



# Efectividad de la Musicoterapia para Disminuir la Ansiedad en Niños Hospitalizados

Autora: Alba Moreno Cabezas - amorenocabe@alumni.unav.es  
Tutora: María Pueyo Garrigues

## 1 INTRODUCCIÓN

> 6 millones de hospitalizaciones al año [1]

Hay factores que frecuentemente pueden detonar una sensación ansiosa en el niño durante el ingreso [1,2,3]:

La ansiedad no detectada puede **alargar** el tiempo en el hospital, la curación [2,4] y puede conducir a **conductas** desadaptativas [5].

Estas experiencias ansiosas y dolorosas, a pesar de no recordarlas permanecen en la memoria en la edad adulta [6]. Los traumas en la infancia pueden concluir en **fobias** en la madurez [6, 7, 8].

El tratamiento por excelencia es el farmacológico, pero puede producir dependencia, sobredosis o muerte accidental [2]. Por ello es fundamental hablar de **alternativas no farmacológicas** como la **distracción** [9,10], que proporciona sensación de control al paciente [8].

En este caso, la **música** actúa sobre el sistema límbico [6], zona encargada de [8]:

- Liberación de dopamina + endorfinas y encefalinas = consuelo [8].

Según está estructurada la atención sanitaria, las **enfermeras** son quienes más tiempo pasan con el paciente, por eso tienen un gran papel en la realización de estas intervenciones no farmacológicas.

## 2 OBJETIVO

El objetivo de esta revisión bibliográfica fue evaluar la **efectividad** de la **música** como terapia para la disminución de la **ansiedad** en **niños hospitalizados**.

## 3 METODOLOGÍA

Población	Intervención	Outcome
Niño hospitalizado	Musicoterapia	Efectividad para ↓ ansiedad

**Palabras clave:** Ansiedad, niño, hospitalización, musicoterapia.

**Revisión bibliográfica:**

- Estrategia de búsqueda:** Palabras clave + sinónimos + AND/OR  
PubMed CINAHL → n = 502
- 10 años Inglés y castellano → n = 169
- | CRITERIOS DE INCLUSIÓN                | CRITERIOS DE EXCLUSIÓN                                   |
|---------------------------------------|--|
| 1. Cualquier nivel de hospitalización | 1. Proceso ambulatorio                                   |
| 2. Población pediátrica               | 2. Revisiones sistemáticas que no desarrollan la terapia |
| 3. Edad media de muestra > 1 año      | 3. Edad de la muestra < 1 año                            |
|                                       | 4. Población con trastorno mental                        |

→ n = 13

\*Se sumó 1 estudio por bola de nieve

14 artículos totales

## 4 CARACTERÍSTICAS RESULTADOS EFECTIVIDAD

### Duración y momento

De 5 a 30 minutos

Antes [11, 12, 13, 14] Antes y durante [10, 18] Durante [15, 16] Después [6, 8, 17] Antes y Después [19]

Un artículo empleó la terapia antes-durante-después [7] y otro realizó una sesión por semana [3].

### Quién elige la música

[8, 14, 19] [3, 6, 11, 12, 17, 18] [7, 10, 13, 16]

Un estudio diferenció **dos grupos**, uno de autoselección y otro de música clásica predeterminada [15].

### Tipo de intervención

- Intervención **receptiva** (n=12) [3] [6, 19] [7, 10, 14, 15] [11, 12, 16, 17, 18]
- Intervención **activa** (n=1) [8]
- Intervención **mixta** (n=1) [13]

### Responsable de la intervención

[7, 11, 15, 16, 18, 19] [3, 8, 13, 14]

Hubo estudios que **no** especificaron el responsable [6, 10, 12, 17].

### Herramientas de valoración

Se encontraron diversos cuestionarios validos y fiables para la valoración, los más repetidos son los siguientes:

- m-YPAS (n=3) [6, 11, 13]
- OSBD (n=2) [3, 8]
- STAIC (n=3) [10, 15, 17]

### Efectividad en base al valor de probabilidad

Todos los estudios menos uno [12] concluyeron que la musicoterapia disminuía la ansiedad con respecto al grupo control.

En los 13 artículos que concluyeron una p estadísticamente significativa, este valor osciló entre: 0.000001 - 0.031

## 5 CONCLUSIÓN

Esta revisión sistemática evidencia que las **distintas intervenciones** de terapia musical son eficaces en cualquier procedimiento invasivo durante el transcurso de hospitalización infantil. Además, contribuyen a mejorar el miedo y el dolor de los niños.

Muchas de las intervenciones han sido receptivas y a cargo de enfermeras, sin embargo, es necesaria la **formación** de estas profesionales en herramientas no farmacológicas, ya que tienen un papel fundamental en la atención emocional del paciente.

**No** hay un **protocolo** estandar establecido, por lo que a pesar de que la investigación de tratamientos no farmacológicos está en plena evolución, aún **falta mucho por estudiar**. Esta revisión debe **suscitar interés** por investigar la musicoterapia centrada en la ansiedad durante los distintos tiempos y procedimientos de la hospitalización infantil.

A pesar de que falta evidencia que ponga el foco únicamente en este problema de salud emocional y mental, se concluye que la **musicoterapia** es una **herramienta eficaz** para **reducir la ansiedad infantil** durante la **hospitalización**.

## BIBLIOGRAFÍA