



# LA MÚSICA EN EL CEREBRO DE LOS NIÑOS 12 BENEFICIOS



## Efectos positivos de la música en los niños

Diversos estudios demuestran la importancia de la música como ayuda para el crecimiento intelectual, ya que genera gran cantidad de actividad neuronal. Es el estímulo humano que más partes del cerebro activa. La exposición desde recién nacidos a la música, especialmente a la clásica, y su desarrollo musical según van creciendo, ya sea cantando, bailando o tocando un instrumento, tienen los siguientes efectos positivos en los niños:

### #1 Aumento de la memoria, la atención y la concentración

Al atender a la melodía y a la letra de las canciones, los niños aprenden a recordar y reproducir lo escuchado mientras se divierten cantando. Es una actividad que les encanta y que a la vez refuerza todas estas características.

### #2 Mejora de la fluidez de expresión

Tanto hablada como corporal, esta se desarrolla al cantar y bailar. Entonar la letra de una canción resulta sencillo cuando se conoce su ritmo, por lo que el niño puede repetir frases complejas que de otro modo no utilizaría. El baile le aporta la capacidad de expresarse con el cuerpo y tocar un instrumento añade una nueva forma de comunicación.

### #3 Mayor facilidad para la resolución de problemas

La percepción de los patrones rítmicos aumenta el razonamiento del niño para encontrar soluciones más complejas a problemas matemáticos y de lógica. Si además se le añade la educación musical, el efecto aumenta: comprender la duración de las notas en una partitura activa directamente la zona del cerebro relacionada con las operaciones matemáticas.

### #4 Estimulación de la imaginación y la creatividad

Enfrentarse a una disciplina artística hace que se desarrolle el mundo interior del niño. También aumenta su habilidad para desplegar otras materias de la misma rama, como el dibujo y la pintura. Además, el reconocimiento de patrones rítmicos en una melodía actúa sobre la región creativa y la motivadora del cerebro, impulsando directamente al niño a desarrollar su imaginación.

## #5 Refuerzo del lenguaje

Las letras de nuevas canciones aportan palabras y sonidos para que el niño pueda ampliar su vocabulario. De nuevo, cabe mencionar la facilidad para reproducir frases complejas cuando se sigue un ritmo que en otro contexto el niño no utilizaría. La música es también un gran apoyo para el aprendizaje general, por lo que puede ser un recurso didáctico directo.

## #6 Desarrollo del equilibrio, los sentidos y los músculos

Al bailar adaptando sus movimientos a los ritmos, el niño adquiere mayor coordinación, fuerza muscular y sentido espacial. Le ayuda a aprender a moverse y a ser consciente del espacio que le rodea.

## #7 Enriquecimiento del intelecto

La evocación de recuerdos relacionados con la música provoca un desarrollo intelectual mayor en el niño. La creación de memorias está relacionada en muchas ocasiones con canciones y hay recuerdos concretos que se despiertan con gran facilidad al volver a escucharlas.

## #8 Aumento de la sociabilidad

La música les da la oportunidad de interactuar con otros niños y con adultos, dándoles más ocasiones para desarrollarse en sociedad. Bailes en grupo, grupos de canto o el simple hecho de conocer la misma canción hacen que los niños puedan conocer a más gente y divertirse juntos.

## #9 Mayor control de los estados de ánimo

La música evoca emociones tanto en niños como en adultos: puede relajarnos o puede activarnos cuando escuchamos las melodías correctas. Escuchar canciones alegres puede mejorar desde un momento triste hasta un estado importante de estrés.

## #10 Implantación de rutinas

Al asociar ciertas actividades a música y canciones concretas, el niño se habituará a realizarlas cuando vuelva a escuchar la melodía que relaciona con ellas, haciendo también que se vuelva más disciplinado.

## #11 Aumento de la autoestima

El aprendizaje de canciones y bailes, ya sea como ocio o como actividad supervisada, aporta al niño mayor amor propio mediante una acción divertida y entretenida. Conseguir tocar una melodía con un instrumento provoca la misma reacción.

## #12 Mejora de la salud

La música tiene el efecto de aliviar el dolor y fortalecer el sistema inmunológico. También ayuda a coordinar la respiración y los latidos del corazón, por lo que consigue calmar y relajar. Escuchar melodías tranquilas y alegres ayuda para la recuperación tanto física como mental.

Los beneficios son extensos y muy variados. A ellos se puede sumar el hecho de que este desarrollo cerebral afecta una vez pasados los años también al adulto, por lo que se puede comprobar que la música es de vital importancia en el ambiente infantil. Tanto padres como educadores deben conocer estos efectos positivos para ser conscientes de la repercusión que implica el uso de melodías y canciones durante la educación del niño y para saber rodearle de un ambiente que fortalezca su desarrollo. La música es un refuerzo positivo y poderoso para todos.