David Marquez Mínguez

Adrián Marquez Mínguez Víctor Pablo Prado

Imagen que contiene texto, mapa

Descripción generada automáticamente

EFECTO DE LA MUSICA EN EL CEREBRO

INDICE

1. Introducción
   1. Objetivos de la practica
   2. Motivación
2. El origen de la música ambiental.
3. Influencia y tipo de música en los negocios.
4. Ambientación musical para un negocio.
5. Efecto de la música en el cerebro
   1. Efecto de la música en centros comerciales.
      1. Como afecta la música en las ventas.
      2. Beneficios y contras.
      3. Ejemplos.
   2. Efecto de la música en centro de trabajo.
      1. Como afecta la música en la concentración.
      2. Beneficios y contras.
      3. Ejemplos.
   3. Efecto de la música en salas de espera de hospitales.
      1. Como afecta la música en la relajación.
      2. Beneficios y contras.
      3. Ejemplos.
6. Música libre de derechos de autor (música de fondo para negocios y sus salas de espera).
7. Conclusiones.
8. Bibliografía.
9. INTRODUCCION

En cuanto al trabajo realizado, efecto de la música en el cerebro, se presentan diferentes aspectos en los que aparece la música como forma de inferir algún cambio sobre el cerebro, ya se tener una mayor concentración a la hora de realizar una actividad, aumentar las ganas de comprar o incluso el efecto de la música en el estado de ánimo de un paciente en la sala de espera de un centro médico.

Además se incluyen algunos aspectos relativos a la influencia de la música en un negocio, como influye el tipo de música en cada negocio e incluso como influye la emisión del sonido en los clientes.

Finalmente se incluyen algunas canciones libres de derechos de autor que aparecen en algunos negocios, donde se presentan diferentes plataforma y aplicaciones.

* 1. OBJETIVOS

El objetivo de esta práctica es mostrar la influencia de la música en el cerebro. Sin ningún tipo de investigación, podríamos pensar que la música tiene algún tipo de influencia sobre el cerebro, pero esta influencia no es muy relevante. Con este trabajo también queremos mostrar que eso no es así, la música no solo es importante en nuestro estado de ánimo, sino que también como se muestra a lo largo del trabajo influye en nuestra motivación a comprar, a trabajar…

* 1. MOTIVACION

Cuando se nos dijo que teníamos que realizar un trabajo sobre algún tema relacionado con la música, nos pareció interesante el hecho de poder investigar sobre cómo está relacionada la música no solo con nuestras emociones, sino con nuestro cerebro de forma más general. Como influye la música a la hora de comprar, a la hora de trabajar; y no solo la influencia de la música sino la forma de transmitir la misma e incluso el tipo de música son relevantes en cierto sentido.

2. EL ORIGEN DE LA MUSICA AMBIENTAL

Para ver cómo se originó la música ambiental hay que remontarse al año 1910, donde un general de división, George Squier inventó el hilo ambiental **Muzak**. Este fue inventado para relajar a la gente en los ascensores de los rascacielos en los años 20 (que por aquel entonces eran muy lentos), pero décadas después la podemos escuchar en tiendas, restaurantes, empresas o teléfonos.

Es decir, el “género” Muzak es un hilo musical creado *para no ser escuchado*. Ha estado presente acompañando a los clientes de peluquerías, consultas médicas, centros comerciales y lugares de trabajo. Incluso la Nasa reconoció que la usaba para evitar el estrés de sus astronautas y el presidente Eisenhower confesó que instaló hilo musical en toda la Casa Blanca.

Muzak Corporation fue acusada de incentivar el consumo masivo por medio de sus hilos musicales. Sin embargo, el Muzak obtuvo tanto éxito que hizo posible la creación y el origen de un nuevo género: **la música ambiental**, que hizo multimillonario a Brian Eno cuando creó en los 70 un álbum de música para aeropuertos.

Tal es la importancia del Muzak en nuestra sociedad que se creó un cortometraje (24 minutos) en 1917 para que este hilo musical perdurase en futuros venideros: 'Thank you for the Muzak'.

VÍDEO (<https://www.youtube.com/watch?v=wpRWOxRnYy4>).

3. INFLUENCIA Y TIPO DE MUSICA EN LOS NEGOCIOS

La pregunta que nos hacemos es, ¿Influye el tipo de música según el negocio? ¿Y si es así, que tipo de música es mejor para cada negocio y porque?.

Diversos estudios han demostrado que los consumidores pasan más tiempo en un establecimiento y compran más cuando hay música en el local. La música se puede usar para hacer que un negocio sea más atractivo y que haga que la gente quiera regresar, incluso si no tienen planes de comprar. Obviamente es importante elegir aquellas canciones que vayan de acuerdo con tu público objetivo.

Por ello en centros de masajes la música que predomina es la música ambiental ya que estos sonidos ayudan a relajar. Para el caso de los Restaurantes, reproducir música lenta, hace que los clientes permanezcan más tiempo para disfrutar y degustar con placer el menú ofrecido. Para el sector de Bares o Pubs, pensamos y diseñamos canales musicales donde la música debe ser movida y estar a un volumen fuerte con el fin de inhibir la conversación y provocar que la gente beba más y lo haga más rápido.

Como vemos la música influye de manera muy notable en todas y cada una de las actividades que se nos ocurran, ya sea positiva o negativamente. Como se explicara en el siguiente aparatado, una mala emisión del sonio incluso una mala elección del tipo de música elegida dependiendo del negocio, puede hacer que este pierda clientes.

4. AMBIENTACION MUSICAL PARA UN NEGOCIO

En el apartado anterior, explicamos el tipo de música dependiendo del negocio. Pero ¿porque un negocio debería ambientar musicalmente su establecimiento? El hecho es, que todo se basa en el marketing y en cómo influye la música en nuestro cerebro.

Dentro de cada negocio, existen elementos fundamentales que forman una parte importante de lo que ofrecen, por ejemplo, su decoración, su vestimenta, etc. Por lo tanto, una parte importante también es la ambientación musical de la misma.

La clave de la ambientación musical es la calidad del sonido, una gran parte de las reacciones negativas a la ambientación musical viene dada por la recepción de sonidos inadecuados o de mala calidad. Lo más importante es ofrecer un sonido de alta calidad a los clientes. Algunas de las consideraciones a tener en cuenta son las siguientes:

1. **Numero de altavoces:**

La clave para la elección de los altavoces es sonorizar de manera uniforme todo el local, es decir, que la calidad y la intensidad del sonido sea la misma en cualquier parte del negocio. Cuando la cantidad de altavoces es menor de la necesaria, se corre el riesgo de que en unas zonas del negocio el volumen sea muy alto, y en otras no sea suficiente para proporcionar intimidad, por lo que la ambientación musical no cumplirá los fines para los que se ha diseñado.

1. **Tipos de altavoces:**

Los altavoces más utilizados en la tienda son los empotrados en el techo y los altavoces fijados a la pared. Los altavoces empotrados en el techo tienen la ventaja de que el techo hace de caja de resonancia, aspecto fundamental para la reproducción de los sonidos graves. Los altavoces fijados a la pared tienen la ventaja de poder ser direccionados hacia los clientes, con lo que aumentan las posibilidades de que lleguen al cliente las frecuencias agudas.

1. **Calidad de los altavoces:**

En ocasiones, no se le da importancia a la calidad de los altavoces, y es clave para la reproducción de un sonido de alta calidad. A veces, se suelen emplear altavoces de bajo coste diseñados para otros usos como minicadenas o barras de sonido. Lo malo de estas opciones es que no son capaces de reproducir ciertas frecuencias y que no están diseñados para usos intensivos, por lo que suelen ofrecer un sonido pobre y distorsionado que puede producir incomodidad al cliente.

1. **Frecuencia:**

Se consideran frecuencias audibles las comprendidas entre los 20Hz y los 20.000Hz. Los tonos se clasifican en función del rango de frecuencias en el que están comprendidos y son, básicamente, graves (16 a 256Hz), medios (256 a 2.000Hz) y agudos (2.000 a 16.000Hz). Un buen rango de frecuencias para un altavoz podría estar entre los 120Hz y los 20.000Hz (o 20KHz).

1. **Sensibilidad:**

En cuanto a la sensibilidad de los altavoces, debemos recordar que cuanto mayor sea la sensibilidad, menor será la potencia necesaria para conseguir la misma presión sonora. La sensibilidad se mide en decibelios y una buena sensibilidad estaría entre 86 y 93db.

1. **Tipos de sonido:**

Para una buena elección de una caja acústica, es muy importante saber qué tipo de música pondremos en nuestro local. Existen altavoces especiales para la música clásica, rock o el cine. Esto es algo importante si queremos conseguir una buena calidad de sonido.

5. EFECTO DE LA MUSICA EN EL CEREBRO

La música, aumenta la producción de oxitocina, comúnmente denominada hormona de la alegría, lo que provoca una mayor predisposición a realizar una cierta actividad. Por otro lado, el ritmo de la música condiciona nuestra actividad, aumentando o disminuyendo nuestro ritmo cardiaco y por lo tanto condicionando nuestra relajación o aceleración corporal.

Imagen que contiene texto

Descripción generada automáticamente

Este efecto de la música se produce sobre nuestro pensamiento, nuestro estado de ánimo, nuestra concentración, e incluso nuestra forma de ver el mundo. Por ello, hemos decidido dividir este apartado en tres diferentes puntos. El efecto de la música en el cerebro a la hora de realizar un trabajo, el efecto de la música en el cerebro a la hora de comprar, y el efecto de la música en el cerebro en la relajación.

5.1. EFECTO DE LA MUSICA EN CENTROS COMERCIALES

Si es cierto aquello de que «la música amansa a las fieras», ¿Por qué no utilizarla para atraer a nuestros clientes? Lo cierto es que la música cuenta con innumerables beneficios que se han traslado al marketing de grandes centros comerciales.

Ya que como ha quedado demostrado en numerosos estudios la influencia de la música en el comportamiento, también se ve reflejado en los hábitos de compra de los seres humanos.

5.1.1. COMO AFECTA LA MUSICA EN LAS VENTAS

Con el fin de alcanzar al máximo número de clientes es importante tener en cuenta el tipo de música según el negocio que tengamos ya que esta variara entre rápida o lenta según el mismo.

Además, es importante la afluencia de público en el mismo. Dependiendo de la afluencia de pública utilizan una música más relajada para incitar a un consumo lento y pausada. La razón, entre otras, es la condición de que muchas personas entran en un establecimiento si hay más clientes porque da confianza. De ahí que lleve al establecimiento a intentar alargar la estancia.

En el lado opuesto esta la música rápida que obliga de una forma consciente para el comerciante e inconsciente para el público a comprar de una forma más rápida e impulsiva con el fin de hacer la máxima caja posible.

5.1.2. BENEFICIOS Y CONTRAS

A continuación, se va a mostrar una tabla con los pros y los contras de escuchar música en un centro comercial

|  |  |
| --- | --- |
| **PRO** | **CONTRAS** |
| Las marcas con música que se ajusta a su identidad son más recordadas. | El uso de una música inadecuada puede provocar el malestar de los clientes. |
| Los clientes permanecen más tiempo en la tienda si les gusta la música. | La música a muy alto volumen puede dificultar la conversación entre clientes o entre trabajadores y clientes. |
| Los clientes compran más si les gusta la música de la tienda. |  |

5.1.3. EJEMPLOS

A continuación, se van a mostrar una serie de ejemplos de música utilizada comúnmente en centro comerciales, estas se pueden clasificar en dos secciones, música lenta y música rápida.

Como ejemplos de música rápida podemos observar las utilizadas en tiendas muy transitadas con el fin de agilizar el flujo de clientes.

1.- Magnets-Disclosure,Lorde

2.-Chariots-Paper Route

Como ejemplos de musica lenta podemos observar las utilizadas en tiendas muy transitadas con el fin de crear un ambiente relajado.

1.- Love Yourself-Justin Bieber

5.2. EFECTO DE LA MUSICA EN CENTROS DE TRABAJO

Diversos estudios afirman que la música en los centros de trabajo puede tener un impacto sobre el rendimiento de los trabajadores, pues así se elude el ruido de teclados, susurros…

Cuando el trabajador escucha la música que le gusta, se produce una cierta sustancia llamada dopamina, que ayuda a evitar el estrés. Así, la música puede ayudar a conseguir mejores resultados en el trabajo, aunque no siempre es así, pues no todos los trabajadores reaccionan igual ante la música, por lo que habrá personas que no son más productivas en un ambiente en el que suene la música

5.2.1. COMO AFECTA LA MUSICA EN LA CONCENTRACION

En primer lugar, el efecto que la música produce sobre la concentración puede ser subjetivo, pues puede cortar la concentración y convertirse en un medio para la distracción o puede ser un medio que ayude a la misma. También puede tener un efecto catártico en el sentido que puede ayudar a eliminar tensiones, evocan situaciones traumáticas y permiten que afloren a la conciencia sentimientos subconscientes y perturbadores.

La música tiene un papel muy importante en la sociedad y por ello se dice que tiene un efecto positivo en la mente y en el cuerpo. La música posee un efecto positivo en el sistema hormonal que conlleva que el cerebro se concentre más fácilmente y asimile más información en menos tiempo.

Las canciones y género de música podrían tener efectos diferenciales sobre el rendimiento de las personas en pruebas o en actividades de aprendizaje, esto depende de los participantes o de su nivel o estado de ánimo, así pues, ciertos tipos de música optimizan el estado de ánimo y por lo tanto hacen mejor el rendimiento. La música engloba todos los sentidos, aunque típicamente pensemos en la música como una forma de arte, también provee una estimulación visual, táctil que nos ofrece oportunidades para responder a través de estos canales.

Por ejemplo, algunos cirujanos utilizan música durante sus operaciones para bloquear distracciones y concentrarse. Esto funciona gracias a que procesar música y realizar actividades manuales son procesos que no compiten entre sí a nivel cerebral.

Por el contrario, escuchar música en el trabajo puede no ser tan positivo para ciertas personas o para ciertos trabajos. Se dice que la música ayuda a la concentración de manera subjetiva pues es muy dependiente del género, el tipo de trabajo e incluso de la persona.

5.2.2 BENEFICIOS Y CONTRAS

A continuación, se va a mostrar una tabla con los pros y los contras de escuchar música en un ambiente de trabajo.

|  |  |
| --- | --- |
| **PROS** | **CONTRAS** |
| Escuchar música puede aumentar la productividad en el trabajo. | Escuchar música y concentrarse es subjetivo, puede que a algunas personas les sea útil, pero puede que a otras no. |
| La música con ritmos fuertes hace que la concentración sea más aguda. Escuchar música suave, mejora la capacidad de concentrarse durante más tiempo. | Escuchar música mientras se realizan tareas que requieren un alto nivel de concentración puede ser perjudicial. |
| La música también puede ser usada para trasladarnos a un estado de ánimo mucho más positivo pues aumenta la autoestima y confianza. | Si la música que se está escuchando es contraria al gusto del oyente, puede generar tensión e irritación. |
| Dependiendo del género musical, la música puede ayudar a relajarnos si nos encontramos en una situación de estrés laboral. | Algunos géneros musicales no ayudan a la hora de concentrarse pues pueden resultar demasiados ruidosos e irritantes. |
| Nos aísla de ruidos externos como cuchicheos, sonidos de alarmas, teclados… |  |

5.2.3. EJEMPLOS

A continuación, se van a mostrar una serie de ejemplos de géneros/canciones para aumentar la concentración. Como ya se ha dicho anteriormente, no todo tipo de música es buena para la concentración, sino que depende del tipo de trabajo, por ello se va a distinguir el género musical conveniente para cada actividad.

* Si vamos a realizar una tarea que requiera más actividad física que actividad mental, podemos optar por un género musical más atrevido con el rock o la música electrónica puede ser de gran ayuda, dependiendo del gusto de cada uno.

1.- AC/DC – Thunderstruck

2.- Klaudia Gawlas - Niet

* Si, por el contrario, vamos a realizar una actividad donde el uso del lenguaje sea muy utilizado, como por ejemplo el periodismo, canciones en las que se incluya letra en la misma puede ser una mala decisión. En este tipo de casos, la mejor opción sería escuchar una instrumental, además en este caso también influye el género, pues dependiendo del nivel de concentración necesario un tipo de música será mejor opciones otra.

1.- Chill Out House Electronic Study Music

2.- Marron 5 – Memories (Instrumental)

* Si estamos realizando un trabajo que requiera un gran nivel de concentración, la mejor opción en este tipo de casos es la música clásica, o también podemos optar por sonidos de la naturaleza.

1.- Chopin - Marche Funèbre (Funeral March)

2.- Beethoven - Sonata de Claro de Luna(Moonlight Sonata)

5.3. EFECTO DE LA MUSICA EN SALAS DE ESPERA DE HOSPITALES

5.3.1. COMO AFECTA LA MUSICA EN LA RELAJACION

Las salas de espera de los hospitales, ambulatorios, centros de salud… Es de decir, de los consultorios médicos tienen bastante afluencia debido a que día tras el ser humano sufre y padece inconvenientes en su salud.

La mayoría de los pacientes que se encuentran en estas salas de espera de los consultorios médicos padecen de las sensaciones de ansiedad, estrés y nerviosismo. Esto se debe a que no siempre se sabe cuál va a ser el diagnóstico, tampoco si la operación o prueba a la que va a someterse va a resultar dolorosa… También hay que destacar que estas sensaciones afectan a la comunicación con el médico; es por ello, que en la gran mayoría de las salas siempre se encuentra una música ambiental de fondo.

Esta música reduce en mayor o menor parte, según el paciente la ansiedad, estrés y nerviosismo que estos padecen, no obstante, lo importante es que llegan al paciente y que estos encuentren de la manera posible un equilibrio emocional y físico.

Varios aspectos que hay que tratar y tener en cuenta sobre este tipo de música ambiental son los siguientes:

1. Debe tratarse de una música que tenga un género que ayude a los pacientes y que haga que estos se sientan en un ambiente mucho más tranquilo y agradable que con el que se suelen encontrar.
2. Encontrar una música que inyecte un plus de ánimo a los pacientes, además que facilite las relaciones humanas entre los empleados.
3. No hay que emplear únicamente un género específico, ya que a los pacientes del consultorio se pueden cansar y aburrir, por ello, lo mejor es ir seleccionando canciones que varíen en cuanto a géneros. Una aclaración se trata de que no todos los géneros son óptimos para hacer uso de ellos en este tipo de ocasión.
4. Se ha de tener controlada y vigilada la calidad y el volumen de la música, ya que, si no sucede esto, entonces los pacientes no lograrán relajarse e inclusive pueden llegar a ponerse más nerviosos. Además, si el volumen es demasiado alto puede llegar a dificultar la comunicación entre doctor y paciente.

Todo ello con el principal objetivo de establecer que las sensaciones del paciente se encuentren lo más equilibrado posible.

5.3.2. BENEFICIOS Y CONTRAS

Los principales beneficios en los pacientes que encontramos en que exista música de ambiental en los consultorios médicos son:

|  |  |
| --- | --- |
| **PRO** | **CONTRAS** |
| Ayuda a acelerar el proceso de cicatrización de los pacientes que han sufrido una intervención quirúrgica. Es por ello, que la música para consultorios médicos es perfecta para post operatorios de mayor o menor gravedad. |  |
| La música del género clásico ayuda a sensibilizar el cerebro del paciente. Sin embargo, esto puede afectarle o no a la persona, ya que depende de que le guste el género clásico. |  |
| Aumenta la comunicación neuronal, la elasticidad y la plasticidad del cerebro; es decir, la música es como un gimnasio para nuestro cerebro. |  |
| Una melodía suave y con un volumen aceptable, sirve para disminuir la presión arterial y las respuestas al miedo. |  |

Por otro lado, no podemos encontrar ningún tipo de contras en esta implantación de la música en las salas de espera, ya que se utiliza únicamente para u bien común.

5.3.3. EJEMPLOS

Como hemos visto, no todos los géneros musicales pueden transmitir los mismos sentimientos y sensaciones, en este caso (para la música de las salas de espera de los hospitales), no todos pueden transmitir tranquilidad y serenidad en un momento de tensión.

Para este tipo de situaciones en concreto, vemos que necesitamos una música tranquila, sin sobresaltas y con voces melódicas o completamente instrumental. Es por ello, que los géneros musicales más destacados para este caso son las siguientes:

* **Bossa Nova**: Género musical de la música popular brasileña derivado de la samba y con una fuerte influencia del jazz. Utilizada hoy en día para crear entornos agradables y elegantes; este género tratará de proporcionar alegría a los pacientes, además de darles energía.

1. [*Ejemplo Bossa Nova*](https://www.youtube.com/watch?v=2lhxvpmldek)*: Recopilación de 15 temas del género de Bossa Nova.*

* **Música clásica**: Género que se refiere a las composiciones musicales que abarcan el período llamado clasicismo musical ubicado entre los años 1750 y 1820. En este caso, se produce una liberación del estrés y produce un ambiente de tranquilidad y armonía en el paciente. Dentro de este género, el subgénero predominante que más destaca es la Música para piano.

1. [*Ejemplo Música clásica*](https://www.youtube.com/watch?v=VFeRTANr_sw)*: 1 Hora de la pieza "Sonata Claro de Luna" (Moonlight Sonata) de Beethoven con sonidos ambientales de fondo para una mayor tranquilidad y serenidad.*

* **Sonidos de la naturaleza**: Los sonidos naturales son aquellos producidos por elementos de la naturaleza como animales, la lluvia, el mar, el hombre, el viento… Este tipo de “género”, consigue que el paciente logre relajarse e incluso desconectar.

1. [*Ejemplo Sonidos de la naturaleza*](https://www.youtube.com/watch?v=xkUyIYfmTmg)*: Relajarse con el sonido del mar y la hermosa playa, olas del mar, sol y mucha paz para meditar, dormir, relajarse y calmar la mente.*

6. MUSICA LIBRE DE DERECHOS DE AUTOR

Como hemos especificado en todos los puntos anteriormente citados, la música es un elemento fundamental para tenerlo en cuenta en nuestras empresas. Sin embargo, la gran pregunta de muchas de estas es que dónde pueden encontrar música libre de derechos de autor.

Para ello existen varias plataformas y aplicaciones:

* **Soundtrack Your Brand**: Mismas personas que conforman Spotify y la mejor opción en esta industria. Ofrece una plataforma de transmisión de música, con licencia para locales comerciales y públicos. El coste es de 24,99€ por mes.
* **Cloud Cover Music**: Solo disponible para la zona de Estados Unidos y Canadá. precios empiezan en $17.95/mes por local.
* **Winkow**: Especializado en música para consultorios médicos y salas de espera, tienen una base de datos de más de 500.000 canciones seleccionadas previamente distribuidas entre 110 canales. El precio es de 19$ al mes.
* **Kasimu**: Ofrece por su parte 12 canales musicales por un precio de 14,99€/mes.
* **Soundreef**: l coste, varía según los metros cuadrados de tu tienda o local.
* **Brandtrack**: Una de las mejores opciones, sin duda alguna. Empezando por 19$ al mes para locales de una sola tienda física, ofrece más de 120 canales musicales diseñados por expertos DJ’s, con canciones que se actualizan de forma mensual.

Otra opción si no disponemos de un ordenador y/o conexión a internet y/o altavoces en la sala, se trataría de instalar un televisor en el cual podamos poner música.

7. CONCLUSION

Como hemos visto a lo largo del documento la música ayuda a disminuir la ansiedad, provoca estados de ánimo positivos.

La música afecta a tu estado de ánimo en cualquier lugar, tu automóvil, tu oficina o tu casa. Incluso puede llegar a contribuir en cómo te sientes dentro de una tienda de un centro comercial e influya en tu decisión de comprar.

8.- Bibliografía.

<https://www.emprender-facil.com/musica-para-atraer-clientes-al-negocio/>

## https://www.kasimu.com/musica-para-consultorios-medicos/

<https://www.saludiario.com/importancia-de-la-musica-ambiental-en-tu-sala-de-espera/>

<https://www.ujmd.edu.sv/wp-content/uploads/2018/01/Boletin_Psique_Mayo_2015.pdf>

<http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v80n1/a08v80n1>

<https://legismusic.com/es/musica-para-salas-de-espera/>

<https://www.lasexta.com/noticias/cultura/el-exito-de-muzak-la-musica-que-siempre-nos-acompana-y-a-la-que-nunca-prestamos-atencion_201910025d94c6ad0cf2b474037381ed.html>