

Musicoterapia y Salud Mental en la Adulthood: Revisión sistemática

Music Therapy and Mental Health in Adulthood: A systematic review

Ernesto Salinas-Quiñónez ✉¹, **Marco Sánchez-Salinas** ¹

¹Carrera de Psicología Clínica, Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Loja. Loja, Ecuador.

Autor para correspondencia: Ernesto Salinas-Quiñónez **E-mail:** ernesto.salinas@unl.edu.ec

| RESUMEN

La salud mental en la adultez es un componente esencial para el desarrollo integral de las personas, pues en esta etapa se enfrentan diversos retos emocionales, sociales y cognitivos que pueden afectar su bienestar. Por ello, la búsqueda de estrategias terapéuticas efectivas es una prioridad para mejorar la calidad de vida de esta población. Esta investigación tuvo como propósito determinar la evidencia científica sobre los efectos de la musicoterapia en la adultez, centrándose en dos aspectos principales: su impacto en el estado emocional y su aplicación en adultos con trastornos mentales. Se aplicó el método de revisión bibliográfica con enfoque cualitativo, utilizando un diseño no experimental, de alcance descriptivo y explicativo. La muestra estuvo conformada por 18 artículos obtenidos de repositorios científicos como Scielo, Redalyc, Dialnet y Pubmed. Los resultados evidenciaron beneficios significativos de la musicoterapia en adultos, destacando la regulación emocional, la disminución del estrés, ansiedad y depresión, el fortalecimiento de la autoestima, la comunicación y el bienestar general. En cuanto a los efectos sobre los trastornos mentales, se identificaron mejoras en el funcionamiento motor, cognitivo y social, reducción de síntomas depresivos y ansiosos, y un impacto positivo en la calidad de vida. La musicoterapia es una intervención no farmacológica, flexible y adaptable a diferentes contextos, con potencial para complementar los tratamientos convencionales en la atención de la salud mental en adultos.

| PALABRAS CLAVE

música, terapia alternativa, bienestar psicológico, madurez

| ABSTRACT

Mental health in adulthood is an essential component of individuals' comprehensive development, as during this stage people face various emotional, social, and cognitive challenges that may affect their well-being. Therefore, the search for effective therapeutic strategies is a priority to improve the quality of life of this population. This study aimed to determine the scientific evidence on the effects of music therapy in adulthood, focusing on two main aspects: its impact on emotional state and its application in adults with mental disorders. A bibliographic review with a qualitative approach was conducted, using a non-experimental design with descriptive and explanatory scope. The sample consisted of 18 articles obtained from scientific repositories such as Scielo, Redalyc, Dialnet, and PubMed. The results revealed significant benefits of music therapy in adults, highlighting emotional regulation, reductions in stress, anxiety, and depression, as well as improvements in self-esteem, communication, and overall well-being. Regarding its effects on mental disorders, improvements in motor, cognitive, and social functioning were identified, along with reductions in depressive and anxiety symptoms and a positive impact on quality of life. Music therapy is a non-pharmacological, flexible, and adaptable intervention across different contexts, with the potential to complement conventional treatments in adult mental health care.

| KEYWORDS:

Music, alternative therapy, psychological well-being, maturity.

ACEPTADO: Agosto 2025

PUBLICADO: Enero 2026

DOI: [10.54753/rsh.v2i1.2563](https://doi.org/10.54753/rsh.v2i1.2563)

1. Introducción

La salud mental es esencial para el bienestar integral en todas las etapas de la vida. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2022), implica un estado de equilibrio que permite afrontar el estrés cotidiano, desarrollar habilidades y mantener relaciones saludables. En la adultez, esta importancia se incrementa, ya que los desafíos personales, sociales y laborales pueden afectar significativamente el bienestar psicológico.

La prevalencia de trastornos mentales ha mostrado un aumento constante. La OMS (2023) estima que más de 970 millones de personas viven con estas afecciones, principalmente depresión y ansiedad. En América Latina y particularmente en Ecuador, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2020) señala que estas condiciones representan una de las principales cargas de enfermedad en adultos jóvenes y en edad productiva.

Frente a este panorama, ha sido necesario el desarrollo de enfoques terapéuticos alternativos que complementen los tratamientos convencionales en salud mental. Entre ellos, la musicoterapia ha cobrado relevancia por sus aportes, su carácter no invasivo y sus beneficios tanto físicos como emocionales. Esta estrategia se basa en la aplicación sistemática de la música, guiada por un profesional capacitado, para mejorar el estado psicológico, social, físico y espiritual de las personas. Organismos como American Music Therapy Association (2005) y la World Federation of Music Therapy (2023) reconocen su utilidad como tratamiento coadyuvante en diversos contextos clínicos. Autores como Jauset Berrocal (2011) y Méndez Salazar (2016) han documentado sus beneficios; cuando la música se utiliza con fines terapéuticos, genera respuestas neurológicas, fisiológicas y emocionales significativas, consolidándose como una herramienta poderosa para la intervención psicológica.

No obstante, a pesar de los avances, aún existen limitaciones en cuanto a la inclusión formal de la musicoterapia en los sistemas de salud, la escasa formación en esta área entre los profesionales sanitarios y la falta de investigaciones a gran escala que respalden su implementación sistemática, especialmente en países de América Latina. En Ecuador, aunque instituciones como el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (2019) y el Ministerio de Salud Pública (2013) han implementado programas de musicoterapia en ciertas unidades médicas, su alcance aún es limitado y no se ha extendido de manera homogénea a todos los niveles de atención. La presente investigación tiene como objetivo determinar la evidencia científica sobre los efectos de la musicoterapia en la adultez, centrándose en dos aspectos principales: su impacto en el estado emocional y su aplicación en adultos con trastornos mentales. El presente estudio revisa la evidencia científica sobre la aplicación de la musicoterapia en adultos, explorando su aporte al estado emocional y su efectividad como alternativa en el tratamiento de trastornos mentales. La información recopilada permitirá abrir nuevas perspectivas sobre el uso de intervenciones no farmacológicas como alternativas viables para mejorar la salud, así como fortalecer futuras investigaciones y prácticas profesionales que busquen atender las necesidades de esta población de manera integral.

2. Materiales y Métodos

El presente estudio corresponde a una investigación de tipo bibliográfico, por lo que no se desarrolló en un espacio físico específico. En su lugar, se realizó el análisis de publicaciones científicas recuperadas de diversas bases de datos académicas, procedentes de países como Argentina, Bolivia, Brasil, China, Cuba, Ecuador, Escocia, España, Irlanda, México, Paraguay, Perú y Venezuela, abarcando el período comprendido entre 2017 y 2025.

El procedimiento metodológico se fundamentó en la síntesis bibliográfica, entendida como un proceso sistemático de recopilación, evaluación crítica e integración de investigaciones previas con el fin de ofrecer una visión actualizada y precisa del estado del conocimiento sobre un tema determinado. Este proceso se complementó con enfoques analítico, inductivo y deductivo, lo que permitió examinar, contrastar e interpretar de manera crítica la evidencia existente sobre la musicoterapia y sus efectos en la salud emocional de la población adulta.

La investigación adoptó un enfoque cualitativo, con un alcance descriptivo y explicativo, orientado tanto a la caracterización de los principales hallazgos reportados en la literatura como a la comprensión de las relaciones entre la musicoterapia y los distintos componentes del bienestar emocional y la salud mental. El diseño fue no experimental y de corte transversal, dado que se trabajó exclusivamente con información secundaria previamente publicada, sin manipulación de variables y dentro de un marco temporal claramente delimitado.

La población de estudio estuvo conformada por 42 publicaciones científicas relacionadas con las variables de interés: musicoterapia, efectos de la musicoterapia, estado emocional y salud mental en adultos. A partir de este universo documental, se seleccionó una muestra final de 18 artículos mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicando criterios explícitos de inclusión y exclusión, y siguiendo el proceso de identificación, cribado, elegibilidad e inclusión descrito en el diagrama PRISMA.

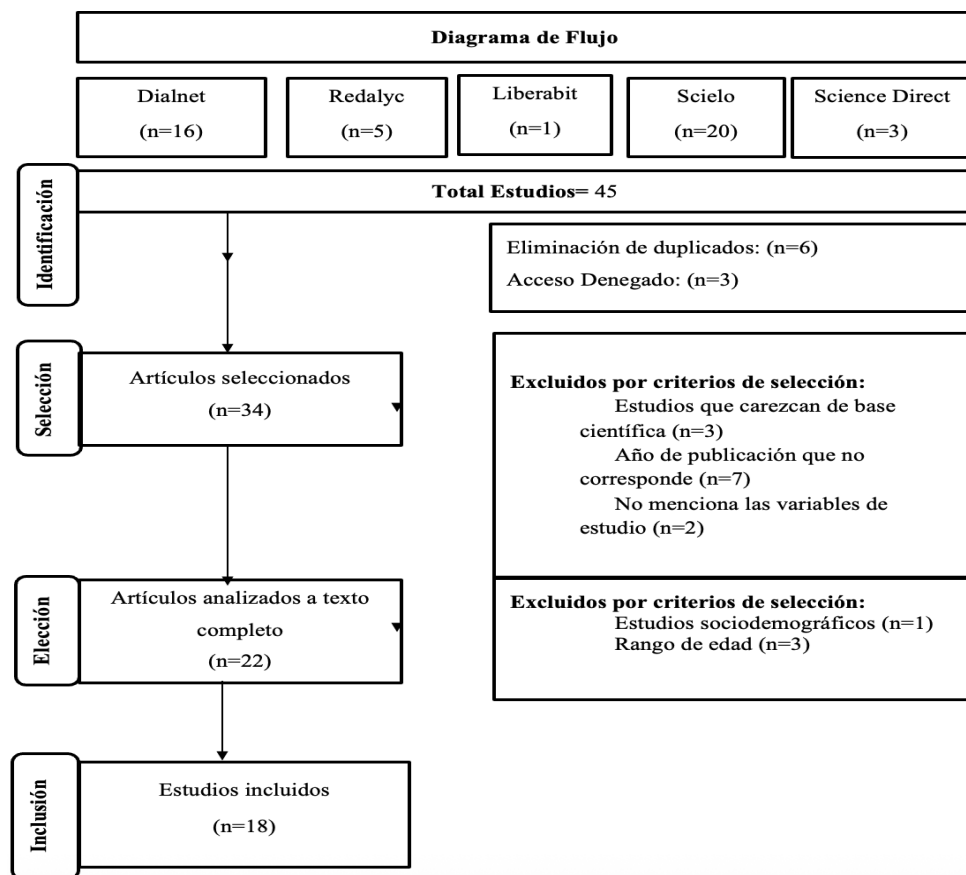
Se incluyeron artículos publicados en español o inglés, de acceso abierto, difundidos en los últimos ocho años y que abordaban de manera directa los objetivos del estudio. Se excluyeron documentos en otros idiomas, investigaciones sin disponibilidad de texto completo, publicaciones que no se ajustaban a las variables de análisis o que se encontraban fuera del período de estudio establecido.

La técnica de recolección de datos empleada fue la sistematización bibliográfica, la cual proporciona un esquema de trabajo riguroso y metódico para la revisión de documentos, fuentes y artículos científicos, constituyéndose en una etapa fundamental de toda investigación académica (Codina, 2018). Como instrumento de apoyo se utilizó la guía PRISMA, la cual permitió garantizar la transparencia y reproducibilidad del proceso de selección de estudios y del análisis de la información. Los datos extraídos incluyeron información básica de cada investigación, como autores, año de publicación, objetivos, diseño metodológico y principales resultados, los cuales fueron organizados en tablas y matrices de condensación que facilitaron la comparación y el análisis crítico.

El procedimiento de trabajo se desarrolló en cuatro etapas. En la primera etapa, se realizó una búsqueda exhaustiva de literatura en bases de datos científicas como Scielo, Dialnet, PubPsych, PubMed, ProQuest y Redalyc, utilizando palabras clave en español e inglés relacionadas con la musicoterapia y sus efectos en la salud emocional y mental de adultos. En la segunda etapa, se aplicó el diagrama PRISMA para el proceso de selección de los estudios, tal como se muestra en la **Figura 1**, lo que permitió filtrar y seleccionar las investigaciones más relevantes y pertinentes para los objetivos del estudio.

En la tercera etapa, se elaboró una matriz de desmontaje y condensación de datos, en la cual se organizaron y clasificaron los artículos seleccionados de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos. Finalmente, en la cuarta etapa, se llevó a cabo el análisis e interpretación de la información, lo que permitió estructurar de manera sistemática los resultados, la discusión y las conclusiones de la investigación.

Figura 1. Proceso de búsqueda, cribado y selección de estudios conforme el diagrama PRISMA



Fuente: Elaborado por los autores

3. Resultados:

Tabla 1. Evidencia científica sobre la aplicación de la musicoterapia en la adultez

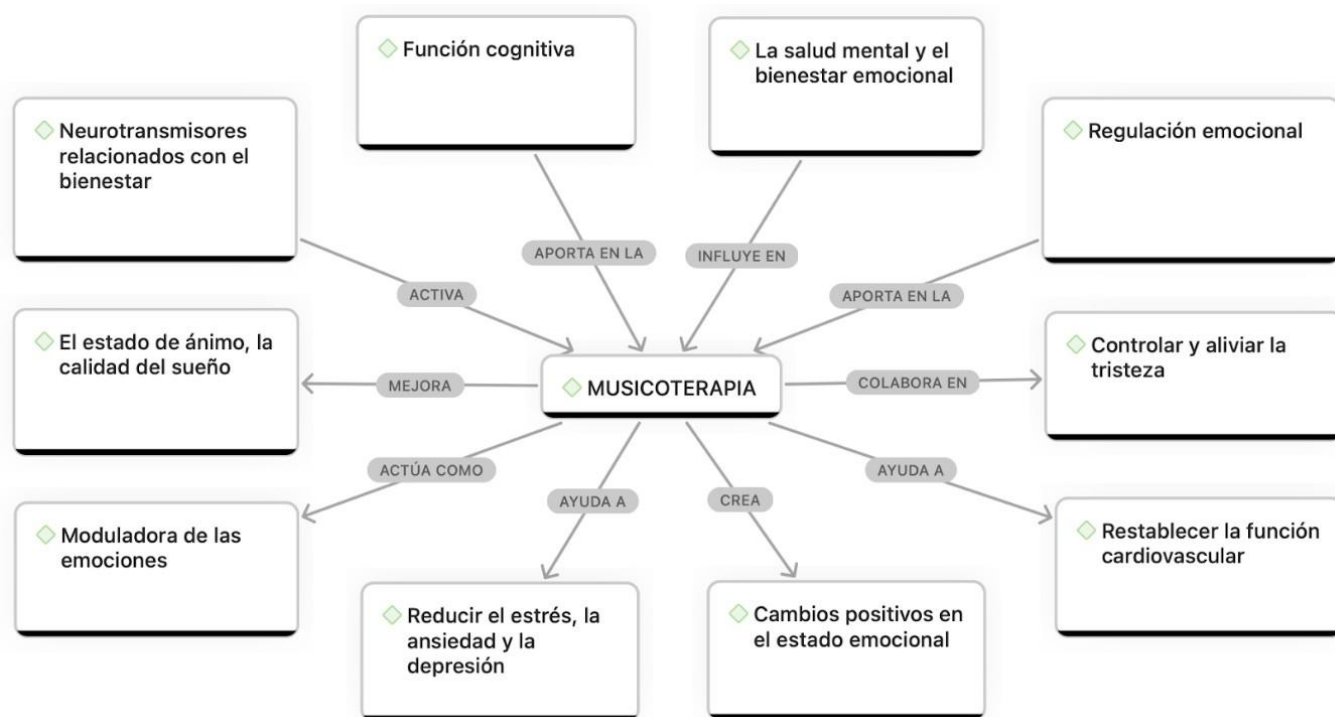
Nº	Autor/ lugar	Título	Resultado
1	(Castro, 2018) Argentina	Uso de la música como estrategia de afrontamiento para la regulación emocional en adultos jóvenes	• Alivia y modula las emociones “tristeza” y “ansiedad”
2	(Wang y otros, 2025) China	Psychophysiological effects of music on sadness in participants with and without depressive symptoms	• Aumento las emociones positivas • Mejora de la Variabilidad de Frecuencia Cardiaca en el grupo deprimido • Eficaz para aliviar la tristeza, en participantes con y sin síntomas depresivos. • Ayuda en restablecer la función cardiovascular
3	(León Martínez y otros, 2021) Cuba	La musicoterapia como una modalidad terapéutica reguladora de las emociones en las personas prejuveniles	• Menores estados emocionales ansiosos y depresivo • Aumento de autoestima • Mejoría en la vulnerabilidad al estrés • Logro de cambios positivos en el estado emocional
4	(Avilés Estrada, 2023) Paraguay	Musicoterapia como estrategia de afrontamiento a través de las neurociencias en el ámbito educativo	• Mejora significativa en el estado de ánimo • Reducción de los niveles de estrés • Relajación física y mental • Genera cambios biológicos, endocrinológicos, inmunológicos y psicológicos • Cambios positivos psicoimmunológicos
5	(Castro y otros, 2021) Argentina	Modulación del estado de ánimo a través de estímulos musicales activantes. Un diseño experimental con adultos jóvenes	• Disminución significativa de emociones de tristeza y ansiedad • Potencial de reducción del estrés
6	(Fiorella Raquel, 2024) Perú	Armonía y serenidad: la conexión entre la música y la reducción del estrés en estudiantes universitarios	• La música se consolida como una herramienta poderosa para combatir el estrés académico en los estudiantes universitarios. • Reduce el estrés, la ansiedad y la depresión • Mejora el estado de ánimo, la calidad del sueño y la función cognitiva
7	(Vásquez Alburquerque & Chunga Amaya, 2022) Venezuela	Aplicación Técnicas Musicoterapia en el Sector Educativo Estudiantes Universitarios Modalidad Virtual	• Mejora la salud mental, bienestar emocional y expresión creativa. • Genera mejores dinámicas y emociones positivas.
8	(Lai y otros, 2023) Escocia	Towards personalized music-therapy; a neurocomputational modelling perspective	• Reduce significativamente el estrés y mejora el bienestar emocional al activar el sistema de recompensa del cerebro por lo que mejora la calidad de vida del paciente • Ayuda en la regulación motora, emocional y cardiovascular.

9	(Centella Centeno, 2021) Perú	Musicoterapia en la salud mental: una alternativa solución	● Alzheimer: evolución física, procesos cognitivos y psicológicos. Cambio en la evocación de recuerdos, orientación y estado de ánimo en el total de la muestra. Cambios positivos en los procesos cognitivos. ● Demencia: aliviar alteraciones en el comportamiento. Reduciéndose la irritabilidad, alteración de comportamiento y angustia. Disminuye manifestaciones depresivas ● Depresión: disminución de las manifestaciones depresivas, influye en la disminución de los niveles de ansiedad y funcionamiento de las personas. Expresión de sentimientos, ● Esquizofrenia: mejorar sus competencias sociales y emocionales. Controla el estado mental, calidad de vida y funcionamiento social
10	(Solsona Belmonte, 2021) España	Musicoterapia para personas mayores con demencia avanzada. Impacto socioemocional y calidad de vida.	● Colabora en la expresión emocional y en la contención del deterioro cognitivo y físico de los pacientes.
11	(Jiménez Izarra, 2017) España	Musicoterapia para el tratamiento de la ansiedad, depresión y somatizaciones Estudio de un caso	● Mejora los niveles de ansiedad ● Cambios positivos en los síntomas depresivos ● Canaliza y regula emociones ● Mejora el bienestar de la paciente
12	(García Villacrés y otros, 2024) México	Musicoterapia en la Reducción de ansiedad	● Reduce los niveles de ansiedad en pacientes diagnosticados.
13	(Nevado Minaya & Fernández Company, 2022) España	Influencia de la musicoterapia en la salud mental de personas adultas institucionalizadas	● Mejora de la autoestima, bienestar, tensión y expresión de emociones ● Disminuye la media general de alexitimia
14	(García García & Rubio Belmonte, 2020) España	Impacto de la musicoterapia en la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual: una revisión de la literatura	● Mejora de la calidad de vida, bienestar emocional, y comunicación ● Reduce trastornos de conducta ● Impacta positivamente en la expresión emocional y en la motivación de los participantes
15	(Gordoa y otros, 2022) España	Experiencia de Musicoterapia en grupo con adultos jóvenes en un Hospital de Día	● Reducen la apatía y el aislamiento, estimulan la expresión emocional y favorecen un mayor autoconocimiento y confianza en sí mismos.
16	(González Ojea y otros, 2021) Brasil	Eficacia de los programas de musicoterapia: un metanálisis cualitativo	● Los programas de intervención que utilizan la música como tratamiento coadyuvante no farmacológico en enfermedades no transmisibles ofrecen resultados positivos y significativos sobre la mejora de las patologías en las que interviene.
17	(Faizan y otros, 2025) Irlanda	Automated Music Therapy for Anxiety and Depression Management in Older People (AMITY)	● Estimula el sistema nervioso parasimpático, reduciendo la frecuencia cardíaca y respiratoria. ● Mejora la recuperación cognitiva, reduce las emociones negativas y promueve la relajación.
18	(Jauset Berrocal y otros, 2018) Argentina	La eficacia de la musicoterapia ante la ansiedad y el sentimiento de soledad. Estudio cuasi-experimental	● Influye sobre estados emocionales, y la expresión de emociones intensas y variadas

Fuente: Elaborado por los autores

La recopilación, análisis, e interpretación de la información a lo largo de esta investigación permite determinar que sí existe evidencia científica que respalda el estudio sobre la aplicación de la musicoterapia en adultos. Se localizaron 18 investigaciones, las cuales correspondían a países como Argentina, Bolivia, Brasil, China, Cuba, Ecuador, Escocia, España, Irlanda, México, Paraguay, Perú y Venezuela, en las que se evidencian beneficios en el bienestar emocional tales como la regulación emocional, reducción del estrés y ansiedad, mayor autoestima, alivio de tristeza, y mejoría del estado de ánimo. Asimismo, fue aplicada tanto en adultos sin ninguna patología como en pacientes adultos con diagnósticos como trastornos del estado de ánimo, trastornos neurodegenerativas, trastornos neurológicos, trastornos psicóticos y trastornos del neurodesarrollo. Se evidencia que la musicoterapia es una intervención flexible y personalizada, pues todos estos beneficios se han alcanzado mediante la implementación de distintas estrategias y técnicas musicoterapéuticas, adaptadas a las características, necesidades y contextos específicos de cada persona o grupo.

Figura 2. Aporte de la musicoterapia en el estado emocional de los adultos

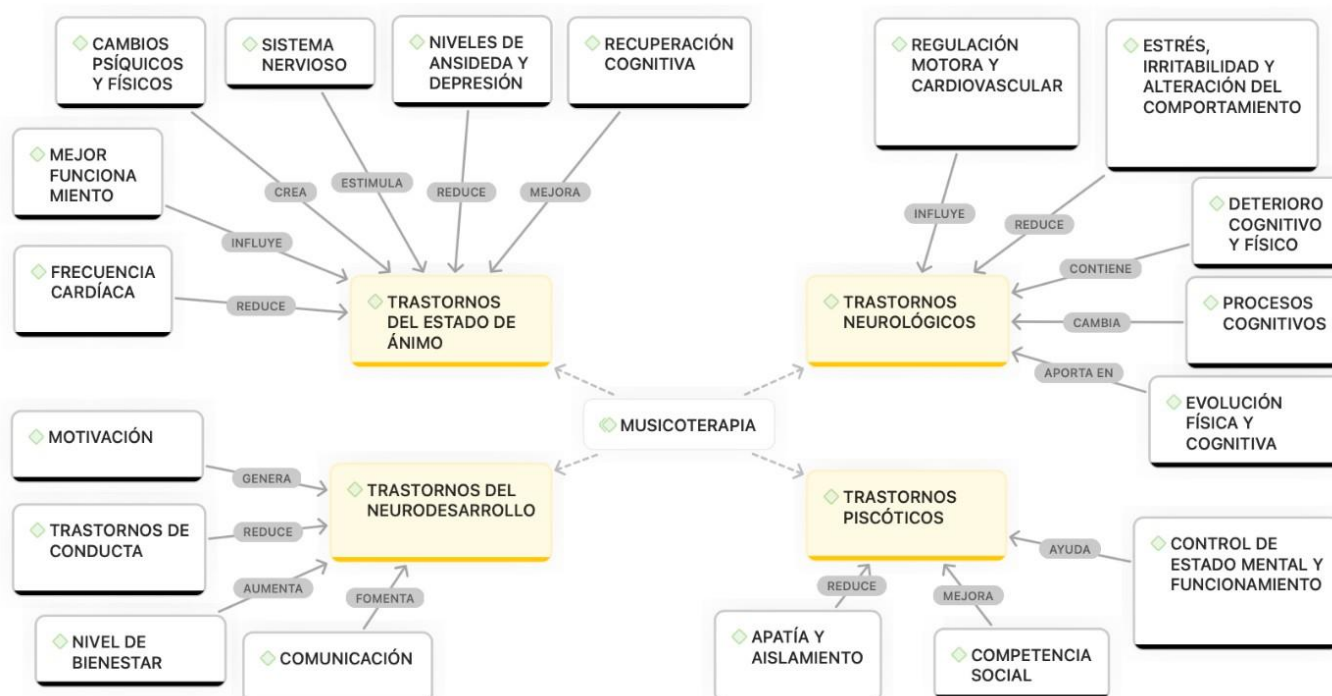


Nota: Información extraída de: (Castro, 2018); (Wang y otros, 2025); (León Martínez y otros, 2021); (Avilés Estrada, 2023); (Castro y otros, 2021); (Fiorella Raquel, 2024); (Vásquez Alburquerque & Chunga Amaya, 2022); (Corrales-Heras & García-Rodríguez, 2022).

Fuente: Elaborado por los autores

El análisis de la información permitió evidenciar múltiples beneficios físicos y psicológicos asociados al estado emocional, entre los que se destacan la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión, la mejora en la calidad del sueño, la activación de neurotransmisores vinculados al bienestar, una mayor regulación emocional, el fortalecimiento de las funciones cognitivas y cardiovasculares, el alivio de la tristeza y una mejora general del estado de ánimo (**Figura 2**).

En la **Figura 3** se puede evidenciar que la musicoterapia presenta efectos beneficiosos tanto a nivel físico como psicológico en diversos trastornos, destacándose la regulación de la función motora y cardiovascular, la reducción significativa del estrés, la mejora del estado físico general y la generación de cambios positivos en los procesos cognitivos. Asimismo, se observa una mejora en las alteraciones del comportamiento, la disminución de los síntomas depresivos y de los niveles de ansiedad, así como un mejor funcionamiento motor, social y cognitivo. Adicionalmente, la musicoterapia contribuye a la contención del deterioro cognitivo y físico, al fortalecimiento de la comunicación, a la reducción de la apatía y el aislamiento, a una mayor relajación y liberación de tensiones, lo que se traduce, en conjunto, en una mejor calidad de vida percibida.

Figura 3. Efectos de la musicoterapia en el tratamiento de los trastornos mentales en adultos

Nota: Información extraída de: (Wang y otros, 2025); (Lai y otros, 2023); (Centella Centeno, 2021); (Solsona Belmonte, 2021); (Jiménez Izarra, 2017); (García Villacrés y otros, 2024); (Nevado Minaya & Fernández Company, 2022); (García García & Rubio Belmonte, 2020); (Gordoa y otros, 2022); (González Ojea y otros, 2021); (Carrasco García y otros, 2021); (Faizan y otros, 2025); (Jauset Berrocal y otros, 2018).

Fuente: Elaborado por los autores.

4. Discusión

Este estudio se propuso analizar la evidencia científica existente sobre los efectos de la musicoterapia en la adultez, prestando atención tanto a su influencia en el estado emocional como a su aplicación en el abordaje de trastornos mentales. Los resultados revisados ponen de manifiesto que la musicoterapia genera beneficios significativos en distintos niveles del funcionamiento humano. Molisso y otros (2017) señalaron que esta intervención promueve la expresión emocional, facilita la comunicación y fortalece la conexión interpersonal, lo que contribuye al desarrollo personal y al bienestar general. También destacaron su utilidad como herramienta de inclusión, al ofrecer espacios donde las personas experimentan pertenencia y mejoran su calidad de vida. En lo referente al estado emocional, la literatura evidencia que la musicoterapia ayuda a regular emociones, disminuir síntomas de ansiedad, estrés y depresión, e incluso activar neurotransmisores asociados al bienestar, favoreciendo un aumento de estados de ánimo positivos. Estos hallazgos coinciden con lo expuesto por Otero López y otros (2019), quienes reportaron reducciones significativas en la ansiedad y una percepción más optimista del entorno. Sin embargo, Corrales-Heras & García-Rodríguez (2022) advierten que algunos de estos efectos deben ser considerados con cautela, ya que gran parte de las investigaciones presentan limitaciones metodológicas, lo cual refuerza la necesidad de estudios más rigurosos y controlados que permitan validar la eficacia de la musicoterapia con mayor solidez.

En cuanto a su aplicación en adultos con trastornos mentales, la evidencia revisada apunta a beneficios relevantes, tales como mejoras en la regulación motora y cardiovascular, optimización de procesos cognitivos, ralentización del deterioro y una percepción más favorable de la calidad de vida. Estos resultados son coherentes con lo encontrado por Carrasco García y otros (2021), quienes destacaron avances tanto físicos como psicológicos, además de un fortalecimiento del sentido de propósito vital y relaciones interpersonales más satisfactorias. Por otro lado, Carr y otros (2013) subrayan que, si bien se reconocen ciertos beneficios, todavía no existe un modelo único ni estandarizado para aplicar la musicoterapia, lo cual dificulta la generalización de sus efectos y plantea la necesidad de investigaciones experimentales más sistemáticas. Este contraste con los resultados de la

presente investigación, donde sí se identificaron beneficios consistentes y replicables en distintas poblaciones adultas, resalta la importancia de continuar profundizando en el tema.

5. Conclusiones

La revisión realizada confirma que la musicoterapia constituye una intervención terapéutica viable y flexible, con potencial de aplicación en diversos contextos. Su impacto positivo se refleja en el bienestar físico, emocional y social de los adultos, al facilitar la regulación de emociones, la disminución del estrés, la ansiedad y la depresión, así como la activación de procesos neurobiológicos vinculados al equilibrio emocional. Asimismo, la evidencia respalda su eficacia en el tratamiento de trastornos mentales, al aportar mejoras en la regulación motora y cardiovascular, el rendimiento cognitivo y la calidad de vida. Estos beneficios permiten que los adultos con dificultades en su salud mental encuentren en la musicoterapia un recurso complementario de gran valor durante sus procesos de intervención.

En conjunto, los hallazgos consolidan a la musicoterapia como una herramienta terapéutica no farmacológica que contribuye de manera significativa a la promoción de la salud mental en la adultez, y que puede integrarse eficazmente en la práctica clínica contemporánea gracias a su versatilidad y capacidad de adaptación a distintas necesidades en Ecuador y Latinoamérica, donde aún existe un vacío en su implementación formal.

Agradecimientos: Agradecemos a Dios, a nuestras familias y a la Universidad Nacional de Loja por el apoyo que nos brindaron para que esta publicación sea posible.

Contribución de autores: E.M.S.Q. participó en la concepción y diseño del estudio, la recopilación de la información, el análisis de los datos y la redacción del manuscrito inicial. M.V.S.S. contribuyó al diseño metodológico, realizó la revisión crítica del contenido, supervisó el desarrollo del proceso investigativo y llevó a cabo la validación final del manuscrito.

Referencias

- [1] American Music Therapy Association. (2005). What is music therapy? <https://www.musictherapy.org/about/musictherapy/>
- [2] ATLAS.ti. (2024). La guía de las revisiones bibliográficas. <https://atlasti.com/es/guias/revisiones-bibliograficas>
- [3] Avilés Estrada, C. (2023). Musicoterapia como estrategia de afrontamiento a través de las neurociencias en el ámbito educativo. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(2), 5140–5151. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.964>
- [4] Carr, C., Odell-Miller, H., & Priebe, S. (2013). A systematic review of music therapy practice and outcomes with acute adult psychiatric in-patients. PLoS ONE, 8(8), e70252. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0070252>
- [5] Carrasco García, J., González López, I., & Cañizares Sevilla, A. A. (2021). Eficacia de la musicoterapia en el bienestar psicológico y la calidad de vida en personas con discapacidad física y orgánica severa. Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical (RECIEM), 18, 195. <https://doi.org/10.5209/reciem.70347>
- [6] Castro, C. (2018). Uso de la música como estrategia de afrontamiento para la regulación emocional en adultos jóvenes [Ponencia]. XXXV Congreso Argentino de Psiquiatría, Buenos Aires, Argentina. <https://neuropsiquiatria.org.ar/wp-content/uploads/2018/08/P10-CASTRO-CANDELA.pdf>
- [7] Castro, C., Díaz Abraham, V., & Justel, N. (2021). Modulación del estado de ánimo a través de estímulos musicales activantes: Un diseño experimental con adultos jóvenes. Interdisciplinaria, 38(1), 45–51. <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.1.3>
- [8] Centella Centeno, D. M. (2021). Musicoterapia en la salud mental: Una alternativa de solución. Investigación e Innovación: Revista Científica de Enfermería, 1(2), 172–179. <https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1235>
- [9] Codina, L. (2018). Revisiones bibliográficas sistematizadas: Guía de recursos. <https://www.lluiscodina.com/revisiones-sistematizadas-bases-datos-busquedas-avanzadas/>
- [10] Corrales-Heras, M. R., & García-Rodríguez, M. (2022). Influencia de la música en la neuroquímica positiva: Una visión general. Revista de Investigación en Musicoterapia, 6, Article 002. <https://doi.org/10.15366/rim2022.6.002>
- [11] Faizan, M., White, P., & Dey, I. (2025). Automated music therapy for anxiety and depression management in older people (AMITY). E3S Web of Conferences, 560, 03002. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202560803002>
- [12] Fiorella Raquel, A. C. (2024). Armonía y serenidad: La conexión entre la música y la reducción del estrés en estudiantes universitarios. Apuntes de Ciencia & Sociedad, 12(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9743928>
- [13] García García, B., & Rubio Belmonte, C. (2020). Impacto de la musicoterapia en la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual: Una revisión de la literatura. Revista de Investigación en Musicoterapia, 3, 34–53. <https://doi.org/10.15366/rim2019.3.003>

- [14] García Villacrés, D. D., Lozano Estrada, S. N., Quezada Cevallos, D. F., Cueva Moncayo, I., & Muñoz Pinargote, K. P. (2024). Musicoterapia en la reducción de ansiedad. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 1836–1848. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.14944
- [15] González Ojea, M. J., Domínguez Lloria, S., & Pino Juste, M. (2021). Eficacia de los programas de musicoterapia: Un metaanálisis cualitativo. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 29. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAR2255>
- [16] Gordo, M., Torres, E., del Campo, P., Montoya, B., & Santander, F. (2022). Experiencia de musicoterapia en grupo con adultos jóvenes en un hospital de día. *Norte de Salud Mental*, 18(67), 80–89. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8562235>
- [17] Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social. (2019). Música como terapia para pacientes en el IESS Loja. https://www.iesse.gob.ec/es/sala-de-prensa/-/asset_publisher/4DHq/content/musica-como-terapia-para-pacientes-en-el-iesse-loja/10174
- [18] Jauset Berrocal, J. A., Giménez Castells, A., & Sastre Ten, D. (2018). La eficacia de la musicoterapia ante la ansiedad y el sentimiento de soledad: Estudio cuasi-experimental. *ECOS. Revista Científica de Musicoterapia y Disciplinas Afines*, 3(2), 17–44.
- [19] Jiménez Izarra, C. (2017). Musicoterapia para el tratamiento de la ansiedad, depresión y somatizaciones: Estudio de un caso. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 1, 85–105. <https://doi.org/10.15366/rim2017.1.006>
- [20] Lai, N., Philiastides, M., Kawsar, F., & Deligianni, F. (2023). Towards personalised music therapy: A neurocomputational modelling perspective. *IEEE Pervasive Computing*, 22(3). <https://doi.org/10.1109/MPRV.2023.3285087>
- [21] León Martínez, C. A., Alba Pérez, L. D., Troya Gutiérrez, A. G., & Muñiz Casas, I. C. (2021). La musicoterapia como modalidad terapéutica reguladora de las emociones en personas prejubilables. *Medicentro Electrónica*, 25(1).
- [22] Méndez Salazar, J. (2016). Musicoterapia: La aplicación científica de la música en un contexto terapéutico. *Revista Psicólogos*, 6(18). <https://doi.org/10.59205/rp.v6i18.122>
- [23] Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2013). Musicoterapia, una herramienta clave para promover la recuperación de los bebés en neonatología. <https://www.hgdc.gob.ec/index.php/sala-de-prensa/628-musicoterapia-una-herramienta-clave-para-promover-la-recuperacion-de-los-bebes-en-neonatologia>
- [24] Molisso, V., Mariani, A. M., & Tafuri, D. (2017). Music therapy: Music as a tool of healing. *Italian Journal of Health Education, Sport and Inclusive Didactics*, 1(2). <https://doi.org/10.32043/gsd.v0i2.41>
- [25] Nevado Minaya, M., & Fernández Company, F. (2022). Influencia de la musicoterapia en la salud mental de personas adultas institucionalizadas. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 6. <https://doi.org/10.15366/rim2022.6.001>
- [26] Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- [27] Organización Mundial de la Salud. (2023). Salud mental. <https://www.who.int/es/health-topics/mental-health>
- [28] Organización Panamericana de la Salud. (2020, September 16). Salud mental: Perfil del país – Ecuador. <https://www.paho.org/es/documentos/salud-mental-perfil-pais-ecuador>
- [29] Otero López, M. C., Ballesteros Mantecón, M., García Álvarez, M. M., Otero López, A., García Otero, C., San Raimundo Morín, M., Pérez Martín, S., & González Centeno, J. (2019). La musicoterapia como intervención no farmacológica efectiva. *Revista INFAD de Psicología*, 3(2), 107–116. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n2.v2.1902>
- [30] Solsona Belmonte, R. (2021). Musicoterapia para personas mayores con demencia avanzada: Impacto socioemocional y calidad de vida. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 5. <https://doi.org/10.15366/rim2021.5.003>
- [31] Vázquez Albuquerque, I. L., & Chunga Amaya, W. H. (2022). Aplicación de técnicas de musicoterapia en estudiantes universitarios en modalidad virtual. *Revista Docentes 2.0*, 14(1), 49–54. <https://doi.org/10.37843/rtd.v14i1.303>
- [32] Wang, X., Lu, T., Zhou, B., Chen, W., Zheng, J., Chen, H., & Chen, S. (2025). Psychophysiological effects of music on sadness in participants with and without depressive symptoms. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25, Article 77. <https://doi.org/10.1186/s12906-025-04824-y>
- [33] World Federation of Music Therapy. (2023). About WFMT. <https://www.wfmt.info/about>