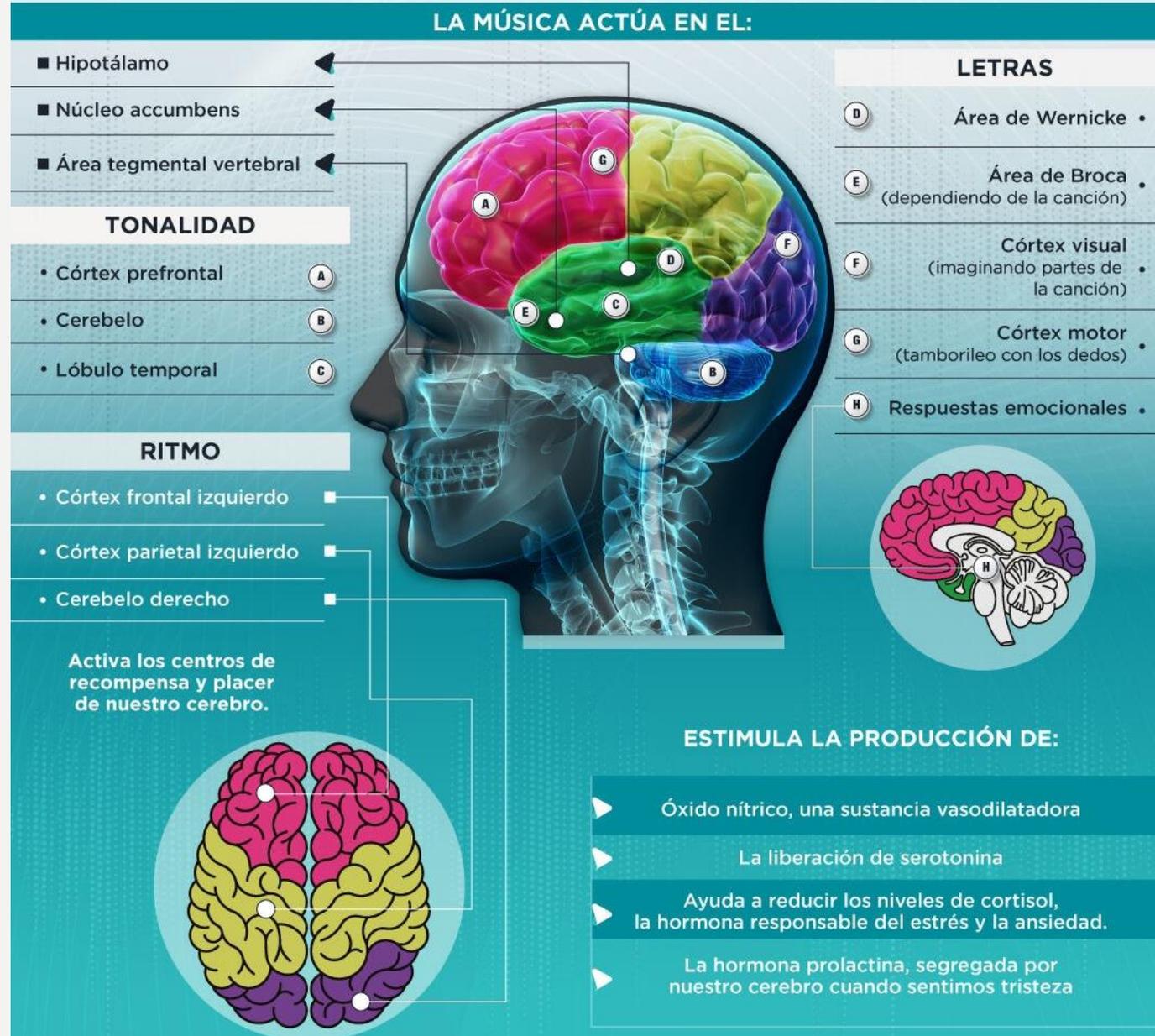




LOS EFECTOS DE LA MUSICA EN EL CEREBRO

Dra:Yajaira Gpe. Méndez Guzmán

LA MÚSICA ACTÚA SOBRE DIFERENTES ÁREAS DE NUESTRO CEREBRO



ESTIMULA LA PRODUCCIÓN

▶ Óxido nítrico, una sustancia vasodilatadora

▶ La liberación de serotonina

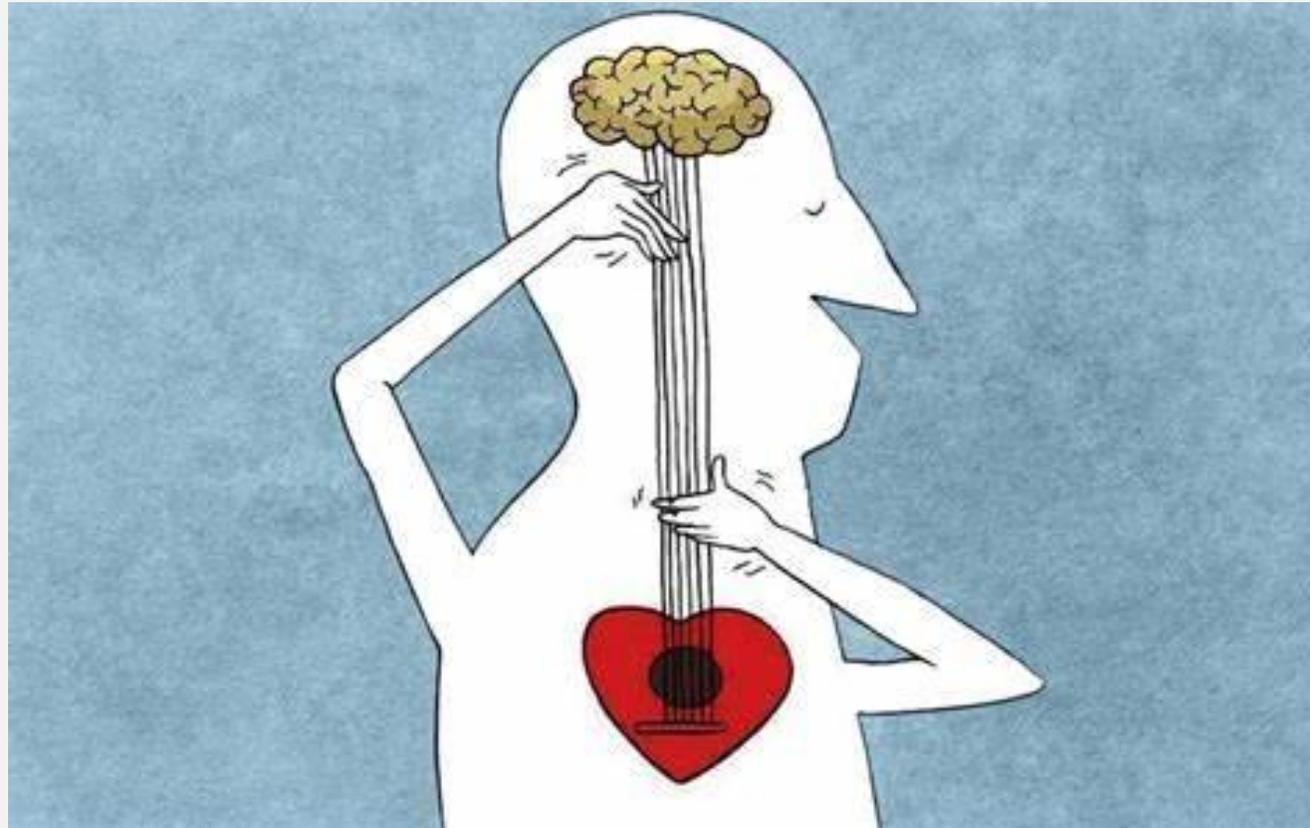
▶ Ayuda a reducir los niveles de cortisol, la hormona responsable del estrés y la ansiedad.

▶ La hormona prolactina, segregada por nuestro cerebro cuando sentimos tristeza

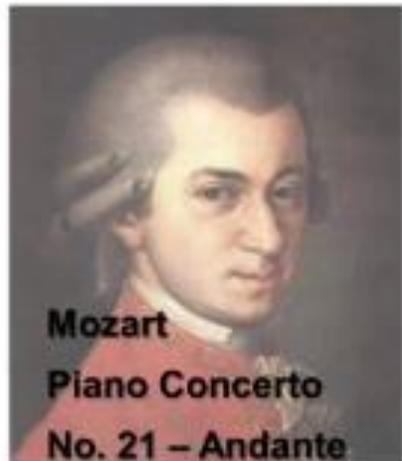
EFECTOS POSITIVOS DE LA MÚSICA EN EL CEREBRO



LA MÚSICA COMO TERAPIA



MÚSICA CLÁSICA

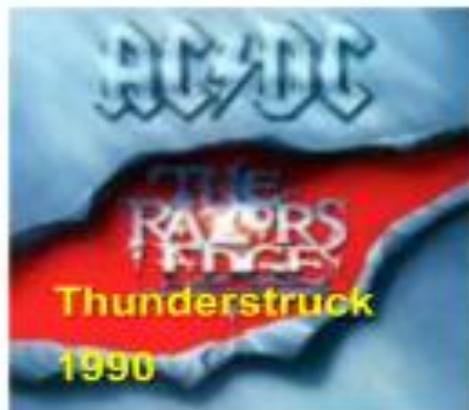


Aprendizaje
Inteligencia

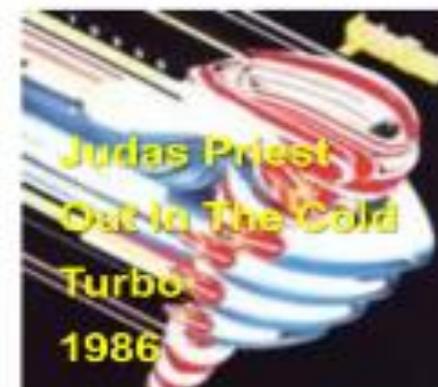


Mozart o Vivaldi

Hard Rock



Quita la angustia y
el dolor



MÚSICA ROMÁNTICA Y BALADAS



Estimula la
oxitocina



Metal



Reflexivos y
nostálgicos



DISCO Y POP



Fomentan el gozo y
alegría



1975 *Queen*
A Night At The Opera

Cumbia y Reggaetón



Sólo para bailar



La música no solo es placentera, sino que también puede tener efectos positivos profundos en la salud mental y el funcionamiento cerebral. **para cada sensación, una canción. Y para entrenar el cerebro, un poco de baile.**