



Nombre del alumno: José Fernando Aguilar Gómez

Nombre del profesor: María Cecilia Zamorano Rodríguez

Nombre del trabajo: Mapa conceptual (Musicoterapia)

Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud

Grado: Octavo cuatrimestre

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chis a 08 de febrero de 2024

MUSICOTERAPIA

En que consiste:

Historia y origen

El uso de la música para terapia y curación data de la Antigua Grecia, pero el uso terapéutico actual empezó en el siglo 20.

Beneficios

Beneficios en niños

La musicoterapia ofrece:

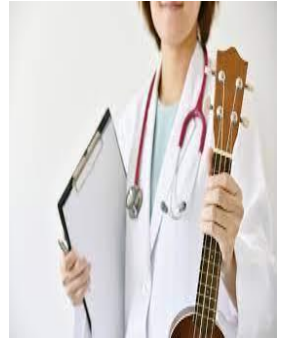
Ofrecer formas divertidas para expresar los sentimientos y pensamientos, practicar interacción social y comunicación, estimular juegos creativos, mejorar la concentración y coordinación

La musicoterapia consiste en usar las respuestas y conexiones de una persona con la música para estimular cambios positivos en el estado de ánimo y el bienestar general.

La música ha sido parte de la vida humana por miles de años. Los expertos han encontrado instrumentos de hace 40,000 años.

Aprender y practicar una pieza musical puede mejorar las habilidades de la memoria, la coordinación, la lectura, la comprensión y las habilidades matemáticas

Ofrece a las personas una forma creativa y accesible de expresar sus sentimientos y procesar sus experiencias.



Cómo funciona

Como ayuda con la ansiedad y la depresión

Otros beneficios:

La forma en la que la música afecta el cerebro es muy compleja. Todos los aspectos de la música; incluyendo el tono, el tiempo y la melodía, se procesan por diferentes zonas del cerebro.

Por ejemplo, el cerebelo procesa el ritmo, los lóbulos frontales decodifican las señales emocionales creadas por la música.

Escuchar música también puede liberar dopamina, una hormona que hace que las personas se sientan bien, y endorfinas, que son hormonas que pueden inducir un buen estado de ánimo y aliviar el dolor.

Proporcionar un resultado creativo, ampliar el conocimiento y conciencia cultural, y mejorar las habilidades cognitivas como la memoria.

Algunos estudios también sugieren que la música puede reducir la presión sanguínea y el ritmo cardíaco, lo que puede tener un efecto directo en el estrés que sienten las personas.



Fuentes bibliográficas

Zoppi, L. (2021, 15 agosto). *Musicoterapia: tipos y beneficios para la ansiedad, la depresión y más*. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/terapia-musical-musicoterapia#resumen>