

La música en nuestro cuerpo



La música activa más de 10 regiones de nuestro cerebro, ayudándonos a mejorar la comprensión del lenguaje y a poder expresarnos (tanto al compositor como al público) de mejor manera. Además es un tipo de lenguaje universal el cual usamos para conectar con otras personas.

esta genera dopamina en nuestro cerebro (la hormona de la felicidad) generando placer al escuchar canciones.

Los secretos de la música en nuestro cuerpo

Cuando escuchamos música nuestro cuerpo se relaja haciendo que se regulen nuestra funciones corporales claves como: libera la tensión, estimula los neurotransmisores aumentando la dopamina, afecta al nivel fisiológico teniendo un fuerte impacto en nuestro sistema endocrino encargándose de producir hormonas, aumenta la inmunoglobulina A salival (anticuerpo que fortalece nuestro sistema inmunológico) y reduce el cortisol (hormona del estrés)



Micaela Rodríguez