**Ciências da computação – SPTech School**

Henrique Bechis Santana Coelho

Turma 1CCOA

RA: 02231008

**Música clássica e seus impactos na sociedade**

A influência da musica clássica no desenvolvimento da sociedade, e como o violão clássico e a música sacra são importantes na minha vida

São Paulo - SP

2023

**CONTEXTO**

A música é uma arte de expressão: por meio dos sons, seus elementos consultivos, pode ela traduzir ou evocar os sentimentos ou as impressões, seja com seus próprios meios, seja com o auxílio das outras artes. E comprovadamente, ela trás inúmeros benefícios tanto para quem ouve, quanto principalmente para quem toca.

Um estudo da Universidade de Stanford, intitulado As vantagens de ouvir música: resposta e conectividade do sistema mesolímbico, constatou que ouvir música clássica produz benefícios psicológicos. Os resultados da pesquisa apontaram que, ao ouvir a música, o fluxo de sangue aumenta em diversas áreas do cérebro, ativando as áreas ligadas à autonomia, cognição e emoção, ao mesmo tempo em que outras áreas liberam dopamina.

“A dopamina é uma substância química que, entre outras coisas, afeta o estado emocional e a habilidade de sentir prazer. A liberação de dopamina, que ocorre enquanto outras áreas do cérebro interagem, permite o aumento da sensação de bem-estar. O benefício da música clássica implica no nosso entendimento sobre desordens como depressão, bipolaridade e esquizofrenia”, afirmam os autores do estudo.

Outras vantagens de ouvir musica clássica são:

* A música clássica pode ajudar a reduzir dor e ansiedade:

Um estudo do Instituto do Câncer Duke, nos EUA, descobriu que usar fones de ouvido com cancelamento de ruídos tocando música clássica (no experimento foram utilizados concertos de Bach) reduziu a dor e a ansiedade de uma biópsia da próstata. Os cientistas dizem que, geralmente, o procedimento provoca um pico na pressão arterial diastólica como resultado de estresse e ansiedade. No entanto, nos homens que ouviram a música, não houve tal pico. Além disso, aqueles que usavam fones de ouvido relataram significativamente menos dor associada ao procedimento.

* A música clássica pode baixar a pressão arterial:

Pesquisadores da Universidade de San Diego, na Califórnia, comparou as mudanças na pressão arterial em pacientes que foram solicitados a ouvir as seleções clássicas, jazz ou pop. Aqueles que ouviram música clássica tiveram níveis significativamente mais baixos de pressão arterial sistólica após o experimento, quando comparados com os participantes que não ouviram música alguma ou foram designados para outros estilos musicais.

* A música clássica pode aumentar e despertar emoções:

Uma pesquisa realizada em 2001 na Southern Methodist University, de Dallas, pediu aos alunos que descrevessem o evento ou a experiência mais significativa em suas vidas enquanto ouviam silêncio ou música clássica em segundo plano. Os cientistas descobriram que a música clássica afetou não apenas a resposta emocional e os tipos de linguagem emocional usados, mas também afetou os tópicos que os participantes escolheram divulgar, promover maior expressão e realmente causou um aumento no prazer de ouvir música clássica.

* Ouvir música clássica pode ajudar a reduzir a insônia:

Cientistas da Universidade de Toronto, no Canadá, descobriram que mesmo os pacientes insones conseguiam adormecer ao escutarem algumas músicas clássicas antes de dormir. A pesquisa apontou que ouvir música clássica ajudou os participantes a adormecer mais rapidamente e a permanecerem mais tempo dormindo, mesmo aqueles que acordam regularmente durante a noite.

Segundo os pesquisadores, a música clássica é uma ajuda eficaz para o sono porque usa ritmos e padrões tonais que criam um clima meditativo e ondas cerebrais lentas. As peças mais eficazes para fazer os pacientes dormirem foram as obras de Brahms, Handel, Mozart, Strauss e Bach.

* A música clássica pode promover o desenvolvimento do cérebro em crianças:

Em uma pesquisa conduzida pelo Dr. Gordon Shaw, da Universidade da Califórnia-Irvine, descobriu-se que as crianças que escutaram Mozart e depois estudaram piano, tiveram notas maiores do que as outras em matemática. Outros estudos também apontam que a escuta e a prática da música podem ajudar as crianças a desenvolver habilidades espaciais e verbais, além de promover o autocontrole. O chamado “Efeito Mozart”, por exemplo, diz que um indivíduo que ouve música clássica experimenta um aumento na capacidade de raciocínio espacial. Apesar de temporários, esses ganhos resultam em aumento do QI nas crianças.

* A música clássica exerce um efeito calmante:

Um artigo publicado no Journal of Clinical Nursing, em 2008, apresentou uma pesquisa sobre mulheres grávidas, que relataram níveis reduzidos de estresse, ansiedade e depressão depois de ouvir um CD de 30 minutos de músicas clássicas. Segundo o Dr. Kevin Labar, da Duke University, “a música clássica produz esse efeito calmante ao estimular o cérebro a liberar dopamina (um hormônio associado ao prazer) e inibir a liberação de hormônios do estresse”. Labar enfatiza, no entanto, que se você não gosta de música clássica, você não terá o mesmo efeito, e que outros métodos de relaxamento podem ser mais adequados.

* Os bebês podem até crescerem mais rapidamente em resposta a música clássica:

Estudos feitos em Tel Aviv, Israel, sugerem que a música pode ser um componente chave para ajudar os bebês prematuros a crescer e ser saudáveis. O professor universitário Dror Mandel e o Dr. Ronit Lubetzky, ambos da Universidade de Tel Aviv, expuseram bebês prematuros a meia hora de Mozart todos os dias, com resultados notáveis. Os bebês que ouviram a música cresceram muito mais rapidamente do que aqueles que não foram expostos ao estímulo musical.

Os pesquisadores ainda não têm certeza do que está causando o efeito, mas acham que isso tem a ver com as propriedades calmantes da música clássica, que podem ajudar a reduzir o estresse e estimular o sistema imunológico até mesmo dos ouvintes mais jovens. Independentemente da causa, o efeito é outra ferramenta que pode ajudar os bebês prematuros a ganhar peso, crescer e ser mandados para casa com seus pais ansiosos semanas antes.

**Referencias:**

https://sesies.com.br/7-motivos-para-ouvir-musica-classica/#1536673906159-370e1d7d-b769