

TENDENCIAS

¡Comprobado! El rock te ayuda a estudiar y concentrarte mejor

El Ciudadano · 7 de diciembre de 2015





(Photo by Karl Walter/Getty Images)

Los que pensamos que el rock es el mejor estilo musical de la historia nos podemos creer la muerte. Siempre se ha creído que solo Mozart o cualquier compositor de música clásica nos ayudaba a concentrarnos y memorizar mejor la materia de un examen. Pero según una nueva investigación publicada en la revista *Learning and Individual Differences*, cualquier buena canción colabora en este propósito.

Sylvain Labordea, Nicolas Scelles y sus colegas, comprobaron que aquellos alumnos que habían recibido una hora de clase con música clásica de fondo habían obtenido mejores notas en un examen sobre esa materia que aquellos que no disfrutaron de ninguna melodía ambiental. Según explican, la música favorece nuestro buen humor, fortalece nuestro ánimo y nos hace estar más receptivos a la información. Los ritmos de la música nos ayudan a fijar nuestra atención sobre aquello que estamos leyendo, memorizando o estudiando.

Da igual el estilo musical, podemos estar escuchando heavy, pop, jazz, rock o flamenco. Lo importante aquí es que elijamos según nuestros gustos, ya que nuestro cerebro se encarga de hacer asociaciones. Esto se debe a que ambos hemisferios se unen con fuerza al estar alternando la parte más lógica y verbal con la de la creatividad y la imaginación.

Vía: <http://www.quo.es>

Fuente: El Ciudadano