

# Tipos de música y estados de ánimo en Adultos Mayores del CAM en Pueblo Libre

---

Autoras

Dana Núñez Esquivel

Diana Segura Mayurí

Claudia Babilonia Romero

Jhois Chambilla Toro

1

# INTRODUCCIÓN

---



# Problemática



- Perú es uno de los países con **más altos índices de población adulta mayor** de América Latina, representando el 12,7% de la población total (INEI, 2020).

- El 82, 3% de lxs adultos mayores padece **al menos una enfermedad crónica** (MINSA, 2020).



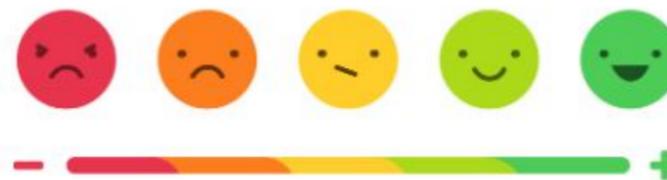
- Los problemas en el **estado de ánimo relacionados a la tristeza o irritabilidad** pueden ser una **barrera para un estado de bienestar en lxs adultos mayores** (Chong, 2013).



# Marco conceptual



- La música estimula los sistemas endógenos de recompensa, de forma que actúa como moduladora frente a las emociones como la tristeza y la ira produciendo sentimientos de placer intenso y felicidad (Candela, 2021).



- Mayor posibilidad de **mejorar el estado de ánimo en lxs AM a través de la música**, desponjándolxs de duelos, temores y frustraciones (Creech et al., 2013; Soplin, 2015)
- **Escasos estudios con terapias alternativas** en relación con el estado de ánimo en AM a nivel nacional (Carrillo, 2019)





# Objetivos

---

- **OBJETIVO GENERAL:** Analizar el impacto de la música en el estado de ánimo de los adultos mayores de un CAM en Pueblo Libre
  - **1er objetivo específico:** analizar si la música de tipo activante generan **emociones relacionadas a la alegría.**
  - **2do objetivo específico:** analizar los efectos de la música tipo relajante sobre los **estados emocionales relacionados a la tristeza.**





COLOQUIO  
DE ESTUDIANTES  
DE PSICOLOGÍA PUCP

2

# MÉTODO

---

# Participantes



- Muestra conformada por 24 adultos mayores del Centro del Adulto Mayor (CAM) en Pueblo Libre
- 18 mujeres y 6 varones
- Edad: M = 71.04, DE = 5.44
- Ninguno de los sujetos reportó alguna enfermedad neurológica, ni el consumo de medicamentos



## Consideraciones éticas

- Se preservaron las medidas de seguridad dispuestas por el gobierno (COVID-19)
- Consentimiento informado (objetivos, confidencialidad, participación voluntaria)

# Medición

## Sistema Internacional de Imágenes Afectivas (IAPS)

- Para inducir a que los participantes se encuentren en las mismas condiciones al iniciar el experimento (Gantiva et al., 2019).
- 8 imágenes con contenido negativo del IAPS
- Escala de 9 puntos (siendo 1 nada activante o emocional y 10 muy activante o emocional)



## Escala de Valoración del Estado del Ánimo (EVEA).

- Mide estados de ánimo transitorios (Sanz, 2001)
- 16 ítems que describen un estado de ánimo
- Escala gráfica de tipo Likert de 10 puntos: desde palabras “nada” (0) y “mucho” (10)
- Cuatro estados de ánimo: ansiedad, ira-hostilidad, tristeza-depresión y alegría.

# Procedimiento

Elaboración del material para el experimento



Digitalización y análisis de datos



Discusión y reflexiones



1

Revisión bibliográfica de los constructos y los instrumentos.

2



3

Aplicación del experimento (IAPS y EVEA)

4

IAPS → No normalidad de los datos  
Kruskal wallis  
EVEA → Paramétrico  
Se asume esfericidad  
Medidas repetidas  
(factor intrasujeto - pre y post)  
(factor intersujeto - post)

5

3

# RESULTADOS Y DISCUSIÓN

---



# Objetivo General: Evaluar el impacto de la música en el estado de ánimo de los Adultos Mayores

Se observaron diferencias significativas en los estados de ánimo entre los diferentes grupos experimentales (música activante y relajante). Estudios similares (Iribarne, 2021; Mosquera, 2013) demostraron influencias de la música en las emocionales y efectos en el bienestar emocional.



## Medidas repetidas

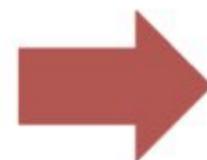
<i>Grupo Alegría</i>						<i>Grupo Tristeza</i>					
Medida						Medida					
Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%		Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
				Límite inferior	Límite superior					Límite inferior	Límite superior
Música Activante	Pre	7,625	0,484	6,619	8,631	Música Activante	Pre	4,500	0,931	2,563	6,437
	+	Post	8,875	0,267	8,319		9,431	—	Post	0,938	0,469
Música Relajante	Pre	5,188	0,484	4,181	6,194	Música Relajante	Pre	4,625	0,931	2,688	6,562
	+	Post	8,094	0,267	7,538		8,649	—	Post	1,563	0,469
No Música	Pre	8,500	0,484	7,494	9,506	No Música	Pre	2,625	0,931	0,688	4,562
		Post	3,125	0,267	2,569		3,681		Post	1,938	0,469
<i>Grupo Ansiedad</i>						<i>Grupo Ira</i>					
Medida						Medida					
Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%		Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
				Límite inferior	Límite superior					Límite inferior	Límite superior
Música Activante	Pre	2,875	0,824	1,162	4,588	Música Activante	Pre	4,000	0,795	2,346	5,654
	—	Post	2,500	0,824	0,786		4,214	—	Post	0,938	0,795
Música Relajante	Pre	2,000	0,824	0,287	3,713	Música Relajante	Pre	3,094	0,795	1,440	4,747
		Post	3,281	0,824	1,567		4,996		Post	2,813	0,795
No Música	Pre	3,781	0,824	2,069	5,494	No Música	Pre	1,563	0,795	-0,091	3,216
		Post	2,156	0,824	0,442		3,871		Post	1,934	0,795



## Objetivos específicos



**Hipótesis 1:** Los géneros de música activante provocarían estados de ánimo emocionales vinculados a la alegría.



**Resultados:** Al comparar las condiciones pro y post, se halló un aumento en los niveles anímicos relacionados a la alegría de las y los adultos mayores



### Grupo Alegría

#### Medida

Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
				Límite inferior	Límite superior
Música Activante	Pre	7,625	0,484	6,619	8,631
	Post	8,875	0,267	8,319	9,431
Música Relajante	Pre	5,188	0,484	4,181	6,194
	Post	8,094	0,267	7,538	8,649
No Música	Pre	8,500	0,484	7,494	9,506

### Discusión con la literatura:

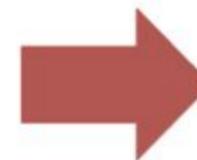
- Según Torres y colaboradores (2017) el ritmo y tempo de la salsa implica una mejor estimulación de la producción de ondas cerebrales alfa.
- En tanto, Kwon y colaboradores (2013) mencionan que las medidas sonoras más consistentes están asociadas a emociones más alegres.



## Objetivos específicos



**Hipótesis 2:** Se espera que los géneros de música activante sean más eficientes que las canciones de tipo relajante.



**Resultados:** Se comprobó que el estado de ánimo "tristeza" disminuyó en el grupo de música activante de manera más significativa que el grupo de música relajante.



<i>Grupo Tristeza</i>					
Medida					
Grupo		Media	Desv. Error	Intervalo de confianza al 95%	
				Límite inferior	Límite superior
Música Activante	Pre	4,500	0,931	2,563	6,437
	Post	0,938	0,469	-0,039	1,914
Música Relajante	Pre	4,625	0,931	2,688	6,562
	Post	1,563	0,469	0,586	2,539
No Música	Pre	2,625	0,931	0,688	4,562
	Post	1,938	0,469	0,961	2,914

### *Discusión con la literatura:*



- De acuerdo con Díaz y colaboradores (2021) para lograr un efecto relajante mediante la música, es necesario un tiempo de exposición prolongado.
- Las personas no necesariamente van a experimentar algún tipo de emociones, dado que influye también el mensaje y/o contenido del estímulo al que están expuestos/as (Mosquera, 2013).

4

# CONCLUSIONES, ALCANCES Y LIMITACIONES

---





# Conclusión

---

- Se identificó que **la música sí tiene efectos significativos en el estado de ánimo del adulto mayor.**
- La población ha puntuado ligeramente mayor en estados emocionales de alegría en las condiciones post estímulo musical activante. Asimismo, dicho estímulo activante ayudó a disminuir los estados emocionales relacionados a la ira.
- Respecto a la **música relajante**, esta no implicó en los adultos mayores estados emocionales de **tristeza**, sino por el contrario, **redujo los niveles de la misma.**
- No obstante, este **estímulo relajante ha podido aumentar ligeramente los estados de ánimo de ansiedad.**

## Limitaciones

---

## Alcances

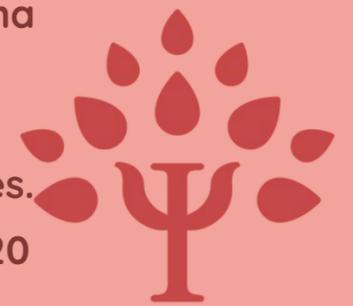
---

- Comprender cómo la música puede afectar positivamente el estado de ánimo de los adultos mayores puede llevar a la implementación de actividades y programas de música en los centros.
- La población puede experimentar una mejor calidad de vida al tener acceso a una forma efectiva y agradable de mejorar su bienestar emocional.

# Referencias

---

- Candela, C., Díaz, V., & Justel, N. (2021). Modulación del estado de ánimo a través de estímulos musicales activantes. Un diseño experimental con adultos jóvenes. *Interdisciplinaria*, 38(1), 41-52. <http://ref.scielo.org/kpzmrq>
- Carrillo, A. (2018). *Estimulación musical y memoria autobiográfica en adultos mayores con enfermedad de Alzheimer*. [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/13500>
- Chong, A. (2013). Aspectos biopsicosociales que inciden en la salud del adulto mayor. *Revista Cubana de medicina general integral*, 28(2), 79-86. [http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol28\\_2\\_12/mgi09212.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol28_2_12/mgi09212.htm)
- Creech, A., Hallam, S., McQueen, H., & Varvarigou, M. (2013). The power of music in the lives of older adults. *Research studies in music education*, 35(1), 87-102.
- Soplin, L. (2015). *Efectos de la musicoterapia sobre el estado de ánimo de los adultos mayores, Programa del Adulto Mayor, Hospital Regional Virgen de Fátima, Chachapoyas-2015*. [Tesis de bachiller, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. <http://hdl.handle.net/20.500.14077/656>
- Diaz, V., Gatto, F., & Justel, N. (2021). Efeitos da exposição a música ativante e relaxante sobre o estado emocional duma população de adolescentes. *Hacia la Promoción de la Salud*, 26(1), 84-97.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2020). En el Perú existen más de cuatro millones de adultos mayores. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/#:~:text=Del%20total%20de%20la%20poblaci%C3%B3n,total%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20masculina>



# Referencias

---

- Iribarne, L. (2021). Música, emociones y Neurociencias: influencia de la música en las emociones y sus efectos terapéuticos. [Tesis de bachiller, Universidad de la República]. <https://hdl.handle.net/20.500.12008/30492>
- Kwon, M., Gang, M., & Oh, K. (2013). Effect of the group music therapy on brain wave, behavior, and cognitive function among patients with chronic schizophrenia. *Asian nursing research*, 7(4), 168-174. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2013.09.005>
- Ministerio de Salud. (2020). *El 82.3% de mujeres adultas mayores sufre de alguna enfermedad crónica que aumenta el riesgo de cuadros graves de COVID-19*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/305352-el-82-3-de-adultas-mayores-sufre-de-alguna-enfermedad-cronica-que-aumenta-el-riesgo-de-cuadros-graves-de-covid-19/>
- Mosquera, I. (2013). Influencia de la música en las emociones. *Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1(2), 34-38. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=476679>
- Torres, L. H., & Grandas, N. J. B. (2017). Musical listening and psychophysiological responses. *Revista Publicaciones*, 47, 97-126. [https://web.archive.org/web/20180412125509id\\_/http://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/viewFile/7199/6281](https://web.archive.org/web/20180412125509id_/http://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/viewFile/7199/6281)

