

# Salud mental en los futuros docentes de educación primaria: la música como aliada perfecta

## Mental Health in Future Primary School Teachers: Music as a Perfect Ally

**Ana Mercedes Vernia Carrasco**

Universidad Jaume I

vernia@uji.es

<http://orcid.org/0000-0003-2729-9287>

Recibido: 08/09/2025

Revisado: 10/01/2026

Aceptado: 10/01/2026

Publicado: 01/07/2026

Sugerencias para citar este artículo:

Vernia Carrasca, Ana M. (2026). «Salud mental en los futuros docentes de educación primaria: la música como aliada perfecta», *Tercio Creciente*, 30, (pp. 193-208), <https://dx.doi.org/10.17561/rte.30.9895>

### Resumen

Tras la actual preocupación sobre la salud mental de estudiantes y el acoso escolar o bullying, se decide iniciar esta investigación con un grupo de estudiantes de magisterio. Se parte de la pregunta de investigación: ¿puede la música ser una herramienta adecuada para combatir y mejorar la salud mental generada por ambientes tóxicos en entornos educativos? Se ha utilizado una metodología cualitativa con la herramienta del cuestionario on-line para la recogida de datos. Y una muestra de 36 estudiantes de grado de maestro/a. La percepción que tienen los estudiantes, futuros maestros/as de educación primaria, respecto a la educación musical sorprende que solo el 47% le da mucha importancia. Cuando se les pregunta por la relación entre los beneficios de la música y la salud mental, los estudiantes opinan en más de un 70% que la música es muy beneficiosa. Mientras que la relación entre los beneficios de la música y el acoso escolar la percepción de que la música es muy importante se sitúa en el 60%. Como conclusión, en primer lugar, se ha respondido a la pregunta de investigación, aunque se reconoce que se esperaban valores más altos. La educación musical, aunque no es una materia muy valorada por los futuros maestros/as de educación primaria, la consideran un buen recurso para la mejora de la

salud mental de los estudiantes. Los géneros musicales que suelen escuchar los futuros maestros/as se mueven entre el pop, el reggaetón, por lo que no es de extrañar, que la música esté sufriendo un deterioro como arte y como cultura, su tanto docentes como discentes tiene unas preferencias y conocimientos musicales limitados.

**Palabras clave:** educación musical, salud mental, formación, educación primaria.

### **Abstract**

Following the current concern about students' mental health and bullying, it was decided to start this research with a group of student teachers. The research question is: can music be an appropriate tool to combat and improve mental health generated by toxic environments in educational settings? A qualitative methodology was used with the online questionnaire tool for data collection. And a sample of 36 students of the teaching degree. The perception that students, future primary school teachers, have regarding music education is surprising in that only 47% give it much importance. When asked about the relationship between the benefits of music and mental health, more than 70% of students think that music is very beneficial. While the relationship between the benefits of music and bullying, the perception that music is very important is 60%. In conclusion, first of all, the research question has been answered, although it is acknowledged that higher values were expected. Music education, although not a highly valued subject by future primary school teachers, is considered a good resource for improving students' mental health. The musical genres that future teachers usually listen to range from pop to reggaeton, so it is not surprising that music is suffering a deterioration as an art and as a culture, and both teachers and students have limited musical preferences and knowledge.

**Keywords:** Music Education, Mental Health, Training, Primary Education.

## **1. Introducción**

Tras la actual preocupación sobre la salud mental de estudiantes y el acoso escolar o bullying, se decide iniciar esta investigación con un grupo de estudiantes de magisterio. Se parte de la pregunta de investigación: ¿puede la música ser una herramienta adecuada para combatir y mejorar la salud mental generada por ambientes tóxicos en entornos educativos? No obstante, se considera indagar en los gustos musicales de docentes y discentes, así como en la percepción sobre la importancia de la implicación familiar.

Las cifras que facilita la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) actualizadas, son preocupantes: uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún tipo de trastorno mental. Estas afecciones representan el 15% de la carga mundial de morbilidad entre los adolescentes. La depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de enfermedad y discapacidad en los adolescentes. El suicidio es la tercera causa de defunción en las personas de 15 a 29 años.

Cuando un trastorno de salud mental de un adolescente no se trata, sus consecuencias se extienden a la edad adulta, perjudican su salud física y mental y limitan sus posibilidades de llevar una vida plena en el futuro.

Los datos anteriores muestran que los futuros docentes se encuentran en esta franja de edad. En este sentido, se toma la música como una herramienta para la mejora de la salud mental y la reducción del estrés en los jóvenes. Estudios como el de Witte, Spruit, van Hooren, Moonen y Stams (2019), demuestran que las intervenciones musicales pueden reducir el estrés, por el efecto positivo que produce escuchar música. Estas intervenciones mejorarían también la salud mental, no obstante, se desconoce el tipo de música que se utiliza para estas intervenciones.

También Vernia-Carrasco y Miralles (2024). considera que la música mejora la calidad de vida de los futuros maestros/as. En su trabajo, realiza un cuestionario ad hoc, cuyos datos revelan la necesidad de consumir música durante la pandemia para reducir el estrés y mejorar la calidad de vida, en estudiantes de grado de primaria. No obstante, y aunque era lo esperado, no se encontró una relación con el tipo de música que se escuchaba. Sin embargo, el estudio de caso de Vernia-Carrasco y Miralles (2024), desvelan la relación de algunos estilos musicales con percepciones emocionales positivas o negativas. En este trabajo fueron los participantes quienes propusieron sus percepciones emocionales a diferentes cortes musicales (del pop y rock, pasando por el heavy, la música popular, etc.). Cabe destacar la calma que percibieron en cortes musicales de Vivaldi, frente a la alegría de algunos cortes de reguetón.

En esta línea, se puede establecer una relación entre el consumo de música de docentes y discentes y cómo puede afectar a la salud mental. O, por el contrario, si la elección de estilos o géneros musicales es consecuencia de una buena o mala salud mental. Por tanto, se definirá el concepto de salud mental. Respecto a los estilos o géneros de música seleccionados, solo puede establecerse una relación respecto al aumento de consumo de ciertos géneros con el aumento de la mala salud mental. No obstante, no es un dato significativo ya que sería necesario analizar diferentes variables que este estudio preliminar no ha tenido en cuenta.

Los objetivos se agruparon en dos bloques. Por una parte, para conocer la percepción de la música en la relación con diferentes factores, y, por otra parte, la percepción respecto a las escuchas y/o preferencias musicales.

Otro factor relevante en los entornos educativos es la implicación de la familia. Hester 1989) ya señalaba que la participación en tareas o actividades, además de las tutorías o las asociaciones, era una buena forma de mantener la comunicación con la escuela. También Corno y Xu (2004) consideraban que los niños podrían tener más éxito en sus tareas si padres y docentes trabajaban conjuntamente.

Los objetivos de este trabajo son:

- Conocer la percepción sobre: la importancia de la asignatura de música, la implicación de la familia en las aulas, la importancia de la música popular/folclore en las aulas, los conocimientos musicales que se adquieren en la formación del maestro/a de primaria, la importancia de la canción en primaria, la relación música y salud mental, la percepción sobre: acoso escolar y música

- Qué escucha: el alumnado, el docente de educación primaria, preferencia de estilo/género de los participantes.

Para conocer esta percepción se ha elaborado un cuestionario ad-hoc dirigido alumnado en formación del grado de educación primaria que ya ha realizado las prácticas en los centros escolares correspondiente. La experiencia de este alumnado en las aulas, el contacto con las familias, con los tutores y con el alumnado aporta una percepción real de los objetivos planteados.

## **2. La importancia de la asignatura de música**

La información que facilita el Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes (s.f.) del Gobierno de España, respecto al currículum de educación secundaria, sitúa a la música como una disciplina relevante:

(...). La música, como género artístico, no solo constituye una forma de expresión personal fruto de percepciones individuales, sino también un lenguaje a través del que reproducir las realidades culturales. Por ello, resulta fundamental comprender y valorar el papel que juega la música como una de las artes que conforman el patrimonio cultural, así como entender y apreciar su vinculación con las distintas ideas y tradiciones. (...). La música contribuye activamente al desarrollo cognitivo, emocional y psicomotor del alumnado. (...), favorece la mejora de la atención, la percepción, la memoria, la abstracción, la lateralidad, la respiración y la posición corporal, así como el desarrollo psicomotriz fino. A ello han de añadirse la mejora de la sensibilidad emocional y el control de las emociones, la empatía y el respeto hacia la diversidad cultural, que se trabajan a través de la escucha activa, la creación y la interpretación musical. (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, s.f.).

La investigación de Vernia-Carrasco (2023a), parte de la premisa general de que la educación musical es fundamental para la educación y formación en educación primaria. Esta autora fundamenta su trabajo relacionado la cognición con la expresión rítmica y corporal recurso para el aprendizaje musical y la formación de los maestros/as de grado en educación primaria. Esta autora concluye, fundamentándose también en otros estudios (Borrell-Carrió, 2022; López, Justel y Díaz Abrahan, 2021; Mehr, Krasnow, Bryant y Hagen 2021; Prichard, 2021), que la práctica musical tiene un impacto relevante sobre la cognición.

Atendiendo a los autores anteriores, se considera que la educación musical debería tener más relevancia en la formación docente. Además, que esta educación musical se impartiera de manera práctica. Por otra parte, la formación docente también supone un reto y una responsabilidad respecto a cómo se puede utilizar la educación musical en el ámbito escolar.

### **3. La implicación de la familia en las aulas**

La investigación de Lorence, Nieto y Sánchez (2024), pone de manifiesto la importancia que se establece entre familia y escuela, incidiendo positivamente en la mejora de la calidad de vida tanto de niños y niñas como adolescentes. Estos autores trataron de identificar, a través de una revisión teórica, tanto las barreras como las potencialidades en esta relación. Entre las barreras encontradas están:

(...) bajo nivel socioeducativo, diferenciación de clases sociales, etnia, dificultades idiomáticas y culturales, acumulación de estresores que obliga a priorizar asuntos no escolares y experiencias pasadas de los/as progenitores en la escuela serían barreras poco susceptibles al cambio por la implicación familiar (p. 14).

Entre las aportaciones de Lorence, Nieto y Sánchez (2024), señalan favorecer la relación entre familia y escuela generando experiencias positivas, clima de confianza para facilitar la cooperación. Por otra parte, diferentes trabajos (García et al., 2010; Jurado, 2009), consideran muy importante la colaboración de la familia en la escuela, como respuesta para mejorar al alumnado en temas tan relevantes como el social, motor, cognitivo o afectivo. En este sentido, el compromiso de la familia con el docente mejorará la respuesta a las diferentes necesidades educativas.

La investigación de Abad y Barrett (2023) se dirigió a conocer las creencias, aspiraciones y uso de la música en el hogar familiar. Se tomó la hipótesis de que los programas de aprendizaje temprano de la música pueden empoderar a los padres para que utilicen la música al sentar las bases para la creación musical activa en familia. Entre las actividades que debían realizar los padres se incluyó el canto y la música para ayudar en el aprendizaje. Como explican estas autoras, se utilizaron seis estructuras para que los padres pudieran utilizar la música en casa: conducción de voces, repertorio, modelos de interacción, modelos de sintonía y regulación emocional, uso de la música para estructurar el comportamiento y modelos de improvisación (p. 1068). En esta línea, se considera que la música puede utilizarse para generar un clima tranquilo, positivo y de confianza, que permita, además de la implicación de la familia, participar activamente de la vida educativa en la escuela y en las aulas.

### **4. La importancia de la música popular/folclore en las aulas**

Como señalan López y Nadal (2024), la música tradicional tiene una relevancia especial en la educación. Por una parte, la conservación y la transmisión y, por otra parte, la formación de la cultura. Estas autoras consideran que las canciones y las danzas tradicionales son portadoras de valores poéticos, musicales y artísticos, además de tener la capacidad de preservar y transmitir este patrimonio cultural a las futuras generaciones.

Dávila-Cabanillas y Vernia-Carrasco (2020) presentan la importancia del patrimonio cultural y artístico de la Comunidad Valenciana. Entre sus conclusiones

se destaca la relevancia de que la música tradicional esté en las aulas de primaria. Especialmente, este trabajo pone en valor el impacto positivo de los proyectos culturales en la sociedad, recordando el valor del patrimonio cultural inmaterial para la UNESCO.

La importancia del folclore, según Manzano (1955), estriba en su potencial como material pedagógico. Elementos como la entonación, el ritmo, así como las melodías que se incluyen en las canciones de repertorio tradicional, pueden ser elementos que ayuden en el aprendizaje dentro de las aulas.

En los últimos años se detecta la pérdida progresiva del conocimiento de las canciones tradicionales y populares.

## **5. Los conocimientos musicales que se adquieren en la formación del maestro/a de primaria**

Hablar de los conocimientos musicales adquiridos en la formación de los futuros maestros/as de primaria requiere hacer dos distinciones, por una parte, el perfil generalista y por otra parte el perfil de mención de música.

Para el perfil generalista, como ya señalaba Vernia-Carrasco (2016), es una realidad, que todavía sigue latente, que manifiesta:

(...) la importancia de la Educación Musical está a la cola de los intereses de los futuros maestros de primaria, pues en su mayoría, no tienen formación musical, algunos manifiestan que no recibieron formación musical en su etapa escolar, otros indican que aunque tuvieron formación, ya no se acuerdan, pues nunca lo llevaron a la práctica, otros argumentan que empezaron sus estudios musicales en centros especializados, pero por diferentes motivos, no terminaron el grado elemental, y nos encontramos con un pequeño porcentaje de alumnado que cursó el grado profesional o todavía está formándose en este nivel y son los que valoran la música como materia y herramienta para la Educación Integral (...). (p. 3).

En este sentido, la autora anterior apuesta por un perfil de especialista en las aulas, ya que considera, como lo hiciera Serrano, Lera y Contreras (2007) respecto a su planteamiento respaldando este perfil, al considerar que el perfil generalista no puede dominar todas las materias.

## **6. La importancia de la canción en primaria**

Sobre la importancia de la canción, Google académico vuelve a desvelar que, solo desde el año 2024 hay más de 3000 artículos. La variedad se mueve entre la canción como recurso para la mejora del habla, para concienciar sobre el acoso escolar o para fortalecer la creatividad, entre muchas otras temáticas reflejadas en trabajos de final de grado, final de máster o trabajos en revistas indexadas, disminuyendo el número de resultados a 129, de los cuales ninguno de ellos es de revisión. A pesar de la cantidad de documentos, no

se ha encontrado ninguno que relacione, directamente, los beneficios de la canción en la formación de los futuros maestros y su importancia en el aula. No obstante, es relevante señalar la información publicada por la BBC News (2019), acerca de los beneficios de cantar, sobre el estado de ánimo o la salud física. En esta publicación se alude mejoras como la respiración, reducción de estrés, así como la liberación de dopamina, un neurotransmisor común en el cerebro.

El trabajo de Nieto-Miguel, Álvarez García, Urchaga Litago, y Guevara Ingelmo (2022) muestra la preocupación respecto a la utilización de la canción en las aulas de primaria. La sensación de que cada vez los maestros y maestras cantan menos se va confirmando. En su investigación, estos autores señalan que la canción está perdiendo relevancia de manera contundente y progresiva. Se destaca que los participantes prefieren utilizar canciones desde plataformas virtuales, especialmente aquellos que no saben música. Además, contestan su hipótesis respecto a las nuevas generaciones de docentes, confirmando que este perfil está dejando de cantar.

Atendiendo a lo anterior, podría justificarse solo por el mero hecho de mejorar el bienestar de los alumnos, la importancia de la canción en la educación, no solo en educación primaria, sino también en el resto de niveles y contextos educativos.

## **7. La relación música y salud mental**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) define la salud mental como: un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.

La investigación de Cidade, Caramelo y Sá Costa (2024) muestra la relación que se establece entre la práctica musical en las bandas civiles y la calidad de vida y salud mental. Además, se destaca el potencial educativo de participar en una agrupación musical, aunque manifiestan la escasa literatura al respecto. Cabe destacar que este estudio se realiza focalizándose en Estados Unidos, Australia, Reino Unido y Canadá y se destacan especialmente las bandas de metales. No obstante, su trabajo podría extrapolarse a las agrupaciones musicales escolares, lo que permitiría conocer el impacto en las aulas.

## **8. Acoso escolar y música**

La música como eje transversal de la participación activa en un musical, puede concienciar sobre el acoso escolar. Dávila-Cabanillas y Vernia-Carrasco realizaron una investigación sobre el impacto positivo de un cuento musicalizado para concienciar y prevenir sobre el

acoso escolar. En su trabajo, estas autoras proponen una asignatura optativa en educación primaria para prevenir y concienciar sobre el acoso escolar. Entre las conclusiones se destaca la importancia del arte como herramienta y estrategia educadora. Vivenciar situaciones ficticias que podrían ser reales, ayuda a visibilizar problemas y ofrecer posibles respuestas, sin perder los objetivos del currículum.

Una parte menos visible es el acoso en el ámbito educativo es el acoso laboral o también llamado mobbing. El trabajo de Vernia-Carrasco (2023b) pretende dar visibilidad a este tipo de acoso en los centros educativos, así como abrir una línea de trabajo y de formación para dar respuesta a esta problemática. En esta investigación, esta autora pone de manifiesto algunos perfiles de acosadores en el entorno laboral educativo, sorprendiendo que además de los propios compañeros, también padres/madres y alumnado pueden ser agresores.

Atendiendo a que existen trabajos donde la música puede ser una herramienta adecuada contra el acoso escolar o bullying (Fusté, 2022; Dávila-Cabanillas y Vernia-Carrasco, 2020; Vernia-Carrasco (2023), se puede considerar que también sería idónea para combatir el mobbing.

La propuesta de Dávila-Cabanillas y Vernia-Carrasco (2020) se dirigió a demostrar que la música, además de servir de entretenimiento al alumnado de primaria, puede dar utilizarse para la resolución de conflictos en las aulas. El estudio se realizó en un centro educativo de la provincia de Castellón. El alumnado participante dio una respuesta positiva a la utilización de la música, especialmente a las letras de las canciones, tomando una mayor conciencia del acoso en las aulas.

## 9. Método

Se ha utilizado una metodología cualitativa con la herramienta del cuestionario on-line (cuestionario ad-hoc con cuestiones de índole cuantitativa y cualitativa con preguntas abiertas). Se realizó una búsqueda utilizando la herramienta de Google académico, para conocer el estado del arte, sobre la literatura de los objetivos planteados. Para obtener información se elaboró un cuestionario ad hoc que se distribuyó a través del recurso *google form*.

### Muestra

N=36 (estudiantes de tercero en grado de maestro/a de educación primaria).

### Procedimiento

Revisión sobre el estado de la cuestión y la relación con los objetivos del trabajo.

Cuestionario

Preguntas de corte cualitativa y cuantitativo.

Debate con los participantes en las clases de grado en maestro/a de primaria.

Discusión sobre la pregunta de investigación y los posibles objetivos.

Compartir el cuestionario en el aula virtual (Anónimo y confidencial).

Cuestionario ad hoc.

El cuestionario Likert se elaboró teniendo en cuenta seis categorías de respuesta: Nada (1) y Mucho (6), para las preguntas de corte cuantitativo. No se utilizó ningún programa informático de análisis, al no contar con una muestra elevada. El formulario de *google form* muestra las respuestas en formato gráfico (respuestas cuantitativas) y permite descargar un excel para valorar las respuestas de corte cualitativo.

## **10. Resultados referidos a la búsqueda en google académico**

### **Sobre la implicación de la familia en la escuela.**

Si escribimos en el buscador de google académico la implicación de la familia en la escuela” y limitamos la búsqueda al año 2024, aparecen más de 10.000 artículos. Entrecomillando las palabras (“implicación” “familia” “escuela”) se reduce a más de 4000 documentos, de los cuales solo 136 son artículos de revisión.

Sobre la importancia de la canción.

Google académico vuelve a desvelar que, solo desde el año 2024 hay más de 3000 artículos. La variedad se mueve entre la canción como recurso para la mejora del habla, para concienciar sobre el acoso escolar o para fortalecer la creatividad, entre muchas otras temáticas reflejadas en trabajos de final de grado, final de máster o trabajos en revistas indexadas. No obstante, y para acotar la búsqueda se entrecomillan las palabras “importancia” “canción” “educación primaria”, obteniendo más de 1000 artículos. Se añade la palabra “acoso”

### **Acoso escolar y música.**

Siguiendo con las aportaciones que nos brinda el portal de Google académico, nos encontramos con más de 1000 artículos sobre música y acoso escolar, desde el año 2024. Se acota más la búsqueda, entrecomillando las palabras “acoso escolar” y “música”, obteniendo un resultado de más de 600 artículos. Sin embargo, muchos de estos documentos son trabajos finales de grado (TFG) y trabajos finales de máster (TFM). Solo 5 de los artículos son de revisión, uno de los cuales forma parte de una conferencia sobre tecnología y educación. De estos 5, además uno es un TFG y otro es un TFM.

## **10.1. Resultados del cuestionario**

La edad de la muestra osciló entre los 19 y 31 años. N= 36 de grado en maestro/a de primaria.

En la siguiente figura se muestra los valores respecto a la percepción que tienen los futuros maestros de primaria sobre la asignatura de música:

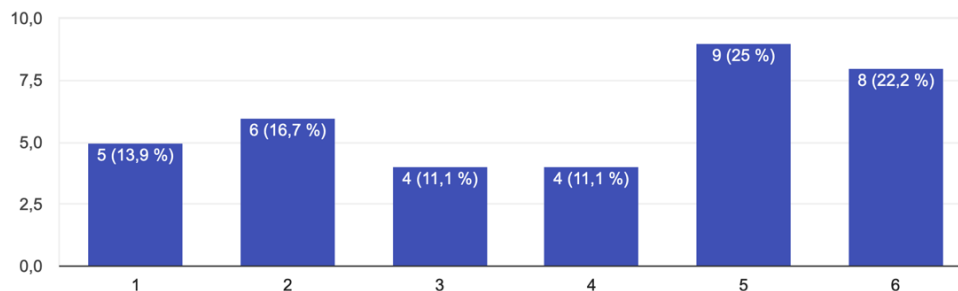


Figura 1. Percepción de la importancia de la asignatura de música

El alumnado percibe la asignatura de música como buena o muy buena entre un 22-25%, mientras alrededor de un 15% le da poca o muy poca importancia.

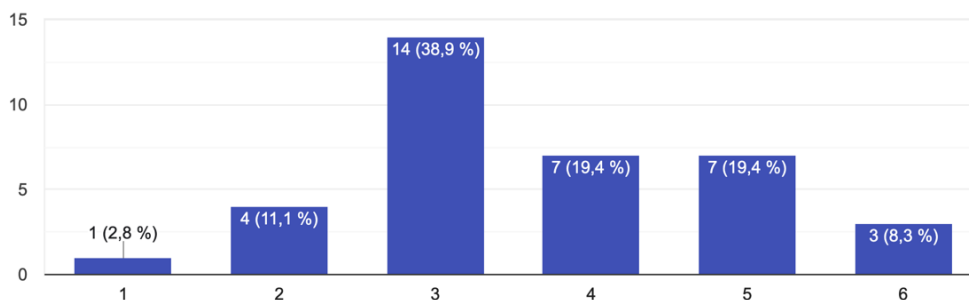


Figura 2. Percepción sobre la implicación de la familia en las aulas

La implicación de la familia en el aula, es percibida por los participantes como indiferente en un 38%, solo un 8,3% la percibe como muy buena.

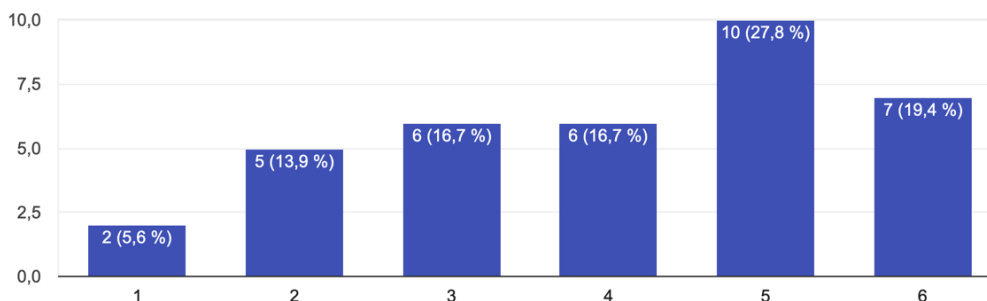


Figura 3. Importancia de la música popular/folclore en las aulas.

Casi un 30% percibe la música popular o folclórica como relevante, mientras que alrededor del 15% se percibe como indiferente. Solo un 5,6% considera nada importante este tipo de música.

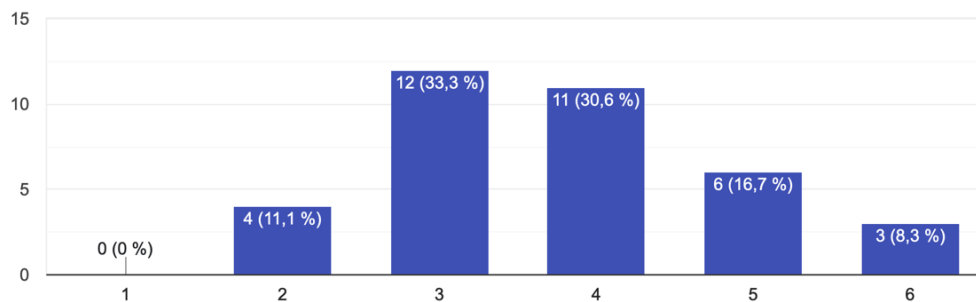


Figura 4. Sobre los conocimientos musicales que se adquieren en la formación del maestro/a de primaria

Sobre los conocimientos musicales que se adquieren en la formación del maestro/a de primaria, solo un 8,3 % consideran el nivel de conocimientos musicales que adquieren en la formación de maestros/as es muy bueno, siendo el 33% de los participantes los que consideran su formación musical indiferente

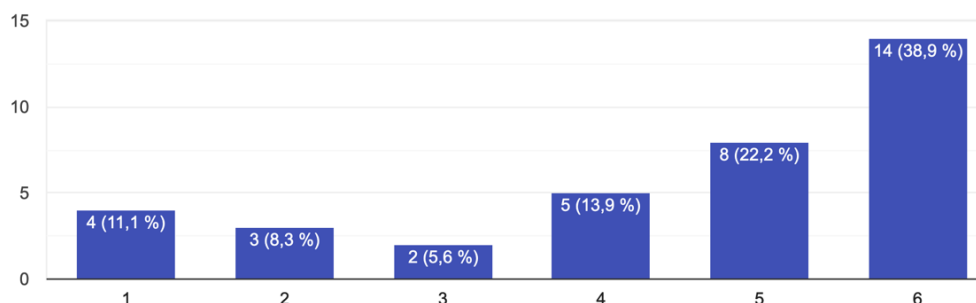


Figura 5. La importancia de la canción en primaria

Un dato relevante es la importancia que se le da a la canción, considerando importante en un 22,2 % y muy importante en un 38,9%. No obstante, los participantes consideran que se canta poco o nada en primaria y que su formación al respecto es nula o casi nula.

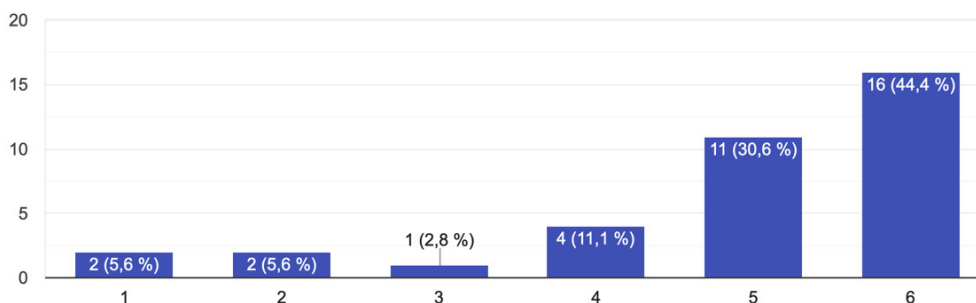


Figura 6. Percepción sobre: Relación música y salud mental.

Más contundente es la percepción entre música y salud, considerando una relación relevante en un 30, 6% y muy relevante en un 44%

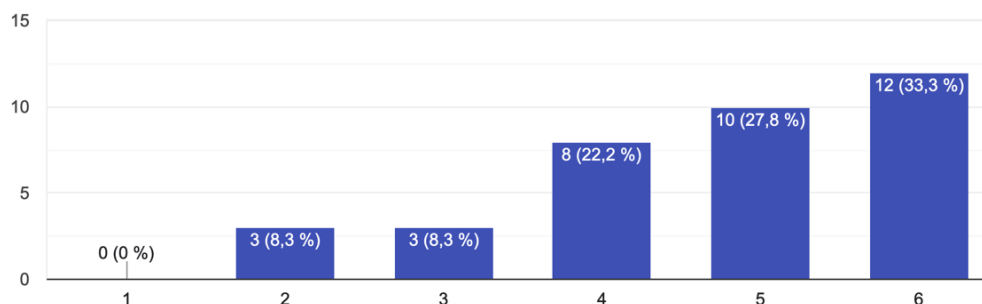


Figura 7. Percepción sobre: Acoso escolar y música.

Aunque la pregunta parecía ser muy ambigua, los participantes encuentran una relación entre acoso escolar y música alta o muy alta, en un 27,8% y un 33,3 % respectivamente, sin tener en cuenta que esta relación pueda ser positiva o negativa.

Para el bloque de la escucha, se hallaron los siguientes resultados:  
Las músicas en primaria. ¿Qué escucha el alumnado?

|                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Reggeton y trap                                                                                                                                                                                                            |
| Música infantil, pop                                                                                                                                                                                                       |
| Las que observan en las redes sociales, radio en el coche...                                                                                                                                                               |
| La música que esté de moda en determinado momento, lo que escuchen sus círculos cercanos y la que reciba desde el aula de música o en estudios de música fuera del aula.                                                   |
| Escucha canciones actuales que también escuchan los adolescentes                                                                                                                                                           |
| Lo que salga en tik tok                                                                                                                                                                                                    |
| El alumnado suele escuchar en las aulas música con melodías sencillas o que vienen del mundo clásico y que son muy reconocibles. Fuera del aula pueden escuchar de todo, sobre todo música actual con géneros como el pop. |
| Canciones infantiles y lo que escuchan en videos/redes                                                                                                                                                                     |

Tabla 1. ¿Qué escucha el alumnado?

La tabla 2 recoge algunas de las respuestas sobre la percepción que tienen los participantes sobre el consumo musical de los docentes de Educación Primaria. Se muestran los géneros o estilos más preferidos por los futuros maestros/as de primaria.

|                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Música más variada, sobre todo a nivel nacional                                                                                                       |
| Pop                                                                                                                                                   |
| Reggaeton                                                                                                                                             |
| De todo                                                                                                                                               |
| Música comercial                                                                                                                                      |
| La misma que el alumnado                                                                                                                              |
| Mismo contexto que el alumnado, encontraremos diferencias por la edad, seguramente escucharán lo que estaba de moda cuando tenían entre 15 y 30 años. |
| Canciones actuales                                                                                                                                    |
| Escucha canciones no apropiadas para el alumno                                                                                                        |
| El maestro pienso que debería de escuchar de todo para tener una gran cantidad de opciones para poder emplearlo en clase.                             |
| Clásica                                                                                                                                               |

Tabla 2. El consumo musical de los docentes de Educación Primaria

Como se puede ver en la tabla anterior y en relación con la tabla 1, se pueden entender una similitud entre lo que escuchan los docentes y lo que escuchan. Los discentes. En este sentido, puede entenderse que existe una influencia mutua, o podría desprenderse que la música utilizada en educación primaria es una influencia del consumo musical de la sociedad actual, exceptuando algunos casos.

En la tabla 3 se recogen la selección de géneros/estilos de los participantes separando. En el cuestionario se solicitaba que escogieran un género/estilo que les gustase y otro que no les gustase.

| Me gusta                   | No me gusta          |
|----------------------------|----------------------|
| Pop                        | Rock                 |
| Rock                       | Tecno y Heavy metal  |
| Jazz                       | Reggaetón            |
| Indie                      | Trap                 |
| Música valenciana/catalana | Heavy Metal          |
| Musicales                  | Rock y la bachata    |
| Rap                        | Música clásica       |
| Reggaetón                  | Rock hardcore        |
| Música oriental            | Rap                  |
| Trap                       | Hardcore i el techno |
| Metal                      | Ópera                |
| Indie-pop                  | Pop                  |
| Rap                        | Jazz                 |
| Quevedo                    | NOSE                 |

Tabla 3. Estilo/género una que me gusta y otra que no me gusta (de los participantes)

De la tabla anterior se desprende que no se puede clasificar a los participantes por género/estilo de música preferente. No obstante, sí se puede resaltar que la música clásica no está en sus preferencias.

## 11. Conclusiones

Se considera que se ha respondido a la pregunta de investigación (¿puede la música ser una herramienta adecuada para combatir y mejorar la salud mental generada por ambientes tóxicos en entornos educativos?), aunque se reconoce que se esperaban valores más altos. La educación musical, aunque no es una materia muy valorada por los futuros maestros/as de educación primaria, la consideran un buen recurso para la mejora de la salud mental de los estudiantes. Los géneros musicales que suelen escuchar los futuros maestros/as se mueven entre el pop, el reggaetón, por lo que no es de extrañar, que la música esté sufriendo un deterioro como arte y como cultura, su tanto docentes como discentes tiene unas preferencias y conocimientos musicales limitados.

La implicación de la familia se considera relevante, relacionando el consumo de música y la salud mental. La relación que puede establecerse entre docente-discente-familia, puede determinar la selección de las músicas que se consumen tanto dentro como fuera de la escuela. No obstante, se necesitaría realizar un estudio con mayor profundidad. Existe una preocupación a nivel mundial (OMS, 2024) respecto a la salud mental, especialmente entre las personas jóvenes. Se reconoce que la música puede reducir el estrés y mejorar la salud mental (Witte, Spruit, van Hooren, Moonen y Stams, 2019; Vernia-Carrasco, 2024). También la implicación de la familia es un factor importante, no solo para el rendimiento académico sino para el buen ambiente en las aulas (Lorence, Nieto y Sánchez, 2024; Abad y Barrett, 2023). Por otra parte, la música también tiene un impacto positivo con la cognición (Borrell-Carrió, 2022; López, Justel y Díaz Abraham, 2021; Mehr, Krasnow, Bryant y Hagen 2021; Prichard, 2021). Consecuentemente, la formación musical del docente también será un factor a tener en cuenta para la mejora del ambiente en el aula Serrano, Lera y Contreras, 2007; A Vernia-Carrasco, 2016).

En este sentido, la importancia de la música tradicional, así como el patrimonio cultural y artístico, aporta valores positivos a la escuela (Manzano, 1955; López y Nadal, 2024; Vernia-Carrasco, 2022). Como propuesta de mejora se considera a la canción en los contextos educativos, como una herramienta adecuada para mejorar tanto el rendimiento académico como el ambiente en el aula (Nieto-Miguel, Álvarez, Urchaga, y Guevara, 2022). No es de extrañar que también la OMS (2022), considere relevante la música y su relación positiva con la salud mental. También otras estrategias que cuentan con la música para mejorar el ambiente en las aulas y especialmente para concienciar sobre el problema del acoso escolar, los musicales pueden ser considerados adecuados (Dávila-Cabanillas y Vernia-Carrasco (2020); Vernia-Carrasco (2020), 2023b; Fusté, 2022; Vernia-Carrasco, 2023).

Como conclusión final, se percibe que la música, aunque se considera una buena estrategia en el aula, puede apoyarse en la implicación familiar; además, es una herramienta que mejora los ambientes escolares y en consecuencia la percepción de la salud mental. No obstante, es necesaria una formación musical para los maestros/as que utilizan la música en las aulas, especialmente en la selección de géneros y estilos musicales. A pesar de los hallazgos sobre la percepción de los participantes en el uso de la música y su relación con el resto de objetivos señalados, se considera que es necesario profundizar en

estos temas donde la música tiene una implicación relevante en los entornos educativos y su relación con docentes y familias.

## Referencias

- Abad, Vicky, & Barrett, Margaret S. (2023). Laying the foundations for lifelong family music practices through Music Early Learning Programs. *Psychology of Music*, 51(4), 1059-1079. <https://doi.org/10.1177/0305735620937780>
- BBC News (2019). *¿Puede cantar realmente mejorar nuestra salud?*. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-48920945>
- Borrell-Carrió, F. (2022). La música transforma nuestras vidas. *Folia Humanística*, 2(7). <https://doi.org/10.30860/0087>
- Cidade J., Caramelo J. y Sá Costa A. (2024). Las bandas de música civiles más allá de la educación musical: una revisión de alcance (2010-2021). *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical. RECIEM*, 21, 201-227. <https://doi.org/10.5209/reciem.86433>
- Corno, L., y Xu, J. (2004). Homework as the Job of Childhood. *Theory into practice*, 43 (3), pp. 227-233. [https://doi.org/10.1207/s15430421tip4303\\_9](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4303_9)
- de Witte, M., Spruit, A., van Hooren, S., Moonen, X., & Stams, G. J. (2019). Effects of music interventions on stress-related outcomes: a systematic review and two meta-analyses. *Health Psychology Review*, 14(2), 294–324. <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1627897>
- Fusté, M. (2022). Música vs bullying: el poder de la música desde el primer ciclo de la educación infantil. *Revista Infancia, Educación y Aprendizaje*, 8(1), pp. 1–8. <https://doi.org/10.22370/ieya.2022.8.1.2409>
- García, C., Martín, N. y Sampé, M. (2012). La implicación y la participación de las familias: elementos clave para la mejora del aprendizaje en los centros educativos con alumnado inmigrante. *Indivisa: Boletín de estudios e investigación*, (13), 192-212. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4247344> <https://doi.org/10.37382/indivisa.vi13.273>
- Hester, H. (1989). Start at Home to Improve Home-School Relations. *NASSP Bulletin*, 73(513), 23-27. <https://doi.org/10.1177/019263658907351305>
- Jurado, C. (2009). La familia y su participación en la comunidad educativa. *Innovación y experiencias educativas*, (23), 1-10. Recuperado de: <https://goo.su/epUbWm>
- López, M. y Nadal, I. (2024). Música tradicional aragonesa en el aula: Contribución al legado del patrimonio cultural y artístico. *Revista Neuma*, 17(1), pp.74-89. <https://neuma.usalca.cl/index.php/neuma/article/view/257> <https://doi.org/10.4067/S0719-53892024000100075>
- López, M., Justel, N., y Díaz Abrahan, V. (2021). *Efecto de la escucha de música activante previa a la adquisición de información visual emocional*. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/116558> <https://doi.org/10.14198/DCN.19449>

- Lorence, B., Nieto, M., & Sánchez, J. (2024). Barreras en la cooperación entre familias y escuelas: una revisión sistemática. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 28(1), 125–148. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v28i1.28356>
- Manzano, M. (1955) Texto y melodía en la canción popular tradicional. *Anthropos*, n° 166/167. <https://goo.su/hR1yyJ1>
- Mehr, S. A., Krasnow, M. M., Bryant, G. A., & Hagen, E. H. (2021). Origins of music in credible signaling. *Behavioral and Brain Sciences*, 44. <https://doi.org/10.1017/S0140525X20000345>
- Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes (s.f.). *Currículum LOMLOE, educación secundaria. Música*. <https://goo.su/mVQdC>
- Nieto-Miguel, I., Álvarez García, F. J., Urchaga Litago, J. D., y Guevara Ingelmo, R. M. (2022). ¿Por qué ya no cantan los maestros?. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 15–26. <https://doi.org/10.6018/reifop.516371>
- OMS (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- OMS. (2024). *Salud mental en adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Dávila-Cabanillas, D. y Vernia-Carrasco, Ana M. (2020). *La música contra el bullying: una propuesta didáctica y educativa*. Trabajo Final de Máster. <https://repositori.uji.es/server/api/core/bitstreams/e7db853e-bb05-49b6-a7bf-58f8701002b4/content>
- Prichard, S. (2021). The impact of music practice instruction on middle school band students' independent practice behaviors. *Journal of Research in Music Education*, 68(4), 419-435. <https://doi.org/10.1177/10298649211005531>
- Serrano, J. A., Lera, A., y Contreras, O. (2007). Maestros generalistas vs especialistas. Claves y discrepancias en la reforma de la formación inicial de los maestros de primaria. *Revista de Educación*, 344, 533-555. <https://goo.su/nlFJcDS>
- Vernia-Carrasco, A.M. (2023a). La Expresión Corporal para Mejorar en el Aprendizaje Instrumental y Vocal en Educación Primaria. *Open Journal of Music Education*, 1, 1-24. <https://doi.org/10.61629/ojme.v1i1.23>
- Vernia-Carrasco, A. M. (2023b) “Educación musical y acoso laboral: percepción docente” En Luisa Vega Caro, Alba Vico Bosch (Eds.) *Igualdad de género y atención a la diversidad*. (pp. 714-733) Editorial Dykinson.
- Vernia-Carrasco, A.M. (2024). Música para mejorar la calidad de vida durante la pandemia en estudiantes de grado en maestro. *Encuentros. Revista De Ciencias Humanas, Teoría Social Y Pensamiento Crítico*, 20, 221–233. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10059653>
- Vernia-Carrasco, A.M. y Miralles, P. (2024). Música y emociones en el aula de Educación Primaria. Un estudio de caso. En Ana M. Vernia-Carrasco. *Artes y salud para la calidad de vida: nuevos retos y experiencias*. Dykinson. <https://doi.org/10.2307/jj.13286136>