



**UNIVERSIDAD
DEL AZUAY**

FACULTAD DE MEDICINA

Título:

**“Relación entre la música y el nivel de estrés en estudiantes de la
Facultad de Medicina de la Universidad del Azuay. Septiembre
2024 - Mayo 2025. Cuenca”**

Trabajo de titulación previo a la obtención de título de Médico General

Autores:

Mateo Ismael Serpa Bojorque

María Fernanda Silva Tapia

Director:

Dra. Katherine Estévez Abad

Cuenca - Azuay

2024 - 2025

RESUMEN

Introducción: El estrés es una respuesta física o emocional ante situaciones o pensamientos que generan tensión. Durante los primeros años de medicina, existe una carga académica considerable que puede afectar al bienestar emocional y el rendimiento. La musicoterapia surge como una intervención prometedora para manejar el estrés, mejorando la motivación, el ánimo y el aprendizaje. Este estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la música y el nivel de estrés en estudiantes de los primeros ciclos de medicina de la UDA.

Metodología: Se realizó un estudio transversal observacional de relación, encuestando a 267 estudiantes mediante un formulario de Google Forms, que incluyó preguntas personalizadas y la Escala de Estrés Percibido (PSS). Para el análisis de datos se utilizó Excel 2018 y la prueba χ^2 .

Resultados: El 77,2% de los estudiantes experimenta niveles de estrés moderado, siendo más significativo en ciclos iniciales y en mujeres. Si bien la mayoría de participantes usa la música como método de afrontamiento, no se evidenció una relación estadísticamente significativa entre su uso y la disminución del estrés ($p=0,849$). Sin embargo, su impacto en la percepción personal es relevante, al favorecer la autorregulación emocional en contextos de alta exigencia académica.

Conclusiones: Es fundamental implementar estrategias accesibles e individualizadas en el entorno universitario que promuevan el bienestar emocional y psicológico. La musicoterapia, aunque no mostró un impacto cuantitativo significativo, tiene un valor cualitativo indispensable que debe incluirse en programas de salud mental y apoyo durante la formación de futuros profesionales de la salud.

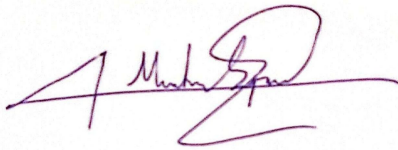
Palabras clave: Estrés psicológico, nivel de estrés, estudiantes de medicina, música, musicoterapia, regulación emocional.

Director de tesis:



Katherine Leonor Estévez Abad

Autores:



Mateo Ismael Serpa Bojorque



Maria Fernanda Silva Tapia

ABSTRACT

Introduction: Stress is a physical or emotional response to situations or thoughts that generate tension. During the first years of medicine, there is a considerable academic load that can affect emotional well-being and performance. Music therapy emerges as a promising intervention to manage stress, improving motivation, mood, and learning. This study aimed to determine the relationship between music and stress level in undergraduate medical students at UDA.

Methodology: An observational cross-sectional relationship study was conducted, surveying 267 students using a Google Forms form, which included personalized questions and the Perceived Stress Scale (PSS). Excel 2018 and the χ^2 test were used for data analysis.

Results: 77.2% of students experience moderate levels of stress, being more significant in early cycles and in females. Although most participants use music as a coping method, no statistically significant relationship was evidenced between its use and stress reduction ($p=0.849$). However, its impact on personal perception is relevant, by favoring emotional self-regulation in contexts of high academic demand.

Conclusions: It is essential to implement accessible and individualized strategies in the university setting that promote emotional and psychological well-being. Music therapy, although it did not show a significant quantitative impact, has an indispensable qualitative value that should be included in mental health and support programs during the training of future health professionals.

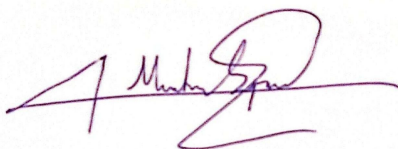
Keywords: Stress, Psychological; Students, Medical; Music; Music therapy; Emotional Regulation.

Thesis director:

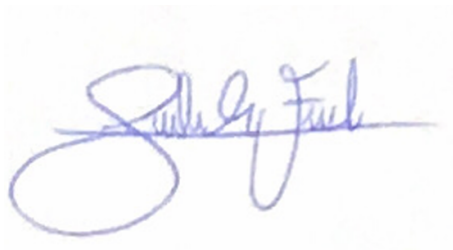


Katherine Leonor Estévez Abad

Authors:



Mateo Ismael Serpa Bojorque



Maria Fernanda Silva Tapia