



ARTÍCULOS  
Y NOTAS

# Asociación Educar

CIENCIAS Y NEUROCIENCIAS

APLICADAS AL DESARROLLO HUMANO



## La música puede afectar nuestro estado de ánimo y el modo en que percibimos el mundo.

Nse. Marita Castro

Escuchar temas alegres produce un baño químico de neurotransmisores del placer en nuestro cerebro, que nos lleva a sentirnos contentos y a percibir la vida desde ese estado emocional.

Un nuevo estudio realizado por el investigador Jacob Jolij Meurs Maaik, del Departamento de Psicología de la Universidad de Groningen, muestra que la música tiene un efecto sumamente importante en la percepción.

Los sujetos que participaron en la investigación, debían realizar una tarea en la que tenían que identificar rostros felices y tristes, al mismo tiempo que escuchaban música. El resultado de la tarea demostró que los rostros descubiertos con mayor facilidad eran aquellos que coincidían con la música que oían y que incluso percibían como alegres o tristes aquellos dudosos, según la música que escuchaban.

Nuestro cerebro constantemente compara la información que ingresa por los sentidos con la información guardada en la memoria, pero también utiliza un mecanismo de atajo, adelantándose a lo que vendrá. Este mecanismo es lo que hace a la percepción personal de un hecho, de un modo único según la experiencia de cada individuo.

Sin embargo, con este trabajo se pudo detectar que el cerebro no solo acumula expectativas sobre la base de la experiencia, sino que la misma también puede ser influenciada por el estado de ánimo.

Otro estudio realizado en la Universidad Monash de Victoria, Australia, presenta la relación entre la música, el estado emocional y el estrés. En esta investigación, se les pidió





ARTÍCULOS  
Y NOTAS

# Asociación Educar

CIENCIAS Y NEUROCIENCIAS  
APLICADAS AL DESARROLLO HUMANO



a dos grupos de estudiantes que redactaran un discurso. A un grupo se lo dejó trabajar en silencio, al otro se le puso de fondo mientras trabajaban, el Canon de Pachelbel Fasch.

**Escuchar:** <http://www.youtube.com/watch?v=oDvtJlmJgc>

La presión arterial y el pulso de los estudiantes que trabajaron en silencio mostraron un aumento propio del estrés por la tarea, sin embargo no sucedió lo mismo con los que escucharon música, cuyos signos vitales se mantuvieron más estables.

Los trabajos de la Universidad de Groningen y Monash, pueden llevarnos a plantearnos la aplicación práctica y diaria de estas investigaciones, utilizando la música en ámbitos educativos, laborales, y personales para generar estados emocionales constructivos, o como ayuda para disminuir el estrés.

*Fuente: Universidad de Groningen  
- Jacob Jolij Maaïke Meurs. Música altera la percepción visual.  
PLoS ONE, 2011; 6 (4): e18861 DOI: [10.1371/journal.pone.0018861](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0018861)  
ScienceDaily*

## Asociación Educar

Ciencias y Neurociencias aplicadas al Desarrollo Humano

[www.asociacioneducar.com](http://www.asociacioneducar.com)

Seguinos en:

**Facebook - Twitter - YouTube - Blog**