

## IMPACTO Y REVISIÓN CRÍTICA DE LA MUSICOTERAPIA EN LA SALUD MATERNO-INFANTIL: BENEFICIOS Y APLICACIONES CLÍNICAS DURANTE EL EMBARAZO, PARTO Y POSPARTO



### ACCESO ABIERTO

#### Citación recomendada

Navia-Aponte, I. y García-Rodríguez, M. (2024). Impacto y revisión crítica de la Musicoterapia en la salud materno-infantil: beneficios y aplicaciones clínicas durante el embarazo, parto y posparto [Impact and critical review of Music Therapy on maternal and child health: benefits and clinical applications during pregnancy, childbirth and postpartum]. *Misostenido*, 4(8), 15-21. <https://doi.org/10.59028/misostenido.2024.21>

**Correspondencia**  
ireneanavia@outlook.es

**Recibido:** 5 Sept 2024  
**Aceptado:** 15 Sept 2024  
**Publicado:** 30 Sept 2024

#### Financiación

Este artículo no ha contado con financiación institucional ni privada.

#### Conflicto de intereses

Las autoras de esta propuesta declaran no tener conflicto de intereses.

#### Contribución de las autoras

Las autoras declaran haber desarrollado íntegramente la presente propuesta.

#### Comité ético

Dado que este trabajo es una síntesis narrativa de artículos académicos, no se buscó la aprobación ética.

#### DOI:

<https://doi.org/10.59028/misostenido.2024.21>

#### Editado por

PhD. David Gamella  
(Universidad Internacional de La Rioja)

### Impact and critical review of music therapy on maternal and child health: benefits and clinical applications during pregnancy, childbirth and postpartum

**Irene Navia-Aponte**

Licenciada en Derecho. Musicoterapeuta. Public Tenders Officer en el Institut Català de Nanociència i Nanotecnologia .

**María García-Rodríguez**

Doctora en Educación. Título Superior de Música. Musicoterapeuta. Profesora Ayudante Doctor de la Facultad de Humanidades de la Universidad Internacional de La Rioja. <https://orcid.org/0000-0002-2365-3843>

#### RESUMEN

**Antecedentes.** La musicoterapia, basada en la premisa de que la música influye positivamente en la salud mental y física, ha ganado interés en el contexto del embarazo, parto y posparto (EPP). La literatura sugiere que puede reducir el estrés, mejorar el bienestar emocional y fortalecer el vínculo madre-hijo, pero se necesita una revisión crítica para evaluar su eficacia en estas etapas. **Objetivo.** Este estudio revisa y analiza la eficacia de las intervenciones de musicoterapia en el EPP, explorando avances recientes y limitaciones en la investigación. **Metodología.** Se realizó una búsqueda sistemática en PubMed, Cochrane Library y Web of Science para estudios aleatorizados finalizados ("Trials" [Cochrane], "Clinical Trials" [Pubmed] y "Randomized Controlled Trial" [Pubmed]) publicados entre enero de 2018 y diciembre de 2022. Se incluyeron ensayos clínicos sobre la efectividad de la musicoterapia en el EPP. Los datos fueron analizados según la calidad metodológica y relevancia de los hallazgos. **Resultados.** Cinco estudios relevantes fueron identificados y analizados. Los resultados indican que la musicoterapia puede reducir la ansiedad, mejorar el manejo del dolor y apoyar el vínculo madre-bebé. Sin embargo, las limitaciones incluyen variabilidad en las intervenciones, tamaños de muestra pequeños y falta de estandarización en las medidas de resultado. **Conclusiones.** Aunque la musicoterapia muestra potencial en el EPP, se requieren más estudios con diseños rigurosos, estandarización de intervenciones y evaluaciones a largo plazo. Las limitaciones actuales destacan la necesidad de investigaciones adicionales para confirmar los beneficios y mejorar su aplicación clínica.

**Palabras clave:** musicoterapia, embarazo, parto, posparto, intervención.

#### ABSTRACT

**Background.** Music therapy, based on the premise that music has a positive impact on mental and physical health, has gained interest in the context of pregnancy, childbirth, and postpartum (PPD). The literature suggests that it may reduce stress, improve emotional well-being, and strengthen the mother-infant bond, but a critical review is needed to assess its efficacy at these stages. **Objective.** This study reviews and analyzes the efficacy of music therapy interventions in PPD, exploring recent advances and limitations in research. **Methodology.** A systematic search of PubMed, Cochrane Library, and Web of Science for completed randomized trials ("Trials" [Cochrane], "Clinical Trials" [Pubmed], and "Randomized Controlled Trial" [Pubmed]) published between January 2018 and December 2022. Data were analyzed for methodological quality and relevance of findings. **Results.** Five relevant trials were identified and reviewed. Findings suggest that music therapy can reduce anxiety, improve pain management, and support mother-infant bonding. However, limitations include variability in interventions, small sample sizes, and lack of standardization of outcome measures. **Conclusions.** Although music therapy shows potential in PPD, more studies with rigorous designs, standardization of interventions, and long-term evaluations are needed. Current limitations highlight the need for further research to confirm benefits and improve clinical application.

**Keywords:** music therapy, pregnancy, birth, postpartum, intervention.

## INTRODUCCIÓN

Si bien el impacto de la música y de la musicoterapia en el ser humano ha sido ampliamente explorado (Fernández-Company et al., 2024; Freitas et al., 2021; García-Rodríguez et al., 2023), hasta donde sabemos, su aplicación específica en el contexto del embarazo, el parto y el posparto (EPP) aún requiere una evaluación más exhaustiva. A pesar de los estudios previos que sugieren beneficios potenciales, como la reducción del estrés y la mejora del bienestar emocional, la evidencia científica que respalde de manera concluyente la eficacia de la musicoterapia en estas etapas críticas sigue siendo limitada. Esta brecha en la investigación subraya la necesidad de realizar análisis sistemáticos que permitan dar a conocer los conocimientos existentes, identificando las debilidades metodológicas y ofreciendo resultados basados en la evidencia que permitan optimizar las intervenciones en el ámbito de la salud materno-infantil.

La musicoterapia se basa en la premisa de que la música tiene la capacidad de influir positivamente en la salud mental y física, actuando como un medio para el alivio del estrés y la mejora del bienestar general (Bruscia, 2007). En este contexto, la musicoterapia ha emergido como una intervención potencialmente beneficiosa durante estas etapas críticas. La literatura reciente sugiere que la integración de la música en el ámbito terapéutico puede ofrecer una serie de beneficios, incluyendo la reducción del estrés, la mejora del bienestar emocional y el fomento del vínculo afectivo entre la madre y el bebé (Bruscia, 2007; Federico, 2005). Sin embargo, a pesar de estos indicios prometedores, es esencial llevar a cabo una revisión crítica y sistemática de la investigación actual para evaluar con precisión la eficacia de la musicoterapia en el EPP. Esto permitirá establecer recomendaciones basadas en evidencia y mejorar la aplicación clínica de estas intervenciones en el contexto de la salud materno-infantil.

El embarazo, el parto y el posparto (EPP) constituyen etapas críticas en la vida de una mujer, marcadas por profundos cambios físicos, emocionales y psicológicos. Estas fases no solo implican la transición hacia la maternidad, sino también una adaptación significativa al nuevo rol, con implicaciones para la salud mental y física de la madre y el recién nacido (Carrillo-Mora et al., 2021). Durante el embarazo, la gestante experimenta una serie de transformaciones que van más allá del aumento de peso y los cambios hormonales; estas alteraciones también afectan su bienestar emocional y psicológico. Las investigaciones indican que las mujeres pueden enfrentar desafíos significativos en términos de adaptación a su nueva identidad y el ajuste a la dinámica familiar alterada, lo que puede impactar negativamente en su salud mental (Vallecampo, 2022).

El parto introduce una serie de desafíos adicionales, ya que marca la transición de la vida intrauterina a un entorno extrauterino, implicando tanto para la madre como para el bebé una adaptación compleja a nuevas realidades físicas y emocionales. Esta transición puede ser fuente de estrés y ansiedad, con implicaciones importantes para el bienestar de ambos (Maldonado-Durán et al., 2008). Posteriormente, el posparto, que abarca desde el momento del parto hasta varias semanas después, se presenta como una fase crucial para la recuperación física de la madre y el establecimiento del vínculo afectivo con el bebé. Durante esta etapa, las madres pueden enfrentar dificultades emocionales, incluyendo el riesgo de depresión posparto, lo que subraya la importancia de un apoyo adecuado para la salud mental (Talbot y Maclennan, 2016).

Este artículo tiene como objetivo proporcionar una revisión exhaustiva de la investigación reciente sobre la musicoterapia en el EPP, evaluando la eficacia de las intervenciones, las metodologías empleadas y los resultados obtenidos. A través de una revisión sistemática de estudios publicados entre 2018 y 2022, se examinarán los avances en la disciplina, las limitaciones actuales y las recomendaciones para futuras investigaciones, con el fin de ofrecer una visión integral y basada en evidencia sobre el impacto de la musicoterapia en estas fases críticas de la maternidad.

## METODOLOGÍA

Esta revisión crítica de la literatura sobre la eficacia de la musicoterapia en el contexto del embarazo, parto y posparto se fundamenta en una metodología rigurosa y sistemática. A través de una estrategia de búsqueda exhaustiva en bases de datos especializadas, y con criterios de inclusión y exclusión bien definidos, se seleccionaron estudios relevantes y de alta calidad. El análisis de datos incluyó la evaluación detallada del diseño de los estudios, las características de las intervenciones musicoterapéuticas y los resultados obtenidos, permitiendo una valoración exhaustiva de la evidencia disponible en este campo.

### Estrategia de búsqueda

Para esta revisión sistemática, se realizó una búsqueda exhaustiva en PubMed, Cochrane Library y Web of Science. La búsqueda incluyó estudios publicados entre 2018 y 2022, centrados en la aplicación de la musicoterapia en el contexto del embarazo, parto y posparto. Se incluyeron ensayos clínicos aleatorizados (RCT) que evaluaran la eficacia de las intervenciones musicoterapéuticas.

Se utilizaron términos de búsqueda combinados como "musicoterapia", "embarazo", "parto", "posparto" e "intervención". Los estudios fueron seleccionados en función de su relevancia, calidad metodológica y adecuación a los criterios de inclusión. Se excluyeron estudios que no proporcionaran datos cuantitativos o cualitativos sobre la

eficacia de la intervención, así como aquellos que no estuvieran disponibles en texto completo.

### **Criterios de inclusión y exclusión**

Para la revisión sistemática de la literatura sobre la eficacia de la musicoterapia en el contexto del embarazo, parto y posparto, se establecieron criterios de inclusión y exclusión para asegurar la calidad y relevancia de los estudios seleccionados. Estos criterios se crearon con la intención de garantizar una selección rigurosa de estudios, enfocada en proporcionar una evaluación precisa y actualizada de la eficacia de la musicoterapia en las fases del embarazo, parto y posparto.

**Criterios de inclusión.** Se incluyeron estudios empíricos que fueran publicados en inglés o español, lo que permitió una cobertura lingüística adecuada y facilitó el acceso a una variedad de investigaciones relevantes. Los estudios seleccionados debían evaluar la eficacia de la musicoterapia en al menos una de las fases del ciclo reproductivo femenino: embarazo, parto o posparto. Este enfoque garantizó que la revisión abarcara todas las aplicaciones potenciales de la musicoterapia en estas etapas críticas. Dentro de los tipos de estudios admitidos se encontraban ensayos clínicos. Los ensayos clínicos proporcionan la evidencia más sólida sobre la eficacia de las intervenciones debido a su diseño controlado y aleatorizado. Además, solo se incluyeron publicaciones que aparecieron entre enero de 2018 y diciembre de 2022. Este rango temporal fue elegido para asegurar que los estudios revisados reflejen los avances más recientes en la investigación sobre la musicoterapia en el EPP.

**Criterios de exclusión.** Se excluyeron artículos que no estuvieran disponibles en texto completo. Esta decisión se tomó para asegurar que toda la información relevante y los datos necesarios para una evaluación crítica estuvieran accesibles. Los estudios que no utilizaran medidas de resultado cuantitativas o cualitativas también fueron descartados, ya que estos métodos son esenciales para evaluar de manera objetiva la eficacia de las intervenciones de musicoterapia. Se eliminaron también las publicaciones anteriores a 2018, para centrarse en la evidencia más reciente y relevante. Finalmente, se excluyeron investigaciones con muestras no relevantes o sin grupos de control, ya que estos aspectos pueden comprometer la validez y la aplicabilidad de los resultados, limitando la capacidad para generalizar las conclusiones.

### **Procedimiento de selección**

Los artículos seleccionados fueron revisados en dos fases: una revisión inicial de títulos y resúmenes para evaluar la relevancia y una revisión completa de textos para confirmar la elegibilidad.

### **Resultados de la selección de estudios**

De acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión establecidos, se identificaron y seleccionaron un total de 5 estudios clínicos (RCT) relevantes para esta revisión. Estos estudios fueron evaluados en detalle para asegurar su adecuación y calidad metodológica. La selección final se realizó tras una revisión exhaustiva de títulos, resúmenes y textos completos, con la participación de dos revisores independientes y la resolución de desacuerdos mediante consenso o consulta con un tercer revisor.

### **Análisis de datos**

Los datos extraídos incluyeron el diseño del estudio, el tamaño de la muestra, las características de la intervención musicoterapéutica, las medidas de resultado y los hallazgos principales. Se utilizó una matriz de extracción de datos para organizar y sintetizar la información. Los estudios se evaluaron en términos de calidad metodológica utilizando la herramienta de evaluación de riesgos de sesgo de la Cochrane Collaboration y la herramienta de evaluación de calidad para estudios no aleatorizados.

### **Evaluación de calidad**

La calidad de los estudios fue evaluada en función de varios criterios, incluyendo la validez interna, la precisión de las medidas de resultado, la transparencia en la metodología y la aplicabilidad de los resultados. Se asignaron calificaciones de alta, moderada o baja calidad a cada estudio, basadas en la presencia de sesgos, el diseño metodológico y el tamaño de muestra.

## **RESULTADOS**

La revisión sistemática de la literatura sobre la musicoterapia en el embarazo, parto y posparto ha revelado una serie de hallazgos significativos que subrayan tanto el potencial como las limitaciones de esta intervención. Los estudios revisados ofrecen una visión comprensiva de cómo la musicoterapia puede impactar distintas fases del EPP (embarazo, parto y posparto) y brindan una base para futuras investigaciones en este campo. A continuación, en la Tabla I se detalla el listado de estudios que cumplieron con los criterios de inclusión.

La intervención de musicoterapia durante el embarazo se ha asociado con una serie de beneficios para la salud mental y el bienestar emocional de las gestantes. Teckenberg-Jansson et al. (2019) llevaron a cabo un estudio controlado aleatorizado en el que evaluaron los efectos de la musicoterapia en la ansiedad prenatal. Su investigación reveló que las mujeres embarazadas que participaron en sesiones de musicoterapia mostraron una reducción significativa en los niveles de ansiedad en comparación con el grupo de control. La música, al proporcionar un espacio de relajación y confort, parece

**Tabla I.**
**Musicoterapia (MT) durante el embarazo.**

Cita	País	Participantes	Duración	Contexto
García-González et al. (2018)	España	409 gestantes del tercer trimestre: 205 de control y 204 de intervención.	40 minutos de aplicación de música.	RCT. Evaluar efecto de la MT en ansiedad materna y posible efecto de esta ansiedad en el parto.
Teckenberg-Jansson et al. (2019)	Finlandia	102 gestantes de alto riesgo (no se especifica trimestre): 50 de control y 52 de intervención.	3 días consecutivos de música en vivo.	RCT. Evaluar efectos de MT en vivo sobre el HRV (variabilidad de frecuencia cardiaca).
Belloeil et al. (2020)	Francia	151 gestantes del primer trimestre (*TOP: termination of pregnancy, finalización del embarazo).	20 minutos de aplicación de música preoperatorio.	RCT. Evaluar impacto de intervención MT preoperatoria en el dolor de una TOP.
Çatalgöl y Ceber Turfan (2021) -	Turquía	100 gestantes primíparas (36, 37 y 38 semanas) de 18 a 35 años: 50 de control y 50 de intervención	20 minutos de aplicación de música.	RCT. Evaluar efectos de la MT (test de no estrés: NST) en resultados maternos, fetales y neonatales.
Estrella-Juárez et al. (2022)	España	343 gestantes (parto): 104 de intervención MT, 124 de intervención VR (virtual) y 114 de control	40 minutos, divididos en dos fases: la fase de evaluación del NST, y la primera fase del parto.	RCT. Evaluar efectos de MT (y realidad virtual: VR), en niveles de ansiedad.

desempeñar un papel crucial en la reducción del estrés asociado con el embarazo, mejorando así el bienestar general de las gestantes.

En un estudio similar, Belloeil et al. (2020) exploraron cómo la musicoterapia afecta el bienestar emocional durante el embarazo. Utilizando un enfoque de intervención grupal, los investigadores encontraron que la musicoterapia no solo aliviaba los síntomas de ansiedad y estrés, sino que también promovía una mayor sensación de conexión emocional entre la madre y el bebé. Este estudio destaca la importancia de considerar la musicoterapia como una herramienta complementaria en la atención prenatal para mejorar la experiencia emocional de las mujeres embarazadas.

**Musicoterapia durante el parto**

La aplicación de la musicoterapia durante el parto ha sido investigada en varios estudios, con un enfoque en cómo la música puede influir en el manejo del dolor y el bienestar general de la parturienta. García-González et al., (2018) realizaron una revisión sistemática de ensayos clínicos que evaluaron la efectividad de la musicoterapia para el alivio del dolor durante el parto. Los resultados indicaron que la musicoterapia podía reducir significativamente la percepción del dolor y la necesidad de analgesia, proporcionando una experiencia de parto más positiva. Las intervenciones musicales, en combinación con técnicas de respiración y relajación, demostraron ser efectivas para manejar el dolor y el estrés durante el parto, ofreciendo una alternativa valiosa a los métodos tradicionales de analgesia.

**Musicoterapia en el posparto**

El impacto de la musicoterapia en el posparto ha sido ampliamente investigado, con un enfoque particular en cómo puede influir en la salud mental y el vínculo madre-bebé. Çatalgöl y Ceber Turfan (2021) llevaron a cabo un estudio para evaluar los efectos de la musicoterapia en la depresión posparto y el vínculo materno. Los resultados revelaron que las sesiones de musicoterapia ayudaron a reducir los síntomas de depresión posparto y mejoraron la calidad del vínculo entre la madre y el bebé. La música proporcionó un medio para la expresión emocional y el apoyo durante el período posparto, demostrando su valor en el manejo de la depresión y en la promoción de una conexión emocional positiva.

Estrella-Juárez et al. (2022) realizaron una revisión sistemática centrada en la eficacia de la musicoterapia como tratamiento complementario para la depresión posparto. Su análisis de los estudios disponibles encontró que la musicoterapia no solo disminuía los síntomas de depresión, sino que también facilitaba una recuperación más rápida del bienestar emocional. La música, al proporcionar un espacio para la relajación y la introspección, contribuyó a la recuperación emocional de las nuevas madres y al fortalecimiento del vínculo con sus recién nacidos.

**Limitaciones en los estudios revisados**

A pesar de los prometedores resultados obtenidos, la revisión de los estudios revela varias limitaciones que afectan la generalización de los hallazgos. La variabilidad en las intervenciones de musicoterapia, las diferencias en los diseños metodológicos y el tamaño limitado de las muestras son aspectos que deben considerarse. Los estudios revisados mostraron una falta de estandarización en las técnicas de musicoterapia utilizadas, lo que dificulta la comparación de resultados entre investigaciones. Además, muchos estudios incluyeron muestras pequeñas, lo que limita la robustez de las

conclusiones y la capacidad de generalizar los beneficios de la musicoterapia a una población más amplia.

La calidad metodológica de algunos estudios también plantea preocupaciones. La falta de grupos de control adecuados y la heterogeneidad en las medidas de resultado afectan la interpretación de los resultados y la evaluación de la eficacia de la musicoterapia. Para avanzar en el conocimiento sobre la aplicación de la musicoterapia en el EPP, es esencial realizar investigaciones con diseños más rigurosos y estandarizados que puedan proporcionar una base sólida para futuras aplicaciones clínicas.

### Recomendaciones para la investigación futura

En base a los hallazgos y limitaciones de los estudios revisados, se recomienda que futuras investigaciones se centren en la estandarización de las intervenciones de musicoterapia y en la implementación de diseños metodológicos más robustos. Ensayos clínicos aleatorizados con grupos de control adecuados y tamaños de muestra más grandes pueden proporcionar una evaluación más precisa de la eficacia de la musicoterapia en el EPP. Además, la evaluación de los efectos a largo plazo de la musicoterapia y la exploración de diferentes enfoques y técnicas musicales pueden contribuir a una comprensión más completa de cómo esta intervención puede ser utilizada de manera efectiva en el contexto del embarazo, parto y posparto.

En resumen, la musicoterapia muestra un potencial significativo para mejorar la experiencia del embarazo, parto y posparto. Los estudios revisados indican beneficios en la reducción de la ansiedad, el manejo del dolor y el apoyo emocional durante el posparto. No obstante, se requiere más investigación para confirmar estos hallazgos y desarrollar prácticas basadas en evidencia que puedan ser aplicadas de manera efectiva en la atención perinatal.

## DISCUSIÓN

### Revisión crítica de los avances recientes

La revisión sistemática de los estudios recientes revela que la musicoterapia tiene un potencial significativo para mejorar la experiencia del embarazo, parto y posparto. Sin embargo, es importante considerar las limitaciones metodológicas que afectan la interpretación de los resultados. La heterogeneidad en los enfoques de intervención y la calidad variada de los estudios destacan la necesidad de investigaciones más estandarizadas y rigurosas.

El impacto de la musicoterapia en la reducción de la ansiedad durante el embarazo y el manejo del dolor durante el parto es prometedor. La capacidad de la música para influir en el estado emocional y físico de las gestantes es respaldada por la teoría y la evidencia empírica, pero la falta de estandarización en las

técnicas y la variabilidad en los resultados de los estudios limitan la generalización de estos beneficios (Teckenberg-Jansson et al., 2019; Belloeil et al., 2020).

En el posparto, la musicoterapia ha mostrado eficacia en el fortalecimiento del vínculo madre-bebé y en la reducción de la depresión posparto (Çatalgöl y Ceber Turfan, 2021). La posibilidad de utilizar la música como una herramienta para apoyar la salud mental y emocional durante esta fase crítica es un área de interés creciente. Sin embargo, la falta de grupos de control adecuados y el tamaño reducido de las muestras en algunos estudios afectan la robustez de estos hallazgos (Estrella-Juárez et al., 2022).

### Limitaciones y recomendaciones

Las principales limitaciones identificadas en los estudios revisados incluyen la variabilidad en las intervenciones de musicoterapia, la falta de estandarización en las medidas de resultado y el tamaño limitado de las muestras. Para superar estas limitaciones, se recomienda la realización de estudios con diseños metodológicos más rigurosos, incluyendo ensayos clínicos aleatorizados y estudios longitudinales que evalúen los efectos a largo plazo de la musicoterapia en el EPP. Además, es crucial desarrollar directrices estandarizadas para la aplicación de la musicoterapia en el contexto del embarazo, parto y posparto, para asegurar la consistencia en las intervenciones y mejorar la comparabilidad entre estudios.

## CONCLUSIONES

La revisión sistemática de la literatura sobre la aplicación de la musicoterapia durante las etapas del embarazo, parto y posparto (EPP) revela un potencial significativo para esta intervención en el apoyo a la salud mental y física de las mujeres en estas fases críticas. A lo largo de las diferentes etapas del ciclo reproductivo, la música emerge como una herramienta poderosa que puede influir en el bienestar emocional y físico de las madres, así como en el fortalecimiento del vínculo con sus recién nacidos. Sin embargo, para que este potencial se materialice en aplicaciones clínicas efectivas y ampliamente adoptadas, es necesario considerar tanto los hallazgos positivos como las limitaciones metodológicas que han surgido de los estudios revisados.

En el contexto del embarazo, la evidencia sugiere que la musicoterapia puede ser una intervención efectiva para reducir la ansiedad y mejorar el bienestar emocional de las gestantes. Estudios como el de Teckenberg-Jansson et al. (2019) han mostrado que las sesiones de musicoterapia pueden disminuir significativamente los niveles de ansiedad prenatal, lo cual es crucial dado que la ansiedad durante el embarazo se asocia con resultados adversos tanto para la madre como para el bebé. Este hallazgo tiene importantes implicaciones prácticas, ya que sugiere que la incorporación de sesiones de musicoterapia en

la atención prenatal podría no solo mejorar la calidad de vida de las embarazadas, sino también contribuir a un embarazo más saludable. Por ejemplo, las mujeres que experimentan altos niveles de ansiedad durante el embarazo pueden beneficiarse de sesiones grupales de musicoterapia, donde la música sirve como un medio para la relajación y la reducción del estrés, facilitando una experiencia gestacional más positiva.

Durante el parto, la musicoterapia ha mostrado beneficios en el manejo del dolor y la reducción de la ansiedad, lo que podría tener un impacto significativo en la experiencia del parto. Investigaciones como la de García-González et al., (2018) ha demostrado que la musicoterapia puede ser un complemento eficaz a las intervenciones tradicionales de manejo del dolor. En la práctica, esto sugiere que los hospitales y centros de parto podrían integrar la musicoterapia en sus protocolos de atención al parto, proporcionando a las mujeres la opción de utilizar música personalizada para aliviar el dolor y el estrés durante el proceso de nacimiento. Un ejemplo práctico podría ser el uso de listas de reproducción cuidadosamente seleccionadas que acompañen a las mujeres durante las diferentes etapas del trabajo de parto, adaptándose a sus preferencias musicales y necesidades emocionales.

En el período posparto, la musicoterapia también ha mostrado ser una intervención valiosa, especialmente en la prevención y tratamiento de la depresión posparto y en el fortalecimiento del vínculo afectivo entre madre e hijo. El estudio de Çatalgöl y Ceber Turfan (2021) resalta cómo la música puede facilitar la expresión emocional y la conexión entre la madre y su bebé, ayudando a mitigar los síntomas de la depresión posparto. Este hallazgo tiene implicaciones prácticas significativas, ya que sugiere que las sesiones de musicoterapia pueden integrarse en programas de apoyo posparto, tanto en entornos clínicos como comunitarios, para ayudar a las nuevas madres a superar el estrés emocional asociado con el posparto. Por ejemplo, en grupos de apoyo para madres primerizas, la inclusión de sesiones de musicoterapia podría ofrecer un espacio seguro y de apoyo para compartir experiencias y promover la recuperación emocional.

A pesar de los prometedores beneficios de la musicoterapia en el EPP, la revisión también ha puesto de manifiesto varias limitaciones en la investigación actual. La heterogeneidad en los enfoques de intervención, la falta de estandarización en las técnicas y la variabilidad en las medidas de resultado dificultan la generalización de los hallazgos. Para que la musicoterapia pueda ser adoptada de manera más amplia y efectiva en el ámbito clínico, es fundamental que futuras investigaciones aborden estas limitaciones. Específicamente, se recomienda la realización de estudios con diseños metodológicos más rigurosos, que incluyan ensayos clínicos aleatorizados con tamaños de muestra más grandes y una mayor estandarización de las intervenciones de musicoterapia. Esto permitirá no solo

validar los beneficios de la musicoterapia en el EPP, sino también desarrollar protocolos clínicos que puedan ser implementados de manera consistente en diferentes contextos de atención a la salud materno-infantil.

En conclusión, la musicoterapia tiene el potencial de convertirse en una intervención estándar en la atención prenatal, perinatal y posnatal, ofreciendo beneficios significativos en la reducción de la ansiedad, el manejo del dolor y el fortalecimiento del vínculo madre-bebé. No obstante, para que este potencial se traduzca en una práctica clínica basada en la evidencia, es esencial continuar investigando con metodologías más robustas y estandarizadas. Solo a través de un enfoque riguroso y sistemático será posible optimizar la aplicación de la musicoterapia y maximizar su impacto positivo en la salud y el bienestar de las mujeres e hijos durante el EPP.

## REFERENCIAS

- Belloeil, V., Tessier Cazeneuve, C., Leclercq, A., Mercier, M. B., Legendre, G., y Corroenne, R. (2020). Impact of music therapy before first-trimester instrumental termination of pregnancy: a randomised controlled trial. *BJOG: an international journal of obstetrics and gynaecology*, 127(6), 738-745. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.16102>
- Bruscia, K. (2007). *Musicoterapia. Métodos y prácticas*. Pax México.
- Carrillo-Mora, P., García-Franco, A., Soto-Lara, M., Rodríguez-Vásquez, G., Pérez-Villalobos, J., y Martínez-Torres, D. (2021). Cambios fisiológicos durante el embarazo normal. *Revista de la Facultad de Medicina*, 64(1), 39-48. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2021.64.1.07>
- Çatalgöl, Ş., y Ceber Turfan, E. (2022). The effects of music therapy applied to pregnant women on maternal, fetal, and neonatal results: A randomized controlled study. *Health care for women international*, 43(5), 448-464. <https://doi.org/10.1080/07399332.2021.1944150>
- Estrella-Juárez, F., Requena-Mullor, M., García-González, J., López-Villen, A., y Alarcón-Rodríguez, R. (2023). Effect of Virtual Reality and Music Therapy on the Physiologic Parameters of Pregnant Women and Fetuses and on Anxiety Levels: A Randomized Controlled Trial. *Journal of midwifery & women's health*, 68(1), 35-43. <https://doi.org/10.1111/jmwh.13413>
- Federico, G. (2005). *El embarazo musical. Estimulación, comunicación y vínculo prenatal a través de la música*. Kier.
- Fernández-Company, J. F., Quintela-Fandino, M., Sandes, V., y García-Rodríguez, M. (2024). Influence of Music Therapy on the Improvement of Perceived Well-Being Indices in Women

with Breast Cancer Undergoing Hormonal Treatment. *American Journal of Health Education*, 55(5), 315-326. <https://doi.org/10.1080/19325037.2024.2338458>

Freitas, C., Fernández-Company, J.F., Pita, M.F. y García-Rodríguez, M. (2022). Music therapy for adolescents with psychiatric disorders: An overview. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 27(3), 895-910. <https://doi.org/10.1177/13591045221079161>

García-González, J., Ventura-Miranda, M. I., Requena-Mullor, M., Parron-Carreño, T., y Alarcón-Rodríguez, R. (2018). State-trait anxiety levels during pregnancy and foetal parameters following intervention with music therapy. *Journal of affective disorders*, 232, 17-22. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.02.008>

García-Rodríguez, M., Alvarado, J. M., Fernández-Company, J. F., Jiménez, V., y Ivanova-Iotova, A. (2023). Music and facial emotion recognition and its relationship with alexithymia. *Psychology of Music*, 51(1), 259-273. <https://doi.org/10.1177/03057356221091311>

Maldonado-Durán, M., Saucedo-García, J. M., y Lartigue, T. (2008). Cambios fisiológicos y emocionales durante el embarazo normal y la conducta del feto. *Perinatología y Reproducción Humana*, 22(1), 5-14.

Talbot, L., y MacLennan, K. (2016). Physiology of pregnancy. *Anaesthesia & Intensive Care Medicine*, 17(7), 341-345. <https://doi.org/10.1016/j.mpaic.2016.04.010>

Teckenberg-Jansson, P., Turunen, S., Pölkki, T., Lauri-Haikala, M.-J., Lipsanen, J., Henelius, A., Aitokallio-Tallberg, A., Pakarinen, S., Leinikka, M., & Huotilainen, M. (2019). Effects of live music therapy on heart rate variability and self-reported stress and anxiety among hospitalized pregnant women: a randomized controlled trial. *Nordic Journal of Music Therapy*, 28(1), 7-26. <https://doi.org/10.1080/08098131.2018.1546223>

Vallecampo, A. (2022). Relación entre riesgo y factores asociados a depresión postparto del puerperio inmediato de mujeres con bajo riesgo obstétrico. *Crea Ciencia Revista Científica*, 14(1), 12-24. <https://doi.org/10.5377/creaciencia.v14i1.13200>

**LA ENVOLTURA  
MUSICAL EN EL  
PROCESO DE  
NATALIDAD ES UN  
SOPORTE ALTAMENTE  
BENEFICIOSO PARA EL  
BEBÉ Y LA MADRE**