron y se analizaron sobre variables; fundamentándose en el uso de técnicas estadísticas para comprender determinados aspectos que presenta la población de estudio.

Es una investigación de tipo aplicada ya que se busca resolver los problemas al que se enfrenta la población.

El diseño es pre experimental, porque evalúa el grupo antes y después de la aplicación del programa (Preprueba-Posprueba) y de periodo transversal ya que se desarrolló en un tiempo en específico.



GE= Grupo experimental	O ₁ = Medición pre test de la variable independiente
X= Manipulación de la variable independiente	O ₂ = Medición post test de la variable independiente

3.2. Variables y operacionalización:

Para nuestra investigación encontramos la variable independiente, esta es manipulada por el investigador con el fin de observar el efecto que causa en la variable dependiente, en este estudio es la musicoterapia. **Ver (ANEXO N°02)**

La variable dependiente será observada por el investigador para determinar cuál fue el efecto que origino en ella la variable independiente, en este estudio de investigación es la depresión. **Ver (ANEXO N°03)**

3.3. Población, muestra y muestreo

Población:

Los adultos mayores del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura, son un grupo de individuos que necesitaran ser estudiados para determinar sus características y que pueda ser observada de forma individual, está conformada por 75 personas de la tercera edad pertenecientes a este club.

Muestra:

Para la realización de nuestro estudio, estará conformado por una muestra censal, conformada por los 75 adultos mayores que pertenecen al Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.

Muestreo:

Será no probabilístico, ya que todos los adultos mayores tuvieron la misma probabilidad de pertenecer a la muestra de investigación.

Criterios de inclusión:

- ✓ Adultos mayores que pertenezcan al club adulto mayor de la municipalidad provincial de Piura.
- ✓ Adultos mayores de cualquier sexo.
- ✓ Adultos mayores que presenten depresión.
- ✓ Adultos mayores que no presenten algún problema físico o mental que impida realizar el programa de musicoterapia.

Criterios de exclusión:

- ✓ Adultos mayores con dificultad para recibir órdenes.
- ✓ Adultos mayores que hayan participado en alguna intervención similar a la que se realizará.
- ✓ Adultos mayores que no quieran participar en el presente estudio.
- ✓ Adultos mayores que no cuenten con internet y objetos tecnológicos.

3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos

Técnica:

La técnica utilizada en el proyecto de investigación fue la encuesta online del Test de Yesavage, fue aplicada a través de esta técnica debido a la coyuntura por el COVID-19, esta técnica está siendo muy utilizada durante este tiempo ya que es muy rápida y fácil de acceder, a través de esta técnica se aplicará el test de Yesavage en dos oportunidades, antes y después de la aplicación de la terapia.

Instrumento de recolección de datos:

La Escala de Depresión Geriátrica - Test de Yesavage, es un instrumento que es utilizado con mayor frecuencia en las personas de la tercera edad para detectar los niveles de depresión en que se encuentran. Gracias a las diferentes actualizaciones que dio como resultado la disminución de las preguntas, es que se puede responder de manera rápida, siendo esta una de sus ventajas. **Ver (ANEXO N°04)**

La puntuación del Test de Yesavage es de 0 a 15 puntos donde se divide en depresión leve o normal, depresión moderada y depresión severa.

Validez y confiabilidad:

La validez y confiabilidad del instrumento han sido respaldadas por la aplicación clínica a nivel mundial de este instrumento, teniendo una correlación alta, ya que cumple con el objetivo de calificar los síntomas de la depresión.

3.5. Procedimientos

Para el inicio de la investigación se procederá primero al desarrollo del Test de Yesavage para identificar los niveles de depresión en que se encuentran los integrantes, el cual se desarrolló utilizando la técnica de la encuesta de manera virtual. **Ver (ANEXO N° 05)**

Una vez obtenidos los resultados se procedió a plantear mi intervención, para esto se diseñó un programa de musicoterapia, este programa contiene 6 sesiones, con una duración de una hora cada una. Dentro de las sesiones planteadas se

utilizaron el método pasivo o receptivo, que al unirse con la música trataremos de lograr disminuir los niveles de depresión en los participantes. **Ver (ANEXO N°06)**

La realización de las sesiones fue a través de la plataforma de Google meet, todos los domingos con una duración de una hora, dirigidos por la investigadora. **Ver (ANEXO N°07)**

Al término de nuestras sesiones se volvió a aplicar el Test de Yesavage para que con la ayuda de los resultados comparemos las respuestas obtenidas en el primer y en el segundo test, con el fin de comprobar si el programa de musicoterapia logró disminuir los niveles de depresión. **Ver (ANEXO N°08)**

3.6. Método de análisis de datos

Para el análisis de los resultados del trabajo, se utilizaron datos cuantitativos los cuales fueron plasmados en el programa Excel para la tabulación de las respuestas de cada encuesta, el software estadístico IBM SPSS 24 que ayudo a calcular los datos obtenidos y luego ser representados a través de graficas para dar lugar al análisis e interpretación de nuestros resultados.

3.7. Aspectos éticos

- Principio de Autonomía: Hace relación a aquella persona que tiene la capacidad de decidir sin ser influenciada por nadie, es por eso que este principio se considera en el trabajo de investigación ya que todos nuestros adultos mayores fueron libres de aceptar participar en este programa.
- Principio de Beneficencia: Hace alusión a que todo acto realizado por el investigador debe tener como objetivo lograr un beneficio en la salud de las personas en las que se practicara la investigación, garantizando siempre su integridad.
- Principio de Justicia: Informa al investigador que cada persona que participa en la investigación se tiene que considerar como ser con derechos, respetar sus decisiones, creencias y por tanto buscar siempre su bienestar.
- Principio de no maleficencia: Tiene como obligación el evitar cualquier daño hacia los participantes, es por eso que se investigó cualquier efecto

secundario que presente la musicoterapia y el instrumento de Yesavage hacia nuestros adultos mayores, que puedan atender tanto en lo físico como en lo emocional.

IV. RESULTADOS

O1: Conocer el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage.

Tabla N°01

Estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	DEPRESION MODERADA	73	97,3
	DEPRESION SEVERA	2	2,7
	Total	75	100,0

Fuente: Test aplicado por la investigadora

En la presente Tabla se puede evidenciar que en el pre test aplicado, 73 de los participantes presentan depresión moderada (97,3%) y 2 de ellos, presentan depresión severa (2,7%).

O2: Evaluar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller.

Tabla N°02

Cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller

NIVEL	Respuesta afectiva				p*
	PRE TEST		POST TEST		
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Leve o normal	75	100,0	75	100,0	
Depresión moderada	0	0,0	0	0,0	
Depresión severa	0	0,0	0	0,0	1.000
Total	75	100,0	75	100,0	

*Prueba de Wilcoxon, ordinal - ordinal

Fuente: Test aplicado por la investigadora

Estadísticos de prueba^a

	POST AFECTIVO – PRE AFECTIVO
Z	,000 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	1,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. La suma de rangos negativos es igual a la suma de rangos positivos.

Mediante la prueba de Wilcoxon, se obtuvo como resultado que el nivel de significativa es mayor al 0.05 ($p=1.000$) se puede concluir que no existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el taller de musicoterapia genera cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller, por lo que no genera mejoras significativas en este ámbito.

O3: Explicar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller.

Tabla N°03

Cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller

NIVEL	Respuesta conductual				p*
	PRE TEST		POST TEST		
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Leve o normal	0	72,0	44	58,7	
Depresión moderada	54	28,0	31	41,3	
Depresión severa	21	0,0	0	0,0	0.000
Total	75	100,0	75	100,0	

*Prueba de Wilcoxon, ordinal - ordinal

Fuente: Test aplicado por la investigadora

Estadísticos de prueba^a

	POST CONDUCTUAL – PRE CONDUCTUAL
Z	-6,935 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

Mediante la prueba de Wilcoxon, se obtuvo como resultado que el nivel de significativa es menor al 0.05 ($p=0.000$) se puede concluir que existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el taller de musicoterapia si genera cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller, por lo que genera mejoras significativas en este campo.

O4: Analizar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller.

Tabla N°04

Cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller

NIVEL	Respuesta cognitiva				p*
	PRE TEST		POST TEST		
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Leve o normal	0	0,0	71	94,7	0.000
Depresión moderada	0	0,0	4	5,3	
Depresión severa	75	100,0	0	0,0	
Total	75	100,0	75	100,0	

*Prueba de Wilcoxon, ordinal - ordinal

Fuente: Test aplicado por la investigadora

Estadísticos de prueba^a

	POST COGNITIVA – PRE COGNITIVA
Z	-8,455 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

Mediante la prueba de Wilcoxon, se obtuvo como resultado que el nivel de significativa es menor al 0.05 ($p=0.000$) se puede concluir que existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el taller de musicoterapia si genera cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller, por lo que genera mejoras significativas en este campo, con un 94,7% de adultos mayores con un nivel de depresión leve a normal, después de haber estado ubicados en su totalidad en el rango de depresión severa (100%).

O5: Describir el estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage.

Tabla N°05

Estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	LEVE O NORMAL	73	97,3
	DEPRESION MODERADA	2	2,7
	Total	75	100,0

Fuente: Test aplicado por la investigadora

En la presente Tabla se puede evidenciar que en el post test aplicado, 73 de los participantes presentan depresión leve o normal (97,3%) y 2 de ellos, presentan depresión moderada (2,7%).

OG: Determinar en qué medida el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.

Tabla N°06

Medida en que el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura

		PRE TEST		POST TEST		p*
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Nivel	LEVE O NORMAL	0	0,0	73	97,3	0.000
	DEPRESION MODERADA	73	97,3	2	2,7	
	DEPRESION SEVERA	2	2,7	0	0,0	
	Total	75	100,0	75	100,0	

Fuente: Test aplicado por la investigadora

Estadísticos de prueba^a

	POST - PRE
Z	-8,435 ^b
Sig. asintótica (bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

Mediante la prueba de Wilcoxon, se obtuvo como resultado que el nivel de significativa es menor al 0.05 ($p=0.000$) se puede concluir que existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor, por lo que es positiva y genera mejoras significativas. Observamos que antes de aplicarse el taller, el 97,3% presentaban depresión moderada, y después de haberse aplicado el taller ese porcentaje presentan depresión leve o normal, observando mejoras significativas entre el antes y el después en cuanto a la mejora del estado emocional de los adultos mayores.

V. DISCUSIÓN

En este capítulo de estudio, se presentará la discusión de los resultados obtenidos después de la aplicación de un programa de Musicoterapia, teniendo como objetivo principal, determinar en qué medida logrará disminuir la depresión en los adultos mayores pertenecientes al Club Adulto Mayor de la Municipalidad de Piura.

La adultez mayor es la última etapa de vida de todo ser humano, en el que la mayoría de las personas lo relacionan como un periodo de descanso y despreocupaciones; sin embargo, no en todas las personas se vive de esa manera, pues en la mayoría de ellas aparecen situaciones que afectan el bienestar de estas personas provocando en ellas cuadros de depresión. Es preciso mencionar que la depresión no es parte del proceso de envejecer, pero si se relaciona con las diferentes situaciones en las que nuestros adultos mayores se enfrentan, desencadenando estos trastornos mentales.

La salud mental en el adulto mayor se está convirtiendo en el principal problema de salud pública en todo el mundo y esto se debe al aumento de las expectativas de vida de esta parte de la población, lo cual nos lleva a investigar la calidad de vida y los diferentes factores biológicos, psicológicos y sociales a los que están expuestas las personas de la tercera edad. Actualmente aparece un factor más para este grupo etario, el COVID-19, que ha convertido a esta población en una de las más vulnerables ante esta enfermedad, provocando miedo y preocupación no solo a este grupo sino a toda la población en todo el mundo, ya que en el transcurso de este año está provocando miles de muertes.

En la presente investigación, se propuso como primer objetivo, conocer el estado de depresión de 75 adultos mayores de club adulto mayor de la municipalidad de Piura, a través de la aplicación de la Escala de Depresión Geriátrica - Test de Yesavage²⁷, ya que según Kurlowicz y Greenberg²⁷, nos asegura la confiabilidad de este instrumento para detectar rasgos depresivos exclusivamente en la población adulta mayor. Los resultados obtenidos para este objetivo se pueden apreciar en la tabla N°1, donde observamos que el 97,3% presenta una depresión moderada y el 2,7% restante padecen de depresión severa. Al constatar con nuestra investigadora Jeff Huarcaya⁶, efectivamente se puede ver reflejado el impacto que trajo consigo el COVID-19 para nuestra salud mental y si nos

enfocamos en nuestra muestra de investigación, son nuestros adultos mayores los que se ven mucho más afectados, es por eso que estamos de acuerdo con nuestra investigadora, en que nuestras autoridades se centren en desarrollar programas en beneficio a la salud mental de la población y que con esto nos ayuden a sobrellevar esta pandemia.

Diversos son los estudios, tanto a nivel nacional como internacional, los que hablan acerca de la relación positiva que tiene la musicoterapia con el manejo de la depresión y la prevención de la salud mental en nuestros adultos mayores. A continuación, se analizarán los resultados obtenidos después del término del desarrollo del Programa de Musicoterapia, donde posteriormente se contrastarán con investigaciones previas y teorías.

Siguiendo con nuestros objetivos planteados tenemos el de evaluar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta afectiva, los resultados los encontramos en la tabla N° 2, donde se llega a concluir que la musicoterapia no generó cambios significativos en este ámbito, pues el 100% siguió con nivel de depresión leve o normal puesto que no tenían afectada esta respuesta; concordando así con el estudio realizado por Pando Jetón Vanessa, quien tiene como objetivo principal el conocer la eficacia de la aplicación de la Musicoterapia para disminuir el nivel de depresión en adultos mayores ¹⁰, los resultados obtenidos para este trabajo de investigación fue que el 100% presentaba depresión moderada ya que muchos de ellos se les era difícil expresar sus sentimientos o compartir con los demás, pero después de aplicada el programa el 85% cambio a una depresión leve o normal, pues con la ayuda de la musicoterapia lograron vencer el miedo o la timidez.

Como siguiente objetivo planteado en el presente trabajo de investigación fue el de explicar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta conductual, teniendo como resultado que antes de aplicado el Test el 28% tenía una depresión severa y que el 72% sufría de depresión moderada; después de aplicado el programa de musicoterapia los resultados cambiaron, pues el 41,3% ya se encontraba en una depresión moderada y el 58,7% estaba en leve o normal, estos resultados los encontramos en la tabla N°3. Si comparamos nuestros resultados con los obtenidos en la investigación realizada por Sánchez Guio Tania¹², podemos determinar que,

si se asemejan, pues en ambos se puede observar que, si existe una mejora en la parte conductual, ya que en muchos de los adultos mayores se evidencio la relajación, el poder controlar sus emociones, la disposición de realizar las diferentes actividades planteadas en el programa de musicoterapia.

El siguiente objetivo lo encontramos en la tabla N° 4, analizar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta cognitiva, los resultados que obtuvimos fue que el taller de musicoterapia si generó cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller; con un 94,7% de adultos mayores con un nivel de depresión leve o normal, después de haber estado ubicados todos en depresión severa con el 100%. Al contrastar con la investigación realizada por López Fadiño Jenifer, donde se enfoca en la composición de canciones con el fin de disminuir la depresión en adultos mayores con deterioro cognitivo¹¹, se evidencia la semejanza en los resultados obtenidos ya que ella menciona que el 100% padecía de depresión moderada y al aplicar el programa de musicoterapia pudo ver que el 90% ya se encontraba en depresión leve o normal, pues la correcta aplicación de este programa con ayuda de canciones puede ayudar a mejorar el nivel cognitivo de los adultos mayores.

Por consiguiente, presentaremos los resultados de nuestro objetivo que se puede apreciar en la tabla N°5; describir el estado de depresión en que se encuentran los adultos mayores después de la implementación del programa, los resultados obtenidos fueron favorables, ya que el 97,3% ya se encuentra el leve o normal y el 2,7% mejoro a depresión moderada. Si comparamos nuestros resultados con la investigación realizada por Diezcanseco Mendoza Mariana⁸, podemos concordar en que la musicoterapia es aplicada adecuadamente puede ser de muy buena ayuda para disminuir los niveles de depresión, pues muchas investigaciones tienen resultados favorables sobre el uso de esta terapia en los adultos mayores.

Y por último tenemos los resultados nuestro objetivo general que lo encontramos en la tabla N°6, pues se pudo determinar que el programa de musicoterapia si logra disminuir los niveles de depresión en los adultos mayores, ya que antes de aplicado el taller, el 97,3% presentaban depresión moderada, y después de haberse aplicado el taller este mismo porcentaje paso a leve o normal. Si comparamos nuestros resultados con la investigación realizada por Hurtado Contreras Shirley⁹ podemos

ver que el 90% de las investigaciones buscadas en este trabajo respaldan la efectividad que tiene la musicoterapia para disminuir la depresión en los adultos mayores, siempre y cuando se practique de forma correcta.

VI. CONCLUSIONES

- Se pudo conocer a través de la Escala de Depresión Geriátrica – Test de Yesavage que el 97.3% de los adultos mayores participantes del trabajo de investigación padecían de depresión moderada y que el 2.7% de ellos padecen de depresión severa.
- Se logró evaluar a través de la Escala de Depresión Geriátrica – Test de Yesavage que el programa no logró cambiar la respuesta afectiva dando como resultado que en el Pre Test y en el Post Test el 100% se ubicara en leve o normal, llegando a la conclusión que el programa no logro cambios a que nuestros participantes no tenían afectado esta respuesta, por lo que sus respuestas fueron positivas.
- Al finalizar el programa de musicoterapia y la aplicación de la Escala Geriátrica - Test de Yesavage, se logró explicar los cambios en la respuesta conductual, observando que en el Pre Test el 28% estuvo en depresión severa y el 72% en moderada; pero al aplicar el Post Test, el 41,3% se cambió a depresión severa y el 58,7% a leve o normal, lo que significa que hay una evidencia estadística suficiente para afirmar que si genero cambios en la respuesta conductual.
- Se puede concluir que existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el taller de musicoterapia si genera cambios en la respuesta cognitivo después de aplicado el taller, por lo que genera mejoras significativas en este campo, con un 94,7% de adultos mayores con un nivel de depresión leve a normal, después de haber estado ubicados en su totalidad en el rango de depresión severa (100%).
- Se pudo determinar que el programa de musicoterapia si disminuyó significativamente los niveles de depresión, de padecer depresión moderada con 72% a pasar a leve o normal con un 77%.
- Y por último se pudo concluir que existe evidencia estadísticamente suficiente para afirmar que el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor, por lo que es positiva y genera mejoras significativas. Observamos que antes de aplicarse el taller, el 97,3% presentaban depresión moderada, y después de

haberse aplicado el taller ese porcentaje presentan depresión leve o normal, observando mejoras significativas entre el antes y el después en cuanto a la mejora del estado emocional de los adultos mayores.

VII. RECOMENDACIONES

La aplicación del programa de musicoterapia puede ser considerada en los centros de salud e instituciones, como un tratamiento para mejorar la salud mental de los adultos mayores y de todas las generaciones, ya que brinda una mejor calidad de vida a las personas que viven con alguna enfermedad.

Al personal de enfermería se le recomienda esta nueva alternativa como tratamiento para mejorar la calidad del cuidado y con esto fomentar a la pronta recuperación de nuestros pacientes.

Implementar dentro del programa de atención del adulto mayor de las municipalidades, esta nueva terapia para ayudar a mejorar la salud tanto física y mental.

Pedir al estado que implemente los centros de salud para poder brindar esta terapia y con esto poder abarcar de manera integral la salud de nuestros pacientes.

Se recomienda realizar este programa de musicoterapia de manera grupal, ya que ayuda a fortalecer las relaciones sociales, logrando evitar el sentimiento de soledad y con esto reinsertarse a la sociedad.

REFERENCIAS:

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). La salud mental y los adultos mayores. 2017 [citado 15 de julio del 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/la-salud-mental-y-los-adultos-mayores>.
2. Organización Panamericana de la Salud. Salud mental en mayores de 60 años en el mundo. Uruguay. 2018 [citado 25 de julio de 2020]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>.
3. Gómez A. La depresión en el anciano. 2017; 26 (9): 80-94.
4. Marta B. Salud Mental: Un problema de Salud Pública en el Perú. Revista Perú Medica Salud Publica. 2016, 23(4).
5. Llanes T LS. Factores psicosociales que inciden en la depresión del adulto mayor. 2017; 21(1): p. 65-74
6. Huarcaya V. Consideraciones sobre Salud Mental en la Pandemia de COVID-19. 2020; 37(2): 327-34
7. Benenzon O. Aplicaciones Clínicas de la Musicoterapia. Editorial Lumen 1Ed. Buenos Aires; 2006. 200pp.
8. Organización Mundial de la Salud (OMS). ¿Qué es la salud mental? Preguntas y respuestas en línea. 2019 [citado 26 de octubre de 2020]. Disponible en: <http://www.who.int/features/qa/62/es/index.html>.
9. Diez Canseco. Uso de la Música en el Ámbito del tratamiento y prevención de la Salud Mental en Adultos Mayores en Lima Metropolitana Lima; 2020.
10. Hurtado S. Eficacia de la Musicoterapia para mejorar los síntomas Depresivos en pacientes Adultos Mayores con Demencia Lima; 2019
11. Pando V. Eficacia de la Aplicación de la Técnica de Musicoterapia para disminuir el nivel de depresión en pacientes Adultos Mayores, en edades comprendidas entre los 65 a 75 años en el Centro Geriátrico Bastón de Oro, en el periodo Abril-septiembre 2019 Quito; 2019.
12. López J. Efecto de un Programa piloto de Musicoterapia basado en la composición de canciones sobre los niveles de depresión en Adultos Mayores con deterioro cognitivo residentes de un Hogar Geriátrico privado de la Ciudad de Bogotá. Bogotá; 2018.

13. Sánchez T. La Musicoterapia como indicador de mejora de la calidad de vida en un envejecimiento activo. *Metas Enfermería*. 2017; 20(7): p. 24-31.
14. Chuiqui A. Afrontamiento y adaptación al proceso de envejecimiento en adultos mayores según el modelo de Callista Roy. [Tesis para obtener el grado de licenciatura en enfermería]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2019.
15. Salgado F. Cuidado del adulto mayor autovalente desde el modelo de Nola Pender. [Tesis para optar el grado académico de magister en enfermería]. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2013.
16. Palacios R. Psicología del Adulto Mayor: Definiciones cercanas sobre el Adulto Mayor [Internet]. 2018 [citado 27 de octubre de 2020]. Disponible en: <http://psadultomayor.blogspot.com/2012/04/definiciones-cercanas-sobre-el-adulto.html>
17. Villa I, Palacios A, Bilbao M, Ramos V. Aspectos psicológicos del adulto mayor. Educación presentada en UTC. 2019 [citado 7 de noviembre de 2020]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/ValeryPalaciosArteaga/aspectos-psicologicos-del-adulto-mayor>
18. Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental: un estado de bienestar. Diciembre de 2019 [citado 23 de octubre de 2020]. Disponible en: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es
19. Ramírez C. Lourdes. Sobre la salud mental. *El Comentario*. 2019 [citado 18 de octubre de 2020]. Disponible en: <https://elcomentario.ucol.mx/articulo-sobre-la-salud-mental/>
20. Organización Mundial de la Salud (OMS). Depresión. 2019 [citado 18 de octubre de 2020]. Disponible en: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
21. Matos Y, Rojas S. Depresión en ancianos: prevalencia y factores asociados. 2018; 39 (7): 354-60.
22. Organización Mundial de la Salud (OMS). Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19). 2020 [citado 25 de octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel->

[coronavirus-2019/advice-for-public/q-a](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/question-detail/coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=CjwKCAiArIH_BRB2EiwALfbH1CSfPZUr3iQCkwAWxlPHK5dIU7ulG5z3MDIQOi4mVBK1tJT9-Y8MvBoCtrwQAvD_BwE)

coronaviruses?gclid=CjwKCAiArIH_BRB2EiwALfbH1CSfPZUr3iQCkwAWxlPHK5dIU7ulG5z3MDIQOi4mVBK1tJT9-Y8MvBoCtrwQAvD_BwE

23. Schawrz V. La musicoterapia: análisis de definiciones, características de su campo de especificidad. 2016, 3(2): 35-52.
24. González R. La música terapia como terapia complementaria. [Internet] 2da Ed. España. Somos Paciente. 2016. [Citado 18 octubre 2018]. Disponible en: <https://www.somospacientes.com/noticias/sanidad/la-musicoterapia-se-implanta-como-terapia-complementaria-en-extremadura/>
25. Sánchez V. La Musicoterapia: análisis de definiciones, características de su campo de especificidad. 2016; 3(2): p. 35-52.
26. Biblioteca de la Universidad Pública de Navarra. Oficina de Referencia. Guía para citar y referenciar. Estilo Vancouver [Internet], 2016. Recuperado partir de: <https://goo.gl/LaUj46>

ANEXO

Anexo N° 01: Matriz de Consistencia

Titulo: “Programa de Musicoterapia para disminuir los Niveles de Depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura”

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES	METODOLOGÍA									
<p>¿De qué manera la aplicación del programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del club adulto mayor de la municipalidad provincial de Piura?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL Determinar en qué medida el programa de musicoterapia disminuye los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage. - Evaluar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta afectiva después de aplicado el taller. - Explicar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta conductual después de aplicado el taller. - Analizar si la musicoterapia genera cambios en la respuesta cognitiva después de aplicado el taller. Describir el estado de depresión de los participantes de la investigación después de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage. 	<p>HIPÓTESIS GENERAL Programa de Musicoterapia disminuye de manera significativa los niveles de depresión en tiempos de COVID-19 del club adulto mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS H1: Se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage. Ho: No se conoció el estado de depresión de los participantes de la investigación antes de la implementación del programa de Musicoterapia, con base en la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage.</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE <u>MUSICOTERAPIA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> •Indicadores: ✓ Música guiada. ✓ Reminiscencia. ✓ Estimulación visual y auditiva. ✓ Kinesiológico. <p>VARIABLE DEPENDIENTE <u>DEPRESIÓN</u></p> <ul style="list-style-type: none"> •Indicadores: ✓ Test de Yesavage ✓ Tristeza ✓ Ansiedad ✓ aislamiento 	<p>TIPO DE INVESTIGACION: APLICADA – CUANTITATIVA</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACION: Pre experimental, porque evalúa el grupo antes y después de la aplicación del programa y de periodo transversal ya que se desarrolló en un tiempo en específico.</p> <table border="1" data-bbox="1568 758 2072 1141" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">GE</td> <td style="text-align: center;">O₁ X O₂</td> </tr> <tr> <td>GE= Grupo experimental</td> <td></td> <td>O₁ = Medición pre test de la variable independiente</td> </tr> <tr> <td>X= Manipulación de la variable independiente</td> <td></td> <td>O₂ = Medición post test de la variable independiente</td> </tr> </table> <p>POBLACION: 75 personas del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura.</p> <p>MUESTRA: 75 personas que pertenecen al Club Adulto Mayor de la Municipalidad de Piura.</p>		GE	O₁ X O₂	GE= Grupo experimental		O ₁ = Medición pre test de la variable independiente	X= Manipulación de la variable independiente		O ₂ = Medición post test de la variable independiente
	GE	O₁ X O₂											
GE= Grupo experimental		O ₁ = Medición pre test de la variable independiente											
X= Manipulación de la variable independiente		O ₂ = Medición post test de la variable independiente											

Anexo N° 02: Cuadro de Operacionalización de Variables

VARIABLE INDEPENDIENTE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
MUSICOTERAPIA	Según la Federación Mundial de Musicoterapia (VIII Congreso Mundial, Hamburgo, Alemania, 1996) es el uso de la música y de otros elementos aplicados a un paciente o un grupo de ellos para originar la recuperación, conservación y mejoría de la salud mental, física y social.	Se medirá el efecto al final de las 6 sesiones al aplicar el post test de Yesavage.	Método pasivo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Música guiada. ✓ Reminiscencia.
			Método activo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Estimulación auditiva y visual. ✓ Kinesiológico.

Anexo N° 03: Cuadro de Operacionalización de Variables

VARIABLE DEPENDIENTE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<p>DEPRESIÓN</p>	<p>Se caracteriza por una tristeza intensa o de una duración suficiente como para interferir en la funcionalidad, en disminución del interés por las actividades.</p>	<p>La variable se recolectará a través de un pre test y finalmente un post test con la aplicación de la escala de depresión geriátrica – Test de Yesavage a los adultos mayores.</p>	<p>COGNITIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pensamientos de muerte o suicidio. ✓ Falta de concentración. ✓ Pérdida de interés.
			<p>CONDUCTUAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aislamiento ✓ Descuido de la apariencia física. ✓ Tendencia al llanto ✓ Falta de energía ✓ Inseguridad
			<p>AFECTIVA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tristeza ✓ Ansiedad ✓ Culpabilidad ✓ Irritabilidad

Anexo N° 04: Instrumento de recolección de datos “Test de Yesavage”



ESCALA DE DEPRESION GERIATRICA – TEST DE YESAVAGE

Buenos días, soy alumna de la universidad Cesar Vallejo de la especialidad de enfermería IX ciclo, estoy realizando el trabajo de investigación denominado: Programa de Musicoterapia para disminuir los Niveles de Depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura. A través de su respuesta, colocando SI o NO podremos ayudar a contribuir con el éxito del trabajo de investigación.

Pregunta a realizar	Respuestas correctas
1. ¿En general, está satisfecho/a con su vida?	NO
2. ¿Ha renunciado a muchas de sus actividades y pasatiempos?	SI
3. ¿Siente que su vida está vacía?	SI
4. ¿Se encuentra a menudo aburrido?	SI
5. ¿Se encuentra alegre y optimista, con buen ánimo casi todo el tiempo?	NO
6. ¿Teme que le vaya a pasar algo malo?	SI
7. ¿Se siente feliz, contento la mayor parte del tiempo?	NO
8. ¿Con frecuencia se siente desamparado/a, desprotegido/a?	SI
9. ¿Prefiere quedarse en casa que acaso salir y hacer cosas nuevas?	SI
10. ¿Cree que tiene más problemas de memoria que la mayoría de la gente?	SI
11. ¿Cree que es agradable estar vivo?	NO
12. ¿Actualmente se siente un/a inútil?	SI
13. ¿Se siente lleno de energía?	NO
14. ¿Se siente sin esperanza en este momento?	SI
15. ¿Cree que la mayoría de la gente vive económicamente mejor que usted?	SI

PUNTACION

Se asigna un punto por cada respuesta que coincida con la reflejada en la columna de la derecha, y la suma total se valora como sigue:

0-5: Leve o normal

6-10: Depresión moderada.

11-15: Depresión severa.

Anexo N° 05: Evidencia de la aplicación del PRE TEST



ESCALA DE DEPRESION GERIATRICA – TEST DE YESAVAGE

Buenos días, soy alumna de la universidad Cesar Vallejo de la especialidad de enfermería IX ciclo, estoy realizando el trabajo de investigación denominado: Programa de Musicoterapia para disminuir los Niveles de Depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura. A través de su respuesta, colocando SI o NO podremos ayudar a contribuir con el éxito del trabajo de investigación.



Pregunta a realizar	Respuestas correctas
1. ¿En general, está satisfecho/a con su vida?	SI
2. ¿Ha renunciado a muchas de sus actividades y pasatiempos?	SI
3. ¿Siente que su vida está vacía?	NO
4. ¿Se encuentra a menudo aburrido?	SI
5. ¿Se encuentra alegre y optimista, con buen ánimo casi todo el tiempo?	SI
6. ¿Teme que le vaya a pasar algo malo?	SI
7. ¿Se siente feliz, contento la mayor parte del tiempo?	NO
8. ¿Con frecuencia se siente desamparado/a, desprotegido/a?	SI
9. ¿Prefiere quedarse en casa que acaso salir y hacer cosas nuevas?	SI
10. ¿Cree que tiene más problemas de memoria que la mayoría de la gente?	NO
11. ¿Cree que es agradable estar vivo?	SI
12. ¿Actualmente se siente un/a inútil?	SI
13. ¿Se siente lleno de energía?	NO
14. ¿Se siente sin esperanza en este momento?	SI
15. ¿Cree que la mayoría de la gente vive económicamente mejor que usted?	NO

PUNTACION

Al sumar las coincidencias da como resultado **9** puntos.
Se ubica en DEPRESION MODERADA.

Anexo N° 06: PROGRAMA DE MUSICOTERAPIA

- Datos Generales:

- Autor: Kemberling Pacherras Pérez
- Modo de las sesiones: Virtual

- Descripción del programa:

Este programa de Musicoterapia consiste en **6** sesiones de una hora de duración cada una. En el presente programa de musicoterapia se pretende que los adultos mayores con depresión, por medio de aplicación activa y pasiva de técnicas dinámicas y expresivas, logren exteriorizar sentimientos y emociones, así como interactuar de forma dinámica y eficaz con otras personas con otras personas del mismo grupo. Paralelamente, se desea brindar un espacio de libre expresión y recreación grupal a dichas personas, en el cual, al desarrollar y reforzar sus habilidades sociales, desarrollen un buen Autoconcepto y así reducir niveles de Depresión.

El programa se fundamenta principalmente como un proceso sistemático de intervención y va dirigida a un objetivo o meta organizada y regular, por sobre experiencias improvisadas aleatoriamente. Los objetivos a alcanzar en este tipo de terapia son la restauración, manutención y mejoramiento de la salud física y mental, así como rehabilitación y entrenamiento de destrezas esenciales para la vida cotidiana, logrando mayor bienestar y funcionamiento dentro del entorno social. También, permite la comprensión de sí mismo, estimulando el descubrimiento de potencialidades y recursos, dando cambios positivos de conducta como consecuencia.

Mediante intervenciones activas como el canto, la danza, utilización de instrumentos y audición de música, y receptivas como los métodos de relajación e imaginación guiada, se pretende estudiar la estructura individual de cada participante por medio de la verbalización de emociones, reacción ante estímulos sonoros, referencia a recuerdos y memorias olvidadas y plasmación de estados internos a través de dibujos, palabras y movimientos, el vínculo de pacientes con el terapeuta permite desarrollar herramientas positivas y sanas para afrontar dificultades en la vida. Estas técnicas mencionadas anteriormente se integran en las actividades diseñadas en cada sesión del programa, con la

finalidad de desarrollar una intervención eficaz, productiva y profunda mediante la participación activa y pasiva de los sujetos.

- **Objetivos:**

Desarrollar actividades y técnicas de Musicoterapia con un grupo de 75 adultos mayores deprimidos, con el propósito de incentivar su desenvolvimiento social, expresión de sentimientos y emociones a través de la música y actividades dinámicas y entretenidas para así reducir el nivel de depresión en dichas personas.

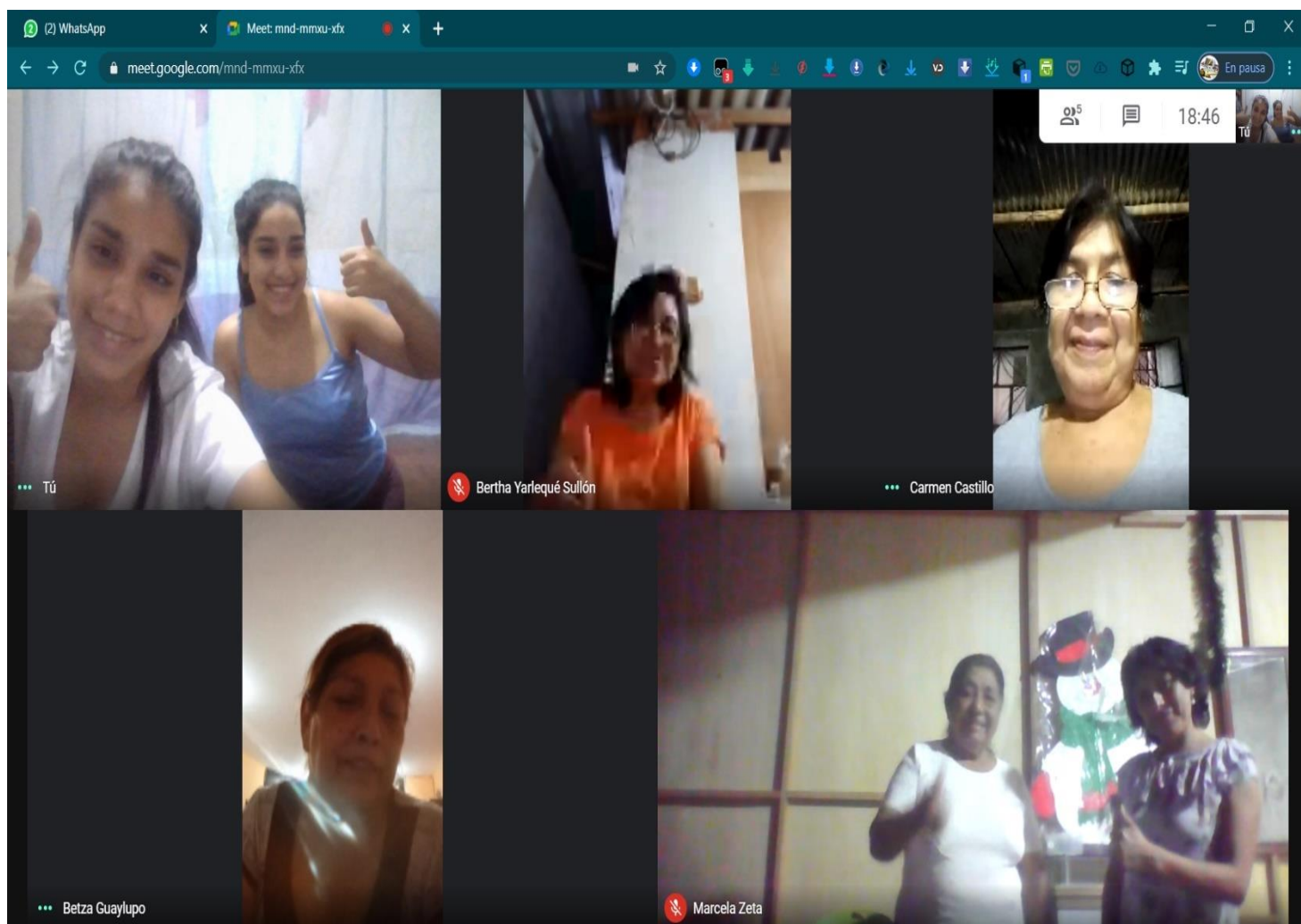
SESIÓN	TÍTULO	ACTIVIDADES	MATERIALES	FECHA / DÍA
1	¿Cuál es tu gusto musical?	<ul style="list-style-type: none"> • De forma individual, todos los participantes responderán verbalmente un breve cuestionario el cual dará una perspectiva clara ante el gusto musical de cada uno, para posteriormente usar composiciones sugeridas por los miembros a lo largo del programa. • En grupo, todos entablarán una discusión sobre el gusto musical de cada uno, expresando memorias y recuerdos que asocien a las respectivas canciones y artistas. • Para empezar a desarrollar el programa de musicoterapia, realizaremos ejercicios de relajación con ayuda de una música de fondo. • Para finalizar esta primera sesión mostraremos 4 pasos para realizar una coreografía y dar por finalizado la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. 	domingo 17/10/21
		<ul style="list-style-type: none"> • Al iniciar realizaremos ejercicios de respiración, ejercicios de relajación con una música de fondo como apoyo. • Haciendo uso de las respuestas obtenidas en el cuestionario realizado la sesión pasada, se escogerán canciones populares, las cuales se 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. 	Domingo 24/10/21

2	¿A qué te recuerda esta canción?	<p>emplearán para incentivar una meditación y reflexión de los participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se dará opción a que interpreten o canten las canciones en caso de quererlo hacer, motivándolos durante la apreciación de las canciones. 		
3	Viaje imaginario	<ul style="list-style-type: none"> • Haciendo uso de técnicas de relajación y fantasía guiada, junto a técnicas de respiración guiadas por el terapeuta, se inducirá a los participantes en un estado de relajación profundo y prolongado. El terapeuta va narrando la fantasía y describiendo el lugar (la playa, el bosque, el campo, etc.) reproducirá ciertas piezas musicales acorde a lo que se desarrolla. • Una vez concluida la relajación guiada, lentamente detener la técnica para posteriormente elaborar un debate sobre cómo se sienten los participantes, comparando sus opiniones y educarlos para poder replicar la actividad en el hogar de ancianos. • Se proporciona material auditivo para lograrlo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. 	Domingo 31/10/21
4	Repitiendo y modelando	<ul style="list-style-type: none"> • Para dicha sesión el terapeuta cuenta con una serie de coreografías simples, las cuales son establecidas previamente. • Cada una corresponde al coro de una determinada melodía, las cuales se demuestran al conjunto de participantes. • Posteriormente, se indica a los mismos, que repetirán dicha dinámica imitando la coreografía del terapeuta. • Dichas composiciones serán reproducidas de forma aleatoria, continua o intermitente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. 	Domingo 07/11/21

		<ul style="list-style-type: none"> • A lo largo de dicha sesión se observará el comportamiento e interacción de los integrantes. 		
5	Canto, expresión y danza con pañuelo.	<ul style="list-style-type: none"> • Se escogerá una canción popular que los integrantes puedan cantar haciendo uso de ritmos básicos creados por el terapeuta. Todos los participantes cantarán partes y estrofas de la canción. • Posteriormente, haciendo uso del ritmo establecido, improvisarán bordones y versos con diferentes sílabas y armonizarán al mismo tiempo. El terapeuta se debe involucrar activamente en la actividad para motivar a los participantes y reducir la resistencia de los mismos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. 	Domingo 14/11/21
6	Clausura: "Concurso de baile"	<ul style="list-style-type: none"> • Se les explicará que la modalidad de la actividad consistirá en un "concurso de baile y canto" para el cual deberán formular una coreografía grupal para una única melodía previamente establecida. • Se les brindará tiempo suficiente para un ensayo breve de la misma a manera de ponerse de acuerdo. • Posteriormente se preparará una especie de escenario para la demostración de la misma por grupos. • Antes de concluir, si se dispone de tiempo suficiente, se desarrollará la actividad elegida por los ancianos como su favorita, por lo cual es importante contar con todos los materiales posibles para llevarlas a cabo. • Después se agradecerá la participación brindando un espacio para que manifiesten sus 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Laptop ✓ Internet ✓ Música clásica de fondo. ✓ Canción "vivir mi vida" 	Domingo 21/11/21

		<p>pensamientos y opiniones con respecto a la actividad, por último, se procederá a la premiación del total de los participantes mediante la entrega de un reconocimiento.</p> <ul style="list-style-type: none">• En caso de ser posible, proporcionar una refacción a los participantes, representando la celebración al haber concluido con las actividades.		
--	--	---	--	--

Anexo N° 07: Evidencias de las sesiones aplicadas por la plataforma Google Meet.



Anexo N° 08: Evidencia de la aplicación del POS TEST



ESCALA DE DEPRESION GERIATRICA – TEST DE YESAVAGE

Buenos días, soy alumna de la universidad Cesar Vallejo de la especialidad de enfermería IX ciclo, estoy realizando el trabajo de investigación denominado: Programa de Musicoterapia para disminuir los Niveles de Depresión en tiempos de COVID-19 del Club Adulto Mayor de la Municipalidad Provincial de Piura. A través de su respuesta, colocando SI o NO podremos ayudar a contribuir con el éxito del trabajo de investigación.

Pregunta a realizar	Respuestas correctas
1. ¿En general, está satisfecho/a con su vida?	SI
2. ¿Ha renunciado a muchas de sus actividades y pasatiempos?	SI
3. ¿Siente que su vida está vacía?	NO
4. ¿Se encuentra a menudo aburrido?	NO
5. ¿Se encuentra alegre y optimista, con buen ánimo casi todo el tiempo?	SI
6. ¿Teme que le vaya a pasar algo malo?	SI
7. ¿Se siente feliz, contento la mayor parte del tiempo?	SI
8. ¿Con frecuencia se siente desamparado/a, desprotegido/a?	NO
9. ¿Prefiere quedarse en casa que acaso salir y hacer cosas nuevas?	SI
10. ¿Cree que tiene más problemas de memoria que la mayoría de la gente?	SI
11. ¿Cree que es agradable estar vivo?	SI
12. ¿Actualmente se siente un/a inútil?	SI
13. ¿Se siente lleno de energía?	NO
14. ¿Se siente sin esperanza en este momento?	NO
15. ¿Cree que la mayoría de la gente vive económicamente mejor que usted?	NO



PUNTACION

Al sumar las coincidencias da como resultado **6** puntos.
Se ubica en DEPRESION MODERADA.