

BIENESTAR INSTITUCIONAL
**LA MUSICA COMO ELEMENTO FUNDAMENTAL DEL
CRECIMIENTO**

Estamos en **15**
DEPARTAMENTOS

+de 20
municipios



BIENESTAR INSTITUCIONAL



En la actualidad, existen muchos estudios dedicados a probar la influencia que la música ejerce sobre las personas; estudios que van desde el terreno conductivo al desarrollo físico o psicológico. Centrándonos en la infancia, podemos afirmar que la **música es fundamental para obtener respuestas positivas en los niños. De ahí la importancia de la música en todas las fases del desarrollo infantil.**



El arte musical elemento fundamental en el crecimiento de la persona.



La **música induce todo tipo de estados emocionales y siempre se ha utilizado, junto a otros estímulos (como el cine, por ejemplo), para crear un estado anímico que ayude a conseguir un fin.**



BIENESTAR INSTITUCIONAL

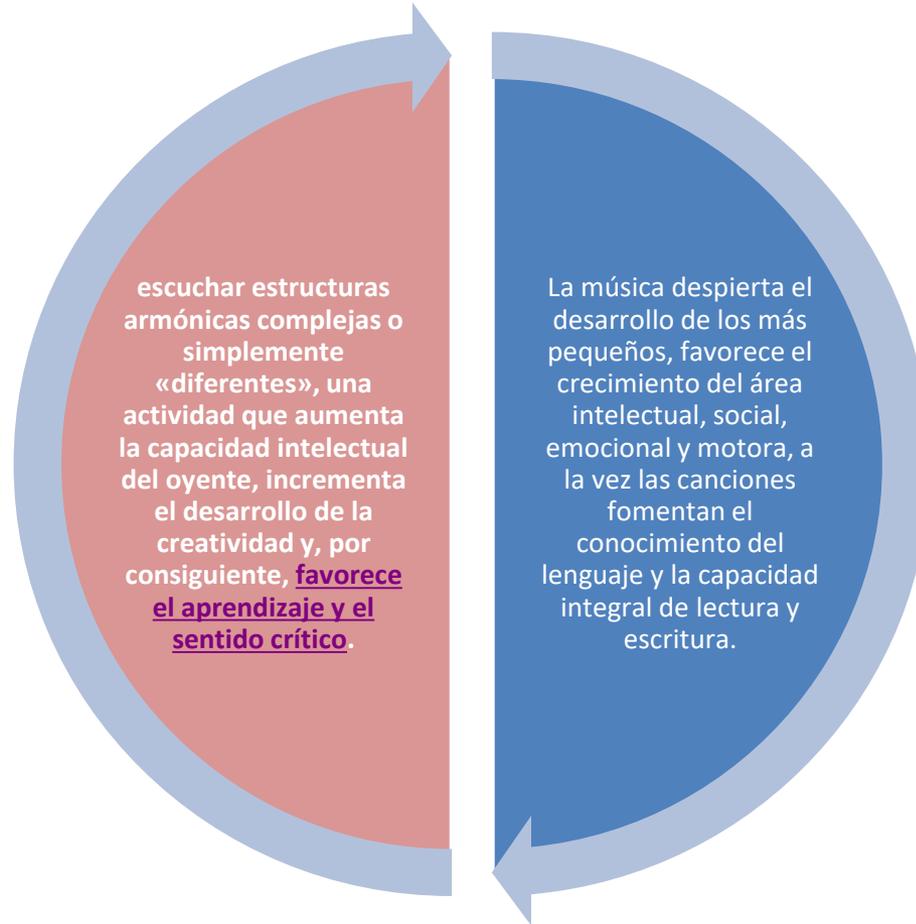
El oído es un sentido que se desarrolla rápidamente, cuando el niño aún se encuentra en el útero materno. En el quinto mes de embarazo, el oído del bebé, que estructuralmente es comparable al de un adulto, ya está inmerso en un mundo sonoro formado por los sonidos del latido del corazón de la madre, movimientos intrauterinos, voces, música, etc.

La música es emoción, «el movimiento e impulso» del ser humano. Las emociones nos posicionan en nuestro entorno y son los pilares básicos sobre los que forjamos nuestra personalidad. Las emociones y la música comparten la misma región del cerebro; ambas se encuentran ubicadas en el cortex prefrontal, por lo que la música es capaz de provocar todo tipo de sentimientos.

BIENESTAR INSTITUCIONAL

**educar las emociones y poner
inteligencia emocional en la
infancia y la adolescencia para
garantizarles un mejor estado de
salud y bienestar a largo plazo.**

BIENESTAR INSTITUCIONAL



BIENESTAR INSTITUCIONAL

Son muchos los beneficios que se pueden obtener de escuchar música: relajar o estimular, mejorar la psicomotricidad, desarrollar aptitudes cognitivas, aumentar la capacidad de concentración y memoria, etc. Hoy en día, queda demostrado que la música es de vital importancia, incluso, en el mundo de la medicina, con resultados muy positivos.

BIENESTAR INSTITUCIONAL

La **música** y el baile mejoran el equilibrio y la capacidad para caminar, pero además de sus **efectos** en el equilibrio y en la disminución de caídas, el baile mejora el estado anímico, aporta estabilidad emocional, capacidad para disfrutar y para sentirse útil en una actividad

BIENESTAR INSTITUCIONAL

Escuchar música puede mejorar la capacidad de aprendizaje y la comunicación, ayuda a estar de buen humor e, incluso, alivia el dolor crónico. Pero no solo se obtienen beneficios de la música por el oído. Hasta ahora, se sabía que aprender a tocar un instrumento aporta aspectos positivos a niños y adultos, pero se ha demostrado que puede ayudar a discernir sonidos en la vejez. La música en la tercera edad ayuda a superar estados depresivos o de angustia y, junto con el baile, mejoraría el equilibrio y evitaría el riesgo de caídas.

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=efectos+de+la+musicaen+el+adulto>

BIENESTAR INSTITUCIONAL

Pero la música no solo mejora la neuroplasticidad, sino que también permite que el sistema nervioso proporcione la capacidad para asimilar e interiorizar patrones importantes para el aprendizaje. Tocar un instrumento prepara al cerebro para elegir qué es relevante en un proceso complejo, como la lectura, recordar una puntuación o coordinarse con otros músicos. Por este motivo, muchos trabajos concluyen que los niños que aprenden a tocar un instrumento tienen un mejor vocabulario y capacidad de lectura que sus homólogos sin entrenamiento musical.

BIENESTAR INSTITUCIONAL

Los ejercicios que combinan música y movimientos rítmicos pueden ayudar a reducir el riesgo de caídas en adultos mayores con problemas de equilibrio o un historial de caídas, según un estudio suizo publicado en la revista "Archives of Internal Medicine". La música y el baile mejoran el equilibrio y la capacidad para caminar. El hábito de bailar podría ser, por tanto, más que un simple pasatiempo para los adultos mayores.

<http://www.consumer.es/web/es/salud/prevencion/2011/05/30/200880.php>

BIENESTAR INSTITUCIONAL

BENEFICIOS DE LA MUSICA



En los niños: *mejora capacidad de memoria, de atención, de concentración, estimula inteligencia al mejorar las habilidades para resolver problemas matemáticos y de razonamiento complejo, estimula expresión corporal.

BIENESTAR INSTITUCIONAL

BENEFICIOS DE LA MUSICA

En los adultos: * activas las neuronas, * mejora la actividad del cerebro; * mejoras la agudeza mental





¿LO SABÍAS?

Un vaso de agua
después de despertarse
Ayuda a activar
los órganos internos.

Un vaso de agua
antes de tomar un baño
Ayuda a bajar
la presión sanguínea.

Un vaso de agua
30 minutos antes
de una comida
Ayuda a la digestión.

Un vaso de agua
antes de ir a la cama
ayuda a evitar
un derrame cerebral
o un ataque al corazón



GRACIAS

Calle 58 #32-16
Bucaramanga / Santander

Tel: (7) 6431301

www.fitec.edu.co