



**Universidad  
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA  
EN SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA**

**EFFECTIVIDAD DE LA MUSICOTERAPIA PARA MEJORAR LOS SÍNTOMAS  
DEPRESIVOS EN PACIENTES PSIQUIÁTRICOS**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA**

**PRESENTADO POR:**

**Lic. CORIMANYA VARGAS, ABEL**

**Lic. SOTELO ACUÑA, JUAN LUIS**

**ASESOR: MG. ARÉVALO MARCOS, RODOLFO AMADO**

**LIMA - PERÚ**

**2019**



## **Dedicatoria**

Dedicamos a todas aquellas personas que nos motivaron, apoyaron y colaboraron para que el presente trabajo salga a la luz.

## **Agradecimiento**

Agradecemos de sobremanera a nuestros familiares por su permanente apoyo que hizo posible la culminación del presente estudio así como la adquisición de nuevos conocimientos y el anhelo de contribuir a mejorar el desempeño de nuestra profesión.

**Asesor**

**MG. ARÉVALO MARCOS, RODOLFO AMADO**

## **Jurado**

**Presidente: Mg. Canales Rimachi Reyda Ismaela**

**Secretario: Mg. Suarez Valderrama Yurik Anatoli**

**Vocal: Mg. Carbajal Sanchez Rosa Estrella**

# ÍNDICE

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ASESOR	v
JURADO	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
<b>CAPITULO I: INTRODUCCIÓN</b>	<b>12</b>
1.1 Planteamiento del problema	12
1.2. Formulación de la pregunta	17
1.3. Objetivo	18
<b>CAPITULO II: MATERIALES Y METODOS</b>	<b>18</b>
2.1 Diseño de estudio	19
2.2 Población y Muestra	19
2.3 Procedimiento de recolección de datos	20
2.4 Técnica de análisis	20
2.5 Aspectos éticos	21
<b>CAPITULO III: RESULTADOS</b>	<b>22</b>
3.1 Tablas	22
<b>CAPITULO IV: DISCUSIÓN</b>	<b>35</b>

4.1. Discusión	35
<b>CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	<b>37</b>
5.1. Conclusiones	37
5.2. Recomendaciones	38
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA</b>	<b>39</b>



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Tabla de estudios sobre la efectividad de la musicoterapia para reducir los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos	22
<b>Tabla 2.</b> Resumen de estudios sobre la efectividad de la musicoterapia para reducir los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos	32

## RESUMEN

**Objetivo:** Sistematizar las evidencias sobre la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos. **Material y Métodos:** Revisión sistemática observacional y retrospectiva de tipo cuantitativa, sometidos a selección crítica, utilizando el sistema de evaluación Grade para la identificación del grado de evidencia, encontrados en las siguientes bases de datos: PubMed, Sciencedirect, Cochrane, Scielo, Wiley Online Library, Elsevier, Epistemonikos. De los 10 artículos revisados sistemáticamente el 40% (n= 4/10) son revisiones sistemáticas, el 60% (n= 6/10) son ensayos aleatorizados controlados. Según los resultados que se obtuvieron de la revisión sistemática realizada en el presente estudio; proceden de Singapur (20%), de Alemania (20%), Noruega (10%), Holanda (10%), Taiwan (10%), Turquía (10%), China (10%) y México (10%). **Resultados:** De las evidencias halladas, el 100% (n=10/10) señalan que la musicoterapia es efectiva en el mejoramiento de los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos. **Conclusión:** la musicoterapia es eficaz en el tratamiento de los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

**Palabras clave:** “Efectividad”; “Musica”; “Musicoterapia”; “Depresión”.

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze and systematize the effectiveness of music therapy to improve depressive symptoms in psychiatric patients. **Material and Methods:** Observational and retrospective systematic review of quantitative type, a critical selection, using the evaluation system Grade for the identification of the degree of evidence, which is found in the following databases: PubMed, Cochrane, Science direct, Scielo, Wiley Online Library, Elsevier, Epistemonikos. The 10 articles reviewed systematically, 40% (n = 4/10) is a systematic review, 60% (n = 6/10) are randomized controlled trials. the results obtained from the systematic review in this study, the countries of Singapore (20%), followed by Germany(20%), Norway (10%), Netherlands (10%), Taiwan (10%), Turkey (10%), China (10%), and México (10%).**Results:** the evidence found, 100% (n = 10/10) indicates that the music therapy is effective in the improving depressive symptoms in psychiatric patients. **Conclusion:** The music therapy is effective in the treatment of depressive symptoms in psychiatric patients.

**Key words:** "Effectiveness"; "Music", "Music therapy", "depression"

# CAPITULO I: INTRODUCCIÓN

## 1.1 Planteamiento del problema

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la depresión es definida como una enfermedad mental frecuente, que se caracteriza por presentar tristeza, pérdida de interés por las cosas diarias y las actividades placenteras, sentimientos de culpa o baja autoestima, alteraciones del sueño o del apetito, sensación de cansancio, falta de energía y concentración. La depresión puede terminar haciéndose crónica o repetitiva, e impedir de manera sensible el cumplimiento en el trabajo o la escuela y la capacidad para enfrentar la vida diaria. En su estado más grave, puede conllevar al suicidio y si es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, cuando se presenta en su forma moderada o grave se hace necesario tratamiento farmacológico y psicoterapia de apoyo. La depresión puede convertirse en un problema de salud bastante serio si no se diagnostica de manera fiable.(1)

La depresión es un trastorno multicausal y esta asociada con el riesgo de desarrollar cáncer, demencia, diabetes, epilepsia y derrame cerebral. Es un trastorno frecuente que se presenta en todos los géneros, edades y en todos los

estratos sociales. El tratamiento convencional de la depresión con medicamentos antidepresivos y terapia de comportamiento cognitivo puede ser eficaz en el 60-80% de los pacientes; sin embargo la terapia con antidepresivos tiene una variedad de efectos secundarios indeseables tales como sedación, reducción o caída de la presión arterial, incremento del peso corporal, indigestión o disfunción sexual; esto a menudo resulta en un mal comportamiento del paciente que resulta en una ruptura de la medicación con la recurrencia de los síntomas depresivos y un mayor riesgo de suicidio. El tratamiento de la depresión con una estrategia fácil y disponible más allá de la inhibición de recaptación de serotonina y noradrenalina podría ser una alternativa de tratamiento futuro (2)

La depresión se establece como una complicación de gran importancia para la salud pública, constituye la cuarta parte de discapacidad en relación a la pérdida de años vida saludables, incrementa de manera relevante la carga global de enfermedad, se erige como una de las causas más primordiales de discapacidad y se estima que aqueja a 350 millones de individuos en el mundo entero con una prevalencia que fluctúa entre 3.3 y 21.4%. Esta enfermedad frecuentemente se inicia a temprana edad, reduciendo significativamente el funcionamiento normal de las personas, es una patología recurrente y conlleva considerables gastos económicos para las personas y la sociedad; por este motivo la depresión se halla encabezando los primeros lugares de la lista de patologías discapacitantes y ha pasado a ser una prioridad de atención a nivel mundial (3)

Las alteraciones del estado de ánimo son los trastornos mentales que más predominan en la población mundial. Conforme a lo reportado por la organización mundial de la salud (OMS 2008) aproximadamente el 56% de las personas que sufren de depresión en todo el mundo no reciben ningún tipo de tratamiento, La falta de tratamiento para los padecimientos del estado de ánimo es principalmente crítico dado el deterioro asociado a estos. Los trastornos del estado de ánimo son una importante contribución a la carga total de la enfermedad y la carga económica que incluye el desempleo, la necesidad de

medicamentos y otros servicios médicos y sociales. En relación al género se sabe que las personas de sexo femenino tienen una elevada prevalencia de desordenes del estado de ánimo que los hombres (4)

En el Perú, Las investigaciones epidemiológicas llevadas a cabo por el INSM “Honorio Delgado-Hideyo Noguchi” evidencian que el trastorno depresivo es uno de los problemas primordiales de salud mental en las zonas rurales de la Sierra, Selva, y Lima Metropolitana con tasas de prevalencia anualizada de 3,3%, 4,1% y 6,2%. En nuestro país el trastorno depresivo lidera la lista de enfermedades neuro-psiquiátricas con un alto número de años vida saludable (AVISA) perdidos por discapacidad. Las deficiencias en el diagnóstico y tratamiento del episodio depresivo en la atención primaria han sido estudiadas de forma considerable. De acuerdo a Khon en el año 2005, en América Latina y el Caribe, hasta un 78% de personas diagnosticadas con depresión mayor no les fue suministrado ningún tipo de tratamiento. La salud mental se constituye en uno de los objetivos nacionales y regionales mas prioritarios formulados por el Instituto Nacional de Salud para el periodo 2015-2021 (5)

La importancia de tratar la depresión no puede ser sobreestimada; la Organización Mundial de la Salud coloca al trastorno depresivo entre las 10 primeras causas médicas de discapacidad en el mundo. Es un trastorno psiquiátrico altamente prevalente con un riesgo de vida del 20% y esta asociada con altos niveles de morbilidad y mortalidad. Los pacientes deprimidos están en mayor riesgo de padecer problemas graves en su salud física como la diabetes o la enfermedad arterial coronaria y el empeoramiento del pronóstico de otras condiciones médicas. Los estudios de seguimiento a largo plazo muestran que la depresión es una condición asociada a una morbilidad y mortalidad significativas y una tendencia a la cronicidad con recaídas. El riesgo de recurrencia es mayor si el primer episodio se produce a una edad temprana, teniendo en cuenta esto, la necesidad de un tratamiento eficaz en el primer cuadro es obvio (6)

En el tratamiento de la depresión la combinación más común es la medicación junto con el asesoramiento psiquiátrico. También se ha encontrado que la psicoterapia es efectiva, pero el procesamiento de la psicoterapia puede ser difícil o insuficiente para algunas personas. Por lo tanto, las terapias que permiten el procesamiento no verbal, como la musicoterapia, pueden ofrecer una alternativa viable. La musicoterapia es un tipo especial de psicoterapia donde se utilizan formas de interacción con la música y la comunicación verbal; se define como una intervención en el que un terapeuta ayuda a la persona a promover su salud utilizando música y esta puede ser libre, estructurada o improvisada. La musicoterapia puede ser dosificada en unidades o números de sesiones y medida en el tiempo en relación a la respuesta (7)

Estudios recientes ponen en duda la verdadera eficiencia de los antidepresivos en la depresión ligera y moderada. La Food and Drug Administration (FDA) ha publicado recientemente los datos subyacentes a la aprobación de los seis antidepresivos más vendidos: en 47 estudios clínicos controlados, solo el 10-20% mostraron beneficios atribuibles de manera efectiva a la acción farmacológica de la molécula empleada, mientras que el efecto placebo era responsable de la mejoría del estado de ánimo del 80-90% de los sujetos de estudio. En confirmación de este hallazgo, un estudio reciente mostro que los medicamentos contra la depresión resultó parcialmente eficaz solo en sujetos que sufren de depresión severa; por lo tanto una amplia evidencia científica establece dudas acerca de la efectividad de los antidepresivos especialmente para los afectados por depresión leve y moderada (8)

La musicoterapia es un procedimiento metódico y ordenado que emplea la música y sus diversos componentes con el propósito de facilitar y fomentar la comunicación, las interrelaciones y la exteriorización de los sentimientos con fines terapéuticos, tratando de satisfacer las necesidades sociales y emocionales de las personas. Este procedimiento debe ser ejecutado por una persona preparada y competente y buscara restablecer o potenciar la funcionalidad del individuo,

tanto a nivel personal o social, incrementando su calidad de vida; se emplea en diversas personas y proporciona bienestar a niños, adultos o mayores de edad sea a nivel físico, cognitivo o emocional, asimismo suele usarse en personas con discapacidades proporcionándoles una ayuda significativa en su incorporación social (9)

La musicoterapia puede administrarse a grupos o individualmente, y los participantes pueden ser enviados y valorados por un musicoterapeuta previo a la designación en un terapia individual o una terapia grupal cerrada. Las evidencias de investigación sobre música y depresión son limitadas y los pocos estudios en este sentido muestran que los pacientes con depresión experimentan una mejoría del estado anímico y del sentimiento de bienestar. Los estudios que se ocupan de musicoterapia activa (es decir haciendo uso de instrumentos, improvisación, moverse con la música y los juegos de música) resultaron eficaces en la disminución de los síntomas de depresión mediante la inducción de la comodidad y la relajación, y la promoción de cambios fisiológicos positivos (10)

En la actualidad existe una extensa literatura para examinar los resultados de escuchar música en relación al estado de ánimo negativo; sin embargo pocos estudios seleccionan la música como el principal elemento en la mejora del estado de ánimo y comparan la música con una terapia de placebo. La escucha de música tiene una eficacia específica en la mejora del estado de ánimo. Los métodos de musicoterapia pueden ser activos y / o receptivos e incluyen el procesamiento verbal de sentimientos y experiencias. En los métodos activos (improvisación, recreación, composición), los participantes están "haciendo música" y en la musicoterapia receptiva, los participantes están "recibiendo" (por ejemplo, escuchando) música. La improvisación podría ser el método activo más comúnmente utilizado en la salud mental de adultos (11)

El profesional de enfermería dispone dentro de la clasificación de intervenciones de enfermería (NIC) la intervención: Musicoterapia 4400, la que es definida como



“el uso de la música para ayudar a conseguir un cambio específico de conductas, sentimientos o fisiológico”. Diferentes estudios afirman que la música es un elemento social capaz de mejorar el desarrollo personal e interpersonal; la música y el trabajo con la musicoterapia es un gran recurso de salud que esta al alcance de cualquier persona y de cualquier familia y eso tiene un enorme impacto de salud pública, de educación, de bienestar y de calidad de vida; tanto el cuidador como el personal de enfermería juegan un importante papel antes, durante y después de las sesiones de musicoterapia, pues en muchas ocasiones son ellos quienes la desarrollan (12)

Si bien, existe una controversia sobre el tema, por eso la importancia que el profesional de enfermería y otro personal de la salud tenga la necesidad de comprobar si las intervenciones de la musicoterapia son capaces de mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

La presente investigación nos permitirá incrementar la competencia del profesional de enfermería dentro del área de psiquiatría, teniendo como finalidad valorar la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos y estandarizarlo para su apropiada ejecución; por tal motivo es esencial el análisis de la siguiente revisión sistemática.

## 1.2. Formulación de la pregunta

La pregunta que se enuncio para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

<b>P: Paciente / Problema</b>	<b>I : Intervención</b>	<b>C: Intervención de Comparación</b>	<b>O: Outcome Resultados</b>
-------------------------------	-------------------------	---------------------------------------	------------------------------

---

Pacientes psiquiátricos	Musicoterapia	No corresponde	Mejorar síntomas depresivos	los
----------------------------	---------------	----------------	-----------------------------------	-----

---

¿Cuál es la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos?

### **1.3. Objetivo**

Sistematizar las evidencias sobre la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

## **CAPITULO II: MATERIALES Y METODOS**

### **2.1 Diseño de estudio**

La revisión sistemática consiste en una investigación de tipo científica que nos permite a través de un análisis minucioso, recopilar y sintetizar información sobre un tema específico (para responder a una pregunta estructurada de investigación); la cual sigue un diseño o método preestablecido. Sintetiza los resultados de los estudios primarios analizados y permite hacer inferencias que proporcionan un alto nivel de evidencia con mínimo riesgo de sesgo sobre la eficacia de las intervenciones en problemas o situaciones de salud (13)

### **2.2 Población y Muestra**

La población para este estudio la constituyen 10 artículos científicos primarios originales, los que se encuentran debidamente catalogados y registrados en diversas bases científicas de datos y se hallan publicados en idioma español e inglés.

### **2.3 Procedimiento de recolección de datos**

La recolección de información y datos del presente estudio se llevo a cabo mediante una revisión sistemática de artículos de investigación de diversos países, que tuvieron como tema principal la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos; de la mayoría de artículos hallados, se seleccionaron los más destacados de acuerdo a su grado de evidencia y año de publicación más reciente; excluyéndose a los poco relevantes. Para esta indagación se estableció como criterio tener total accesibilidad al integro del estudio científico.

El algoritmo que se utilizo en la exploración fue el siguiente:

Musicoterapia AND depresión AND pacientes psiquiátricos  
Efectividad OR musicoterapia OR depresión  
Musicoterapia AND pacientes psiquiátricos NOT síntomas  
Efectividad OR depresión NOT musicoterapia

Bases de Datos: Epistemonikos, Scielo, Sciencedirect, Pubmed, Researchgate, Cochrane.

### **2.4 Técnica de análisis**

La reflexión y análisis de esta revisión sistemática está desarrollado a través de la confección de una tabla de síntesis (Tabla N°2) con los resultados principales de cada uno de los artículos científicos elegidos, haciendo una evaluación minuciosa de cada uno de estos para una detallada comparación de las características en las que se concuerda y los puntos en los que existe discrepancia entre los artículos seleccionados. Las revisiones sistemáticas son investigaciones que tienen un carácter científico, en las que el objeto de análisis son los estudios científicos originales. Las revisiones sistemáticas son una herramienta indispensable para todo investigador que desee sintetizar la

información científica hallada y hacer inferencias con un nivel de validez elevado de las conclusiones de los estudios individuales. Nos permite también encontrar áreas en donde sea necesario realizar futuras investigaciones. La fuerza de las recomendaciones se basa no solo en la calidad de los artículos científicos, sino también en el análisis de los riesgos y beneficios, los valores y las preferencias de los pacientes así como el de los profesionales que proveen los cuidados; los costos y el consumo de recursos que estos demanden.

## **2.5 Aspectos éticos**

El análisis crítico de las evidencias científicas revisadas, está de acuerdo a la normativa técnica de la bioética en la investigación, se ha verificado que cada artículo revisado haya dado estricto cumplimiento a los principios de la ética en su ejecución. El desarrollo de la presente investigación se hizo de manera veraz y fidedigna en la recolección de evidencia, en las diferentes bases de datos a nivel internacional y en las demás etapas del proceso.

## CAPITULO III: RESULTADOS

### 3.1 Tablas

Tabla 1. Tabla de estudios sobre efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN				
1. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Leubner D, Hinterberger T.	2017	Revisión de la eficacia de las intervenciones musicales en el tratamiento de la depresión (14)	Fronteras en psicología <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28736539">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28736539</a> Alemania	Volumen 7 Número 8
CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN				
Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión sistemática	417 estudios 28 estudios	No corresponde	Distinguimos entre la escucha pasiva de la música (registro de un CD o música en vivo) (79%), y cantar, tocar o improvisar con instrumentos activos (46%). Dentro de ciertos límites de varianza, se intentó un análisis de estudios similares. Los parámetros críticos fueron, por ejemplo, la duración de la prueba, la cantidad de sesiones, la edad de los participantes, el tipo de música, la participación activa o pasiva y la configuración individual o grupal. En 26 estudios, se encontró una reducción estadísticamente significativa en los niveles de depresión a lo largo del tiempo en el grupo experimental (intervención musical).	Las intervenciones musicales son eficaces para la mejoría de los síntomas de depresión en los pacientes adultos psiquiátricos. Como resultado global, la música es una opción de tratamiento potencial para la sintomatología depresiva y la calidad de vida en diferentes grupos de personas.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Aalbers S, Fusar L , Freeman R, Spreen M , Ket J, Vink A, et al	2017	Musicoterapia para la depresión (15)	Cochrane Database <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29144545">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29144545</a> Holanda	Volumen 11 Número 1

#### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	41 estudios 9 estudios	No corresponde	En los resultados primarios, encontramos evidencia de calidad moderada de efectos grandes que favorecen los síntomas depresivos clasificados por médicos (DME -0,98, IC 95% -1,69 a -0,27, 3 ECA, 1 CCT, n = 219) y síntomas depresivos informados por los pacientes (DME -0,85, IC 95% -1,37 a -0,34, 3 ECA, 1 CCT, n = 142). Los hallazgos indican que la musicoterapia agregada al tratamiento habitual proporciona resultados beneficiosos a corto plazo para las personas con depresión.	La musicoterapia proporciona efectos favorables a corto plazo a las personas afectadas con depresión y es una opción eficaz para reducir los niveles de ansiedad e incrementar la funcionalidad de las personas deprimidas.

#### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Gök H, Yaman Y, Sevcan O, Saglambilen O, Aydın I.	2016	El efecto de la musicoterapia sobre la depresión y los parámetros fisiológicos en las personas mayores que viven en un hogar de ancianos de Turquía: un ensayo controlado aleatorizado (16)	Envejecimiento y salud mental <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27592520">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27592520</a> Turquia	Volumen 21 Número 12

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	105 pacientes	Consentimiento informado	Se encontró que la diferencia entre las puntuaciones de depresión posteriores a la prueba de los dos grupos fue estadísticamente significativa ( $t = -2.86$ , $p < .01$ ). También se determinó que se encontró las puntuaciones medias de pre-prueba y post-test GDS dentro de los grupos de música y de control ( $p < .001$ y $p < .01$ , respectivamente) (Tabla 2). No hubo diferencias en la pre-valores de SBP, DBP, HR y RR entre los grupos de música y de control ( $p > .05$ ). Se encontró que las puntuaciones medias de la PAS posterior a la prueba en el grupo de música resultaban ser considerablemente más bajos que los del grupo control ( $t D ; 3.11$ , $p < .05$ ). Sin embargo, las puntuaciones medias de post-test PAD, FC y RR en el grupo de música no eran significativamente diferentes del grupo control ( $p > .05$ ).	La terapia musical disminuyó significativamente el nivel de depresión de las personas de edad avanzada que vivían en un hogar de ancianos así como los niveles de presión arterial sistólica (PAS).



#### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Zhao K , Bai Z, Bo A, Chi I.	2016	Una revisión sistemática y meta-análisis de la terapia de música para los adultos mayores con depresión (17)	Revista internacional de psiquiatría geriátrica <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27094452">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27094452</a> China	Volumen 31 Número 11

#### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática Metaanálisis	2692 estudios 19 estudios	No corresponde	Los resultados mostraron que la terapia de música tenía significación estadística en la reducción de los síntomas depresivos (DME = 0,95; IC del 95% = 0,78, 1,12) entre los ancianos con depresión, pero la relación entre la eficacia de la terapia de la música y los síntomas depresivos entre ancianos con demencia no fue estadísticamente relevante ( DME = 0,39; IC del 95% = 0,03 ).	La terapia musical tuvo un efecto positivo en la disminución de los síntomas depresivos entre ancianos con depresión.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Werner J, Wosch T, Gold C.	2015	Efectividad de la música grupal versus canto común recreativo para síntomas depresivos de los residentes de hogares de ancianos: ensayo pragmático (18)	Envejecimiento y salud mental <a href="http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2015.1093599">Http://dx.doi.org/10.1080/13607863.2015.1093599</a> . Alemania	Volumen 1 Número 1

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	117 pacientes	No corresponde	El nivel de los síntomas depresivos mejoro considerablemente más en los asignados a la terapia de música (n = 62) que en el canto recreacional (n = 55) tanto en la sexta semana (diferencia media 3.0 puntajes, IC del 95% 1.21 a 4.79, p = 0.001) y la semana 12 (diferencia de media 4.50 puntaje, IC del 95% 2.51 a 6.50, p < 0.001C).	Los resultados confirman que la musicoterapia disminuye de forma significativa los síntomas depresivos de las personas que viven en hogares de ancianos.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Lu S, Lo C , Sung H, Hsieh T, Yu S, Chang S.	2013	Efectos de la intervención de música grupal sobre los síntomas psiquiátricos y la depresión en pacientes con esquizofrenia (19)	Terapias complementarias en medicina <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24280478">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24280478</a> Taiwán	Volumen 21 Número 6

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	80 pacientes	Consentimiento Informado	Treinta y ocho pacientes en el MIG y 42 en la UCG completaron el estudio. El MIG recibió 60 minutos de musicoterapia 2 veces por semana, en un total de 10 sesiones. Después de 10 sesiones de musicoterapia grupal, los grupos mostraron diferencias estadísticamente significativas en los síntomas psiquiátricos ( $p < .05$ ) y el estado de depresión ( $p < .05$ ).	La musicoterapia reduce efectivamente los síntomas depresivos y psiquiátricos en paciente con esquizofrenia; pero esta mejoría no se mantuvo después de los 3 meses debido quizás al término del estudio. Es un método económico y de fácil implementación

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

7. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Chan M, Wong Z, Thayala N	2011	La efectividad de escuchar música para reducir los síntomas depresivos en adultos: una revisión sistemática (20)	Terapias complementarias en medicina <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22036525">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22036525</a> Singapur	Volumen 19 Número 6

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Revisión Sistemática	1971 estudios 79 estudios	No corresponde	Escuchar música durante un período de tiempo ayuda a reducir los síntomas depresivos en la población adulta. La intervención diaria no parece ser superior a la intervención semanal y se recomienda que la sesión de escucha de música se realice repetidamente durante un lapso de tiempo mayor a las 3 semanas para posibilitar que ocurra un efecto acumulativo.	La escucha de música durante un período de tiempo reduce la sintomatología depresiva en una población de adultos. Todo tipo de música puede ser utilizada como material de trabajo; el buen efecto depende de los gustos o preferencias de las personas que escuchan.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Erkkilä J , Punkanen M, Fachner J, Ala-Ruona E, Pontio I , Tervaniemi M, et al.	2011	Musicoterapia individual para la depresión: ensayo controlado aleatorizado (21)	La revista británica de psiquiatria <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21474494">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21474494</a> Noruega	Volumen 199 Número 2

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo controlado aleatorizado	79 pacientes	Consentimiento informado	A los pacientes que se les proporciono musicoterapia más atención estándar exhibieron mayores niveles de mejoría en comparación con aquellos que solo recibieron atención estándar para los síntomas de depresión (diferencia de medias 4,65, IC del 95%: 0,59 a 8,70), síntomas de ansiedad (1,82, IC del 95%: 0,09 a 3,55) y funcionamiento general (-4,58 , IC del 95%: -8,93 a -0,24) luego de un período 3 meses de seguimiento. La tasa de respuesta fue considerablemente mayor para el grupo de musicoterapia más atención estándar que para el grupo de atención estándar solamente (odds ratio 2,96; IC del 95%: 1,01 a 9,02).	La musicoterapia individual o combinada con atención estándar ayuda a las personas que padecen episodios depresivos leves moderados o severos a mejorar sus síntomas depresivos asi como también la ansiedad y la actividad.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación URL/DOI País	Volumen y Número
Chan M, Wong Z, Onishi H, Thayala N.	2011	Efectos de la música en la depresión en personas mayores: un ensayo controlado aleatorio (22)	Revista internacional de personas mayores de enfermería <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22035368">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22035368</a> Singapur	Volumen 21 Número 5

### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	61 pacientes	Consentimiento informado	Los niveles de depresión se redujeron semanalmente en el grupo de música, lo que indica un efecto de dosis acumulativa, y se encontró una reducción significativa en la escala de depresión después de las 8 semanas en la agrupación que recibió música en comparación con el grupo que no recibió intervención musical.	Escuchar música es eficaz para ayudar a las personas mayores a mejorar los niveles de depresión. Este estudio apunta a que la música tiene una relación dosis -respuesta en GDS.

### DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Castillo S, Gomez V, Calvillo M, Perez E, Mayoral M.	2010	Efectos de la musicoterapia en la depresión en comparación con la psicoterapia (23)	Las artes en psicoterapia <a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0197455610000857">https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0197455610000857</a> México	Volumen 37 Número 5

#### CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Ensayo Controlado Aleatorizado	79 pacientes	Consentimiento informado	<p>Se realizó un ensayo clínico controlado aleatorio con una muestra de conveniencia de 79 pacientes de 25 a 60 años con depresión de grado bajo y medio. La Escala de Depresión de Zung se empleó con fines de selección. Los pacientes fueron asignados al azar al grupo de musicoterapia (música clásica y barroca) ( n = 41), o al grupo de psicoterapia basado en terapia conductual ( n = 38).</p> <p>La musicoterapia se aplicó durante 50 minutos al día, todos los días, durante ocho semanas. Al final, el grupo de musicoterapia tenía menos síntomas depresivos que el grupo de psicoterapia.</p>	Los pacientes con depresión de grado bajo y medio que recibieron terapia musical muestran una mayor mejoría de sus síntomas en comparación con el grupo de psicoterapia. Con el tiempo muestran mayor interés por escuchar música.

**Tabla 2.** Resumen de estudios sobre la efectividad de la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

Diseño de estudio / Título	Conclusiones	Calidad de evidencias (según sistema Grade)	Fuerza de recomendación	País
<p><b>Revisión Sistemática</b></p> <p>Revisión de la eficacia de las intervenciones musicales en el tratamiento de la depresión.</p>	<p>La música puede ser considerada como una opción de tratamiento alternativo para los trastornos del estado de ánimo y aún no se ha explorado todo su potencial</p>	Alta	Fuerte	Alemania
<p><b>Revisión Sistemática</b></p> <p>Musicoterapia para la depresión.</p>	<p>Los hallazgos del presente metanálisis indican que la musicoterapia proporciona efectos beneficiosos a corto plazo para las personas con depresión y muestra eficacia para reducir los niveles de ansiedad y mejorar el funcionamiento de las personas deprimidas.</p>	Alta	Fuerte	Holanda
<p><b>Ensayo Controlado Aleatorizado</b></p> <p>El efecto de la musicoterapia sobre la depresión y los parámetros fisiológicos en las personas mayores que viven en un hogar de ancianos de Turquía: un ensayo controlado aleatorizado</p>	<p>En este estudio la musicoterapia redujo el nivel de depresión y PAS en personas de edad avanzada, también sugiere que la musicoterapia parece ser más eficaz en la gestión de los síntomas depresivos que la atención estándar.</p>	Alta	Fuerte	Turquía
<p><b>Revisión Sistemática</b></p> <p>Una revisión sistemática y meta-análisis de la terapia de música para los adultos con depresión.</p>	<p>La terapia musical tiene un efecto positivo en la disminución de los síntomas depresivos.</p>	Alta	Fuerte	China



<p><b>Ensayo Controlado Aleatorizado</b></p> <p>Efectividad de la música grupal versus canto común recreativo para síntomas depresivos de los residentes de hogares de ancianos: ensayo pragmático</p>	<p>Los resultados de este ensayo sugieren que la musicoterapia interactiva reduce significativamente los síntomas depresivos en un mayor grado que el canto grupal recreativo.</p>	Alta	Fuerte	Alemania
<p><b>Ensayo Controlado Aleatorizado</b></p> <p>Efectos de la intervención de música grupal sobre los síntomas psiquiátricos y la depresión en pacientes con esquizofrenia</p>	<p>La revisión muestra que la terapia de música grupal puede reducir efectivamente los síntomas depresivos. Las puntuaciones muestran una significativa mejoría en el post test.</p>	Alta	Fuerte	Taiwán
<p><b>Revisión Sistemática</b></p> <p>La efectividad de escuchar música para reducir los síntomas depresivos: una revisión sistemática.</p>	<p>La revisión muestra que escuchar música durante un período de tiempo ayuda a reducir los síntomas depresivos en adultos, la evidencia sugiere que todo tipo de música puede ser usada.</p>	Alta	Fuerte	Singapur
<p><b>Ensayo Controlado Aleatorizado</b></p> <p>Musicoterapia individual para la depresión: ensayo controlado aleatorizado</p>	<p>Los resultados conseguidos en el presente estudio junto con la investigación previa indican que la musicoterapia es una herramienta valiosa para el tratamiento establecido en la depresión.</p>	Alta	Fuerte	Noruega
<p><b>Ensayo Controlado Aleatorizado</b></p> <p>Efectos de la música en la depresión en personas mayores: un ensayo controlado aleatorizado.</p>	<p>La música resulta eficaz para ayudar a las personas mayores a reducir sus niveles de depresión y mejorar la calidad de vida de estas personas.</p>	Alta	Fuerte	Singapur

---

<b>Ensayo controlado aleatorizado</b>	Los pacientes con grado de depresión leve y moderada pueden usar la musicoterapia para mejorar los síntomas depresivos.	Alta	Fuerte	México
Efectos de la musicoterapia en la depresión en comparación con la psicoterapia				

---

## **CAPITULO IV: DISCUSIÓN**

### **4.1. Discusión**

De la revisión sistemática del 100% de estudios, el 20% corresponden al país de Singapur, 10% al país de Noruega, 20% al país de Alemania, 10% al país de Holanda, 10% al país de Taiwán, 10% al país de Turquía, 10% al país de China y 10% al país de México. Los presentes estudios científicos fueron hallados en las siguientes bases de datos: Cochrane, Sciencedirect, Pubmed, Redalyc, Scielo, Researchgate; todos estos artículos pertenecen al tipo cuantitativo y por su diseño de investigación son revisiones sistemáticas y estudios controlados aleatorizados.

De acuerdo a los resultados que se obtuvieron del presente estudio, de los 10 artículos que se revisaron sistemáticamente, el 40% (n= 4/10) es revisión sistemática y 60% (n= 6/10) son ensayos controlados aleatorizados. De la totalidad de artículos revisados el 100% (n=10/10) muestra la eficacia de la musicoterapia para la mejora de los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

Chan,M (20) Concluye que escuchar música durante un periodo de tiempo ayuda a reducir los síntomas depresivos en la población adulta y recomienda

escuchar música tres veces por semana. Además el autor recomienda escuchar de preferencia músicas que tengan contenido agradable y alegres. Leubner (14) Escuchar música o tocar e improvisar con instrumentos activos reduce significativamente la depresión a largo tiempo.

Werner (18) el nivel de síntomas depresivos mejora significativamente en la terapia de música que en el canto recreativo en la residencia de hogares en personas adultas mayores. Erkkila, J (21) Refiere que los participantes que recibieron musicoterapia más tratamiento estándar mostraron una mayor mejoría en los síntomas de depresión en comparación con aquellos que solo recibieron tratamiento estándar.

Aalberts (15) concluye que los resultados primarios encontraron evidencia de calidad moderada y de efecto grande que favorece la disminución de los síntomas depresivos y favorece los efectos beneficiosos a corto plazo en personas con depresión. Chan M (22) Los niveles de depresión redujeron semanalmente en grupo de música y encontró una reducción estadísticamente significativa en los niveles de depresión. Zhao (17) Los resultados demostraron que la musicoterapia estadísticamente redujeron los síntomas depresivos en los ancianos y cuando se añade a terapias estándar se experimenta fuertes cambios significativos. Castillo (23) la terapia musical se aplicó durante 50 minutos por día todos los días durante 8 semanas. Al final, el grupo de terapia de música tenía menos síntomas depresivos que el grupo de psicoterapia.

Lu, S et al (19) refiere que de 10 sesiones de musicoterapia los grupos mostraron diferencias estadísticas significativas en los síntomas psiquiátricos (escala de síntomas positivos y negativos) y en el estado de depresión (GDS). Gok (16) que la musicoterapia redujo el nivel de depresión y presión arterial sistólica (PAS) y tiene influencia como herramienta terapéutica para reducir los niveles de depresión en personas de edad avanzada.

Del total de los artículos revisados el 100% (n=10/10) manifiesta que hubo evidencia estadística significativa en relación al grupo de control y que la musicoterapia mejora los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos.

## **CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **5.1. Conclusiones**

La evidencia hallada en la presente revisión sugiere que la musicoterapia suministrada de manera individual, grupal o sumada al tratamiento estándar o habitual (con medicamentos, psicoterapia u otros) de los síntomas depresivos de personas afectadas (depresión mayor, moderada o leve) mejora la sintomatología relacionada con esta enfermedad como la ansiedad, el estado de ánimo depresivo y el funcionamiento social entre otros. Es de destacar también que en ninguno de los estudios la terapia musical se ha asociado a efectos adversos. Dado que el tratamiento de la depresión y su sintomatología conlleva grandes costos económicos para el estado y las personas que la padecen; la implementación de musicoterapia puede contribuir a reducir estos costos. La musicoterapia es una opción seria de tratamiento, no es invasiva y mejora la sintomatología depresiva y la calidad de vida de las personas.

De los 10 artículos revisados, el 100% (n=10/10) muestran la efectividad de la musicoterapia para la mejora de los síntomas depresivos en pacientes psiquiátricos: cambio del estado de ánimo, ayuda a la reinserción a la sociedad, mejora la interacción familiar.

## 5.2. Recomendaciones

A los directores de hospitales que brindan atención psiquiátrica se recomienda diseñar e implementar talleres de musicoterapia para el tratamiento de los síntomas depresivos como una alternativa al uso de fármacos o de manera combinada con estos.

A las jefaturas de departamentos de hospitales psiquiátricos se recomienda considerar en sus planes de gestión la implementación de programas de musicoterapia así como la capacitación de personal especializado en musicoterapia.

A los jefes de servicios de enfermería en psiquiatría considerar el uso de musicoterapia como tratamiento alternativo, solo o combinado para la reducción de sintomatología depresiva. Dado que el profesional de enfermería es quién permanece la mayor parte del tiempo con el paciente; debería realizar las intervenciones de musicoterapia y capacitar al personal que lo ayudara en la implementación del mismo.

De acuerdo con el Plan Nacional de Fortalecimiento de Servicios de Salud Mental Comunitaria 2018-2021, se sugiere brindar un seguimiento activo a los pacientes diagnosticados con depresión e incluir a la familia (previa capacitación) para el suministro continuo de musicoterapia en el hogar o domicilio si persiste sintomatología depresiva.

La musicoterapia es un método efectivo, económico, no invasivo y sin efectos secundarios en comparación con el tratamiento estándar (medicamentos),

En vista a que los presentes estudios realizaron intervenciones de musicoterapia por un período corto de tiempo (3 meses aproximadamente) se sugiere realizar más estudios para saber si la mejoría obtenida en los síntomas depresivos se mantiene a lo largo del tiempo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Nota descriptiva. OMS | Depresión. WHO [Internet]. 2017 [cited 2019 May 13]; Available from:  
[https://www.who.int/mental\\_health/management/depression/es/](https://www.who.int/mental_health/management/depression/es/)
2. Lang UE, Borgwardt S. Molecular mechanisms of depression: Perspectives on new treatment strategies. *Cell Physiol Biochem*. 2013;31(6):761–77.
3. Berenzon S, Lara MA, Robles R, Medina-Mora ME. Depresión: estado del conocimiento y la necesidad de políticas públicas y planes de acción en México TT - Depression: state of the art and the need for public policy and action plans in Mexico. *Salud Publica Mex* [Internet]. 2013;55(1):74–80. Available from:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342013000100011&lang=pt%5Cnhttp://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v55n1/v55n1a11.pdf](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342013000100011&lang=pt%5Cnhttp://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v55n1/v55n1a11.pdf)
4. Rafful C, Medina-Mora ME, Borges G, Benjet C, Orozco R. Depression, gender, and the treatment gap in Mexico. *J Affect Disord* [Internet]. 2012;138(1–2):165–9. Available from:  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2011.12.040>
5. Leonardo Olivera WA, Villalobos Aguinaga MA, León Jiménez FE. Nivel de conocimientos sobre depresión mayor en médicos de atención primaria en Lambayeque, Perú, 2014. *Rev Neuropsiquiatr*. 2016;79(1):23.
6. Palazidou E. The neurobiology of depression. *Br Med Bull*. 2012;101(1):127–45.
7. Gold C, Solli HP, Krüger V, Lie SA. Dose-response relationship in music

- therapy for people with serious mental disorders: Systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev* [Internet]. 2009;29(3):193–207. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2009.01.001>
8. Verrusio W, Andreozzi P, Marigliano B, Renzi A, Gianturco V, Pecci MT, et al. Exercise training and music therapy in elderly with depressive syndrome: A pilot study. *Complement Ther Med* [Internet]. 2014;22(4):614–20. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2014.05.012>
  9. Cómo influye la musicoterapia en personas mayores [Internet]. [cited 2019 May 13]. Available from: <https://www.isesinstituto.com/noticia/como-influye-la-musicoterapia-en-personas-mayores>
  10. Albornoz Y. The effects of group improvisational music therapy on depression in adolescents and adults with substance abuse. *Diss Abstr Int Sect B Sci Eng* [Internet]. 2009;70(6-B):3773. Available from: [http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=psyc6&AN=2009-99240-239%0Ahttp://imp-primo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/44IMP/44IMP\\_services\\_page?sid=OVID&isbn=978-1-109-21413-0&issn=0419-4217&volume=70&issue=6-B&date=2009&title=D](http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=psyc6&AN=2009-99240-239%0Ahttp://imp-primo.hosted.exlibrisgroup.com/openurl/44IMP/44IMP_services_page?sid=OVID&isbn=978-1-109-21413-0&issn=0419-4217&volume=70&issue=6-B&date=2009&title=D)
  11. Boothby DM, Robbins SJ. The effects of music listening and art production on negative mood: A randomized, controlled trial. *Arts Psychother* [Internet]. 2011;38(3):204–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2011.06.002>
  12. De B, Musicoterapia L, La E, De Alzheimer E, Bibliográfica R. TRABAJO FIN DE GRADO: Beneficios de la musicoterapia en la enfermedad de alzheimer. 2016; Available from: <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/28557/1/TFG-L1877.pdf>
  13. Aguilera Eguía R. ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis? *Rev la Soc Española del Dolor* [Internet]. 2014 Dec [cited 2019 Jun 5];21(6):359–60. Available from: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462014000600010&lng=en&nrm=iso&tlng=en](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462014000600010&lng=en&nrm=iso&tlng=en)



14. Leubner D, Hinterberger T. Reviewing the effectiveness of music interventions in treating depression. *Front Psychol.* 2017;8(JUL).
15. Aalbers S, Re F, Spreen M, Jcf K, Ac V, Maratos A, et al. Music therapy for depression ( Review ) SUMMARY OF FINDINGS FOR THE MAIN COMPARISON. *Cochrane Database Syst Rev.* 2017;(11).
16. Gök Ugur H, Yaman Aktaş Y, Orak OS, Saglambilen O, Aydin Avci İ. The effect of music therapy on depression and physiological parameters in elderly people living in a Turkish nursing home: a randomized-controlled trial. *Aging Ment Heal.* 2017;21(12):1280–6.
17. Zhao K, Bai ZG, Bo A, Chi I. A systematic review and meta-analysis of music therapy for the older adults with depression. *Int J Geriatr Psychiatry.* 2016;31(11):1188–98.
18. Werner J, Wosch T, Gold C. Effectiveness of group music therapy versus recreational group singing for depressive symptoms of elderly nursing home residents: pragmatic trial. *Aging Ment Heal.* 2017;21(2):147–55.
19. Lu SF, Lo CHK, Sung HC, Hsieh TC, Yu SC, Chang SC. Effects of group music intervention on psychiatric symptoms and depression in patient with schizophrenia. *Complement Ther Med [Internet].* 2013;21(6):682–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2013.09.002>
20. Chan MF, Wong ZY, Thayala N V. The effectiveness of music listening in reducing depressive symptoms in adults: A systematic review. *Complement Ther Med [Internet].* 2011;19(6):332–48. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2011.08.003>
21. Erkkilä J, Punkanen M, Fachner J, Ala-Ruona E, Pöntiö I, Tervaniemi M, et al. Individual music therapy for depression: Randomised controlled trial. *Br J Psychiatry.* 2011;199(2):132–9.
22. Chan MF, Wong ZY, Onishi H, Thayala NV. Effects of music on depression in older people: A randomised controlled trial. *J Clin Nurs.* 2012;21(5–6):776–83.
23. Castillo-Pérez S, Gómez-Pérez V, Velasco MC, Pérez-Campos E, Mayoral

MA. Effects of music therapy on depression compared with psychotherapy.  
Arts Psychother. 2010;37(5):387–90.