

Medio	El Mercurio
Fecha	31-8-2014
Mención	El canto y el baile son grandes aliados del desarrollo físico y social de las guaguas. Habla Javiera Navarro, directora del Programa de Vínculo Temprano de la Facultad de Psicología de la UAH.

Investigaciones muestran los beneficios de la música a temprana edad:

El canto y el baile son grandes aliados del desarrollo físico y social de las guaguas

Prematuros que escuchan cantar a sus madres estabilizan mejor sus ritmos fisiológicos y niños que se mueven al mismo ritmo que otra persona se vuelven más cooperadores y altruistas, revelan estudios.



Los niños que se mueven al ritmo de la música con un adulto u otro niño se vuelven más colaboradores. Investigadoras plantean que la música en salas cuna y jardines infantiles ayudaría a construir un clima social de cooperación entre los niños.

CRISTIAN CARVALLO



El sonido que escucha un prematuro cuando su mamá le canta mientras lo tiene en contacto con su piel semeja al que escuchaba cuando estaba en el útero. Esto contribuiría a acelerar la maduración de su sistema nervioso.

ALEX VALDES

No importa si la mamá desajusta o si el ritmo es un vals o un regetton. Cuando una guagua escucha el sonido de una canción o se mueve al unísono con un adulto u otro niño, se generan beneficios que van más allá de un buen momento musical.

Diversos estudios con niños entre 1 y 11 años han mostrado que el estado que logran cuando bailan, cantan o se mueven al unísono con otros contribuye a desarrollar su socialización y altruismo.

Una experiencia reciente fue realizada por psicólogas de la Universidad de McMaster (Canadá). Según publican en la revista *Developmental Science*, niños de 14 meses con quienes un adulto bailaba, balanceándose al unísono al ritmo de la música, luego estaban más dispuestos a ayudar a esa persona.

Ritmo y empatía

En el 50% de los casos, el niño recogía y le acercaba al adulto un objeto que se le caía "accidentalmente". En tanto, los niños que habían sido balanceados de forma asincrónica ayudaban al adulto solo en 30% de las oportunidades.

Para la psicóloga Javiera Navarro, directora del Programa de Vínculo Temprano de la Universidad Alberto Hurtado, estos resultados "reflejan lo que la investigación en interacciones tempranas suele comparar con una armonía o una danza que se genera cuando hay una buena vinculación entre un bebé y su madre, padre u otro cuidador, aun cuando no haya realmente una música sonando".

De hecho, las autoras señalan que "no es claro que la música sea necesaria, sino que es más bien el seguir un ritmo a intervalos regulares lo que estimula un movimiento sincrónico entre las personas".

Compartir este balanceo simultáneo ayuda a sentirnos conectados con otros, por lo que inspira conductas altruistas, señalan.

Estudios previos muestran que ese efecto permanece en el tiempo. Investigadores del Instituto Max Planck de Antropología Evolutiva, determinaron que niños de 4 años que caminaban y cantaban juntos al ritmo de la música que emitía un juguete, luego tendían a ayudar más a otros en actividades como recoger bolitas que se caían, en comparación con los que cantaron solos. Además, elegían con mayor frecuencia soluciones cooperativas frente a una tarea.

Para Navarro, esto tiene mucho sentido. "Es justamente en las relaciones y vínculos relevantes con otros que los niños aprenden a regularse afectivamente, crecen emocionalmente y desarrollan luego conductas

prosociales, como colaborar, socializar o empatizar".

Entre niños mayores se han hallado reacciones similares. Un estudio del Centro de Música y Ciencia de la U. de Cambridge, en Inglaterra, que analizó el comportamiento de dos grupos de niños y niñas de 8 a 11 años, concluyó que el grupo que debía jugar a coordinarse rítmicamente, mostraba luego más alegría por la felicidad de otros y mayor capacidad para leer emociones en expresiones faciales, en comparación con el otro grupo, donde los niños realizaban una actividad compartida, pero sin un componente rítmico.

De ahí que sus autores, encabezados por Tal-Chen Rabinowitch, subrayen que sus hallazgos "destacan el notable potencial de la interacción musical grupal para promover capacidades socioemocionales como la empatía".

Sonidos que calman

Los beneficios de escuchar un sonido armonioso comienzan muy tempranamente.

En un estudio con 86 prematuros nacidos entre las 32 y 36 semanas, investigadores del Centro Médico Meir, de Israel, midieron qué sucedía si sus madres les cantaban durante 20 de los 40 minutos diarios que pasaban en contacto piel a piel con ellas. Detectaron que con esta sencilla intervención, los bebés lograban una mayor estabilidad de su ritmo cardíaco, considerado un signo de maduración del sistema nervioso autónomo. "En recién nacidos con muy bajo peso, esto se relaciona con un mejor desempeño neurológico, incluyendo sus habilidades motoras gruesas y procesamiento mental", explica a "El Mercurio" el doctor Shmuel Arnon, autor principal del estudio, publicado este mes en la revista Acta Paediatrica.

Otros estudios han mostrado que prematuros que escuchan música o el canto de su madre también presentan mejoras como mayor oxigenación, menos episodios de apnea, mayor ganancia de peso y mejor tolerancia a la alimentación. Por eso, algunos autores aconsejan incentivar que los prematuros escuchen la voz de su madre cuando sea posible. Para el doctor Marcial Osorio, jefe de neonatología de la Clínica Alemana, estas intervenciones "son acordes con el enfoque de la neonatología actual, que busca aportar las mejores condiciones para que los prematuros puedan desarrollarse, incluyendo controles lo menos invasivos posible y espacio para que los padres estén con ellos el mayor tiempo posible". Esto, dice, ha demostrado traer beneficios de largo plazo a nivel físico y cognitivo.

