



**UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE BELLAS ARTES  
ESCUELA DE MÚSICA**



**IMPORTANCIA DE LA MÚSICA PARA LA MADRE Y SU BEBÉ DURANTE EL  
PERÍODO DE GESTACIÓN Y SU EFECTO EN EL RECIEN NACIDO,  
CHIRIQUÍ, 2024**

**PRESENTADO POR:**

**LILIANA LINETH LEZCANO FUENTES**

**4-745-1359**

**Trabajo de graduación para optar por el título de Licenciatura en Bellas  
Artes con especialización en música**

**PANAMÁ, REPÚBLICA DE PANAMÁ**

**2024**

## EVALUACIÓN DEL JURADO

Esta tesis fue evaluada adecuadamente para obtener el título de Licenciatura en Bellas Artes con Especialización en Música y aprobada en su forma final, por el asesor y el jurado evaluador.

---

**Asesor: Profesor Moisés Guevara**

**Jurado Evaluador:** 1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

## **DEDICATORIA**

A Dios, por el don de la vida, su presencia es mi fortaleza.

A mi familia, por siempre acompañarme y apoyarme, en especial a mi pequeño, Jorge Elías, por ser la principal fuente de inspiración de esta investigación.

De igual manera, a todos los amigos y compañeros que compartieron esta experiencia académica.

Liliana Lineth Lezcano Fuentes

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, quiero expresar mi profunda gratitud a Dios, por haberme guiado y fortalecido a lo largo de este arduo camino. Sin su luz y su Gracia, no habría sido posible llegar hasta aquí.

A mi amada familia, mi esposo Jorge Martínez y mi hijo Jorge Elías, les agradezco por su amor incondicional, paciencia y apoyo inquebrantable. Ustedes son mi mayor motivación y mi fuente de inspiración.

A mi asesor, Moisés Guevara, por su invaluable guía, apoyo y paciencia durante todo el proceso de investigación. Su conocimiento y experiencia fueron fundamentales para el desarrollo de este trabajo.

Finalmente, agradezco, a las 60 mujeres que participaron y a todo el personal del Centro de Salud de San Mateo por permitirme llevar a cabo mi investigación.

Liliana Lineth Lezcano Fuentes

## ÍNDICE GENERAL

|                                               | <b>Pág.</b> |
|-----------------------------------------------|-------------|
| <b>DEDICATORIA</b>                            | iii         |
| <b>AGRADECIMIENTO</b>                         | iv          |
| <b>ÍNDICE DE TABLAS</b>                       | Vii         |
| <b>ÍNDICE DE GRÁFICOS</b>                     | ix          |
| <b>RESUMEN</b>                                | xi          |
| <b>ABSTRACT</b>                               | xii         |
| <b>INTRODUCCIÓN</b>                           | 1           |
| <b>CAPÍTULO 1</b>                             | 3           |
| <b>ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN</b> | 3           |
| 1.1 Descripción y planteamiento del problema  | 4           |
| 1.2 Preguntas de investigación                | 6           |
| 1.3 Objetivos                                 | 6           |
| 1.4.1 General                                 | 6           |
| 1.4.2 Específicos                             | 7           |
| 1.5 Delimitación del estudio                  | 7           |
| 1.6 Justificación                             | 7           |
| 1.7 Limitaciones                              | 8           |
| <b>CAPÍTULO 2</b>                             | 10          |
| <b>MARCO TEÓRICO</b>                          | 10          |
| 2.1 Estudios previos a la investigación       | 11          |
| 2.2 Fundamentos teóricos                      | 14          |
| 2.3 Marco conceptual                          | 22          |
| <b>CAPÍTULO 3</b>                             | 24          |
| <b>MARCO METODOLÓGICO</b>                     | 24          |
| 3.1 Enfoque, tipo y diseño de investigación   | 25          |

|                                                                                                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.2 Población y muestra                                                                        | 25        |
| 3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos                                            | 26        |
| 3.4 Sistemas de Variables                                                                      | 27        |
| 3.5 Hipótesis                                                                                  | 29        |
| 3.6 Técnica de análisis e interpretación de los resultados                                     | 29        |
| 3.7 Aspectos éticos                                                                            | 29        |
| <b>CAPÍTULO 4</b>                                                                              | <b>30</b> |
| <b>PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>                                                   | <b>30</b> |
| 4.1 Resultados del cuestionario                                                                | 31        |
| 4.2 Discusión y análisis de los resultados                                                     | 49        |
| <b>CONCLUSIONES</b>                                                                            | <b>52</b> |
| <b>RECOMENDACIONES</b>                                                                         | <b>54</b> |
| <b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>                                                              | <b>57</b> |
| <b>ANEXOS</b>                                                                                  | <b>60</b> |
| Anexo 1. Consentimiento informado                                                              | 60        |
| Anexo 2. Formato instrumento                                                                   | 61        |
| Anexo 3. Validación de instrumento                                                             | 65        |
| Anexo 4. Guía de recomendaciones de música para uso durante el embarazo y el período postnatal | 72        |

## ÍNDICE DE TABLAS

| <b>N°</b> | <b>Título</b>                                                                                                                        | <b>Página</b> |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1         | Características intervención música-gestación                                                                                        | 18            |
| 2         | Prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación de la madre durante el embarazo | 19            |
| 3         | Prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación del recién nacido               | 21            |
| 4         | Cuadro de operacionalización de las variables                                                                                        | 29            |
| 5         | Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según edad                                  | 32            |
| 6         | Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según tiempo de embarazo (semanas)          | 33            |
| 7         | Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según N° de embarazos a término             | 34            |
| 8         | Frecuencia de respuestas al ítem 1. ¿Con qué frecuencia escuchas música actualmente?                                                 | 35            |
| 9         | Frecuencia de respuestas al ítem 2. ¿Qué género musical prefiere escuchar con mayor frecuencia?                                      | 36            |
| 10        | Frecuencia de respuestas al ítem 3. ¿Qué ritmo musical encuentra más relajante para el embarazo?                                     | 37            |
| 11        | Frecuencia de respuestas al ítem 4. ¿En qué momento del día prefieres escuchar música?                                               | 38            |
| 12        | Frecuencia de respuestas al ítem 5. ¿Escucha música con auriculares o altavoces?                                                     | 39            |

|    |                                                                                                                                                                                |    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 13 | Frecuencia de respuestas al ítem 6. ¿Qué tan importante es considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo?                                                       | 40 |
| 14 | Frecuencia de respuestas al ítem 7. ¿Ha utilizado música específicamente para relajarse durante el embarazo?                                                                   | 41 |
| 15 | Frecuencia de respuestas al ítem 8. ¿Qué tipo de música cree que le ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo?                                                        | 42 |
| 16 | Frecuencia de respuestas al ítem 9. ¿Ha utilizado música para interactuar con su bebé durante el embarazo?                                                                     | 43 |
| 17 | Frecuencia de respuestas al ítem 10. ¿Qué estilo musical considera más adecuado para estimular a su bebé después del nacimiento?                                               | 44 |
| 18 | Frecuencia de respuestas al ítem 11. ¿Cómo suele interactuar con la música durante el embarazo?                                                                                | 45 |
| 19 | Frecuencia de respuestas al ítem 12. ¿Considera que la música puede ser una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo?                                    | 46 |
| 20 | Frecuencia de respuestas al ítem 13. ¿Qué importancia tiene para usted la música para estimular al bebé después del nacimiento?                                                | 47 |
| 21 | Frecuencia de respuestas al ítem 14. ¿Cree que la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo? | 48 |
| 22 | Frecuencia de respuestas al ítem 15. ¿Le gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo?                                  | 49 |

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

| N° | Título                                                                                                                 | Página |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1  | Porcentajes de mujeres en su último trimestre de embarazo                                                              | 32     |
| 2  | Porcentajes de mujeres según tiempo de embarazo (semanas)                                                              | 33     |
| 3  | Porcentajes de mujeres según N° de embarazos a término                                                                 | 34     |
| 4  | Porcentajes respuestas al ítem 1. ¿Con qué frecuencia escuchas música actualmente?                                     | 35     |
| 5  | Porcentajes respuestas al ítem 2. ¿Qué género musical prefiere escuchar con mayor frecuencia?                          | 36     |
| 6  | Porcentajes respuestas al ítem 3. ¿Qué ritmo musical encuentra más relajante para el embarazo?                         | 37     |
| 7  | Porcentajes respuestas al ítem 4. ¿En qué momento del día prefieres escuchar música?                                   | 38     |
| 8  | Porcentajes respuestas al ítem 5. ¿Escucha música con auriculares o altavoces?                                         | 39     |
| 9  | Porcentajes respuestas al ítem 6. ¿Qué tan importante es considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo? | 40     |
| 10 | Porcentajes respuestas al ítem 7. ¿Ha utilizado música específicamente para relajarse durante el embarazo?             | 41     |
| 11 | Porcentajes respuestas al ítem 8. ¿Qué tipo de música cree que le ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo?  | 42     |
| 12 | Porcentajes respuestas al ítem 9. ¿Ha utilizado música para interactuar con su bebé durante el embarazo?               | 43     |

|    |                                                                                                                                                                              |    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 13 | Porcentajes respuestas al ítem 10. ¿Qué estilo musical considera más adecuado para estimular a su bebé después del nacimiento?                                               | 44 |
| 14 | Porcentajes respuestas al ítem 11. ¿Cómo suele interactuar con la música durante el embarazo?                                                                                | 45 |
| 15 | Porcentajes respuestas al ítem 12. ¿Considera que la música puede ser una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo?                                    | 46 |
| 16 | Porcentajes respuestas al ítem 13. ¿Qué importancia tiene para usted la música para estimular al bebé después del nacimiento?                                                | 47 |
| 17 | Porcentajes respuestas al ítem 14. ¿Cree que la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo? | 48 |
| 18 | Porcentajes respuestas al ítem 15. ¿Le gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo?                                  | 49 |

## RESUMEN

El propósito de la investigación fue analizar la importancia de la música para la madre y su bebé durante el período de gestación y el efecto en el recién nacido atendido en el Centro de Salud San Mateo, provincia de Chiriquí, para el período 2024. Metodológicamente se utilizó el enfoque cuantitativo, tipo descriptivo con diseño no experimental, transversal, documental. La población/muestra (60) mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto atendidas en el Centro de Salud. Las técnicas de recolección de datos fueron la observación documental y la encuesta, como instrumento un cuestionario de (15) ítems con alternativas de respuestas. Para la validez se utilizó el juicio de expertos y la confiabilidad con el alfa de Cronbach. Para el análisis de los datos la interpretación descriptiva y porcentual apoyándose en el programa SPSS versión V23. En los hallazgos se describieron las preferencias musicales de las madres gestantes atendidas, incluyendo géneros, ritmos y frecuencias al escuchar durante el período de gestación, se determinaron las prácticas y estilo de música adecuadas para la estimulación de la madre durante el embarazo y para el recién nacido. Finalmente, se elaboró una guía de recomendaciones para la selección y uso adecuado de la música para la madre y el bebé durante el embarazo y el período postnatal.

Palabras clave. Música en madres gestantes, gestación, efectos postnatales, estilo de música, estimulación, géneros, ritmos y frecuencias.

## **ABSTRACT**

The purpose of the research was to analyze the importance of music for the mother and her baby during the gestation period and the effect on the newborn cared for at the San Mateo Health Center, Chiriqui Province, for the period 2024. Methodologically, the quantitative approach was used, descriptive type with a non-experimental, cross-sectional, documentary design. The population/sample (60) women in their last trimester of pregnancy and postpartum attended at the Health Center. The data collection techniques were documentary observation and survey, as an instrument a questionnaire of (15) items with alternative answers. For validity, expert judgments and reliability with Cronbach's alpha were used. For the analysis of the data, the descriptive and percentage interpretation was based on the SPSS version V23 program. The findings described the musical preferences of the pregnant mothers attended, including genres, rhythms and listening frequencies during the gestation period, and determined the appropriate practices and style of music for the stimulation of the mother during pregnancy and for the newborn. Finally, a guide of recommendations for the selection and appropriate use of music for the mother and the baby during pregnancy and the postnatal period was developed.

**Keywords.** Music in pregnant mothers, gestation, postnatal effects, music style, stimulation, genres, rhythms and frequencies.

## INTRODUCCIÓN

Como forma de arte que trasciende barreras culturales y temporales la música ha jugado un papel fundamental en la vida humana a lo largo de la historia. Su capacidad para influir en las emociones, comportamientos y bienestar general ha sido ampliamente reconocida. En el ámbito de la salud, la musicoterapia ha emergido como una disciplina que utiliza a esta expresión artística para promover la salud física y emocional, con aplicaciones que abarcan desde el manejo del dolor hasta la mejora del bienestar mental.

Por otra parte, el embarazo es un período que lleva a cambios a nivel físico, emocional y psicológico para la madre. Durante esta etapa, la futura madre busca diversas formas de apoyo que le permitan enfrentar los desafíos y disfrutar de una gestación saludable. En este sentido, la música emerge como una opción que puede influir positivamente en la regulación emocional y en el fortalecimiento del vínculo prenatal.

De ahí que, la música, con su capacidad para inducir estados de relajación y reducir el estrés, ofrece un medio accesible y no invasivo para mejorar el bienestar de las madres. Diversos estudios han sustentado la tesis que la música puede disminuir los niveles de ansiedad y estrés durante el embarazo, mejorar el estado de ánimo y fomentar una conexión más profunda entre la madre y el bebé.

Además, la exposición a la música también puede tener efectos estimulando el desarrollo neurológico y cognitivo del feto, así como el mejoramiento del vínculo afectivo postnatal madre-hijo.

Con base a estas referencias surge esta investigación que plantea como objetivo analizar la importancia de la música para la madre y su bebé durante el período de gestación y el efecto en el recién nacido atendido en el Centro de Salud, San Mateo, provincia de Chiriquí, 2024.

Metodológicamente el estudio adopta un paradigma cuantitativo y sigue un diseño de investigación descriptivo, transversal y documental, permitiendo la recolección, análisis y presentación de los datos para comprender y describir las relaciones entre las variables de estudio.

El trabajo se organiza en (4) capítulos que permiten abordar de manera integral cada aspecto de la investigación. El Capítulo I, establece el contexto general del estudio, definiendo sus objetivos, alcance y las bases que justifican su desarrollo.

Capítulo II, se construye el marco conceptual y teórico necesario, fundamentando el estudio en antecedentes relevantes y conceptos clave que guían su enfoque.

Capítulo III, detalla el diseño metodológico, describiendo los procedimientos, herramientas y enfoques utilizados para recopilar y analizar la información requerida.

Capítulo IV, aborda el análisis de los resultados obtenidos, proporcionando una interpretación que sustenta las conclusiones y recomendaciones. Se incorpora la guía de recomendaciones como aporte. Finalmente, se incluyen las referencias y anexos, que complementan y respaldan la investigación realizada.

## **CAPÍTULO 1**

### **ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN**

## **CAPÍTULO 1. ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente capítulo establece las bases fundamentales de la investigación, orientando su desarrollo mediante la identificación del problema, los objetivos y las preguntas que guían el estudio. Además, se presentan los elementos que justifican su realización y delimitan su alcance, considerando las posibles limitaciones. De este modo, se estructura un marco inicial que direcciona las etapas posteriores del trabajo.

### **1.1 Descripción y planteamiento del problema**

La música ha sido reconocida como una manifestación cultural inherente a la humanidad, con efectos documentados en el bienestar emocional, cognitivo y físico de las personas. En el período de la gestación, investigaciones han destacado que la exposición musical puede influir tanto en las madres gestantes como en el desarrollo intrauterino de los fetos, lo cual ha motivado un creciente interés en este campo interdisciplinario (Sempere, 2018).

Sin embargo, aún se requiere una comprensión integral de estos efectos y su aplicación práctica considerando aspectos culturales y sociodemográficas de las poblaciones, que permitan una mejor adaptación e implementación de las intervenciones basadas en la música durante el período gestacional.

Estudios han señalado que la estimulación prenatal con música puede reducir los niveles de estrés materno y favorecer un vínculo temprano entre la madre y el bebé (Partanen et al., 2021).

Además, en los neonatos, se han observado efectos positivos en la maduración neurológica y la regulación emocional cuando se les exponen a música durante el embarazo (Shenfield, et al., 2021). A pesar de estos avances, gran parte de la evidencia científica proviene de investigaciones realizadas en países desarrollados, lo que subraya la necesidad de estudios en otras regiones

con contextos.

En América Latina, el interés por los efectos de la música en la gestación ha ido en aumento. Investigaciones en países como Brasil y México han revelado que las madres gestantes que participan en programas de musicoterapia experimentan una mayor relajación y percepción de bienestar (García-González et al., 2018). No obstante, persisten brechas en cuanto a la integración sistemática de estas prácticas en los sistemas de salud pública, lo que limita su alcance y beneficio para las comunidades más vulnerables.

En Centroamérica, aunque los estudios son escasos, autores señalan que la música podría ser una herramienta valiosa para aliviar los síntomas de depresión durante la etapa prenatal (Jiménez y Fernández, 2019), entendiendo que actúa como un medio para promover la relajación. Además, de su capacidad para fomentar la conexión emocional con el bebé contribuye a fortalecer el vínculo materno-filial.

Por otro lado, en Guatemala, investigadores han analizado el impacto de la música en el desarrollo emocional de los fetos, concluyendo que la exposición constante a melodías suaves contribuye a crear un entorno intrauterino más sereno (Rodríguez y López, 2021). Esta práctica ayuda a reducir tensiones tanto en la madre como en el bebé, teniendo un efecto positivo tanto en la madre como en el hijo.

En Panamá, recientemente se ha comenzado a explorar esta área. Martínez y Pérez (2022), sugieren que “las madres que escuchaban música clásica durante el embarazo reportaban menores niveles de estrés y ansiedad” (p.61). Además, Gómez y Sánchez (2023), encontraron que “la música puede mejorar la calidad del sueño en mujeres embarazadas, contribuyendo a una mejor salud general durante la gestación” (p.55). Ambos estudios subrayan los beneficios que la música puede ofrecer en el contexto del embarazo, por lo que es interesante profundizar este tema.

A pesar de las evidencias científicas que respaldan los beneficios de la música durante el embarazo, tanto para la madre como para el niño, a nivel nacional no existen programas de salud formales que orienten sobre su incorporación en la atención prenatal. En muchos casos, son las propias madres quienes, de manera voluntaria y por iniciativa propia, implementan estas prácticas sin contar con un acompañamiento institucional o profesional.

## **1.2 Preguntas de investigación**

Ante las situaciones planteadas, se generan las interrogantes de la investigación:

Pregunta principal

¿Cuál es la importancia de la música para la madre y su bebé durante el período de gestación y su influencia en el recién nacido atendido en el Centro de Salud de San Mateo, provincia de Chiriquí, 2024?

Preguntas secundarias

- ¿Cuáles son las preferencias musicales durante el embarazo de las madres atendidas en el Centro de Salud de San Mateo?
- ¿Cuáles son las prácticas y estilo de música que favorezcan la estimulación de la madre durante el embarazo y del recién nacido?
- ¿Qué recomendaciones deben incorporarse a una guía que oriente la selección de música para uso durante el embarazo y el período postnatal?

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 General**

Analizar la importancia de la música para la madre y su bebé durante el período de gestación y el efecto en el recién nacido atendido en el Centro de Salud, San Mateo, provincia de Chiriquí, 2024.

### **1.3.2 Específicos**

- Describir las preferencias musicales durante el embarazo de las madres atendidas en el Centro de Salud.
- Determinar las prácticas y estilo de música que favorezcan la estimulación de la madre durante el embarazo y del recién nacido.
- Elaborar un guía de recomendaciones que oriente la selección de música para uso durante el embarazo y el período postnatal.

### **1.4 Delimitación del estudio**

El contexto de estudio es el Centro de Salud de San Mateo, distrito de David, provincia de Chiriquí. El período de intervención se efectuará durante el 2do y 3er cuatrimestre del 2024. Se incluye, las etapas del embarazo de las participantes, último trimestre de embarazo, mujeres posparto y sus bebés.

### **1.5 Justificación**

Teóricamente el enfoque de la estimulación multisensorial sienta las bases de esta investigación sobre los efectos de la música en las madres gestantes y sus bebés, postulando que la exposición a estímulos sensoriales complejos, como la música, tiene un impacto positivo en el desarrollo cognitivo y emocional. En asociación con la teoría de la musicoterapia demuestran que la música influye en el estado de ánimo y mejorar la calidad de vida (Thompson y Schlaug, 2017).

La contribución académica se presenta ampliando desde la visión de diferentes autores el conocimiento sobre los efectos terapéuticos de la música, lo que permite a los estudiantes de Bellas Artes con especialización en Música entender la perspectiva interdisciplinaria logrando la integración de las artes, la salud y bienestar psíquico, físico y emocional de las personas.

Al explorar los beneficios de la música en la salud emocional y física de las madres y sus bebés, se subraya el valor de la música en la vida cotidiana y su

capacidad para influir profundamente en la experiencia humana.

En lo institucional, el Centro de Salud de San Mateo, se beneficia de los hallazgos de este estudio. La elaboración de las recomendaciones derivadas de los resultados permitirá el desarrollo de una iniciativa que contribuya con el mejoramiento de la calidad de los servicios prenatales y postnatales ofrecidos, alineándose con los objetivos de salud pública y el bienestar materno-infantil.

Socialmente el estudio tiene el potencial de generar un impacto positivo en la comunidad de Chiriquí. La experiencia de incorporar la música como una estrategia en la atención prenatal y postnatal se intenciona con la necesidad de mejorar la calidad de vida de las madres y sus bebés, creando entornos saludable y armonioso. Además, como expresión cultural, la música refuerza los lazos comunitarios y fomenta un sentido de pertenencia y bienestar colectivo.

Por otra parte, la inclusión de elementos culturales y musicales propios de la región de Chiriquí enriquece la experiencia de las madres, además se contribuye con la valoración del legado musical local.

En lo económico, la aplicación de intervenciones musicales podría reducir los costos asociados y complicaciones prenatales y postnatales. Al mejorar el bienestar emocional y disminuir el estrés, la música podría contribuir a reducir la tasa de partos prematuros, las complicaciones durante el embarazo y los problemas de desarrollo postnatal, lo que, a su vez, reduciría los costos médicos. Metodológica, la investigación se alinea con el área de estudio y servirá como antecedente para otras investigaciones.

## **1.6 Limitaciones**

A pesar de la colaboración del personal de la institución y el consentimiento de las pacientes, la investigación presenta modificaciones de la propuesta original para lograr una adaptación según la realidad encontrada en el Centro de Salud de San Mateo. A continuación, se detallan algunas de estas limitaciones:

- Por tratarse de un centro de salud público, al momento de realizar las pruebas no se contaba con un espacio y equipos adecuados para su realización.
- Algunas pacientes completaron la encuesta de pie, posición no cómoda para estar en el tercer trimestre de embarazo.
- Al momento de dar docencia, se realizó en una sala común de espera, por lo que no se tuvo la exclusividad de las mujeres embarazadas.
- Las mujeres en su segundo o más embarazo, acudían al centro de salud en compañía de su hijo o hijos, lo que dificultaba la concentración en el desarrollo de la encuesta.

## **CAPÍTULO 2**

### **MARCO TEÓRICO**

## **CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO**

En este capítulo se presentan los antecedentes internacionales y nacionales que permiten conocer el estado actual del objeto de estudio. Así también, los fundamentos teóricos y términos básicos del estudio.

### **2.1 Estudios previos a la investigación**

Diversos estudios han explorado la manera en la que la exposición a estímulos musicales no solo influye en el bienestar emocional de la madre, sino también en el desarrollo neurológico y conductual del bebé, extendiendo su impacto hasta el recién nacido. Este análisis de antecedentes investigativos, tanto a nivel internacional como nacional resalta los principales hallazgos y aporta una visión integral sobre la relevancia de la música en este contexto.

A nivel internacional, Prieto et al. (2020) en su estudio *“Terapias complementarias durante la gestación y parto. Revisión integrativa”*, tipo experimental involucró a (200) mujeres embarazadas divididas en dos grupos: uno experimental que escuchó música clásica diariamente durante 30 minutos y un grupo controló sin exposición específica.

Los resultados mostraron que los bebés del grupo experimental presentaron mayores capacidades de atención y procesamiento auditivo, además de una reducción significativa en los niveles de estrés materno.

Este estudio evidencia que la estimulación musical durante el embarazo tiene un impacto positivo en el desarrollo neurológico temprano y en el bienestar emocional tanto de la madre como del recién nacido.

En la misma línea, se enfocó Salgado et al. (2022) en su estudio *“Experiencia de musicoterapia comunitaria en mujeres con un embarazo en conflicto en tiempos de Covid”*, a través de metodología de tipo mixta se planteó

analizar la manera en la que musicoterapia contribuyó al bienestar de la madre en tiempo de pandemia y al comportamiento fetal. Con un diseño experimental que incluyó a (150) mujeres embarazadas, este estudio implementó sesiones semanales de musicoterapia activa y receptiva durante el segundo y tercer trimestre de gestación.

Los hallazgos mostraron que las sesiones no solo redujeron la ansiedad materna por el Covid, sino que también regularon la actividad motora fetal, destacando la música como una herramienta para promover un equilibrio emocional y físico durante el embarazo.

Este aporte subraya la importancia de la música como modulador efectivo de la salud emocional de la madre y como medio para fortalecer el vínculo madre-feto.

Asimismo, Hernández (2022), desarrollo el estudio *“Efecto de la música sobre la mujer gestante frente a la ansiedad y el estrés: una intervención enfermera”*, exploró la manera en la que los fetos pueden aprender auditivamente cuando son expuestos a música de forma recurrente. Este estudio longitudinal, que involucró a (120) madres, demostró que los recién nacidos expuestos a la música durante el último trimestre de gestación mostraron una mayor familiaridad y preferencia por los sonidos, previamente escuchados en comparación con estímulos nuevos.

Este hallazgo confirma la capacidad de aprendizaje prenatal y la importancia de la memoria auditiva en el desarrollo temprano, resaltando el rol de la música en la estimulación sensorial desde etapas tempranas de la vida. Finalmente, estos antecedentes convergen en destacar cómo la música prenatal influye positivamente en la relajación materna, el comportamiento fetal, el desarrollo neurológico temprano y la creación de lazos afectivos entre madre e hijo. Este conocimiento refuerza la hipótesis de que la música no solo tiene beneficios emocionales, sino también cognitivos y sensoriales, validando su inclusión como parte de las estrategias de bienestar en el contexto del embarazo.

A nivel nacional, se tiene a Pérez (2022), en la investigación *“La música en la salud emocional de las mujeres embarazadas: aportes teóricos”*, desarrollada con un enfoque cualitativa de tipo documental, planteó como objetivo analizar teóricamente la influencia de la música en el estado de ánimo de las mujeres embarazadas en Panamá, así como sus efectos en el desarrollo prenatal. Se revisaron un total de (25) artículos científicos provenientes de fuentes físicas y electrónicas, utilizando diferentes buscadores en el que se incluían las palabras clave.

Los hallazgos afirman la capacidad de la música para actuar como una herramienta de apoyo para la madre durante el embarazo, ayudando a las mujeres a enfrentar las demandas psicológicas asociadas con la gestación. Además, se mejoró la respuesta neurosensorial del bebé. La evidencia refuerza la necesidad de intervenciones que promuevan la salud emotiva materna a través de prácticas accesibles y efectivas como la terapia musical.

Esta investigación ofrece una perspectiva valiosa que puede ser aplicada en la provincia de Chiriquí, subrayando la importancia de integrar la música en los programas de cuidado prenatal.

Muñoz (2019), en su trabajo titulado *“El desarrollo de la musicoterapia en Panamá”*, a partir de una investigación documental, señala que en el país apenas se observan intentos en la aplicación de técnicas musicales para mejorar el bienestar emocional y físico de las personas. Recientemente, se han dado iniciativas en el que se integra la musicoterapia con el contexto clínico y educativo.

Este estudio coincide con la presente investigación al sostener que la consolidación de la musicoterapia en los protocolos clínicos puede abrir nuevas oportunidades para enriquecer la calidad de vida de los pacientes y fomentar un entorno de cuidado integral.

## **2.2 Fundamentos teóricos**

### **2.2.1 Evolución de la música**

La música a evolucionado a través de la historia reflejando el desarrollo de la humanidad a través de los sonidos, ritmos y melodías que han acompañado a las sociedades desde sus comienzos. En su forma más primitiva, se remonta a los tiempos prehistóricos, cuando los seres humanos utilizaban elementos de la naturaleza, como piedras y madera, para crear sonidos que se convirtieron en una forma de comunicación y expresión cultural (Cardoso, 2019). Estos primeros indicios demuestran que el ser humano ya buscaba en los sonidos un medio para conectarse con su entorno, con otros miembros de su comunidad, y posiblemente con lo espiritual.

Con el paso del tiempo, la música comenzó a formalizarse y diversificarse en diferentes culturas. En el mundo antiguo, como en Mesopotamia, Egipto, Grecia y Roma, desempeñaba un papel central en ceremonias religiosas, rituales, celebraciones y actividades cotidianas (Cardoso, 2019). Los griegos, no solo consideraban la música una forma de arte, sino también un reflejo del orden cósmico y un medio para educar y cultivar la mente y el espíritu, como lo sugieren los escritos de Platón y Aristóteles (Cardoso, 2019).

Los instrumentos musicales de esta época, como la lira y el aulos, revelan un enfoque en la melodía y el ritmo, integrando la música en la filosofía y la ética.

El período medieval (siglo V al XV) trajo consigo una evolución significativa en la música occidental, con el surgimiento del canto gregoriano, que se convirtió en el estilo predominante en la liturgia cristiana. Durante este tiempo, la música se desarrolló principalmente dentro de las iglesias, con composiciones monofónicas que más tarde dieron paso a las primeras formas de polifonía, donde varias voces independientes cantaban simultáneamente (Sempere, 2018).

Este desarrollo permitió una mayor complejidad en las composiciones musicales y sentó las bases para la música coral. En el siglo XII, figuras como Hildegarda de Bingen comenzaron a experimentar con formas más innovadoras de composición, mientras que la notación musical empezó a sistematizarse, lo que permitió preservar y transmitir las obras de una manera más precisa (Sempere, 2018).

Con la llegada del Renacimiento (siglo XV al XVII), la música experimentó un renacimiento de creatividad e innovación. Este período estuvo marcado por una mayor secularización y una expansión de los temas musicales más allá de lo religioso, hacia lo profano. “Los compositores como Josquin des Prés y Palestrina llevaron la polifonía a nuevas alturas, y la música comenzó a ser considerada una forma de arte en sí misma, digna de análisis y estudio” (Sempere, 2018).

El Barroco (1600-1750) marcó una nueva era de esplendor musical, caracterizada por la opulencia y la ornamentación. Se crearon obras que explotaron las posibilidades de la tonalidad, el contrapunto y la dinámica, estableciendo formas musicales que siguen siendo fundamentales en la música clásica de hoy (Cardoso, 2019). Durante este período, la ópera, el oratorio, el concierto y la sonata se consolidaron como géneros musicales importantes. La música se convirtió en una parte esencial de la vida cultural de las cortes europeas y se expandió a través de instituciones como teatros y academias.

La era Clásica (1750-1820) trajo consigo una búsqueda de simplicidad y equilibrio en la música. Este período se caracterizó por una mayor atención a la forma, con el desarrollo de la sinfonía y la sonata como formatos musicales principales. “Beethoven, en particular, representó la transición hacia el Romanticismo al infundir sus composiciones con una expresión emocional más profunda y un enfoque más personal” (Cardoso, 2019).

Por su parte, el Romanticismo (siglo XIX) vio una expansión en la paleta emocional y tonal de la música. “Los compositores como Frédéric Chopin,

Richard Wagner y Johannes Brahms utilizaron la música para expresar emociones más intensas, explorar el folclore nacional y experimentar con nuevas formas musicales” (Cardoso, 2019). La música se volvió más programática, es decir, describiendo escenas, historias y sentimientos con mayor intensidad.

El siglo XX marcó un período de ruptura y experimentación sin precedentes. La música clásica se diversificó enormemente, dando lugar a movimientos como el impresionismo, con figuras como Claude Debussy, el expresionismo con Arnold Schoenberg, y el minimalismo con Philip Glass y Steve Reich. Además, la música popular emergió como una fuerza dominante, redefiniendo constantemente las fronteras de lo que se considera música (Cardoso, 2019). Este siglo vio la democratización de la música, con la llegada de nuevas tecnologías de grabación y reproducción que hicieron la música más accesible que nunca.

En el siglo XXI, la música sigue evolucionando, fusionando géneros, culturas y tecnologías. Las plataformas digitales han permitido a los artistas de todo el mundo llegar a audiencias globales. La música es ahora más que nunca un reflejo de la diversidad cultural y las dinámicas sociales contemporáneas.

### **2.2.2 La Música en la gestación. Características y beneficios**

La música durante la gestación ha emergido como un área de interés significativo en la investigación sobre el bienestar materno e infantil. Definida como el uso consciente y planificado de estímulos musicales durante el embarazo con el propósito de influir de manera positiva en el bienestar de la madre, el desarrollo del feto y la conexión emocional entre ambos. (Pérez, 2022). La exposición a la música puede comenzar a influir en el feto desde el segundo trimestre de embarazo, cuando el sistema auditivo fetal empieza a ser funcional.

En su esencia, la música se caracteriza por la combinación de ritmo, tono y melodía, lo que puede provocar respuestas emocionales y fisiológicas, tanto en la madre como en el feto (Miller, 2019). Durante la gestación, el tipo de música y la manera en que se presenta pueden tener efectos variados.

Por otro lado, la exposición a la música también puede beneficiar al feto en términos de desarrollo neurosensorial. Según Rosas (2015), “la música puede estimular la respuesta auditiva del feto, favoreciendo el desarrollo de conexiones neuronales importantes para el procesamiento de estímulos auditivos posteriores” (p.44).

Con respecto a las principales características que subyacen en esta intervención música-gestación, se tiene:

Tabla 1

*Características intervención música-gestación*

| Aspecto                                    | Descripción                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Estimulación sensorial</b>              | Durante el segundo trimestre de embarazo, el sistema auditivo del feto comienza a desarrollarse, permitiendo la percepción de sonidos del entorno. La música estimula el desarrollo neurosensorial, mejora la capacidad de respuesta a estímulos auditivos y fomenta conexiones neuronales para el procesamiento de sonidos posteriores. |
| <b>Reducción del estrés materno</b>        | La exposición a la música puede reducir el estrés en la madre, lo que a su vez tiene efectos positivos indirectos en el bienestar del feto.                                                                                                                                                                                              |
| <b>Beneficios emocionales y cognitivos</b> | Además de los efectos físicos, la música contribuye a la estabilidad emocional de la madre y fomenta una mejor capacidad de respuesta a estímulos en el recién nacido.                                                                                                                                                                   |

Nota. Tomado de Miller, (2019)

De tal manera que, la música en la gestación es una práctica con características que abarcan la estimulación sensorial, la reducción del estrés materno, y los beneficios emocionales y cognitivos para el feto. La integración de esta en el cuidado prenatal ofrece múltiples beneficios y apoya un entorno de desarrollo saludable para el bebé y la madre.

### 2.2.3 Estilos de música y sus efectos en la estimulación (pre-postnatal)

El estilo de música utilizado durante el embarazo puede tener diferentes efectos en la estimulación pre y postnatal, influenciando tanto el bienestar materno como el desarrollo del feto y del recién nacido.

La música, al ser una forma de terapia, puede variar en su impacto dependiendo de sus características específicas, como el ritmo, la melodía y la armonía.

En la tabla 2 se presentan las prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación de la madre durante el embarazo.

Tabla 2

*Prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación de la madre durante el embarazo.*

| Estilo de Música      | Período al que Pertenece | Prácticas Recomendadas                                                                              | Efectos en la Estimulación Materna                            |
|-----------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>Música clásica</b> | Barroco, Clásico         | Escuchar diariamente durante 15-30 minutos, integrar en rutinas de autocuidado como yoga o masajes. | Mejora el estado de ánimo y crea un entorno prenatal calmado. |

| <b>Estilo de Música</b>              | <b>Período al que Pertenece</b>                        | <b>Prácticas Recomendadas</b>                                                                                          | <b>Efectos en la Estimulación Materna</b>                                                              |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Música ambiental y New Age</b>    | Contemporáneo (finales del siglo XX hasta el presente) | Reproducción durante actividades de relajación, meditación, y momentos de calma.                                       | Promueve la relajación, reduce la tensión, y fomenta una experiencia prenatal armoniosa.               |
| <b>Música de meditación</b>          | Contemporáneo (últimas décadas)                        | Uso en sesiones de meditación y momentos de descanso, especialmente, con sonidos naturales y melodías suaves.          | Facilita la regulación emocional, ayuda a la madre a alcanzar un estado de calma y equilibrio mental.  |
| <b>Música de canciones de cuna</b>   | Tradicional (desarrollado en el siglo XIX)             | Reproducción durante momentos de descanso y antes de dormir, crear una rutina relajante que incluya esta música.       | Establece una asociación positiva con el sueño, ayuda a reducir el estrés y la ansiedad en la madre.   |
| <b>Música Cultural y Tradicional</b> | Diversos períodos históricos y culturales              | Incorporar música que refleje la herencia cultural en actividades diarias, creando un vínculo emocional con la música. | Refuerza el vínculo emocional, proporciona una identidad cultural y contribuye al bienestar emocional. |

Nota. Tomado de Pérez, (2022); Sempere, (2018)

En la tabla 3, se presentan las prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación del recién nacido.

Tabla 3

*Prácticas y estilo de música, indicando el período al que pertenecen, adecuadas para la estimulación del recién nacido.*

| <b>Estilo de Música</b>           | <b>Período al que pertenece</b>           | <b>Prácticas recomendadas</b>                                                                                         | <b>Efectos en la estimulación del recién nacido</b>                                            |
|-----------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Música clásica suave</b>       | Barroco, Clásico                          | Reproducción durante el sueño y momentos de calma. Seleccionar piezas con ritmos lentos y melodías suaves.            | Promueve un sueño más tranquilo, reduce el llanto y mejora la respuesta a estímulos auditivos. |
| <b>Canciones de cuna</b>          | Tradicional (siglo XIX hasta el presente) | Uso regular durante la rutina de sueño y para calmar al bebé, con melodías suaves y repetitivas.                      | Facilita el sueño, proporciona una sensación de seguridad y calma.                             |
| <b>Música ambiental y New Age</b> | Contemporáneo (últimas décadas)           | Reproducción en el entorno del bebé, especialmente, durante momentos de descanso o masaje.                            | Ayuda a reducir la ansiedad y promueve un ambiente relajante para el bebé.                     |
| <b>Música infantil</b>            | Contemporáneo (últimas décadas)           | Integración en actividades diarias como juegos o tiempos de interacción.                                              | Fomenta el desarrollo auditivo y emocional, proporciona estimulación cognitiva.                |
| <b>Sonidos de la naturaleza</b>   | Contemporáneo (últimas décadas)           | Reproducción durante la hora de dormir y momentos de calma, utilizando sonidos naturales combinados con música suave. | Reduce el estrés, mejora la calidad del sueño y proporciona una sensación de tranquilidad.     |

Nota. Tomado de Pérez, (2022); Sempere, (2018)

#### **2.2.4 Teorías que sustentan al estudio**

Diversas teorías sustentan la razón por lo que la música tiene un impacto en la madre y el feto durante el embarazo y, posteriormente en el recién nacido:

La teoría del aprendizaje prenatal sugiere que los bebés pueden aprender y almacenar información durante el período prenatal, incluso antes de su nacimiento. A través de los estímulos que reciben en el útero, como la música, la voz materna o los sonidos del entorno, los fetos comienzan a reconocer y diferenciar patrones sonoros (Hernández, 2021).

De tal manera que, la música, actúa como estímulo sonoro en el bebé teniendo un impacto positivo en su desarrollo emocional y cognitivo.

Por otra parte, la teoría de la sincronización biocomportamental basa su idea en que el desarrollo fetal está influenciado por la capacidad del feto para sincronizar sus respuestas biológicas con los estímulos externos (Vázquez et al., 2020). Así, la música es un tipo de estímulo que favorece la sincronización, ya que puede ayudar a regular el ritmo cardíaco del feto, la actividad motora y otras funciones fisiológicas.

En consecuencia, la música tiene un efecto regulador y armonizador en el bebé y la madre, mejorando tanto la conexión emocional como el bienestar físico de ambos.

Referente a la teoría del vínculo prenatal destaca la importancia de relación emocional entre la madre y el bebé durante la gestación (Pérez, 2022). Se entiende que, a través de la música, la madre puede disfrutar la o escuchar la música junto con su bebé, fortaleciendo esta conexión afectiva, lo que favorece el bienestar emocional del bebé al nacer. La música se presenta como un medio para promover este vínculo, teniendo repercusiones en el desarrollo emocional del recién nacido.

Así también la teoría del bienestar materno que plantea que el bienestar emocional y físico de la madre durante el embarazo es fundamental para el desarrollo saludable del bebé. La música tiene el potencial de reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y promover la relajación de la madre (Pérez, 2022). Se interpreta que, el estado emocional de la madre influye directamente en el ambiente prenatal del bebé. De ahí que, la música se convierte en una herramienta para promover el bienestar tanto de la madre como del bebé, impactando positivamente en la salud de ambos.

Por consiguiente, cada una de teorías se asocian para demostrar que la música no solo es un estímulo agradable para la madre, sino que tiene efectos beneficiosos para el bebé en términos de aprendizaje, desarrollo cerebral, vinculación emocional y bienestar general.

### **2.3 Marco conceptual**

**Aprendizaje prenatal** es el proceso mediante el cual el feto adquiere experiencias sensoriales y cognitivas a través de la exposición a estímulos en el útero materno, como sonidos, voces y otros factores ambientales que pueden influir en su desarrollo posterior.

**Bonding prenatal** hace referencia al vínculo emocional que se establece entre la madre y el feto durante el embarazo. Este proceso de apego temprano puede influir en el bienestar emocional de la madre y en el desarrollo del feto.

**Desarrollo cognitivo** es el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades de pensamiento y comprensión del mundo que ocurre a lo largo de la vida. Durante el embarazo, el desarrollo cognitivo se refiere a los cambios que ocurren en el cerebro fetal y en las capacidades de procesamiento de información.

**Desarrollo emocional** es la evolución de la capacidad de una persona para reconocer, comprender y gestionar sus emociones. En el contexto prenatal, se refiere al desarrollo de las bases emocionales del feto, influenciado por factores como las hormonas y las experiencias emocionales de la madre.

**Desarrollo fetal** es el proceso biológico que involucra el crecimiento y la diferenciación de los órganos y sistemas del feto desde la concepción hasta el nacimiento. Este proceso abarca desde las primeras etapas de la gestación hasta el final del embarazo.

**Estimulación auditiva prenatal** es la exposición del feto a sonidos provenientes del entorno externo o del cuerpo materno, como la voz de la madre o la música. Se cree que la estimulación auditiva durante el embarazo puede favorecer el desarrollo del cerebro y las capacidades auditivas del bebé.

**Estimulación prenatal** es cualquier tipo de estímulo (auditivo, táctil, visual, entre otros) que se proporciona al feto durante el embarazo con el objetivo de favorecer su desarrollo físico, cognitivo o emocional. Esto puede incluir la exposición a sonidos, luces, toques y otros estímulos.

**Frecuencia cardíaca fetal** es la cantidad de latidos del corazón del feto por minuto. La medición de la frecuencia cardíaca fetal es una forma importante de evaluar el bienestar del feto y se utiliza para detectar posibles complicaciones durante el embarazo.

**Memoria auditiva** es la capacidad de recordar y procesar sonidos previamente escuchados. En el contexto prenatal, se refiere a la habilidad del feto para reconocer y recordar sonidos o voces a través de su exposición al ambiente sonoro del útero.

**Musicoterapia** es el uso terapéutico de la música para promover la salud emocional, física o mental de una persona. En el ámbito prenatal, se utiliza para estimular el desarrollo cognitivo y emocional del feto y para aliviar el estrés y la ansiedad de la madre.

## **CAPÍTULO 3**

### **MARCO METODOLÓGICO**

## **CAPÍTULO 3. MARCO METODOLÓGICO**

Este capítulo describe el enfoque, diseño y procedimientos utilizados para investigar la influencia de la música durante la gestación y su impacto en los recién nacidos del Centro de Salud de San Mateo, provincia de Chiriquí. Se detalla la selección de la muestra, las técnicas de recolección de datos y los métodos de análisis aplicados para garantizar resultados confiables. Asimismo, se incluyen las consideraciones éticas que guiaron el estudio, asegurando la protección y el respeto hacia los participantes. En su conjunto la metodología proporciona la base para interpretar los hallazgos.

### **3.1 Enfoque, tipo y diseño de investigación**

El enfoque de esta investigación es cuantitativo, identificando patrones, relaciones y tendencias en la importancia de la música durante el período de gestación y su efecto en el recién nacido en el Centro de Salud de San Mateo en la provincia de Chiriquí.

El tipo es descriptivo resaltando las características del fenómeno analizado y de campo con la recopilación directa de la información desde los sujetos en el contexto investigado.

El diseño es no experimental, ya que, se observan y analizan los acontecimientos sin manipular las variables de estudio (Hernández Sampieri et al., 2018). Además, transversal, la recolección de datos se realiza durante el año 2024, en mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto. Y el diseño documental sustenta el aspecto teórico de la investigación.

### **3.2 Población y muestra**

La población la conforman (60) mujeres en su último trimestre de embarazo y en posparto atendidas en el Centro de Salud San Mateo de la provincia de Chiriquí, durante el año 2024, según datos emitidos por la entidad.

Referente a la muestra, al ser una población finita para su determinación se utiliza el tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia tal como indica Hernández Sampieri et al. (2018) “en poblaciones finitas la elección de las unidades no depende de la probabilidad, sino de razones relacionadas con las características y contexto de la investigación estableciendo criterios para la selección” (p.44). Quedando conformada por las (60) mujeres que cumplan con los siguientes criterios de elegibilidad.

Criterios de inclusión: mujeres embarazadas que se encuentren en el tercer trimestre de gestación, que residan en la provincia de Chiriquí y asistan permanentemente al Centro de Salud, San Mateo, edad entre 18 y 40 años que manifiesten su voluntad de participar en el estudio, firmando el Consentimiento informado (Anexo 1).

Criterios de exclusión: mujeres con complicaciones gineco-obstétricas graves que puedan poner en riesgo su salud o la del feto, mujeres con condiciones auditivas que dificulten la percepción de la música, con diagnósticos previos de trastornos psicológicos que puedan interferir con la percepción o disfrute de la música y que manifiesten no querer participar en el estudio.

### **3.3 Técnica e instrumento de recolección de datos**

Las técnicas de recolección de datos son la observación documental y la encuesta, en su forma estructurada.

El instrumento es un cuestionario elaborado por la autora de la investigación, conformado por quince (15) ítems con alternativas de respuestas. El propósito fue identificar las preferencias musicales durante el embarazo y las prácticas y estilo de música que favorecen la estimulación tanto de la madre como del recién nacido (Anexo 2). Este instrumento es autoadministrado, se aplicó individualmente de manera física en un tiempo de 20 minutos.

El cuestionario fue validado a través del criterio de juicio de experto por dos especialistas (contenido, metodología). Los expertos revisaron el instrumento validándolo de acuerdo con los criterios de claridad en la redacción, coherencia interna y lenguaje adecuado con el nivel del informante (Anexo 3).

### **3.4 Sistema de variables**

#### **Definición conceptual**

- Variables independientes

Música prenatal: uso consciente y planificado de estímulos musicales durante el embarazo con el propósito de influir de manera positiva en el bienestar de la madre, el desarrollo del feto y la conexión emocional entre ambos (Pérez, 2022).

Estilos musicales: se refiere a los diferentes géneros de música utilizados durante el embarazo para estimular al feto y mejorar el estado emocional de la madre (Miller, 2019).

- Variables dependientes

Estado emocional de la madre: nivel de bienestar psicológico de la madre gestante, incluyendo el grado de ansiedad, estrés, tranquilidad, y satisfacción durante el embarazo (Martínez et al., 2022).

Desarrollo del recién nacido: proceso de crecimiento y maduración del bebé al nacer, evaluado en términos de respuestas neurosensoriales, desarrollo motor, adaptabilidad, y capacidad de respuesta a estímulos externos, como la música. Incluye la evaluación del ritmo cardíaco, patrones de sueño, llanto, capacidad de succión y otras respuestas reflejas al estímulo auditivo proporcionado durante el embarazo (Gómez et al., 2023).

## Definición operacional

Tabla 4

*Cuadro de operacionalización de las variables*

| Variable                            | Dimensiones                  | Indicadores                                                                           |
|-------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Música prenatal</b>              | Estilo musical               | Tipo de música (clásica, instrumental, sonidos de la naturaleza)                      |
|                                     | Frecuencia de exposición     | Número de sesiones de escucha a la semana                                             |
|                                     | Duración de exposición       | Minutos de escucha por sesión                                                         |
|                                     | Contexto de escucha          | Entorno en el cual se realiza la exposición a la música (hogar, hospital, entre otro) |
|                                     | Volumen y ritmo              | Nivel de volumen de la música y ritmo (lento, moderado, rápido)                       |
| <b>Estado emocional de la madre</b> | Niveles de estrés y ansiedad | Puntuaciones en escalas de medición de estrés y ansiedad                              |
|                                     | Bienestar psicológico        | Evaluación de bienestar general                                                       |
|                                     | Satisfacción y relajación    | Grado de satisfacción con la intervención musical                                     |
| <b>Desarrollo del Recién Nacido</b> | Respuesta neurológica        | Frecuencia de movimientos fetales y respuesta a estímulos auditivos (monitor fetal)   |
|                                     | Adaptabilidad postnatal      | Patrones de sueño y llanto, adaptabilidad a estímulos ambientales                     |
|                                     | Desarrollo Motor             | Evaluación de reflejos y actividad motora neonatal                                    |

| Variable | Dimensiones          | Indicadores                                         |
|----------|----------------------|-----------------------------------------------------|
|          | Capacidad de Succión | Fuerza y frecuencia de succión durante la lactancia |

*Elaborado por la investigadora, (2024)*

### 3.5 Hipótesis

Alternativa (Ha): la música durante el período de gestación tiene importancia en el desarrollo del recién nacido y en el bienestar de la madre gestante atendida en el Centro de Salud, San Mateo, provincia de Chiriquí.

### 3.6 Técnica de análisis e interpretación de los resultados

Referente al análisis e interpretación de los datos se procedió a su sistematización apoyándose en el programa SPSS versión 11.5. Se determinaron las frecuencias simples y porcentuales en cada alternativa de respuesta, elaborándose las tablas y gráficas. Estos resultados se discutieron y se confrontaron con el marco teórico general, los objetivos y las variables para destacar los aspectos relevantes encontrados y, permitiendo elaborar la guía de recomendaciones para el uso adecuado de la música para la madre y el bebé durante el embarazo y el período postnatal.

### 3.7 Aspectos éticos

El estudio se realizó con una base ética, priorizando el bienestar de la madre y el bebé, asegurando su consentimiento y confidencialidad, minimizando los riesgos y considerando las implicaciones culturales y sociales.

## **CAPÍTULO 4**

### **PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

## CAPÍTULO 4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

En este capítulo se hace referencia a los resultados del instrumento aplicado a las mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto atendidas en el Centro de Salud de San Mateo de la provincia de Chiriquí.

### 4.1 Resultados del cuestionario

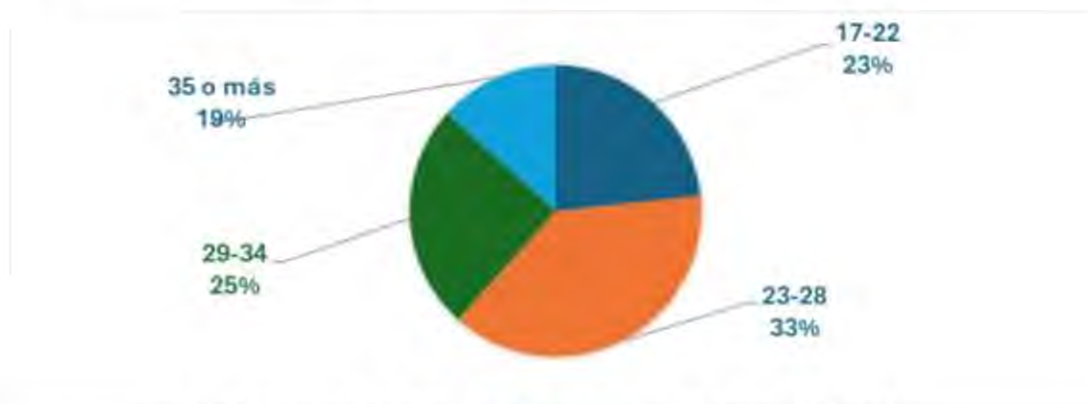
Tabla 5

*Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según edad.*

| Edad (años) | Fa | Fr    |
|-------------|----|-------|
| 17-22       | 14 | 23    |
| 23-28       | 23 | 33    |
| 29-34       | 15 | 25    |
| 35 o más    | 8  | 19    |
| Total       | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 1. Porcentajes de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según edad.



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 5, 2024

Sobre la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, atendidas en el Centro de Salud, San Mateo, para el período 2024, el (33%) estaban entre 23-28 años; (25%), de 29-34; (23%), 17-22 años y (19%), de 35 o más años.

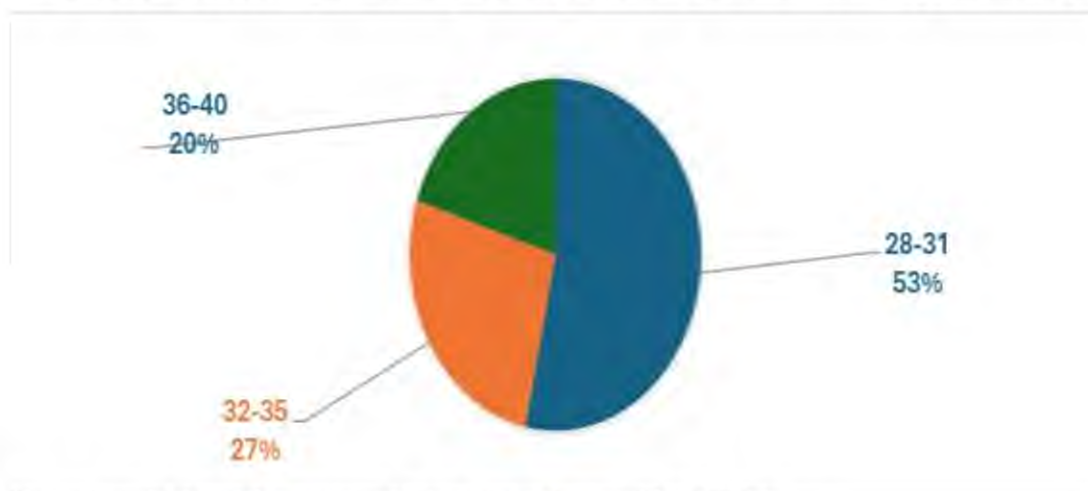
Tabla 6

*Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según tiempo de embarazo (semanas).*

| <b>Tiempo de Embarazo (semanas):</b> | <b>Fa</b> | <b>Fr</b>    |
|--------------------------------------|-----------|--------------|
| 28-31                                | 32        | 53           |
| 32-35                                | 16        | 27           |
| 36-40                                | 12        | 20           |
| <b>Total</b>                         | <b>60</b> | <b>100.0</b> |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 2. Porcentajes de mujeres según tiempo de embarazo (semanas)



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 6, 2024

Los datos indican que el (53%) de las mujeres consultadas se encuentran entre el intervalo de 28-31 semanas de embarazo; (27%), entre 32-35 semanas y (19%), de 36-40 semanas.

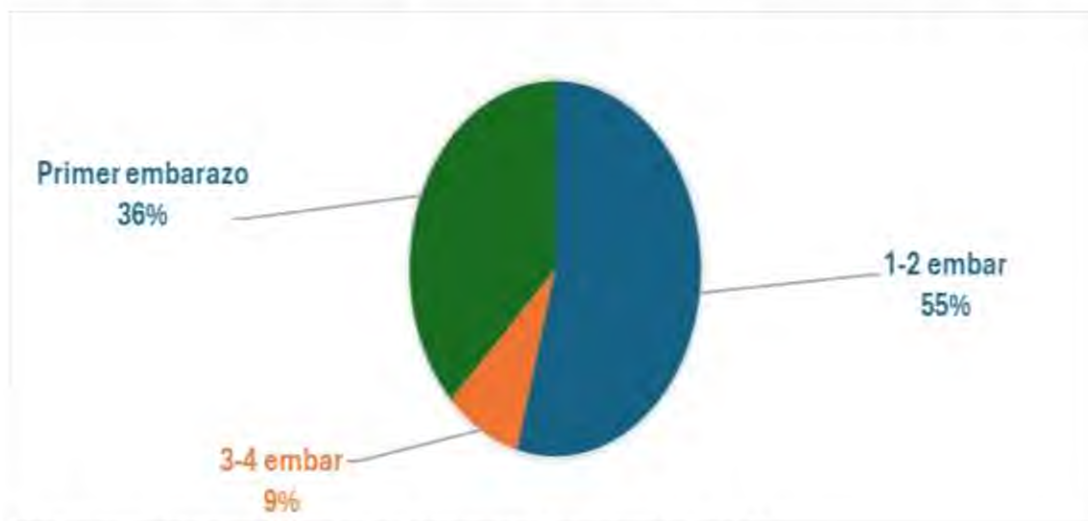
Tabla 7

*Frecuencia de la población de mujeres en su último trimestre de embarazo y, en posparto, según N° de embarazos a término.*

| N° de embarazos a término | Fa | Fr    |
|---------------------------|----|-------|
| 1-2                       | 33 | 55    |
| 3-4                       | 5  | 9     |
| Primer embarazo           | 22 | 36    |
| Total                     | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 3. Porcentajes de mujeres según N° de embarazos a término



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 7, 2024

Los datos indican que el (55%) de las mujeres consultadas han tenido de 1-2 embarazos a término; el (36%), es su primer embarazo y (9%), de 3-4.

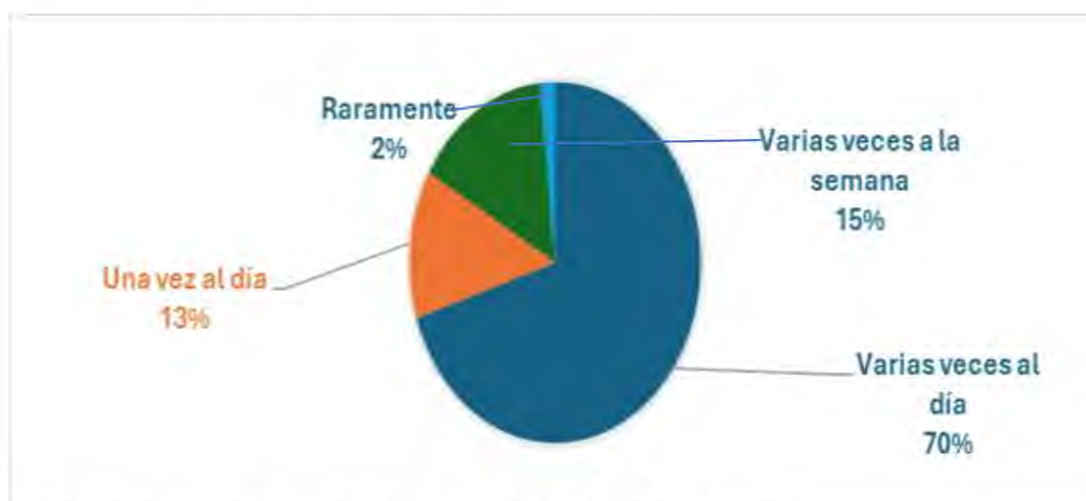
Tabla 8

*Frecuencia de respuestas al ítem 1. ¿Con qué frecuencia escuchas música actualmente?*

| Ítem 1                   | Fa | Fr    |
|--------------------------|----|-------|
| Varias veces al día      | 42 | 70    |
| Una vez al día           | 8  | 13    |
| Varias veces a la semana | 9  | 15    |
| Raramente                | 1  | 2     |
| Total                    | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 4. Porcentajes respuestas al ítem 1. ¿Con qué frecuencia escuchas música actualmente?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 8, 2024*

En cuanto a la frecuencia con la cual escucha música el (70%) de las encuestadas señalaron que varias veces al día; (15%), varias veces a la semana; (13%), una vez al día y (2%), raramente.

Tabla 9

*Frecuencia de respuestas al ítem 2. ¿Qué género musical prefiere escuchar con mayor frecuencia?*

| Ítem 2                                          | Fa | Fr    |
|-------------------------------------------------|----|-------|
| Música clásica                                  | 2  | 3     |
| Música popular (pop, rock, baladas, entre otra) | 25 | 42    |
| Música tradicional/folclórica                   | 28 | 47    |
| Otro (reguetón, electrónica, entre otro)        | 5  | 8     |
| Total                                           | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 5. Porcentajes respuestas al ítem 2. ¿Qué género musical prefiere escuchar con mayor frecuencia?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 9, 2024

Con respecto al ítem sobre el género musical que prefieren escuchar con mayor frecuencia el (47%) señala que la música tradicional/folclórica; (42%), música popular; (8%), otro y (3%), clásica.

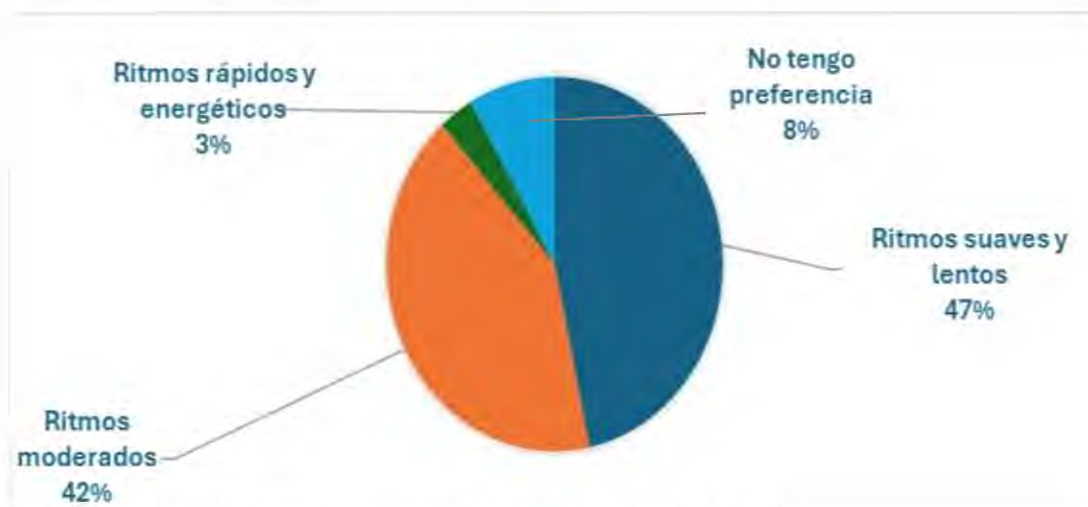
Tabla 10

*Frecuencia de respuestas al ítem 3. ¿Qué ritmo musical encuentra más relajante para el embarazo?*

| Ítem 3                       | Fa | Fr    |
|------------------------------|----|-------|
| Ritmos suaves y lentos       | 28 | 47    |
| Ritmos moderados             | 25 | 42    |
| Ritmos rápidos y energéticos | 2  | 3     |
| No tengo preferencia         | 5  | 8     |
| Total                        | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 6. Porcentajes respuestas al ítem 3. ¿Qué ritmo musical encuentra más relajante para el embarazo?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 10, 2024*

Referente al ítem sobre qué ritmo musical encuentra más relajante para el embarazo el (47%) señaló que ritmos suaves y lentos; (42%), ritmos moderados; (8%), no tiene preferencia y (3%), ritmos rápidos y energéticos.

Tabla 11

*Frecuencia de respuestas al ítem 4. ¿En qué momento del día prefieres escuchar música?*

| Ítem 4                    | Fa | Fr    |
|---------------------------|----|-------|
| Mañana                    | 28 | 47    |
| Tarde                     | 4  | 7     |
| Noche                     | 21 | 35    |
| Cualquier momento del día | 7  | 11    |
| Total                     | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 7. Porcentajes respuestas al ítem 4. ¿En qué momento del día prefieres escuchar música?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 11, 2024*

Con respecto al ítem sobre en qué momento del día prefiere escuchar música el (47%) indicó en la mañana; (35%), en la noche; (11%), cualquier momento del día y (7%), en la tarde.

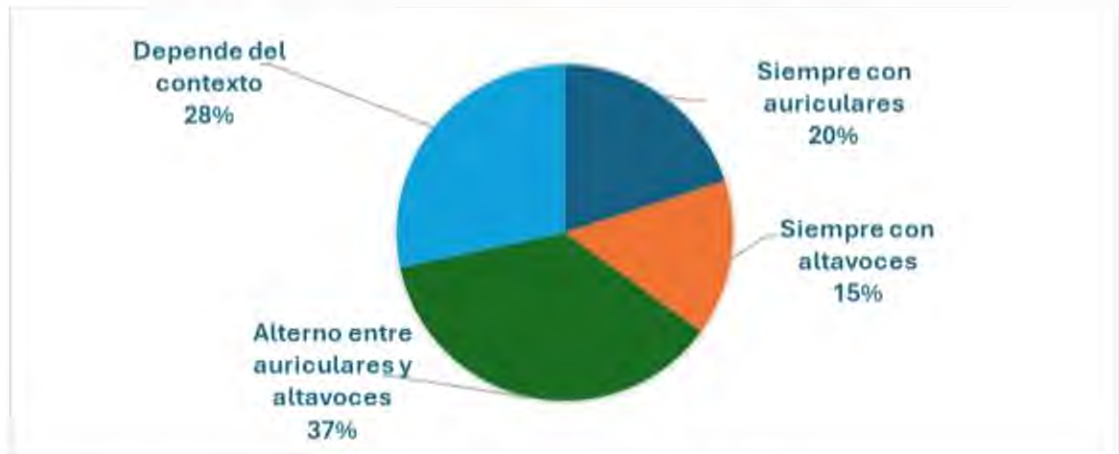
Tabla 12

*Frecuencia de respuestas al ítem 5. ¿Escucha música con auriculares o altavoces?*

| Ítem 5                                | Fa | Fr    |
|---------------------------------------|----|-------|
| Siempre con auriculares               | 12 | 20    |
| Siempre con altavoces                 | 9  | 15    |
| Alterno entre auriculares y altavoces | 22 | 37    |
| Depende del contexto                  | 17 | 28    |
| Total                                 | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 8. Porcentajes respuestas al ítem 5. ¿Escucha música con auriculares o altavoces?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 12, 2024*

Con respecto al modo en que escucha la música el (37%) alterna los auriculares y altavoces; (28%), depende del contexto; (20%), siempre con auriculares y (15%), siempre con altavoces.

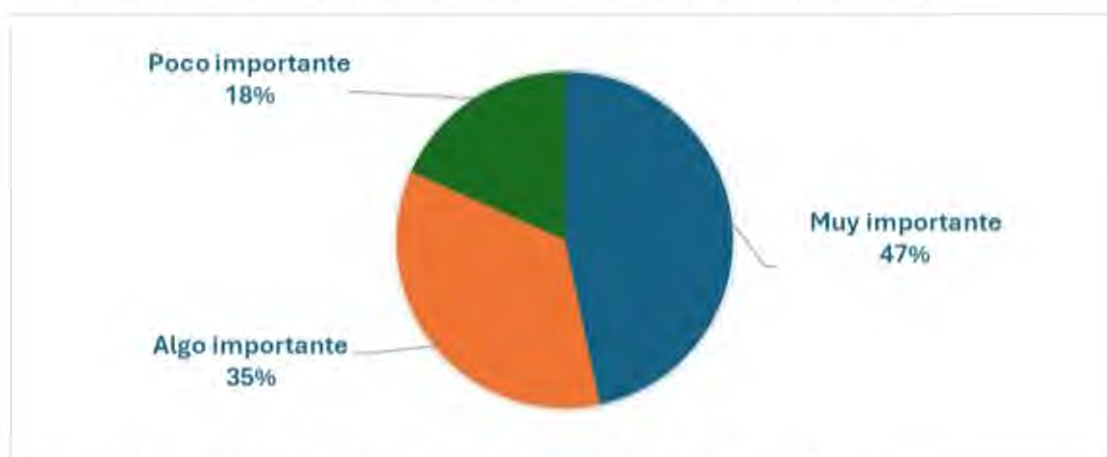
Tabla 13

*Frecuencia de respuestas al ítem 6. ¿Qué tan importante es considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo?*

| Ítem 4          | Fa | Fr    |
|-----------------|----|-------|
| Muy importante  | 28 | 47    |
| Algo importante | 21 | 35    |
| Poco importante | 11 | 18    |
| Nada importante | -  | -     |
| Total           | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 9. Porcentajes respuestas al ítem 6. ¿Qué tan importante es considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 13, 2024*

Sobre el ítem referente a qué tan importante es considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo el (47%) de los entrevistados señala que muy importante; (35%), algo importante y (18%), poco importante.

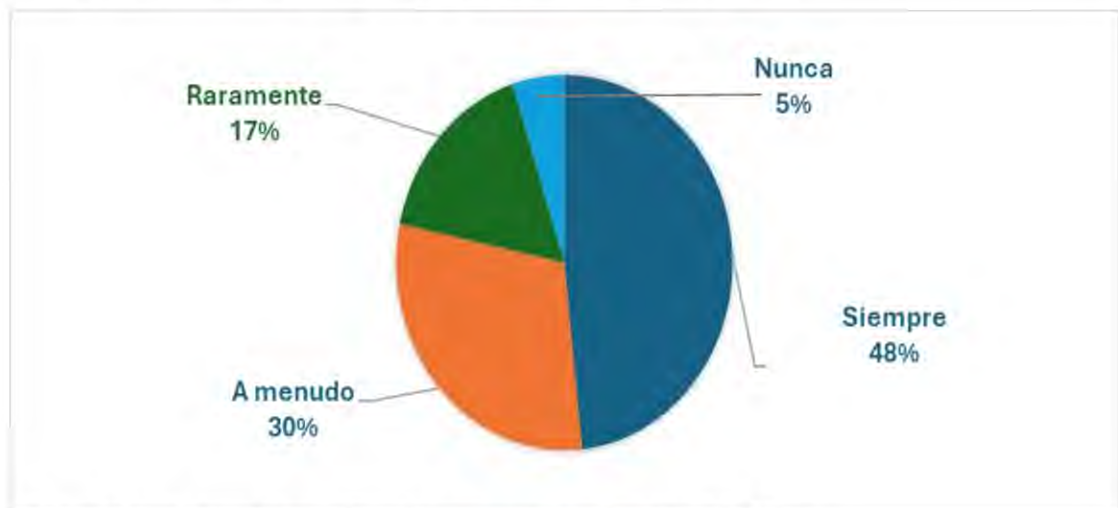
Tabla 14

*Frecuencia de respuestas al ítem 7. ¿Ha utilizado música específicamente para relajarse durante el embarazo?*

| Ítem 7    | Fa | Fr    |
|-----------|----|-------|
| Siempre   | 29 | 48    |
| A menudo  | 18 | 30    |
| Raramente | 10 | 17    |
| Nunca     | 3  | 5     |
| Total     | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 10. Porcentajes respuestas al ítem 7. ¿Ha utilizado música específicamente para relajarse durante el embarazo?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 14, 2024*

Con respecto al ítem sobre uso de la música, específicamente, para relajarse durante el embarazo el (48%) indicó que siempre; (30%), a menudo; (17%), raramente y (5%), nunca.

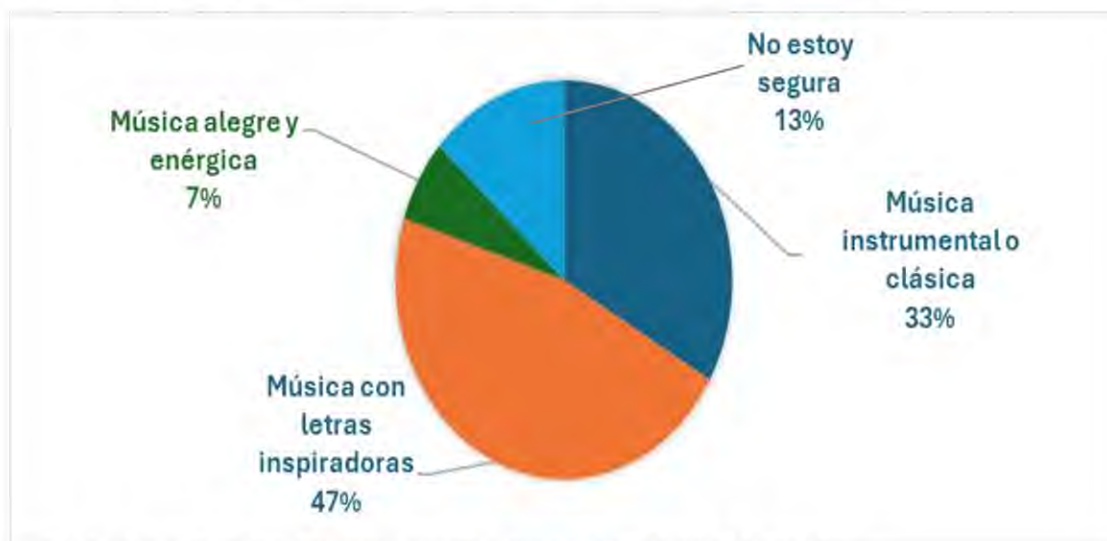
Tabla 15

*Frecuencia de respuestas al ítem 8. ¿Qué tipo de música cree que le ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo?*

| Ítem 8                         | Fa | Fr    |
|--------------------------------|----|-------|
| Música instrumental o clásica  | 20 | 33    |
| Música con letras inspiradoras | 28 | 47    |
| Música alegre y energética     | 4  | 7     |
| No estoy segura                | 8  | 13    |
| Total                          | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 11. Porcentajes respuestas al ítem 8. ¿Qué tipo de música cree que le ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 15, 2024

Sobre el ítem referido a qué tipo de música cree que le ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo el (47%) respondió que música con

letras inspiradoras; (33%), música instrumental o clásica; (13%), no esta segura y (7%), música alegre y energética.

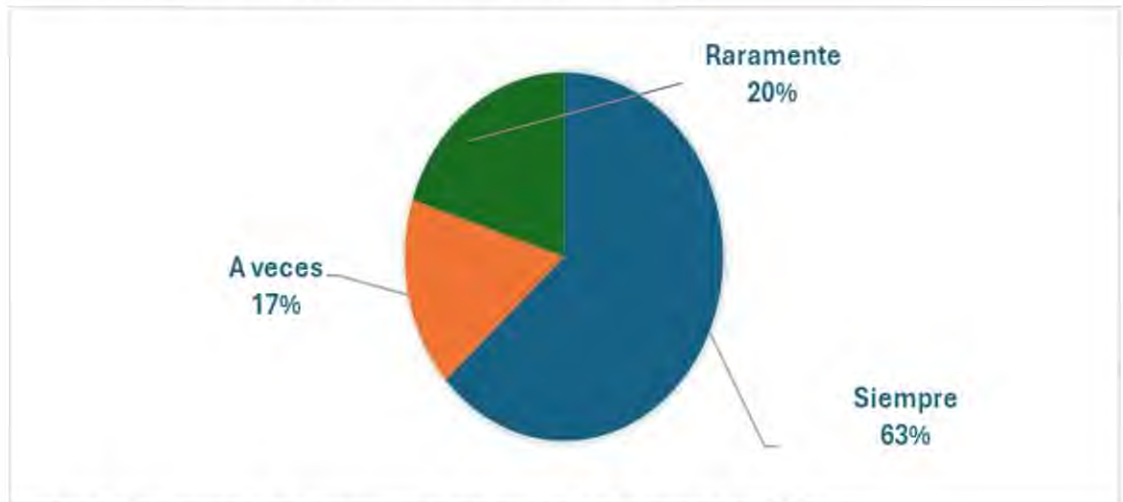
Tabla 16

*Frecuencia de respuestas al ítem 9. ¿Ha utilizado música para interactuar con su bebé durante el embarazo?*

| Ítem 9    | Fa | Fr    |
|-----------|----|-------|
| Siempre   | 38 | 63    |
| A veces   | 10 | 17    |
| Raramente | 12 | 20    |
| Nunca     | -  | -     |
| Total     | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 12. Porcentajes respuestas al ítem 9. ¿Ha utilizado música para interactuar con su bebé durante el embarazo?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 16, 2024*

Sobre el ítem si han utilizado la música para interactuar con su bebé durante el embarazo el (63%) indica que siempre; (20%), raramente y (17%), a veces.

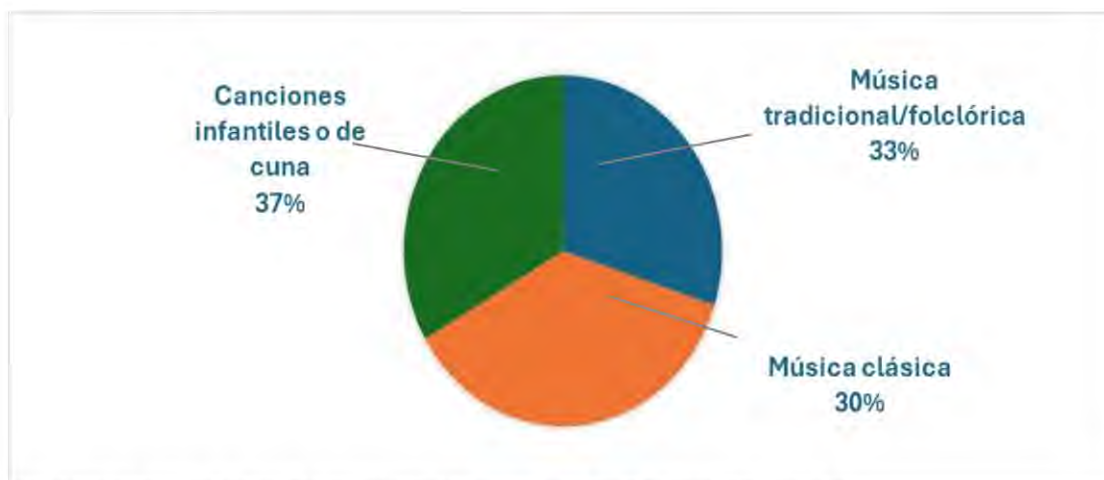
Tabla 17

*Frecuencia de respuestas al ítem 10. ¿Qué estilo musical considera más adecuado para estimular a su bebé después del nacimiento?*

| Ítem 10                                     | Fa | Fr    |
|---------------------------------------------|----|-------|
| Música clásica                              | 18 | 30    |
| Canciones infantiles o de cuna              | 22 | 37    |
| Música tradicional/folclórica               | 20 | 33    |
| Música moderna (pop, reguetón, entre otros) | -  | -     |
| Total                                       | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 13. Porcentajes respuestas al ítem 10. ¿Qué estilo musical considera más adecuado para estimular a su bebé después del nacimiento?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 17, 2024

Sobre el ítem referido al estilo musical que considera más adecuado para estimular a su bebé después del nacimiento el (37%) refirió que, canciones infantiles o de cuna; (33%), música tradicional/Folklórica y (30%), música clásica.

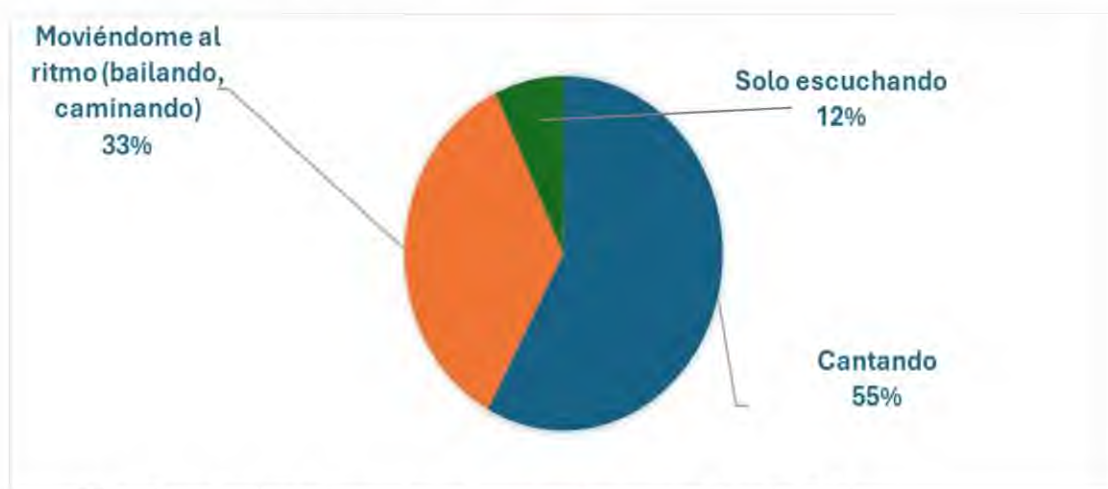
Tabla 18

*Frecuencia de respuestas al ítem 11. ¿Cómo suele interactuar con la música durante el embarazo?*

| Ítem 11                                   | Fa | Fr    |
|-------------------------------------------|----|-------|
| Cantando                                  | 33 | 55    |
| Moviéndome al ritmo (bailando, caminando) | 20 | 33    |
| Solo escuchando                           | 4  | 12    |
| No interactúo con la música               | -  | -     |
| Total                                     | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 14. Porcentajes respuestas al ítem 11. ¿Cómo suele interactuar con la música durante el embarazo?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 18, 2024

Los resultados del ítem sobre cómo suele interactuar con la música durante el embarazo el (55%) señaló que, cantando; (33%), moviéndose al ritmo (bailando, cantando) y (12%), solo escuchando la música.

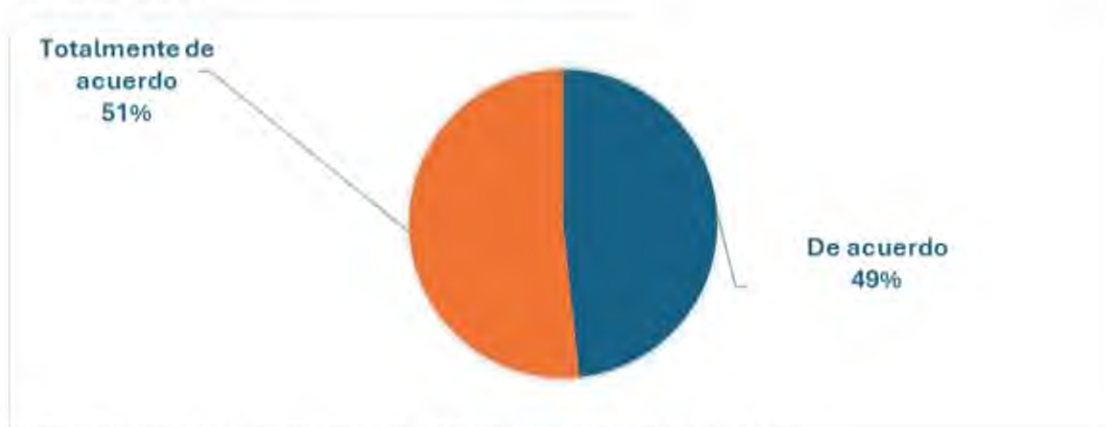
Tabla 19

*Frecuencia de respuestas al ítem 12. ¿Considera que la música puede ser una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo?*

| Ítem 12                  | Fa | Fr    |
|--------------------------|----|-------|
| Totalmente en desacuerdo | -  | -     |
| En desacuerdo            | -  | -     |
| De acuerdo               | 29 | 49    |
| Totalmente de acuerdo    | 31 | 51    |
| Total                    | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 15. Porcentajes respuestas al ítem 12. ¿Considera que la música puede ser una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 19, 2024

El (51%) de los encuestados, totalmente de acuerdo, consideran que la música puede ser una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo y el (49%) están de acuerdo.

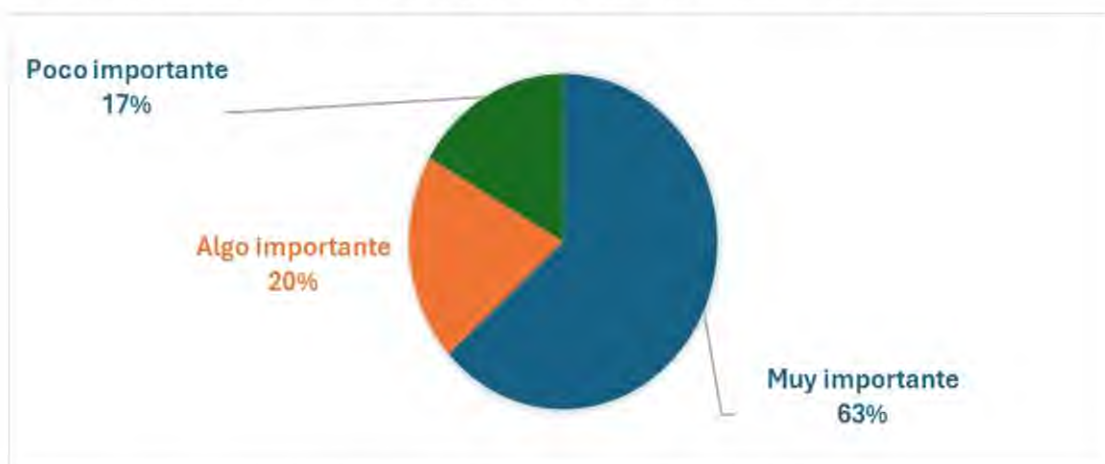
Tabla 20

*Frecuencia de respuestas al ítem 13. ¿Qué importancia tiene para usted la música para estimular al bebé después del nacimiento?*

| Ítem 13         | Fa | Fr    |
|-----------------|----|-------|
| Muy importante  | 38 | 63    |
| Algo importante | 12 | 20    |
| Poco importante | 10 | 17    |
| Nada importante | -  | -     |
| Total           | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 16. Porcentajes respuestas al ítem 13. ¿Qué importancia tiene para usted la música para estimular al bebé después del nacimiento?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 20, 2024*

Sobre la importancia de la música para estimular al bebé después del nacimiento el (63%) de los encuestados señaló que muy importante; (20%), algo importante; (17%), poco importante.

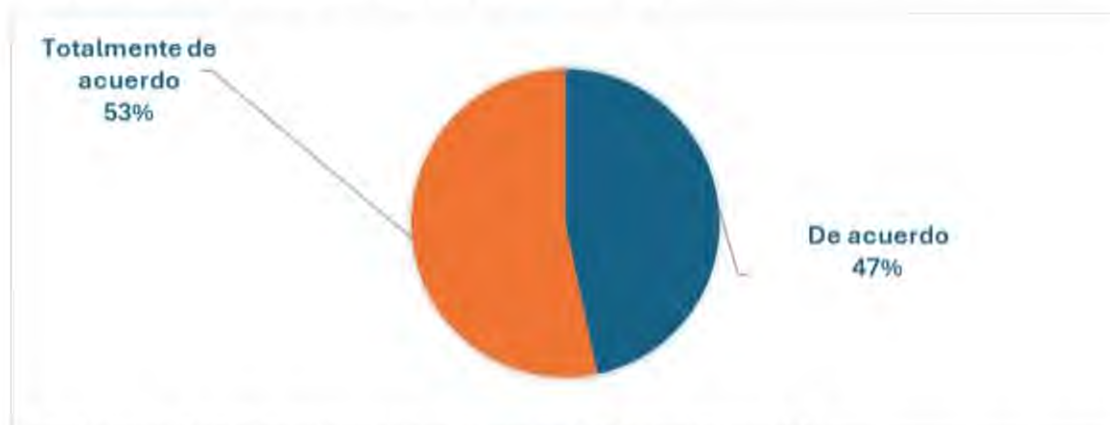
Tabla 21

*Frecuencia de respuestas al ítem 14. ¿Cree que la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo?*

| Ítem 14                  | Fa | Fr    |
|--------------------------|----|-------|
| Totalmente en desacuerdo | -  | -     |
| En desacuerdo            | -  | -     |
| De acuerdo               | 28 | 47    |
| Totalmente de acuerdo    | 32 | 53    |
| Total                    | 60 | 100.0 |

Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024

Gráfico 17. Porcentajes respuestas al ítem 14. ¿Cree que la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo?



Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 21, 2024

El (53%) de los encuestados están totalmente de acuerdo con la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y que después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo y (47%), de acuerdo.

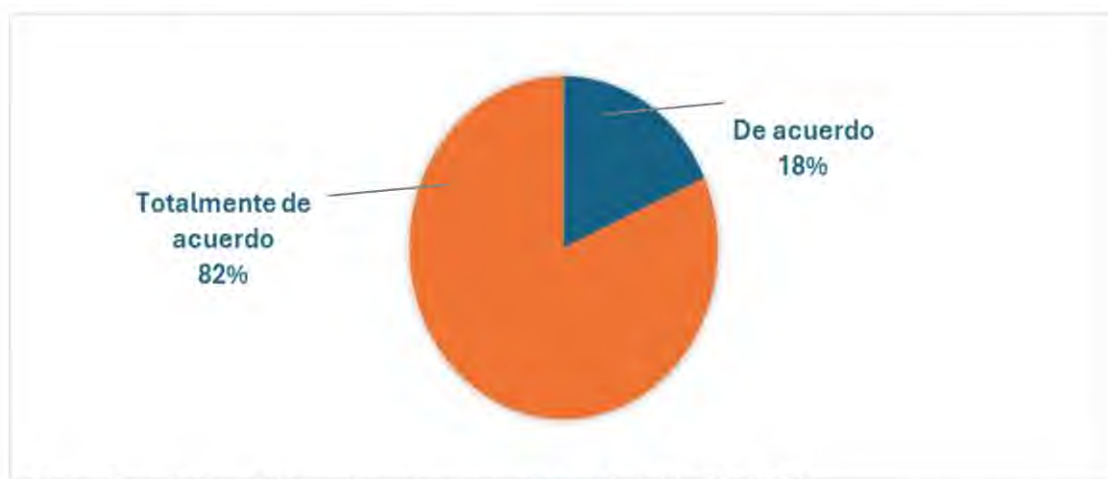
Tabla 22

*Frecuencia de respuestas al ítem 15. ¿Le gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo?*

| Ítem 15                  | Fa | Fr    |
|--------------------------|----|-------|
| Totalmente en desacuerdo | -  | -     |
| En desacuerdo            | -  | -     |
| De acuerdo               | 11 | 18    |
| Totalmente de acuerdo    | 49 | 82    |
| Total                    | 60 | 100.0 |

*Nota. La tabla corresponde al cuestionario aplicado a pacientes del Centro de Salud, San Mateo, 2024*

Gráfico 18. Porcentajes respuestas al ítem 15. ¿Le gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo?



*Nota. Resultados del cuestionario mostrados en la tabla 22, 2024*

El (82%) de los encuestados indicaron que están totalmente de acuerdo y que les gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo y (18%), de acuerdo.

#### **4.2 Discusión y análisis de los resultados**

El presente análisis de resultados del cuestionario aplicado a (60) mujeres en el último trimestre de embarazo y en el posparto en el Centro de Salud San Mateo, provincia de Chiriquí, revela tendencias relevantes respecto a sus preferencias y prácticas musicales, así como su percepción del impacto de la música en la estimulación y bienestar emocional.

En cuanto a la caracterización de la población, el mayor porcentaje de las participantes se encuentran en el rango de edad de 23 a 28 años (33%), seguido por mujeres de 29 a 34 años (25%). Este perfil etario concuerda con estudios que sugieren que este grupo representa un alto porcentaje de madres en edad reproductiva (Muñoz, 2019).

Además, el (53%) de las participantes se encuentran entre las semanas 28-31 de embarazo, coincidiendo con la etapa en que la sensibilidad fetal al sonido comienza a desarrollarse (Pérez, 2022). En cuanto al número de embarazos a término, un (55%) ha tenido 1-2 embarazos, mientras que el (36%) está viviendo su primera experiencia de maternidad, lo que sugiere una población heterogénea en términos de experiencia materna.

Respecto a las preferencias musicales, se destaca que el (47%) de las mujeres optan por la música tradicional o típica, seguida de la música popular (42%). Estos resultados pueden interpretarse desde la perspectiva de la identidad cultural, ya que, la música típica suele estar asociada con tradiciones y valores familiares que proporcionan seguridad emocional (Gómez et al., 2023). Sin embargo, solo el (3%) escucha música clásica regularmente, lo que es

llamativo considerando la literatura que asocia este género con beneficios cognitivos y relajantes (Cardoso, 2019). Este dato indica una desconexión potencial entre las prácticas culturales y las recomendaciones basadas en investigaciones científicas.

Sobre los ritmos y momentos de escucha, la percepción de los ritmos más relajantes para el embarazo muestra que el (47%) de las encuestadas prefiere ritmos suaves y lentos, mientras que el (42%) opta por ritmos moderados. Esto refuerza la teoría de que los ritmos lentos son efectivos para reducir el estrés y promover la relajación, tanto en la madre como en el feto (Hernández, 2022).

Respecto a los momentos de escucha, la preferencia por la mañana (47%) puede estar relacionada con el deseo de iniciar el día en un estado emocional positivo, una práctica respaldada por la psicología del bienestar maternal (Gómez et al., 2023).

Referente a la importancia y usos de la música, el (70%) de los participantes escucha música varias veces al día, y el (48%) la utiliza específicamente para relajarse, lo que evidencia un reconocimiento implícito de su efecto terapéutico. Estos hallazgos coinciden con estudios que destacan la música como una herramienta para la regulación emocional durante el embarazo (Salgado et al., 2022). La música con letras inspiradoras es percibida como la más beneficiosa para el bienestar emocional (47%), indicando la importancia del contenido lírico en la conexión emocional de las madres.

En cuanto a la interacción con el bebé y estimulación posnatal, el (63%) de las mujeres reporta utilizar música para interactuar con el bebé durante el embarazo, lo que subraya el papel de la música como un medio de comunicación prenatal. Según Partanen et al. (2021) esta práctica fortalece el vínculo madre-hijo y estimula el desarrollo auditivo y emocional del feto.

En el posparto, un (37%) considera las canciones infantiles o de cuna como el estilo más adecuado para la estimulación del bebé, seguido de música tradicional/folclórica (33%). Esto refuerza la idea de que las melodías familiares y

los patrones rítmicos simples son efectivos en el desarrollo temprano del niño (Rodríguez-López, 2021).

Sobre la relevancia de la orientación musical, el (82%) de las participantes expresa interés en recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para el embarazo, evidenciando una necesidad educativa. Esto representa una oportunidad para los centros de salud de implementar programas informativos sobre los beneficios de la musicoterapia en el embarazo y el posparto. Como señala Sempere la educación musical en este contexto puede potenciar la salud mental y emocional de las madres.

De tal manera que, los resultados muestran que la música es altamente valorada como un recurso emocional y educativo durante el embarazo, aunque existen brechas entre las prácticas actuales y las recomendaciones basadas en la evidencia. Es necesario fomentar una mayor conciencia sobre los géneros y estilos musicales que pueden maximizar los beneficios, tanto para las madres como para los recién nacidos.

## CONCLUSIONES

Con base a los objetivos planteados se presentan las conclusiones:

La investigación se realizó con una muestra de 60 mujeres en su último trimestre de embarazo y en el posparto atendidas en el Centro de Salud, San Mateo, provincia de Chiriquí, permitiendo obtener información acerca de las preferencias musicales, prácticas relacionadas con la música, y su impacto en la estimulación de la madre y el bebé.

Con referencia a las preferencias musicales durante el embarazo se identificó que las mujeres encuestadas reflejan tanto su contexto cultural como una inclinación hacia estilos que promueven el bienestar emocional. Resalta la conexión de las madres con sus raíces culturales y la influencia de la música en la identidad emocional durante el embarazo. Sin embargo, géneros como la música clásica, reconocidos en la literatura por sus beneficios en la estimulación prenatal, fueron menos populares.

En el período prenatal y posnatal, las mujeres perciben la música como una herramienta importante para la relajación y la interacción con el bebé a través del canto o baile. Las canciones infantiles o de cuna son las más adecuadas para estimular a los recién nacidos, datos coinciden con estudios previos que destacan la capacidad de la música para influir positivamente en el desarrollo emocional y cognitivo del bebé y para reducir el estrés en las madres. Asimismo, se identificó la necesidad de orientación, ya que la mayoría de las mujeres expresaron interés en recibir información sobre el tipo de música más adecuado durante el embarazo y posparto.

En base a las necesidades encontradas dentro de esta investigación y toda la información recopilada permitió desarrollar unas orientaciones adaptada al contexto cultural de Chiriquí y basada en la evidencia científica. Esta guía promueve el uso de música instrumental del período barroco y clásico durante el embarazo, debido a su estructura armónica y efectos relajantes, así como

canciones tradicionales y de cuna en el posparto, por su capacidad para fortalecer la identidad cultural y estimular al bebé.

La guía de recomendaciones elaborada constituye un recurso práctico y culturalmente relevante que puede ser implementado en el Centro de Salud de San Mateo y replicado en otros contextos con características similares.

## RECOMENDACIONES

Estas recomendaciones, fundamentadas en los resultados de la investigación y la evidencia científica, ofrecen un marco para incorporar la música como una herramienta accesible y efectiva en la promoción de la salud materno-infantil, respetando y potenciando la identidad cultural de la población de Chiriquí.

- Integrar programas educativos sobre música en el cuidado prenatal y postnatal.

- Implementar talleres o sesiones informativas en el Centro de Salud de San Mateo, dirigidas a madres gestantes y en el posparto, con el fin de brindar orientación sobre los beneficios de la música para la relajación, la estimulación cognitiva y el fortalecimiento del vínculo madre-hijo. Dichos programas deben incluir:

Información sobre los géneros musicales más adecuados, como música instrumental del período barroco y clásico para la relajación prenatal, y canciones infantiles o de cuna para la estimulación postnatal.

Actividades prácticas como la creación de listas de reproducción personalizadas basadas en las preferencias culturales de la región de Chiriquí.

- Fomentar el uso de música tradicional y folclórica para reforzar la identidad cultural.

Dado que la música tradicional y folclórica es el género más popular entre las participantes, se sugiere aprovechar esta preferencia para diseñar programas de estimulación que incorporen canciones propias de la región. Estas actividades pueden incluir:

Interpretaciones de música tradicional adaptada con ritmos pausados y melodías simples para promover la relajación y la interacción prenatal.

Uso de canciones folclóricas como recurso para fortalecer la conexión cultural y emocional en el período postnatal, especialmente en actividades de grupo madre-bebé.

- Promover la incorporación de la música como rutina diaria, se sugiere animar a las madres a mantener esta práctica. Para maximizar los beneficios:

Recomendar sesiones de escucha musical de 20 a 30 minutos en momentos estratégicos, como la mañana, cuando se busca iniciar el día con energía positiva.

Proporcionar ejemplos de canciones que combinen ritmos suaves y melodías inspiradoras, destacando su impacto en la relajación y la estimulación emocional.

- Facilitar el acceso a repertorios musicales adecuados, se sugiere que el centro de salud desarrolle y comparta recursos accesibles como listas de reproducción digitales o físicas que incluyan géneros y estilos recomendados para cada etapa. Estas listas deben incluir:

Música instrumental del Período Barroco y Clásico: obras de Bach, Vivaldi y Mozart para la relajación prenatal.

Canciones infantiles y tradicionales: temas como Arrurrú mi niño o canciones folclóricas adaptadas para el posparto.

Opciones personalizables: repertorios que incluyan música popular con letras inspiradoras o tradicionales, seleccionadas según las preferencias de cada madre.

El acceso a estos recursos puede facilitarse a través de plataformas digitales, listas en servicios de streaming o mediante USBs para quienes no cuenten con conectividad.

- Establecer espacios para la interacción musical madre-bebé en el centro de salud. Actividades sugeridas incluyen:

Sesiones grupales donde las madres puedan cantar o bailar suavemente al ritmo de la música con sus bebés, promoviendo el vínculo afectivo y el desarrollo sensorial.

Introducir programas de musicoterapia comunitaria adaptados a las características culturales y emocionales de la población de Chiriquí.

- Incluir la música en estrategias de reducción del estrés prenatal ofrecidas por el centro de salud. Estas estrategias pueden incluir:

Programas guiados de relajación musical donde las madres puedan escuchar ritmos suaves y meditativos en sesiones individuales o grupales.

Recomendaciones personalizadas sobre cómo utilizar la música para manejar emociones durante el embarazo, con el apoyo de profesionales de la salud.

- Sensibilizar al personal médico sobre los beneficios de la música, esto asegurará que las madres reciban información respaldada por evidencia científica sobre el impacto positivo de la música en el bienestar prenatal y postnatal.

- Monitorear el impacto de la música en el desarrollo infantil, realizar seguimientos periódicos con las madres que integren la música en sus rutinas. Esto permitirá evaluar el impacto de las recomendaciones en el bienestar emocional y desarrollo cognitivo del bebé, generando datos que pueden enriquecer futuras estrategias y adaptaciones culturales.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias L. (2017). Metodología de la investigación. (6ta. ed.). Caracas. Venezuela: Episteme.
- Cardoso Almoguera, A. (2019). Efectos de la musicoterapia durante el embarazo. Tesis. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.  
<https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/55872/2/Efectos%20musicoterapia.pdf>.
- García-González, J., Ventura-Miranda, M. I., Requena-Mullor, M., Alarcon-Rodriguez, R., & Suarez-Varela, M. M. (2018). State-trait anxiety levels during pregnancy and foetal parameters following intervention: A randomised controlled trial of the effects of music therapy. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18(1), 116.
- Gómez, A., & Sánchez, L. (2023). Efectos de la música en la calidad del sueño durante el embarazo: Un estudio en la Ciudad de Panamá. *Revista Panameña de Salud Pública*, 39(2), 45-60.
- Hernández, A. C. (2021). Efectos de la Música en el Desarrollo Fetal: Una Revisión Sistemática. *Revista de Psicología y Neurociencia*, 32(1), 55-70.  
<https://doi.org/10.1016/j.rpsyn.2021.01.006>.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). Metodología de la investigación (7ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández Troya Dª Ángela (2022). Efecto de la música sobre la mujer gestante frente a la ansiedad y el estrés: una intervención Enfermera. Universidad La Laguna. Sede Tenerife.  
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/26988/Efecto%20de%20la%20musica%20sobre%20la%20mujer%20gestante%20frente%20a%20la%20ansiedad%20y%20el%20estres%20una%20intervencion%20enfermera.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

- Jiménez, M., & Fernández, R. (2019). Musicoterapia y depresión prenatal en mujeres costarricenses. *Revista Centroamericana de Psicología*, 7(1), 33-47.
- Martínez, C., & Pérez, D. (2022). Reducción del estrés prenatal mediante la música clásica: Un estudio piloto en Panamá. *Journal of Maternal-Fetal Medicine*, 11(4), 252-260.
- Miller, K. R. (2019). La música como herramienta terapéutica en el embarazo: Efectos en la regulación emocional y el desarrollo infantil. *Music Therapy Perspectives*, 37(2), 120-130.  
<https://doi.org/10.1093/mtp/miz010>.
- Muñoz, S. (2019). El desarrollo de la musicoterapia en Panamá. Tesis. Universidad El Salvador.  
<https://racimo.usal.edu.ar/7605/1/5000262762-El%20desarrollo%20de%20la%20musicoterapia%20en%20Panam%C3%A1.pdf>.
- Partanen, E., Kujala, T., Tervaniemi, M., & Huotilainen, M. (2021). Prenatal music exposure induces long-term neural effects. *Plos One*, 8(10), e78946.
- Pérez, L. M. (2022). La influencia de la música en la salud emocional de las mujeres embarazadas en Panamá. *Revista de Psicología del Desarrollo*, 12(3), 89-104.  
<https://doi.org/10.1080/01234567.2022.2089057>.
- Prieto Bocanegra, B. M., Gil Sosa, J. C., & Madrid Simbaqueba, D. C. (2020). Terapias complementarias durante la gestación y parto. Revisión integrativa. *Revista Cuidarte*, 11(2).  
<https://doi.org/10.15649/cuidarte.1056>.
- Rodríguez, L., & López, G. (2021). Influencia de la música en el desarrollo emocional prenatal: Estudio en Guatemala. *Revista de Investigación en Psicología*, 13(2), 111-126.  
<https://catalogosiidca.csuca.org/Record/UDELAS.4040171/TOC#tabnav>.

- Salgado Vasco, A. F., & Rodríguez Barreto, A. M. (2022). Experiencia de musicoterapia comunitaria en mujeres con un embarazo en conflicto en tiempos de Covid. *ECO- Revista Científica de Musicoterapia y Disciplinas Afines*, 7, 022.  
<https://doi.org/10.24215/27186199e022>.
- Sempere Barceló, M. (2018). La musicoterapia durante el proceso de maternidad y paternidad. Universidad Rovira i Virgili.  
<https://repositori.urv.cat/fourrepo/rest/audit/digitalobjects/DS?objectId=TFG%3A1721&datastreamId=Mem%C3%B2ria&label=TFG%3A1721&mime=application/pdf&lang=ca>.
- Shenfield, T., Trehub, S. E., & Nakata, T. (2021). Maternal singing modulates infant arousal. *Psychology of Music*, 31(3), 365-375.
- Thompson, W. F., & Schlaug, G. (2017). The Healing Power of Music. *Scientific American Mind*, 26(5), 32-41.
- Vázquez, L., García, M., & Hernández, P. (2020). Impacto de la musicoterapia en el vínculo prenatal en mujeres mexicanas. *Revista Mexicana de Psicología*, 37(1), 47-60.

Anexo 1]  
[Consentimiento Informado]  
UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE BELLAS ARTES

*Liliana Lineth Lezcano Fuentes*

*Consentimiento Informado*

La investigación tiene como objetivo analizar la importancia de la música para la madre y su bebé durante el período de gestación y el efecto en el recién nacido atendido en el Centro de Salud San Mateo, provincia de Chiriquí, para el período 2024. La misma se requiere para cumplir el requisito para optar al grado académico de Licenciado en Bellas Artes con Especialización en Música. En este sentido, debido a la importancia que tiene la información que usted puede proporcionar para fines del trabajo, se le agradece responder las preguntas con toda sinceridad. Es de hacer notar que los datos suministrados por usted serán de carácter confidencial y se emplearán sólo para fines del estudio, por lo que tampoco generará ningún costo. De antemano se agradece su contribución y participación.

Yo \_\_\_\_\_ (Nombre y Apellido), he leído la hoja de información que se me ha entregado; he podido hacer preguntas sobre el estudio; he recibido suficiente información sobre el estudio; he hablado con Liliana Lineth Lezcano Fuentes (Investigadora); comprendo que mi participación es voluntaria; que puedo retirarme del estudio cuando quiera, sin dar explicaciones, sin que esto repercuta en mi ámbito laboral y profesional. Por lo cual presto mi libertad y conformidad para participar en el estudio.

Nombre, teléfono y dirección electrónica del investigador: \_\_\_\_\_

Nombres, apellidos y firma del/participante y del investigador que recoge el consentimiento, fecha: \_\_\_\_\_

[Anexo 2]

[Formato de cuestionario dirigido a mujeres embarazadas. Centro de  
Salud San Mateo]

Propósito del Instrumento:

Identificar las preferencias musicales de las madres gestantes atendidas en el Centro de Salud San Mateo, incluyendo los géneros, ritmos y frecuencias de escucha.

Determinar las prácticas y estilos de música que son adecuados para la estimulación de la madre durante el embarazo y para el recién nacido.

Instrucciones

Se presentan una serie de afirmaciones, lea con atención y marque la opción que refleje su nivel de acuerdo o desacuerdo con respecto a cada enunciado. Las opciones de respuesta: (1) Totalmente en desacuerdo; (2) En desacuerdo; (3) De acuerdo; (4) Totalmente de acuerdo. No hay respuestas correctas o incorrectas; se agradece su sinceridad al responder.

I. Aspectos generales:

Edad: \_\_\_\_; Tiempo de Embarazo (semanas): \_\_\_\_; N° de embarazos a término: \_\_\_\_

| Sección 1: Preferencias musicales de las madres gestantes |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                         | <p>¿Con qué frecuencia escuchas música actualmente?</p> <p><input type="checkbox"/> Varias veces al día</p> <p><input type="checkbox"/> Una vez al día</p> <p><input type="checkbox"/> Varias veces a la semana</p> <p><input type="checkbox"/> Raramente</p> |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2 | <p>¿Qué género musical prefiere escuchar con mayor frecuencia?</p> <p><input type="checkbox"/> Música clásica</p> <p><input type="checkbox"/> Música popular (pop, rock, baladas, entre otra)</p> <p><input type="checkbox"/> Música tradicional/folclórica</p> <p><input type="checkbox"/> Otro (reguetón, electrónica, entre otro)</p> |
| 3 | <p>¿Qué ritmo musical encuentra más relajante durante el embarazo?</p> <p><input type="checkbox"/> Ritmos suaves y lentos</p> <p><input type="checkbox"/> Ritmos moderados</p> <p><input type="checkbox"/> Ritmos rápidos y energéticos</p> <p><input type="checkbox"/> No tengo preferencia</p>                                         |
| 4 | <p>¿En qué momento del día prefieres escuchar música?</p> <p><input type="checkbox"/> Mañana</p> <p><input type="checkbox"/> Tarde</p> <p><input type="checkbox"/> Noche</p> <p><input type="checkbox"/> Cualquier momento del día</p>                                                                                                   |
| 5 | <p>¿Escucha música con auriculares o altavoces?</p> <p><input type="checkbox"/> Siempre con auriculares</p> <p><input type="checkbox"/> Siempre con altavoces</p> <p><input type="checkbox"/> Alterno entre auriculares y altavoces</p> <p><input type="checkbox"/> Depende del contexto</p>                                             |
| 6 | <p>¿Qué tan importante considerar la música en su rutina diaria durante el embarazo?</p> <p><input type="checkbox"/> Muy importante</p> <p><input type="checkbox"/> Algo importante</p> <p><input type="checkbox"/> Poco importante</p>                                                                                                  |

|                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        | <input type="checkbox"/> Nada importante                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Sección 2: Prácticas y estilos de música para la estimulación prenatal |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 7                                                                      | ¿Ha utilizado música específicamente para relajarse durante el embarazo?<br><input type="checkbox"/> Siempre<br><input type="checkbox"/> A menudo<br><input type="checkbox"/> Raramente<br><input type="checkbox"/> Nunca                                                                                              |
| 8                                                                      | ¿Qué tipo de música cree que ayuda a su bienestar emocional durante el embarazo?<br><input type="checkbox"/> Música instrumental o clásica<br><input type="checkbox"/> Música con letras inspiradoras<br><input type="checkbox"/> Música alegre y enérgica<br><input type="checkbox"/> No estoy segura                 |
| 9                                                                      | ¿Ha utilizado música para interactuar con su bebé durante el embarazo?<br><input type="checkbox"/> Siempre<br><input type="checkbox"/> A veces<br><input type="checkbox"/> Raramente<br><input type="checkbox"/> Nunca                                                                                                 |
| 10                                                                     | ¿Qué estilo musical considera más adecuado para estimular a su bebé por nacer?<br><input type="checkbox"/> Música clásica<br><input type="checkbox"/> Canciones infantiles o de cuna<br><input type="checkbox"/> Música tradicional/folclórica<br><input type="checkbox"/> Música moderna (pop, reguetón, entre otros) |
| 11                                                                     | ¿Cómo suele interactuar con la música durante el embarazo?<br><input type="checkbox"/> Cantando<br><input type="checkbox"/> Moviéndome al ritmo (bailando, caminando)<br><input type="checkbox"/> Solo escuchando<br><input type="checkbox"/> No interactúo con la música                                              |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12 | <p>Considera la música como una técnica para relajarse y reducir el estrés durante el embarazo.</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> En desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> De acuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo</p>                                              |
| 13 | <p>¿Qué importancia le da a la música para estimular al bebé después del nacimiento?</p> <p><input type="checkbox"/> Muy importante</p> <p><input type="checkbox"/> Algo importante</p> <p><input type="checkbox"/> Poco importante</p> <p><input type="checkbox"/> Nada importante</p>                                                                  |
| 14 | <p>¿Cree que la exposición del bebé a diferentes tipos de música en el vientre y después de su nacimiento es beneficiosa para su desarrollo?</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> En desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> De acuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo</p> |
| 15 | <p>¿Le gustaría recibir orientación sobre el tipo de música más adecuado para escuchar durante el embarazo?</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente en desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> En desacuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> De acuerdo</p> <p><input type="checkbox"/> Totalmente de acuerdo</p>                                  |

[Anexo 3]  
[Validación del experto en Metodología]

| Nº DE PREGUNTA O ÍTEM | CRITERIOS PARA EVALUAR      |    |                                                                          |    |                                     |    |                                                                   |    |                              |    | OBSERVACIÓN                                            |
|-----------------------|-----------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------|----|------------------------------|----|--------------------------------------------------------|
|                       | El ítem está bien redactado |    | El ítem contribuye a recoger información relevante para la investigación |    | El ítem se comprende con facilidad. |    | El ítem presenta un lenguaje adecuado con el nivel del informante |    | El ítem mide lo que pretende |    | Si debe eliminar o modificar un ítem por favor indique |
|                       | Sí                          | No | Sí                                                                       | No | Sí                                  | No | Sí                                                                | No | Sí                           | No |                                                        |
| 1                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 2                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 3                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 4                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 5                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 6                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 7                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 8                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 9                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 10                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 11                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 12                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 13                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 14                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 15                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |

## [Constancia del experto en Metodología]

### VALIDACIÓN. EXPERTO METODOLOGÍA

Quien suscribe, Yadira Vargas, Doctora en Ciencias de la Educación, a través de la presente, manifiesto que he validado el modelo de cuestionario diseñado por Liliana Lineth Lezcano Fuentes, titular de la cédula de identidad N°4-745-1359, estudiante de la universidad, cuyo trabajo de grado tiene por título: "IMPORTANCIA DE LA MÚSICA PARA LA MADRE Y SU BEBÉ DURANTE EL PERÍODO DE GESTACIÓN Y SU EFECTO EN EL RECIEN NACIDO, CHIRIQUÍ, 2024", considero que el cuestionario presentado se encuentra adecuado para ser aplicado a la muestra objeto de estudio.

En Panamá, a los 27 días del octubre del 2024.



Firma

[Validación del experto en Contenido]

| Nº DE PREGUNTA O ÍTEM | CRITERIOS PARA EVALUAR      |    |                                                                          |    |                                     |    |                                                                   |    |                              |    | OBSERVACIÓN                                            |
|-----------------------|-----------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------|----|------------------------------|----|--------------------------------------------------------|
|                       | El ítem está bien redactado |    | El ítem contribuye a recoger información relevante para la investigación |    | El ítem se comprende con facilidad. |    | El ítem presenta un lenguaje adecuado con el nivel del informante |    | El ítem mide lo que pretende |    | Si debe eliminar o modificar un ítem por favor indique |
|                       | Sí                          | No | Sí                                                                       | No | Sí                                  | No | Sí                                                                | No | Sí                           | No |                                                        |
| 1                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 2                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 3                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 4                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 5                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 6                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 7                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 8                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 9                     | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 10                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 11                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 12                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 13                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 14                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |
| 15                    | X                           |    | X                                                                        |    | X                                   |    | X                                                                 |    | X                            | X  |                                                        |

## [Constancia del experto en Contenido]

### VALIDACIÓN EXPERTO EN CONTENIDO

Quiero agradecer, Vianey de Romero, Magister en Música a través de la presente, manifestando que he validado el modelo de cuestionario diseñado por Liliana Lineth Leticia Fuentes, titular de la cédula de identidad N°4.745.1359, estudiante de la universidad, cuyo trabajo de grado tiene por título "IMPORTANCIA DE LA MÚSICA PARA LA MADRE Y SU BEBÉ DURANTE EL PERÍODO DE GESTACIÓN Y SU EFECTO EN EL RECÉN NACIDO, CHIRIQUÍ, 2024", considero que el cuestionario presentado se encuentra adecuado para ser aplicado a la muestra objeto de estudio.

En Panamá, a los 27 días del octubre del 2024.



Firma

## **Guía de recomendaciones de música para uso durante el embarazo y el período postnatal**

### **Introducción**

La música es una herramienta que impacta positivamente en la salud emocional y el desarrollo cognitivo, tanto de la madre como del bebé durante el embarazo y después del nacimiento (Prieto et al., 2020). Esta guía, basada en los resultados del diagnóstico realizado en el Centro de Salud de San Mateo, busca integrar prácticas musicales acordes con las preferencias culturales y los beneficios evidenciados en la literatura científica.

En el diagnóstico realizado, las mujeres encuestadas mostraron un interés en la música tradicional y popular, así como en la importancia de ritmos suaves y lentos para la relajación.

Por otra parte, la estimulación prenatal y postnatal a través de la música ha demostrado ser beneficiosa para el desarrollo sensorial, emocional y cognitivo del bebé, mientras que también reduce el estrés y fomenta el bienestar en las madres. Estudios han demostrado que la exposición a ciertos estilos musicales puede fortalecer el vínculo afectivo madre-bebé, regular las emociones maternas y preparar al recién nacido para un entorno musicalmente rico y estimulante (Salgado et al., 2022).

De modo que, esta guía propone recomendaciones específicas de estilos y géneros musicales adecuados para cada etapa. Desde música instrumental barroca, reconocida por sus efectos relajantes y estructurados, hasta canciones tradicionales de cuna, la selección está orientada a armonizar los beneficios científicos con las preferencias culturales de las mujeres atendidas en el Centro de Salud de San Mateo en la provincia de Chiriquí.

## **Objetivos de la guía**

- Promover el uso de la música como herramienta de estimulación prenatal y postnatal para favorecer el desarrollo cognitivo y emocional del bebé, así como el bienestar de las madres.
- Proporcionar recomendaciones musicales adaptadas a las preferencias culturales y diagnósticas de las madres de la región de Chiriquí, respetando sus tradiciones y preferencias personales.

## **Diseño de la guía**

### **Estimulación prenatal**

La estimulación prenatal a través de la música tiene como objetivo influir positivamente en el desarrollo sensorial y emocional del bebé en el vientre, además de ofrecer relajación y bienestar a la madre (Gómez-Sánchez, 2023). A partir de esta afirmación y según estudios previamente realizados por investigadores de la música, se sugieren los siguientes compositores, su música ha demostrado un impacto positivo en el periodo de gestación y primeros años de vida de un bebé.

Estilos musicales apropiados:

- Música instrumental Barroca (Siglo XVII-XVIII): obras de compositores como Johann Sebastian Bach (Preludio en Do mayor del Clave Bien Temperado) y Antonio Vivaldi (Las Cuatro Estaciones).

Este estilo es ideal por sus estructuras armónicas regulares que inducen calma y equilibrio emocional en la madre.

- Música clásica (Siglo XVIII): Ludwig van Beethoven y Wolfgang Amadeus Mozart (la Pequeña Serenata Nocturna de Mozart).

Estimulan patrones neurológicos en el feto debido a su complejidad rítmica.

- Música tradicional y folclórica: Canciones propias de la región de Chiriquí o nacionales, con ritmos suaves, interpretadas con instrumentos como la guitarra o el violín. Cantos tradicionales o canciones de cuna que generan conexión emocional y reflejan la identidad cultural de las madres.

Recomendaciones de escucha:

- Frecuencia: varias veces al día en sesiones de 20-30 minutos.
- Momento del día: preferiblemente en la mañana, cuando la madre esté en un estado de energía óptimo para simular la experiencia relajante.

### **Estimulación postnatal**

La música postnatal busca fortalecer el vínculo entre madre y bebé, fomentar el desarrollo auditivo y cognitivo del recién nacido, y ofrecer un entorno emocional seguro y estimulante (Cardoso, 2019).

Estilos musicales apropiados:

- Canciones de cuna (tradicionales y modernas): repertorios como Arrurú mi niño o melodías sencillas que incluyen letras repetitivas y ritmos pausados. Estas canciones promueven la relajación del bebé y refuerzan la conexión afectiva.

- Música clásica romántica (Siglo XIX): Piezas de Frederic Chopin (nocturnos) y Johannes Brahms (canción de cuna).

Estos estilos son ideales para inducir el sueño y relajar al bebé.

- Música alegre y melódica (popular): canciones infantiles con ritmos moderados que estimulan la motricidad y el juego.

Canciones participativas como los pollitos dicen o Estrellita ¿dónde estás?

### **Recomendaciones de interacción**

- Cantando: las madres pueden interpretar canciones directamente al bebé para estimular la conexión emocional y el reconocimiento de la voz materna.

- Movimientos suaves: balancear al bebé o realizar movimientos rítmicos al compás de la música para promover la sincronización motriz y la relajación.

### **Consideraciones culturales**

Dado el fuerte apego cultural de la población de Chiriquí a la música folclórica, se sugiere incorporar repertorios locales que fortalezcan la identidad cultural y la conexión emocional de las madres. Utilizar temas folclóricos interpretados con marimbas o guitarras, adaptados a un ritmo más pausado para relajación prenatal.