



Categoría: Congreso de la Fundación Salud, Ciencia y Tecnología 2024
ORIGINAL

Preliminar results on the contributions of music therapy and vibroacoustic therapy to the treatment of stress

Resultados preliminares sobre los aportes desde la musicoterapia y la terapia vibroacústica al tratamiento del estrés

Paula Zoe Gelerstein Moreyra¹  , Nadia Justel^{1,2}  , Verónica Díaz Abrahan^{1,2,3}  .

¹Laboratorio Interdisciplinario de Neurociencias Cognitivas (LINC), Centro de Investigación en Neurociencias y Neuropsicología (CINN), Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Palermo (UP), Buenos Aires, Argentina.

²Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina.

³Instituto Patagónico de Ciencias Sociales y Humanas IPCSH- CONICET.

Citar como: Gelerstein Moreyra PZ, Justel N, Díaz Abrahan V. Preliminar results on the contributions of music therapy and vibroacoustic therapy to the treatment of stress. SCT Proceedings in Interdisciplinary Insights and Innovations. 2024;2:263. DOI: <https://doi.org/10.56294/piii2024263>

Recibido: 27-04-2024

Revisado: 29-04-2024

Aceptado: 31-04-2024

Publicado: 03-05-2024

Editor: Rafael Romero-Carazas 

ABSTRACT

Introduction. Stress is one of the most frequent current mental health problems among the Latin American population, mainly related to social, work and academic spaces. Receptive music therapy interventions are used for stress reduction and include musical and/or vibrational perception. The aim of the present study was to investigate the effect of music therapy (MT) interventions of music listening (ML), vibroacoustic stimulation (VAS) and vibroacoustic music therapy (VAMT, combination of ML + VAS) on stress. Method. Thirty people (18 to 50 years old) from Córdoba and Buenos Aires, Argentina were participated in this study. Blood pressure, emotional state, relaxation and stress were evaluated before and after the interventions. There was a control condition (listening to the story). Results. No significant differences were found in blood pressure. On subjective states, MS presented a lower level of mental calmness compared to the other groups. More interestingly, the EV group had higher levels of tranquility when comparing pre- and post-intervention values. In terms of stress, the control group presented the highest levels compared to the other three groups in the post-intervention phase. In addition, there was a decrease in stress in the EM, EV and MTV groups between the pre- and post-intervention phases. Conclusion. The results of this preliminary study show that interventions that include music or vibration reduce stress states. However, more research is needed to advance this issue.

Keywords Stress, music, vibroacoustic therapy, interdiscipline.

RESUMEN

Introducción. El estrés es uno de los problemas actuales más frecuentes de salud mental entre la población latinoamericana, vinculado principalmente a espacios sociales, laborales y académicos. Las intervenciones musicoterapéuticas de tipo receptivas son utilizadas para la reducción del estrés e

incluyen percepción musical y/o de vibraciones(1,2). El objetivo del presente trabajo fue indagar el efecto de intervenciones musicoterapéuticas (IM) de escucha musical (EM), estimulación vibroacústica (EV) y musicoterapia vibroacústica (MTVA, combinación de EM + EV) sobre el estrés. Método. Participaron 30 personas (18 a 50 años) de Córdoba y Buenos Aires, Argentina. Se evaluó presión arterial, estado emocional, de relajación y estrés antes y después de las intervenciones. Se contó con una condición control (escucha de relato). Resultados. No se encontraron diferencias significativas en la presión arterial. Sobre los estados subjetivos, EM presentó un nivel más bajo de tranquilidad mental en comparación con los otros grupos. Más interesante aún, el grupo EV tuvo mayores niveles de tranquilidad al comparar los valores pre y post intervención. En cuanto al estrés, el grupo control presentó los niveles más altos en comparación con los otros tres grupos en la fase posterior a la intervención. Además, hubo una disminución del estrés en los grupos EM, EV y MTV entre las fases pre y post intervención. Conclusión. Los resultados de este estudio preliminar muestran que las intervenciones que incluyen música o vibración reducen los estados de estrés. Sin embargo, se necesitan más investigaciones para avanzar en este tema.

Palabras Claves: Estrés, música, terapia vibroacústica, interdisciplina.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ala-Ruona, E., Punkanen, M., & Campbell, E., (2015). Vibroacoustic therapy: Conception, development, and future directions. *Musiikkiterapia*, 30(1-2), 48-71.
2. Gelerstein Moreyra, Paula Zoe (2022). Tratamiento de dolor crónico en fibromialgia con Musicoterapia Vibroacústica. Tesis de grado. Facultad de Psicología, UBA.

FINANCIACIÓN

Este estudio contó con el financiamiento del Proyectos de Investigación Científica y Tecnológica (PICT) 2020 Seria A 00246, V Diaz Abrahan de la Agencia Nacional de Promoción de la Investigación, el Desarrollo Tecnológico y la Innovación (AGENCIA I+D+i), a través del Fondo para la Investigación Científica y Tecnológica (FONCyT).

CONFLICTO DE INTERÉS

Ninguno.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

1. Conceptualización: Paula Gelerstein y Veronika Diaz Abrahan
2. Análisis formal: Nadia Justel y Veronika Diaz Abrahan
3. Adquisición de fondos: Veronika Diaz Abrahan
4. Investigación: Nadia Justel y Veronika Diaz Abrahan
5. Metodología: Nadia Justel y Veronika Diaz Abrahan
6. Administración del proyecto: Paula Gelerstein y Veronika Diaz Abrahan
7. Supervisión: Nadia Justel y Veronika Diaz Abrahan
8. Redacción - borrador original: Veronika Diaz Abrahan
9. Redacción - revisión y edición: Paula Gelerstein, Nadia Justel y Veronika Diaz Abrahan