

# **Estudiantes de la IUPI investigan la música como forma de manejar el estrés** [1]

Enviado el 24 octubre 2012 - 11:57pm

*Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.*

## **Calificación:**



No

## **Contribución de CienciaPR:**

UPR - comunicado de prensa

## **Fuente Original:**

Nicole Colón; [omdc.uprrp@upr.edu](mailto:omdc.uprrp@upr.edu).

## **Por:**



La música puede llegar a ser una herramienta útil para el manejo de los niveles de estrés en los estudiantes, ayudándolos a lograr una mayor concentración, fue el resultado de una investigación que realizaron estudiantes del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, anunció hoy la Dra. Carmen S. Maldonado-Vlaar, Directora del Proyecto de Iniciativas de Investigación y Actividad Creativa Subgraduadas, Título V Subgraduado (iINAS).

La Directora explicó que el proyecto de investigación titulado *La música y su relación con el estrés y la ejecución académica* tenía como objetivo entender cómo el estrés puede influir en el rendimiento académico y si la música en realidad ayuda a recuperar o mejorar la capacidad para concentrarse. Al investigar, los estudiantes concluyeron que el estrés, siendo la sobrecarga académica el factor principal que más lo genera, afecta el rendimiento académico de los

estudiantes, ya que interfiere con los procesos psicológicos y emocionales de los mismos, en especial el cognitivo.

“El tema de la investigación lo trajo a consideración una de las integrantes del equipo, pues siempre le ha interesado la música y, de hecho, la practica. Al resto nos pareció un tema interesante pues el escuchar música mientras se estudia es algo que se está viendo mucho en los estudiantes. Entras a una biblioteca y ves a muchos con audífonos puestos, entonces nos preguntamos hasta qué punto la música realmente puede ayudarnos en el proceso de estudio,” sostuvo Nicole Colón Maldonado, miembro del grupo de estudiantes investigadores.

La investigación fue de tipo cualitativo, llevando a cabo entrevistas con preguntas abiertas a cinco estudiantes subgraduados y cuatro profesores, dos del Departamento de Psicología y dos del Departamento de Música del Recinto. Los resultados fueron analizados para luego comparar los hallazgos entre estudiantes y profesores.

El grupo de estudiantes investigadores estuvo compuesto por tres estudiantes de psicología, Nicole Colón Maldonado, Emanuel Cruz Lugo, Liremis Otero Díaz; una estudiante de antropología y sociología, Norma G. Laureano Miranda y un estudiante de ciencias políticas, José Ángel Rivera Rivera. Los profesores-asesores fueron el Dr. David Pérez y la Dra. Emily Sáez, *ambos del Instituto de Investigación Psicológica del Recinto*.

Los estudiantes forman parte del Programa de Experiencias de Investigación y Creación de Verano del Proyecto de Iniciativas de Investigación y Actividad Creativa Subgraduadas, Título V Subgraduado (iINAS) del Decanato de Estudios Graduados e Investigación del Recinto de Río Piedras de la UPR. Esta investigación fue una de las 13 propuestas escogidas con un total de 64 estudiantes participando del Programa. El mismo ofreció la oportunidad de que estudiantes de nivel de bachillerato se expusieran directamente a la práctica de investigación o actividad creativa. Los estudiantes, de diferentes disciplinas, formaron grupos de 5 personas y presentaron su propuesta de investigación. Una vez elegida su propuesta, los grupos, asesorados por investigadores-profesores del Recinto, trabajaron juntos durante seis (6) semanas en su investigación, detalló la Directora.

###

La Dra. Carmen S. Maldonado-Vlaar, la Dra. Emily Sáez, el Dr. David Pérez y la estudiante Nicole M. Colón están disponibles para entrevistas. Pueden comunicarse al [787-763-3799](tel:787-763-3799) [2] o escribir a: [omdc.uprrp@upr.edu](mailto:omdc.uprrp@upr.edu) [3].

## Tags:

- [musica](#) [4]
- [estres](#) [5]
- [UPR - Rio Piedras](#) [6]
- [psicología](#) [7]

## Categorías de Contenido:

- [Graduates](#) [8]
- [Subgraduados](#) [9]
- [Ciencias Sociales](#) [10]
- [Ciencias biológicas y de la salud](#) [11]

## Links

- [1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/estudiantes-de-la-iupi-investigan-la-musica-como-forma-de-manejar-el-estres?language=en> [2] tel:787-763-3799 [3] mailto:omdc.uprrp@upr.edu [4] <https://www.cienciapr.org/es/tags/musica?language=en> [5]
- <https://www.cienciapr.org/es/tags/estres?language=en> [6] <https://www.cienciapr.org/es/tags/upr-rio-piedras?language=en> [7] <https://www.cienciapr.org/es/tags/psicologia?language=en> [8]
- <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/graduates-0?language=en> [9]
- <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/undergraduates-0?language=en> [10]
- <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/social-sciences-0?language=en> [11]
- <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/biological-and-health-sciences-0?language=en>