

Llega el turno de la música. En el capítulo 3 también hablé de ella brevemente, para desmitificar el dicho de que si un niño escucha las creaciones de un determinado músico será más inteligente. Pero esto no significa, en ningún caso, que la música sea innecesaria. Todo lo contrario. Cuando se examina el cerebro de personas que están escuchando música y se compara con el de personas que realizan otras actividades, se observa que la música es prácticamente la única actividad que activa, estimula y utiliza todo el cerebro. Y, como he dicho varias veces, cuanto más amplias sean las redes neurales que sustentan un aprendizaje, mejor lo recordaremos y con más eficiencia lo podremos utilizar. Además, la música comparte algunas redes con otras actividades mentales, como la logicomatemática, la de toma de decisiones y el control ejecutivo, el lenguaje e, incluso, la corteza motora. Por eso cuando escuchamos música que tiene un cierto ritmo nos es difícil evitar ponernos a bailar, o al menos no podemos evitar seguir el ritmo con un pie, una pierna o una mano. Por lo tanto, escuchar música, disfrutarla y practicarla, es una de las gimnasias cerebrales más completas que hay. Además, se ha visto que la música estimula el sistema de recompensa del

cerebro y hace sentir bien a las personas, mejora la atención y el autocontrol y, muy importante también, estimula las emociones, sin duda unos aspectos muy beneficiosos para la educación en general. Como en el caso de la educación deportiva, psicomotriz, plástica y artística, ¿son necesarias más razones para justificar la importancia de la música en los aprendizajes? Cada día deberíamos escuchar un poco de música para activar el cerebro, además de dedicar de vez en cuando ratos más largos para practicarla, por supuesto.