

Conheça os benefícios de aprender música

Muitas pessoas não sabem, mas aprender música pode melhorar seu desempenho acadêmico, melhora a sua coordenação, seu autoconhecimento entre muitas outras coisas.

19/08/2016 12:19:14

Poucos sabem, mas a música mexe muito com o nosso corpo principalmente o cérebro, música pode nos ajudar a trabalhar muitas partes do nosso cérebro, partes que precisam ser trabalhadas para melhorar nosso desempenho em muitas coisas.

E isso é realmente comprovado, um grupo de pesquisadores da Northwestern University, dos Estados Unidos, fizeram uma série de estudos sobre este tema e notaram que o aprendizado da música estimula a plasticidade do cérebro, ou seja, a capacidade de mudar e se adaptar ao longo da vida.

Além disso, algumas aulas de canto ou de piano podem proporcionar autoconhecimento, pois quando você aprende canto você precisa ser o instrumento, na parte cognitiva há um desafio que é você visualizar o que está fazendo e que parte do corpo precisa mexer. Todo cantor precisa conhecer seu corpo assim como da mesma forma que quem quer tocar piano precisa memorizar o grupo de notas.

O que facilita muito para quem quer aprender música hoje em dia é que temos muitas formas de aprender até mesmo sem sair de casa, tem um site chamado Sala do Músico onde você consegue escolher qualquer instrumento que pretende aprender ou aprimorar, você coloca seu CEP no site e ele te mostra onde se encontram os professores mais próximo e você escolhe entre ir até eles ou eles irem até você. Tem também bastantes tutoriais no YouTube com aulas para iniciante ou até mesmo aulas mais profissionais para os mais avançados, fugindo daquela forma antiga de comprar revistas com as cifras das músicas.

Quanto antes o início do aprendizado de algum instrumento melhor, segundo o estudo feito pela Universidade de Kansas, publicado no ano passado diz que as coisas que aprendemos na infância te acompanha o resto da vida, o ideal para colocar os filhos nas atividades musicais é entre 4 ou 5 anos de idade, pois as conexões do cérebro são mais fáceis de serem feitas e o tempo livre ser um pouco maior.

