

A influência da música e do som no corpo e comportamento da criança.

Artigo: Prof Marcos L Souza

Pedagogo – Escritor - Psicopedagogo – Historiador – Licenciado em Música – especializado em educação musical – Educação infantil e Alfabetização – Mestre em Filosofia.

Tome cuidado com o que seu filho está ouvindo. Certos tipos de música são verdadeiras toxinas neurais e fazem o mesmo efeito devastador ou em muitos casos pior, se comparado ao uso de drogas.

Há certo tempo como pedagogo e educador musical, venho observando e registrando em minhas aulas, casos de agressividade, stress agudo, depressão, síndrome do pânico, cansaço, dores intestinais, mal comportamento, perda de concentração, além de várias doenças diversas e pude perceber que na maioria dos casos estavam ligados diretamente a exposição excessiva ao sons e ruídos, principalmente sons (Discordantes), sons e barulhos produzidos no ambiente familiar em que estavam expostos ou por práticas incorretas do uso de alguns acessórios de música, como o uso prolongado de fones de ouvido, percebi nitidamente que meus alunos entre 04 e 12 anos de idade, desenvolveram e ou agravaram vários distúrbios e transtornos causados principalmente por estes fenômenos e em todos os casos também registrei que entre 10 de cada 10 alunos ou seja 100% deles, adoravam um estilo musical ou repertório musical não conivente com a idade, músicas geralmente com a rítmica alterada tanto por síncope ou por polirritmia, músicas eletrônicas, isto falando somente no campo sonoro ou seja, analisando somente o som, sem falar em letras e composições. Por esta preocupação como educador resolvi escrever sobre o assunto a fim de alertar os pais para que mudassem o comportamento e estilos musicais no ambiente familiar, pois bem, em 6 meses tive uma grata surpresa de que 60% deles mudaram radicalmente e tiveram melhoras significativas quanto ao comportamento e doenças psicossomáticas, todos influenciados pela mudança no comportamento musical ou seja, pararam de ouvir o que estavam ouvindo e

experimentaram músicas adequadas para a idade. A partir deste ponto todos eles deixaram de ser ouvintes e passaram a ser apreciadores musicais.

Definição

Som: São ondas de compressão e descompressão do ar “Vibração”. A compressão e descompressão dos instrumentos produz vibração que nosso corpo recebe através de estímulos elétricos e são enviados para o cérebro que traduz este fenômeno dando-lhe o nome de som.

Ruído: É um som com comprimento de onda indefinida (forte, fraca, grave, aguda)

Sons e ruídos (Desconcertantes) barulhos ensurdecedores ou não, são ondas sonoras com acentuação rítmica alterada (Tempo forte contínuo “TUM TUM TUM TUM”, ou seja, sons produzidos por elementos **rítmicos** como, por exemplo: **sincope** ou **polirritmia (alteração do tempo forte)** .

Estas ondas sonoras são recebidas pelo nosso corpo que por sua vez as converte em pulsos elétricos e posteriormente são levadas por células receptoras do ouvido até o cérebro (Uma viagem por todo o sistema nervoso). Acima de 90DB as frequências sonoras ou ruídos fazem todo nosso corpo vibrar (As células e nervos da pele são capazes de sentir as ondas sonoras) **então além de ouvir, também podemos sentir o som**. Nosso corpo recebe estas ondas sonoras alteradas ou ruídos desconcertantes e as identifica como agressão ou ataque a ele próprio, colocando todo sistema de defesa do organismo em alerta. Por isso certos tipos de sons e ruídos afetam diretamente o **“Sistema Límbico”** que é o responsável pelo controle das emoções e controle de hormônios, liberando stress, ansiedade, mal estar e que automaticamente afeta todo o sistema nervoso e imunológico do corpo produzindo (vulnerabilidade) deixando o mesmo desprotegido para ataques de várias doenças como (Viroses) e inflamações como (rinite, artrite). A resposta de reação de nosso corpo pode ser imediata, em médio prazo ou em longo prazo, como nos exemplos a seguir;

- **Resposta em curto prazo:** Alta queima de energia, liberação de alta quantidade de adrenalina, tonturas, desmaios, náuseas, distúrbios gástricos intestinais, mal estar, vômitos, falha dos sentidos, arritmia cardíaca, parada cardíaca, infarto, óbito.

Ex: Uma exposição em curto prazo a esses ruídos ou ritmos sincopados ou com polirritmia podem causar; desmaios em casamentos, mal estar e lugares com som muito alto, disfunção no intestino em locais inapropriados como (Shows, trânsito) dores intestinais agudas etc .

➤ **Resposta em médio prazo:** Perca de energia, cansaço, fadiga, falha dos órgãos (pâncreas, rins, visão)

Ex: a exposição em médio prazo a esses ruídos e sons discordantes provoca: Dores de cabeça, Arritmia, ansiedade, agitação, úlceras, gastrites, desequilíbrio hormonal, inflamações em todo sistema nervoso.

➤ **Resposta em longo prazo:** Desequilíbrio hormonal, stress, ansiedade, inflamações em todo sistema nervoso, surdez, morte das células, distúrbios gástricos, depressão, vício, dependência, problemas cardíacos agudos, problemas respiratórios agudos, asma, rinite, enxaqueca, falência dos órgãos, problemas renais crônicos, problemas no sistema nervoso central, esquizofrenia, doenças psicossomáticas, etc.

- O sistema límbico (Emoção) passa a desenvolver o papel do córtex frontal (Razão).

➤ ***O sistema límbico estimulado pela polirritmia, músicas sincopadas, podem inibir o tônus muscular fazendo a pessoa desmaiar, ou entrar em transe ou até mesmo em hipnose.***

- **A sirenes de um carro de polícia, bombeiro, escola:** Geralmente produzem alerta, medo, euforia, **distúrbios gástricos intestinais.**

- **O motorzinho do dentista:** Pode provocar pânico, medo, indisposição, **distúrbios gástricos intestinais.**

- **O riscar de um objeto em uma superfície:** Este ruído desconcertante pode provocar; náuseas, vômitos, indisposição e pânico, **distúrbios gástricos intestinais.**

- **Acentuação rítmica alterada (Sincope, polirritmia); como na música “Tubarão” ou “guerra nas estrelas” ou “marcha nupcial”:** Alteram os sentidos, produz ataque de pânico, medo, terror, alerta, **distúrbios gástricos intestinais**, além aumentar a quantidade de substâncias como “Adrenalina” (Provoca emoções alteradas como choro, gritos) e conseqüentemente diminuir a substância “Endorfina” que é a substância que controla os níveis de stress e de bem-estar no nosso corpo.

- **Uma explosão:** Pode causar; medo, alerta, ataque de pânico, ansiedade, stress, **distúrbios gástricos intestinais.**

- **O som do trovão:** Alerta, medo, ansiedade, ataque de pânico, **distúrbios gástricos intestinais.**

Este é um tema considerável e é fruto de pesquisas e debates no mundo todo, por isso fica um alerta para todos nós para nos preocuparmos mais com estes distúrbios que nos afetam diariamente, pois somos rodeados de sons e ruídos o tempo todo, seja no trabalho, no trânsito ou em qualquer lugar.

É indispensável que tenhamos um momento de silêncio e relax no fim do dia, é indispensável se habituar a ouvir músicas com ritmos concordantes (sem alteração rítmica), sabe o que isso faz? Simplesmente estimula o córtex frontal (**Parte do cérebro que coordena a razão**), o raciocínio lógico, exercitando a inteligência e estimulando o bem estar do corpo, fazendo com que o sistema imunológico e o sistema nervoso funcionem muito melhor, prevenindo inúmeras doenças e distúrbios que podem nos afetar diretamente.

Não estou falando aqui sobre qual estilo musical é certo ou qual pode causar problemas, mais queria somente deixar uma observação: A música concordante, ou seja, sem alteração rítmica é extremamente benéfica para o corpo e mente, um exemplo claro é o benefício da música clássica no desenvolvimento do caráter, no desenvolvimento educacional e social de uma criança, bebê ou até mesmo um feto em formação na barriguinha da mamãe.