

# MUSICOTERAPIA FRENTE A LA ANSIEDAD EN LA CONSULTA ODONTOLÓGICA

**Autor:** Rosa de los Angeles Díaz  
**1 Cirujano Dentista, Universidad  
Andina del Cusco,  
Email:  
016100536c@uandina.edu.pe  
ORCID (0009-0006-9018-1459)**

## RESUMEN

**Objetivo:** Evaluar la efectividad de la musicoterapia para reducir la ansiedad en pacientes del Centro Estomatológico Universitario Luis Vallejos Santoni, Universidad Andina del Cusco (2024). **Material y Método:** Se empleó un diseño cuasi experimental con enfoque cuantitativo, analizando a pacientes atendidos durante septiembre del semestre 2024. Los instrumentos utilizados incluyeron el test de Idare y una ficha de signos vitales; **Resultados:** evidenciaron diferencias significativas entre los grupos con y sin musicoterapia. En el grupo sin intervención, el 100% de los pacientes experimentó incrementos en presión arterial (PA), pulso y frecuencia respiratoria (FR), sin

mostrar regulación. En cambio, en el grupo con musicoterapia, el 78.5% de los pacientes presentó reducción de la PA, el 66.7% disminuyó el pulso y el 99.3% mostró una menor FR. Estos hallazgos reflejan la efectividad de la musicoterapia para estabilizar los signos vitales.

**Conclusión:** la musicoterapia es una herramienta eficaz para mitigar la ansiedad en pacientes odontológicos, contribuyendo a mejorar los indicadores fisiológicos y a brindar una experiencia más confortable durante el tratamiento.

**Palabras Clave:** Musicoterapia, Ansiedad, Odontología.

## ABSTRACT

**Objective:** To evaluate the effectiveness of music therapy to reduce anxiety in patients at the Luis Vallejos Santoni University Stomatology Center, Andean University of Cusco (2024). **Material and Method:** A quasi-experimental design with a quantitative approach was used, analyzing patients treated during September of the 2024 semester. The instruments used included the Idare test and a vital signs sheet; **Results:** significant differences were evident between the groups with and without music therapy. In the group without intervention, 100% of the patients experienced increases in blood pressure (BP), pulse and respiratory rate (RR), without showing regulation. On the other hand, in the music therapy group, 78.5% of patients showed a reduction in BP, 66.7% decreased pulse rate, and 99.3% showed a lower RR. These findings reflect the effectiveness of music therapy in stabilizing vital signs. **Conclusion:** music therapy is an effective tool to mitigate anxiety in dental patients, contributing to improving physiological indicators and providing a more comfortable experience during treatment.

**Keywords:** Music therapy, Anxiety, Dentistry.

## INTRODUCCIÓN

La musicoterapia, conocida como el "arte de las musas", es una disciplina que utiliza sonidos, ritmos y melodías como herramientas terapéuticas.(1) Desde la antigüedad, la música ha formado parte integral de la experiencia humana, no solo como expresión artística, sino también como un medio para influir en la salud mental, emocional y física. Este enfoque se fundamenta en la idea de que la música tiene un profundo impacto en nuestro cuerpo y mente,(2) promoviendo beneficios que abarcan desde el ámbito motor y cognitivo hasta el social y emocional. Con el paso del tiempo, este potencial terapéutico de la música ha sido reconocido y estudiado formalmente, dando lugar a la musicoterapia como una disciplina científica.(3)

### Orígenes y desarrollo de la musicoterapia

El uso de la música como herramienta terapéutica(4) no es nuevo. Desde las civilizaciones antiguas, las culturas han empleado cantos, melodías e instrumentos musicales en rituales de curación y meditación. Sin embargo, el reconocimiento formal de la musicoterapia como una práctica clínica se consolidó durante el siglo XX. El neurólogo Oliver Sacks,(5) conocido por su trabajo en neurología y autor de varios libros sobre el cerebro humano, jugó un papel fundamental en este desarrollo al introducir la musicoterapia en hospitales de Estados Unidos. Inicialmente, esta terapia se utilizó para tratar trastornos neurológicos como el Parkinson y otras demencias.(6) La musicoterapia también encontró aplicación en otros ámbitos de la salud, como la psicología y la odontología, ampliando su alcance y validación científica.

En América Latina, el interés por la musicoterapia también ha crecido significativamente. Por ejemplo, en 1977 se realizó el Primer Seminario de Musicoterapia en Chile, y en 2005 se fundó la primera Asociación Chilena de Musicoterapia. Estas iniciativas reflejan el reconocimiento creciente de la música como un recurso poderoso para el bienestar.(7)

### Qué es la musicoterapia

La musicoterapia se define como una terapia no farmacológica con base científica que utiliza la música y sus elementos como el ritmo, la melodía y la armonía para promover cambios positivos en las personas.(8) Según Kenneth Bruscia, destacado musicoterapeuta norteamericano, esta disciplina busca restaurar el bienestar a través de experiencias musicales. Estas experiencias pueden incluir escuchar música, tocar instrumentos, componer melodías o incluso improvisar ritmos.(9)

El proceso terapéutico en la musicoterapia no es uniforme; está adaptado a las necesidades individuales de cada persona. Los objetivos pueden variar desde reducir la ansiedad y el estrés hasta mejorar habilidades motoras, fortalecer la memoria o fomentar la expresión emocional. Este enfoque personalizado hace que la musicoterapia sea una herramienta versátil y eficaz en una amplia gama de contextos. (10)

### Beneficios generales de la musicoterapia

La musicoterapia genera cambios positivos en varios niveles:

**Fisiológico:** La música puede influir en el sistema nervioso simpático, ayudando a regular signos vitales como la presión

arterial, la frecuencia respiratoria y la frecuencia cardíaca. Esto resulta especialmente útil en situaciones de estrés o ansiedad, donde estos parámetros tienden a alterarse.(11)

**Psicológico y emocional:** La música tiene un efecto directo en las emociones. Puede generar relajación, reducir tensiones y aliviar el dolor emocional. Además, escuchar música placentera estimula la liberación de dopamina y endorfinas, sustancias químicas que producen sensaciones de felicidad y bienestar.(4)

**Cognitivo:** La música también puede mejorar funciones cognitivas como la atención, la memoria y la resolución de problemas. Esto es particularmente útil en personas con trastornos neurológicos o en adultos mayores.(12)

**Social:** Participar en actividades musicales en grupo fomenta la interacción social, la colaboración y el sentido de pertenencia.

**Conductual:** La musicoterapia puede influir en el comportamiento, promoviendo respuestas más calmadas y controladas en situaciones estresantes.(13)

La musicoterapia y su impacto en los signos vitales

La relación entre la musicoterapia y los signos vitales es uno de los aspectos más estudiados. La música tiene la capacidad de influir directamente en la presión arterial, la frecuencia respiratoria y la frecuencia cardíaca, tres indicadores esenciales de la salud física.(14)

**Presión arterial**

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre al circular contra las paredes de los

vasos sanguíneos.(15) En situaciones de estrés, esta aumenta debido a la activación del sistema nervioso simpático, lo que también eleva la frecuencia cardíaca. La música, especialmente los tonos suaves y relajantes, tiene un efecto ansiolítico(16) que ayuda a reducir la presión arterial, disminuyendo el riesgo de problemas cardiovasculares. Este efecto relajante también contribuye a la sensación general de calma.(17)

**Frecuencia respiratoria**

La frecuencia respiratoria se refiere al número de veces que una persona respira por minuto. En adultos, el rango normal es de 16 a 20 respiraciones por minuto.(18) Situaciones de ansiedad pueden generar taquipnea (respiración rápida), mientras que el estrés prolongado puede llevar a patrones respiratorios irregulares. La música lenta promueve una respiración más profunda y pausada,(19) ayudando a regular este indicador y favoreciendo un estado emocional más equilibrado.(20)

**Frecuencia cardíaca**

La frecuencia cardíaca mide el número de latidos por minuto. En adultos, lo normal es de 60 a 100 latidos por minuto. En momentos de ansiedad, el corazón late más rápido debido a la liberación de adrenalina. La música relajante, al actuar sobre el sistema nervioso, puede ralentizar el ritmo cardíaco, promoviendo un estado de tranquilidad mental y menor tensión. (21)

**La musicoterapia y las hormonas**

La música también tiene un impacto en el equilibrio hormonal del cuerpo. Por ejemplo, puede reducir los niveles de norepinefrina, una hormona relacionada con el estrés, y aumentar la producción de dopamina, conocida como la "hormona de

la felicidad"(22). Además, estimula la liberación de endorfinas, sustancias que actúan como analgésicos naturales y elevan el umbral del dolor. Este efecto es particularmente útil en contextos clínicos donde los pacientes enfrentan dolor o malestar.(23)

La musicoterapia como herramienta para reducir la ansiedad

La ansiedad es una de las afecciones más comunes en la sociedad moderna, y la musicoterapia ha demostrado ser una herramienta eficaz para su manejo. Diversos estudios han mostrado que la música activa una red de regiones cerebrales como la amígdala, el hipocampo y la corteza prefrontal involucradas en la regulación emocional. Este proceso no solo reduce los niveles de ansiedad, sino que también promueve el positivismo y el bienestar general. En algunos casos, la musicoterapia

## MATERIALES Y METODOS:

El estudio tuvo un alcance aplicativo a través de la musicoterapia como medio de, con un diseño cuasi experimental de corte transversal, la población estuvo constituida por 1035 pacientes atendidos en el Centro estomatológico Luis vallejos Santoni de la ciudad de Cusco, con una muestra de 270 pacientes, realizada con una fórmula de poblaciones finitas, con un nivel de significancia de 95%.el estudio abarco un grupo muestra que recibió musicoterapia y un grupo control que no recibieron musicoterapia, donde los instrumentos utilizados fueron una ficha de signos vitales utilizados antes y después del estudio y el test de IDARE fue aplicado de acuerdo con la escala de evaluación psicológica centrándose en las habilidades cognitivas.

## RESULTADOS

### Tablas y Figuras

Tabla 1 : Efectividad de la musicoterapia frente a la ansiedad en la consulta odontológica en el Centro Estomatológico Universitario Luis Vallejos Santoni, Universidad Andina del Cusco – 2024

		Musicoterapia Chi cuadrado				
		Con musicoterapia		Sin musicoterapia		p
		f	%	f	%	
Nivel de ansiedad antes	Sin ansiedad	0	0,00%	0	0,0%	0,000
	Ansiedad baja	5	3,70%	3	2,2%	
	Ansiedad moderada	10	7,40%	10	7,4%	
	Ansiedad elevada	120	88,96%	122	90,4%	
Total		135	100,0%	135	100,0%	
Nivel de ansiedad después	Sin ansiedad	8	5,90%	0	0,0%	0,000
	Ansiedad baja	64	47,40%	7	5,2%	
	Ansiedad moderada	39	28,90%	10	7,4%	
	Ansiedad elevada	24	17,80%	118	87,4%	
Total		135	100,0%	135	100,0%	

### Fuente Propia

La tabla muestra los niveles de ansiedad antes y después del tratamiento con musicoterapia en pacientes de la muestra de estudio. Antes de la intervención, el 88.9% de los pacientes que recibieron musicoterapia presentaban ansiedad elevada, al igual que el 90.4% del grupo sin musicoterapia, mientras que solo un pequeño porcentaje tenía ansiedad baja o moderada. Después de la intervención, se observó una mejora notable en el grupo con musicoterapia: el 5.9% de los pacientes ya no presentaba ansiedad, el 47.4% tenía ansiedad baja y el 28.9% ansiedad moderada. Solo el 17.8% mantenía ansiedad elevada. En contraste, en el grupo sin musicoterapia, el 87.4% seguía con ansiedad elevada, mientras que solo el 5.2% mostró ansiedad baja y el 7.4% ansiedad moderada. La diferencia entre ambos grupos es estadísticamente significativa, con un valor de  $p=0.000$ , indicando la efectividad de la musicoterapia para reducir la ansiedad.

Fig. 1 Control de signos vitales después de la musicoterapia



## DISCUSIÓN

Barona Ángela (Ecuador, 2021). La indagación realizada por Barona reveló que un 60% de los pacientes manifestaba ansiedad de grado moderado y un 25% ansiedad de grado severo.

Los hallazgos de esta investigación evidencian un patrón análogo, en el que los niveles de ansiedad se manifiestan en diversas respuestas fisiológicas, tales como la presión arterial y la frecuencia cardíaca. Esto demuestra que los pacientes que no reciben musicoterapia experimentan un incremento en todos los signos vitales, en contraste con aquellos que recibieron musicoterapia hecho que guarda relación con los resultados de este estudio.

Desde esta perspectiva, ambas investigaciones subrayan la prevalencia de la ansiedad en el ámbito odontológico. A pesar de que el estudio contemporáneo ofrece un examen más exhaustivo al incorporar la valoración de los signos vitales, lo cual facilita una comprensión más profunda del efecto de la musicoterapia.

Barona llegó a la conclusión de que la musicoterapia propicia un estado de relajación y un estado de bienestar físico y emocional en los pacientes.

Esto concuerda con los hallazgos contemporáneos, en los que un porcentaje significativo de pacientes sometidos a musicoterapia exhibieron una reducción significativa en la presión arterial (PA), la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria (FR). Esto indica que la musicoterapia ejerce no solo una influencia subjetiva sobre la percepción de la ansiedad, sino que también ejerce una influencia objetiva en las respuestas fisiológicas de los pacientes.

En la presente investigación, el 78.5% de los pacientes evidenció una reducción en la PA y el 99.3% una disminución en la Frecuencia respiratoria, lo que subraya una ventaja adicional en lo que respecta a la salud física.

Desde una perspectiva teórica, la concepción de Reyes acerca de la ansiedad como un estado emocional común que puede ser productivo en niveles moderados, pero perjudicial cuando se intensifica, también se encuentra corroborada en los resultados obtenidos en este estudio. La ansiedad elevada puede provocar perturbaciones considerables en el equilibrio interno del individuo, y la condición odontológica,

que frecuentemente genera ansiedad, puede tener un impacto adverso en el bienestar del paciente. Como se evidencia en los hallazgos, la implementación de la musicoterapia no solo favorece la mitigación de la ansiedad, sino que también puede prevenir las repercusiones adversas que Reye señala, optimizando la calidad de la atención dental y el bienestar integral del paciente.

La distinción primordial entre ambos estudios reside en el enfoque metodológico adoptado. La investigación realizada por Barona empleó un enfoque observacional y descriptivo con una muestra reducida (40 pacientes), mientras que la presente investigación integró una metodología sólida con una mayor cantidad de participantes (270 pacientes), lo que posibilita una validez y generalización más amplia de los hallazgos. Adicionalmente, el presente estudio abarca un examen más exhaustivo de los signos vitales previos y posteriores a la intervención, proporcionando una comprensión más profunda del efecto fisiológico de la musicoterapia.

## CONCLUSIÓN

La musicoterapia ha demostrado ser una herramienta efectiva y significativa para reducir los niveles de ansiedad en los pacientes estudiados. Los resultados evidencian una mejora considerable tras la intervención: un 5.9% de los pacientes logró eliminar por completo su ansiedad, mientras que un 47.4% presentó niveles bajos de ansiedad. En contraste, el 87.4% de los pacientes del grupo sin musicoterapia continuó experimentando niveles elevados de ansiedad, marcando una diferencia notable entre ambos grupos.

Además de su impacto en los casos de ansiedad elevada, la musicoterapia también contribuyó a reducir los niveles de ansiedad moderada en el grupo tratado, consolidándose como una herramienta clave para estabilizar las respuestas emocionales. Este efecto refuerza su potencial terapéutico en contextos clínicos, ofreciendo una alternativa no farmacológica para el manejo de este problema.

Desde un punto de vista estadístico, los resultados son contundentes. La diferencia observada entre los grupos con y sin musicoterapia es altamente significativa ( $p=0.000$ ), lo que confirma la eficacia de esta intervención en un entorno clínico.

En cuanto a las aplicaciones prácticas, los hallazgos sugieren que la musicoterapia puede incorporarse como una estrategia complementaria en diferentes áreas de la atención sanitaria. Su utilidad es particularmente relevante en entornos como la odontología, donde la ansiedad suele ser un desafío que afecta tanto la experiencia del paciente como el desempeño clínico.

En un futuro existe la necesidad de realizar investigaciones adicionales para optimizar esta intervención. Sería valioso explorar variables como la duración de las sesiones, los géneros musicales más efectivos y la frecuencia adecuada de aplicación, con el objetivo de ampliar su alcance en distintos contextos y poblaciones específicas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guzmán Romo JA. La educación rítmica de la percusión afrolatinoamericana en la carrera maestro en música en Colombia. *Rev Univ Soc.* junio de 2020;12(3):167-75.
2. Alvin J. Música para el niño disminuido. *Melos*; 2024. 192 p.

3. Fernández-Campoy JM, Chacana Yorda C, Ramos Navas-Parejo M, Sánchez Claros JP. Investigación e innovación docente en la competencia digital. 2024;1-196.
4. El uso de la música como herramienta en la intervención desde terapia ocupacional. Revisión bibliográfica - Repositorio Institucional de Documentos [Internet]. [citado 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://zaguan.unizar.es/record/102044>
5. Pérez CP. LA MUSICOTERAPIA COMO ALTERNATIVA DE DIFERENTES TRATAMIENTOS Y PATOLOGIAS.
6. Fernández Company JF, García-Rodríguez M, Ondé D, Calero-Aparicio E. Eficacia de la Musicoterapia en la Satisfacción con los Roles y Actividades Sociales en Pacientes Neurológicos. Efficacy of Music Therapy on Satisfaction with Social Roles and Activities in Neurological Patients [Internet]. 2022 [citado 20 de diciembre de 2024]; Disponible en: <https://reunir.unir.net/handle/123456789/14926>
7. Díaz Abrahan V, Zambonini JP, Tosto V, Díaz Abrahan V, Zambonini JP, Tosto V. La formalización de las prácticas profesionales en Musicoterapia. Una aproximación al estudio de la construcción de conocimientos disciplinares en América Latina. Espac En Blanco Ser Indagaciones. diciembre de 2022;32(2):83-96.
8. Cabrera AMC, Acuña JEC, Izquierdo LAV. Técnica no farmacológica en manejo conductual en odontopediatría, musicoterapia. Revisión bibliográfica. Dominio Las Cienc. 30 de abril de 2023;9(2):1410-8.
9. TFG\_F\_2024\_116.pdf [Internet]. [citado 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: [https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/72068/TFG\\_F\\_2024\\_116.pdf?sequence=1](https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/72068/TFG_F_2024_116.pdf?sequence=1)
10. Acebes de Pablo A. Musicoterapia basada en técnicas de música e imagen (MI) como intervención en casos de niños con y sin diagnóstico de Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (TDAH): un enfoque mixto. 2021 [citado 20 de diciembre de 2024]; Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/46389>.
11. González CMM. Beneficios de la musicoterapia como terapia complementaria en enfermería. Rev Investig En Musicoter [Internet]. 24 de diciembre de 2022 [citado 20 de diciembre de 2024];6. Disponible en: <https://revistas.uam.es/rim/article/view/15440>
12. Beneficios de la musicoterapia en la calidad de vida de los adultos mayores. - Document - Gale OneFile: Informe Académico [Internet]. [citado 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA615495768&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&iissn=16927273&p=IFME&sw=w&userGroupName=anon%7Eeb828447&aty=open-web-entry>.
13. Suárez MIB, Ramírez CYC. Beneficios de la musicoterapia como estrategia en el aprendizaje de los niños en la primera infancia. Educ Sentipensante. 11 de septiembre de 2024;4(1):55-62.
14. Tejada Muñoz S, Díaz Manchay R. Musicoterapia en la mejora de signos vitales de prematuros en un hospital público. Med Natur. 2020;14(2):18-22.

15. National\_Early\_Warning\_Score\_2\_en\_la\_evaluacion\_de\_pacientes\_en\_diferentes\_escenarios\_sanitarios\_revisin\_del\_alcance.pdf [Internet]. [citado 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: [https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/24975/2/National\\_Early\\_Warning\\_Score\\_2\\_en\\_la\\_evaluacion\\_de\\_pacientes\\_en\\_diferentes\\_escenarios\\_sanitarios\\_revisin\\_del\\_alcance.pdf#page=149](https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/24975/2/National_Early_Warning_Score_2_en_la_evaluacion_de_pacientes_en_diferentes_escenarios_sanitarios_revisin_del_alcance.pdf#page=149)

16. Lobato Fernández M. Manejo del dolor postoperatorio en cirugía cardíaca. Revisión sistemática. 2022 [citado 20 de diciembre de 2024]; Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/54172>

17. Torres-Ake EA, Lugo-Ake G del R, Matos-Villanueva JA, Puch-Kú EB. Masaje frente a musicoterapia para reducir el estrés en prematuros de una unidad crítica neonatal, una revisión sistemática. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 25 de junio de 2020;28(1):49-57.

18. Mangas Merino P. Musicoterapia como intervención no farmacológica en el marco del delirium en UCI: una revisión sistemática. 2023 [citado 20 de diciembre de 2024]; Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/60016>

19. La importancia del sueño en el desarrollo infantil: un estudio sobre niños de 0 a 6 años [Internet]. [citado 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://gredos.usal.es/handle/10366/159072>

20. Silva JJF e, Costa RS da. Práticas integrativas e complementares no tratamento da depressão: revisão integrativa. Res Soc Dev. 10 de diciembre de 2021;10(16):e168101623595-e168101623595.

21. Hernández Velázquez FM, Santiesteban Rodríguez B de la C, Pizarro Hechavarría RJ, Hernández Velázquez FM, Santiesteban Rodríguez B de la C, Pizarro Hechavarría RJ. Influencia de la musicoterapia en la disminución de cifras tensionales moderadamente altas. MediSur. diciembre de 2022;20(6):1132-40.

22. Naranjo Rodriguez V. La musicoterapia como una nueva forma para el tratamiento de la depresión: una revisión sistemática. 25 de enero de 2022 [citado 20 de diciembre de 2024]; Disponible en: <http://hdl.handle.net/10785/9484>.

23. Melo-Orta D, Páez-Maldonado B, Valdés-Saldaña D, Palafox-Badillo JE, Melo-Orta D, Páez-Maldonado B, et al. Efecto de la musicoterapia en signos vitales y dolor posoperatorio inmediato. Rev Sanid Mil [Internet]. marzo de 2024 [citado 20 de diciembre de 2024];78(1). Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0301-696X2024000100003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0301-696X2024000100003&lng=es&nrm=iso&tlng=es).