

## LA BANDA SONORA DE NUESTRA VIDA



Colegio Ayalde

Título: La banda sonora de nuestra vida

Silvia Marcé

Teresa Delgado

Marta Fuente

Directora: Cristina Vives

La música es un pilar esencial en la sociedad, un referente cultural, la melodía de la vida. Pero, contrario a lo que mucha gente cree, no es sólo eso. Tiene muchísimas más aplicaciones a la vida cotidiana, en ámbitos como el marketing o la medicina, y el objetivo de este trabajo es sacarlos a la luz y que la música reciba el prestigio que merece.

Teniendo en cuenta de que la música forma parte de la cotidianidad de las personas queremos hacer consciente a la gente de los efectos que produce en ellos, y así aprovechen al máximo lo que les aporta.

Como bien dijo Beethoven, *“La música constituye una revelación más alta que ninguna filosofía”*.

Palabras clave: música, musicoterapia, emociones, bandas sonoras, márketing, medicina.



## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
LAS ENTRAÑAS DE LA MÚSICA.....	3
LA MUSICOTERAPIA.....	6
LA MÚSICA Y LAS EMOCIONES .....	10
<b>Bandas sonoras</b> .....	12
<b>Música y marketing</b> .....	14
ANÁLISIS DE LA ENCUESTA.....	16
CONCLUSIÓN.....	20
BIBLIOGRAFÍA .....	21
LISTADO DE OTRAS FUENTES DE INFORMACIÓN.....	22

## INTRODUCCIÓN

La música siempre ha sido un elemento clave en la historia del ser humano. Se ha usado como forma de entretenimiento o incluso como medio de comunicación, y hoy en día sigue teniendo la misma importancia que antes, ya que forma parte de la vida de muchos de nosotros y está muy presente en costumbres tan cotidianas como ver la televisión o escuchar la radio. Por ello, el tema escogido para esta monografía es el efecto de la música en diferentes contextos, tales como en el ámbito de la salud, del cine o del día a día. Para la realización de este trabajo nos hemos planteado investigar si realmente la música puede llegar a influir en nuestras decisiones.

Las razones por las que hemos escogido este tema son porque consideramos que la música forma parte de la vida de la mayoría de la población, especialmente de los jóvenes, y sorprendentemente pocos conocen los efectos, positivos o incluso negativos, que puede llegar a tener en sus vidas. Por ello, nuestro mayor objetivo es utilizar este trabajo como medio de difusión e intentar darlo a conocer al mayor número de personas posibles para que puedan aprovechar los grandes beneficios que la música nos podría rendir.

Las fuentes en las que se basa el trabajo son fundamentalmente páginas oficiales de Internet, que hemos seleccionado previamente comparando y contrastando unas con otras y que se encuentran en la bibliografía, una serie de libros relacionados con este tema y una encuesta hecha por nosotras dirigida a variados sectores de la población como adolescentes, adultos o niños para tener una información más completa que nos proporcione una visión global y objetiva.

El trabajo en cuestión está dividido en tres epígrafes bien diferenciados. Primero un análisis de las notas y beneficios que podemos obtener de una sinfonía. Después, abordamos el tema de la música en la medicina, más conocido como musicoterapia y su efecto en pacientes junto con diversos estudios que lo certifican. Por último, hemos querido añadir una explicación más teórica y científica de cómo nos afecta la música, seguido de ejemplos concretos como en las bandas sonoras y en el marketing.

Es importante destacar que la estructura utilizada nos ha permitido abordar este tema primero desde su impacto a nivel sanitario hasta un nivel más cotidiano y familiar.

Por último, a raíz de toda la información obtenida y expuesta hemos redactado una conclusión que contiene no sólo nuestra opinión sino también datos que nos han llamado la atención de la encuesta.

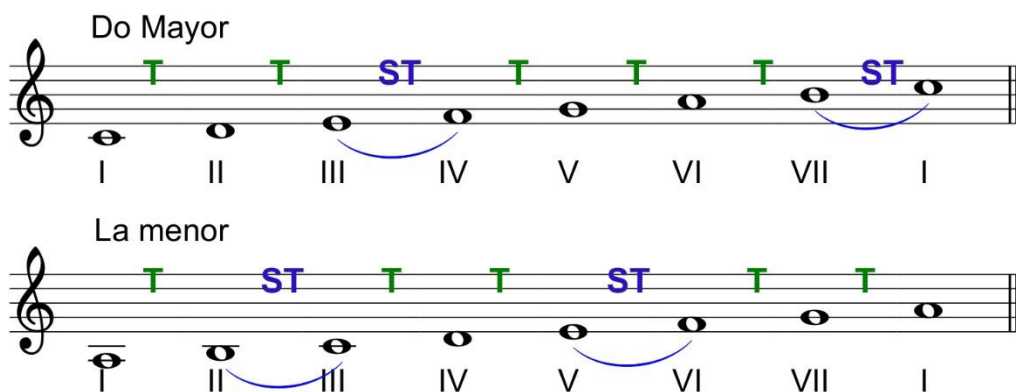
*“Si no fuera por la música, habría más razones para volverse loco”.*  
*Tchaikovski.*



## LAS ENTRAÑAS DE LA MÚSICA

La música se define como la combinación de melodía, ritmo y armonía. Además, puede cambiar nuestros sentimientos o maneras de ver las cosas. Es decir, si viésemos Mickey Mouse con la banda sonora de El Resplandor, nos resultaría terrorífico, y ver Titanic con música alegre sería confuso. Por ello, la música nos influye fácilmente, y es algo que no debemos tomar a la ligera. A fin de comprenderla más a fondo, debemos conocerla.

Una canción siempre se encontrará en una escala. Es decir, una sucesión de 7 notas, todas ellas dejando un tono de diferencia entre una y otra, excepto dos que dejarán medio tono. Esto provoca que, en una escala, haya una nota dominante, seguida de una supertónica, una tónica, una medianta, una subdominante, una dominante, una superdominante, y una sensible o subtónica. Las canciones juegan con estas notas, dentro de una escala que puede ser mayor o menor. En un mismo tono y unas mismas notas, se puede jugar con un cambio o entrelazamiento de tonalidades mayores y menores por medio de acordes. Los acordes mayores provocan una sensación de alegría, ya que tienen un tono entre la primera y la segunda nota, y un tono y medio entre la segunda y la tercera. Las menores, a su vez, guardan una distancia de un tono y medio entre la primera y la segunda, y dos tonos entre la segunda y la tercera. Por ejemplo, el do mayor será Do, Mi, Sol; mientras que el Do menor será Do, Mi bemol, Sol. De esta forma una canción triste estará plagada de acordes menores, y además, para resaltar su efecto, probablemente tenga un ritmo lento. Se puede observar en la figura.



Así, nuestra forma de percibir las cosas se puede ver fácilmente distorsionada por la música que estemos escuchando o incluso que tengamos en la cabeza en ese preciso momento. Es más, se cree que muchas empresas aprovechan esta ventaja con música en sus tiendas, para que nos resultan más atractivas. Esta teoría se abordará más tarde. Asimismo, una tienda de ropa juvenil utilizará música con letra, conocida, y con ritmo, mientras que otra de muebles optará por música más relajada, probablemente instrumental. En este ámbito también cobra mucha importancia el uso de los instrumentos.

Cada instrumento inspira algo distinto, como por ejemplo el piano se suele utilizar en canciones lentas e instrumentos de viento como el saxo o la trompeta generalmente se encuentran en canciones con más ritmo. Por supuesto, los “roles” de esos instrumentos se pueden cambiar, pero lo más probable es que a un joven le atraiga una canción basada en la percusión, una batería rápida y con mucho bombo, y que el resto de los instrumentos; por debajo de la voz, sean secundarios. Sin embargo, una serie de acordes largos en instrumentos de cuerda como guitarra o piano podrían resultar más atractivos a un público más relajado o adulto.

De este modo, vemos que es muy importante comprender la música, ya que está una y otra vez en nuestra vida. Esta es una de las razones por la que es muy conveniente comprenderla a fondo, e incluso estudiarla.

El estudio de la música, en concreto el solfeo, gozan del prestigio de estar aparentemente relacionados con las matemáticas y otras asignaturas académicas. Y es que la música necesita de la capacidad de llevar bien un compás, cálculo para que cada compás contenga exactamente el mismo número de tiempos, etc. El profesor Lutz Jäncke, del Instituto Tecnológico de Zúrich, ha realizado numerosos estudios relativos a este tema, concluyendo en que la música influye en las habilidades del lenguaje, la memoria, la conducta o la visión espacial. Un estudio realizado a niños de 6 años demostró, que al aprender a tocar un instrumento, sufrieron cambios en su anatomía cerebral. Y no solo eso. En un estudio realizado por Goffried Schlaug y Ellen Winne en Harvard se descubrió, que en un grupo de niños del cual una parte dedicaba un tiempo diario al estudio

de la música mejoraban en aptitudes como la capacidad verbal, la relación a la disciplina, trabajo en equipo y habilidad social.

Como podemos ver, la música amplia varios aspectos de la mente, facilitando otra clase de actividades, por ejemplo, académicas. Además, también circula el “rumor” de que la música, expuesta a bebés, mejora sus futuras capacidades cognitivas.

De acuerdo con la Dra Diane Bales, que un lactante escuche los patrones de la música y se esfuerce por comprenderlos provoca que sus capacidades cerebrales se desarrollen más rápidamente, y mejor. Esto está estrechamente relacionado con lo mencionado anteriormente sobre la mejora en las capacidades cognitivas de la música. Asimismo ayuda al bebé a mejorar su memoria, ya que va siendo capaz de reconocer una canción u otra, y también una parte de cada canción. Y, a partir de aquí, se han generado otras creencias populares como que la música es relajante, o incluso que cura enfermedades. A esto se le llama musicoterapia.



## LA MUSICOTERAPIA

*“La música tiene poder sanador. Tiene la habilidad de sacar a la gente fuera de sí misma durante unas horas”. Elton John.*

Otra definición de la musicoterapia, en este caso según la RAE la musicoterapia es el empleo de la música con fines terapéuticos, por lo general psicológicos.

Es el uso de la música y/o de los elementos musicales (sonido, ritmo, melodía, armonía) por un musicoterapeuta calificado con un paciente o grupo de pacientes, para facilitar y promover la comunicación, la interrelación, el aprendizaje, la movilización, la expresión, la organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, con el objetivo de atender necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. La musicoterapia apunta a desarrollar potenciales y/o restablecer funciones del individuo para que éste pueda emprender una mejor integración intrapersonal e interpersonal, y en consecuencia alcanzar una mejor calidad de vida, a través de la prevención, la rehabilitación o el tratamiento.

Los elementos del sonido y la música inciden simultánea o separadamente en todas las dimensiones de la persona: física, emocional, mental, social y espiritual.

No es un método de cura muy extendido, pero poco a poco se está abriendo camino en el mundo de la medicina, una muestra de esta evolución es la Federación Mundial de la Musicoterapia (FMM) fundada en 1996.

La música como terapia tampoco es algo nuevo. Se recoge su uso con finalidad curativa desde la Grecia Antigua. Sin embargo, la profesionalización con una finalidad terapéutica es bastante reciente (a partir de 1950).

Actualmente, los hospitales y el amplio rango de atención, prevención y rehabilitación médica están trabajando en humanizar la salud, teniendo en cuenta no solo los aspectos técnicos biomédicos sino otras dimensiones de la relación humana médico-paciente. Así, tanto la música en medicina como la musicoterapia se han ido incluyendo en el contexto médico y de la humanización

de los hospitales, para mejorar el trato de los médicos hacia los pacientes, y porque se cree que se pueden conseguir unos resultados notoriamente mejores en la mayoría de los casos.

Es necesario aclarar las diferencias más importantes entre la música en la medicina y la musicoterapia en medicina, por un lado, la musicoterapia forma parte de un proceso terapéutico diagnóstico, tratamiento y evaluación, mientras que la intervención de la música no es terapéutica; por otro lado, la musicoterapia requiere entrenamiento y una cualificación específica, y la música se realiza por profesionales sanitarios o músicos. Escuchar música en vivo o música grabada puede procurar ambientes más relajados y normalizar un espacio que puede vivirse aislado y hostil. Esa facilitación y acompañamiento ambiental es saludable y beneficiosa. Pero no es musicoterapia.

Los efectos de la música en la evolución y vida del hombre son innegables desde el principio de los tiempos. La música ha sido un medio de expresión y comunicación no verbal en gran parte de la historia de la humanidad con efectos motivacionales y emocionales, es decir, el uso de la música como elemento para el cambio de la conducta humana no es algo nuevo.

La música produce efectos beneficiosos en el sistema sensorial, cognitivo y motor (de forma sedante o estimulante), estimula la creatividad, el pensamiento, el lenguaje, el aprendizaje y la memoria. Es un estímulo agradable y placentero para el cerebro que ayuda también a la relajación.

Cada vez más estudios científicos respaldan estos efectos positivos del uso tanto de la música como de la musicoterapia con pacientes, estudiando un amplio rango de patologías tanto fisiológicas, como emocionales, sociales y de percepción subjetiva del bienestar propio y del entorno próximo. Algunos de estos estudios además evidencian un mayor efecto si esta intervención es llevada a cabo por un musicoterapeuta, por ejemplo, investigadores de la Universidad de Queen de Belfast (Irlanda) evidenciaron que la musicoterapia tiene beneficios a la hora de reducir la depresión en niños.

En este contexto, la musicoterapia ha mostrado evidencias, tales como la mejora del estado de ánimo y actitudes positivas de afrontamiento, reduce la intensidad del estrés y de la percepción del dolor, mejora el reconocimiento y la expresión de emociones así como los posibles estados depresivos y reduce de la ansiedad.

El musicoterapeuta no sólo usa la música como herramienta contenedora de emociones y facilitadora de ambientes o sensaciones agradables, sino que promueve una interacción entre música–musicoterapeuta-paciente e incluye entre sus objetivos proporcionar oportunidades de expresión, comunicación y procesamiento emocional. Hay que diferenciar que un musicoterapeuta no es un profesor de música, es decir, un musicoterapeuta no es exclusivamente una persona con una amplia educación musical, si no que va mucho más allá. La musicoterapia no es educación musical, ya que la música no es el fin, sino que es un medio para producir cambios en el individuo.

La persona que se dedica a la terapia musical promueve cambios en sus pacientes y es capaz de registrarlos. En la mayoría de las ocasiones esta persona tendrá una formación musical y también en otras áreas de conocimiento como psicología, educación, pedagogía, medicina, etc.

Hay que aclarar que la musicoterapia es una terapia complementaria, es decir, no es la principal sino un aditivo que puede conseguir que la terapia prescrita por el médico sea más eficaz o más rápida, contribuye junto con el resto de los cuidados y tratamientos, al alivio, prevención y mejora de los síntomas de muchas enfermedades. Por tanto, la musicoterapia es individual de cada paciente y se tienen en cuenta las necesidades individuales de la persona adaptando y/o modificando las técnicas y el grado de complejidad de éstas en función de las necesidades de la persona.

En el Servicio de Medicina Intensiva de la OSI Araba en Vitoria-Gasteiz se realiza musicoterapia con la colaboración del IMAP, con diferentes objetivos entre los que destacan la mejora del confort sonoro, la interacción del paciente con el personal sanitario y la familia, la reducción de la ansiedad y la colaboración en la retirada de la ventilación mecánica.

Como ya se ha mencionado antes, la musicoterapia es individual y por tanto se puede realizar de cuatro formas diferentes según el tipo de experiencia musical que se necesite puede ser: improvisación, el paciente crea su propia música cantando o tocando un instrumento que se le proporcione, recreación, se canta una canción o se toca una pieza musical ya compuesta, de memoria o leyendo la música, composición, se compone una canción o una pieza musical en base a las estructuras musicales conocidas, escucha, escuchar música ya creada que esté grabada o en vivo (por ejemplo en concierto).

En la siguiente figura podemos apreciar un aula de musicoterapia.



## LA MÚSICA Y LAS EMOCIONES

Como hemos podido apreciar en la Musicoterapia, hay una conexión clara entre la afección del ser humano y la música que escucha.

El arte es definido en general como una herramienta simbólica que provoca, retiene e induce emociones contrarias, produciendo en la vida afectiva y en los pensamientos de las personas cierta confusión que operan a su vez sentimientos híbridos. Brennan, define la música como el arte de combinar los sonidos ajustados a la medida del tiempo bajo una coordinación de notas armónicas que, de acuerdo a su composición como la melodía, armonía y el ritmo, tiene como fin agradar al oído de quien la escucha, sin perder su característica de influir en los sentimientos del oyente.

La música no solo es producida por instrumentos musicales, sino que también puede ser generada por las cuerdas vocales, y de acuerdo a la intención con que se cante podemos experimentar sensaciones y estados de paz y alegría, pero también de rabia y odio, entre otros. La música llega a alcanzar nuestros procesos mentales, sensaciones y percepciones, es decir, tiene una repercusión sobre nuestra psicología. Este hecho se ha comprobado de forma evidente a través de estudios científicos diversos a lo largo de los años. Estos mismos estudios han concluido que la música ejerce una importante fuerza emocional sobre las personas.

El estudio de la música comenzó con los primeros filósofos, los cuales utilizaban la música como mecanismo para mejorar estados de ánimo de las personas que lo necesitaban. Pitágoras recetaba a sus alumnos determinadas melodías para armonizar estados de ánimo negativos o para aliviar las preocupaciones. Aristóteles no tardó en descubrir que las melodías y los ritmos de la flauta fortalecían el cuerpo, la mente y el espíritu, y Platón sostenía que la música cumplía para el alma lo que la gimnasia para el cuerpo. Entre tanto, Descartes consideraba que el sonido de la música tenía como fin el deleite y la provocación de diversas pasiones.

Según Jordi A. Jauset, autor del libro “Música y Neurociencia: la musicoterapia sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas” publicado en 2008, la música involucra muchos elementos en la vida de las personas desde el cuerpo, la mente, las emociones, hasta las relaciones sociales, ya que puede crear sensaciones de unidad, induciendo a reunir un grupo de personas que tienen en común experiencias físicas, como celebraciones de conciertos o en una iglesia. En general, las evidencias tienden a reconocer que desde el inicio de la vida la música ha influido grandemente en el ser humano. Como Casas, M. señala en su libro “¿Por qué los niños deben de aprender música? (2011)”, cuanto más joven se sea para tener contacto con la música y se siga su práctica, se pueden fortalecer capacidades como la concentración, abstracción, escucha y expresión, entre otras, permitiendo una integración a nuestro mundo interno, sensorial, afectivo y cognitivo.

Como hemos visto, la música puede causar influencias en el cuerpo, mente y emociones, pero para comprender más a fondo las implicaciones de este efecto, debemos estudiar de forma más concreta las implicaciones de la música, puesto que esto nos ayudará a comprender mejor su conexión con el mundo emocional.

En el cerebro, concretamente en el tallo cerebral y el tronco encefálico, se experimenta un primer acercamiento del ser humano hacia la música. El comportamiento de una persona, por causa de la música, puede ser influenciado por algún episodio del pasado, ya que la emoción inducida por la música podría ayudarle a evocar recuerdos personales de algún evento específico en su vida, pudiendo ser recuerdos con fuertes conexiones emocionales.

Las emociones entre tanto, tienen su origen en el sistema encefálico, también conocido como el “cerebro emocional”, compuesto por diferentes estructuras como la amígdala, el hipotálamo, el hipocampo y el tálamo. Este sistema es el encargado de ayudar a expresar todo tipo de emociones como la alegría, la tristeza, el asco, la sorpresa y la ira, todas siendo parte esencial del ser humano (Vivas, Gallego & González, 2006). Así pues, las emociones son una respuesta de reacción del organismo, y utilizan el cuerpo como el representante de la emoción sentida.

Por lo tanto, queda demostrado que la música guarda una estrecha relación con nuestras emociones, y por ello se deduce que todas las creaciones musicales, de un modo u otro, nos transmiten ciertas sensaciones, ciertos sentimientos. Además de haber sido creadas con un sentimiento y con una intención de querer transmitir ese mismo sentimiento.

### **Bandas sonoras**

Un ejemplo claro dónde se aprecia una conexión de la música con las emociones, sentimientos o sensaciones, son las bandas sonoras. La banda sonora puede definirse tanto como la franja de la película cinematográfica, donde está registrado el sonido, como la música de una obra cinematográfica.

Desde los inicios del cine, la música ha jugado un papel especial en las películas. Antes de la llegada del cine con diálogos, la música era la herramienta necesaria para ayudar a la narrativa. En el cine mudo, los métodos para expresar los sentimientos de un personaje eran los cuadros de dialogo, las expresiones de los actores y la banda sonora musical, y todos estos en conjunto transmitirían la emoción necesaria de cada momento. Si un personaje debía comunicar un discurso tenso y dramático, una música tensa y dramática seguramente lo acompañaría. El uso del piano o la pianola era fundamental, ya que, al no usarse la voz hablada, estos se convertían en el medio principal para transmitir el mensaje, además de acompañar a la imagen de forma continua a lo largo de la película.

Como ya hemos comentado anteriormente, se puede decir que las relaciones entre las emociones y la literatura, la música, es decir, el arte en general es muy significativo. De hecho, es difícil crear estos fenómenos artísticos sin una influencia en las emociones. (Paez, Adrián, Igartua y Vergara, 1991).

Se realizó una investigación en la que se manipuló la banda o acompañamiento musical presente en una serie de secuencias de películas con gran carga dramática, con el fin de ver la reacción de la gente. Se observó la reacción

emocional de los evaluados tras ver esas secuencias tanto con la banda sonora manipulada como sin manipular. Los jóvenes respondieron un test antes de ver las películas y otro posteriormente, tras ver las secuencias. Se comparó el estado de ánimo del pretest con el del posttest con el fin de comprobar si la visión de las películas tuvo un efecto de cambio del estado de ánimo.

Los datos indican que, al ver los cuatro filmes, se indujo un estado de ánimo negativo. Este hecho estaba posiblemente relacionado con el género dramático de las 4 películas.

Comparando las dos tandas, la de manipulación de la música con la de la presentación original con su banda sonora correspondiente, se encontró que esta última produjo mayor identificación y menor inducción de emociones negativas. La condición que contenía la contradicción entre la música y el contenido de la película produjo lo contrario de lo antes mencionado: menor identificación y más emociones negativas.

Como podemos ver, una de las finalidades principales de la banda sonora de una película, es la de transmitir emociones, e implicar emocionalmente al espectador. La música puede influir sobre los sentimientos y las emociones que el espectador experimenta a lo largo de la película, anticipando una situación determinada, como ocurre en la famosa escena de la ducha en la película “Psicosis”, en la que Hitchcock deja ver a través de la música el desenlace de dicha escena, a la cual pertenece la siguiente imagen.





## **Música y marketing**

La música también está relacionada con el comportamiento del consumidor y el Neuromarketing, otro ejemplo de la relación de la música con nuestras emociones, en este caso con nuestras decisiones. Las empresas estudian cómo se comporta el consumidor a la hora de adquirir el producto y como se debe reaccionar. La música y la toma de decisiones siempre han estado relacionadas, y como evidencia de esto es el hecho de que cualquier establecimiento al que vamos, está acompañado de alguna sintonía.

Con esto, queremos recalcar el poder que tiene la música en la toma de decisiones, es decir, en nuestra mente y por tanto, de qué manera se comporta una persona al recibir un estímulo musical o una melodía, ya que esto le afecta de una forma u otra. En este caso concretamente, en el proceso de compra de los consumidores.

Smith y Curnow estudiaron el impacto del volumen de la música sobre los efectos en una situación de compra, y validaron que, si el volumen de la música es elevado, hay menos posibilidades de que un usuario compre un producto.

Por otra parte, un estudio realizado por James J. Kellaris y Susan Powell Mantel: *The Influence of Mood and Gender on Consumers' Time Perceptions*, analiza el tiempo que tarda un consumidor en realizar la compra de un producto. Su objetivo fue comprobar si un intervalo de tiempo podía parecer más largo o más corto en relación con la hora del reloj dependiendo de la información y de los estímulos. Estas percepciones temporales pueden tener importantes implicaciones a la hora de llevar a cabo una compra, la contratación de un servicio o algún proceso de consumo. Haciendo referencia al efecto género: las mujeres tienden a subestimar el intervalo de tiempo en comparación con los hombres y como conclusión a esto explican que: los hombres tienden a aprender la conciencia del tiempo como resultado de sus experiencias sociales y de trabajo, que históricamente han implicado una programación más estructurada y mayores presiones de tiempo.

Cabe destacar, que la música es utilizada a menudo por los vendedores para cubrir los intervalos de espera entre la observación de un producto y otro. Con ello, también consiguen manipular las características de los individuos como los estímulos y el estado de excitación.

También, podemos comentar que posiblemente existe una relación con la edad y las preferencias musicales (Alpert and Alpert,1989), y cuando los consumidores tienen más de 24 años, éstos más influenciados por la música ambiente en el proceso de compra.

En un estudio realizado por Yalch y Spangenberg, lograron demostrar que los consumidores prefieren un ambiente o un establecimiento en el que no haya música a uno que la música no sea de su agrado.

Como resumen de todo lo comentado podemos ver que los consumidores no actúan de forma totalmente racional, sino que actúan intervenidos por los factores externos, como pueden ser los efectos ambientales, sonidos, frente a situaciones de riesgo e incertidumbre.

## ANÁLISIS DE LA ENCUESTA

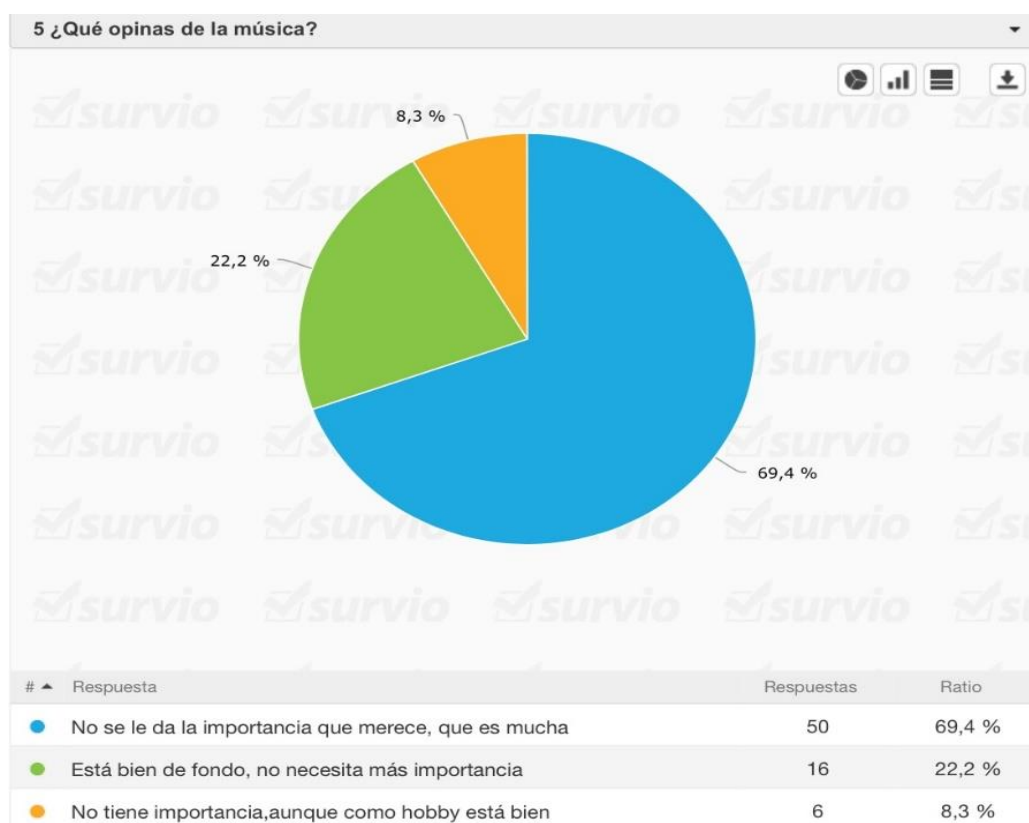
De los 72 encuestados, 45 son mujeres y 27 hombres lo que hace un total de 62,5% de mujeres y 37,5% de hombres.

Como ya hemos mencionado anteriormente, hemos procurado tener una visión global por tanto el rango de edades es muy amplio, por un lado el 6,9% tienen entre 10 y 15 años, el 59,7% tienen entre 15 y 20, el 4,2% tienen entre 20 y 30 años, entre 30 y 40 está el 2,8% y por último, más de 40 son el 26,4% de los encuestados.

No solo hemos procurado un rango amplio de edades, sino también de localidades; viven en Vizcaya 53 de los participantes, lo que supone un 73,6%, dentro de Vizcaya se agrupan localidades tales como Bilbao, Lejona o Basauri; un 1,4% vive en Álava, el mismo porcentaje de Guipúzcoa, de Barcelona y de Pamplona; un 4,2% procede de Cantabria; un 15,3% es de Madrid. Por último, un 1,4% de Estados Unidos.

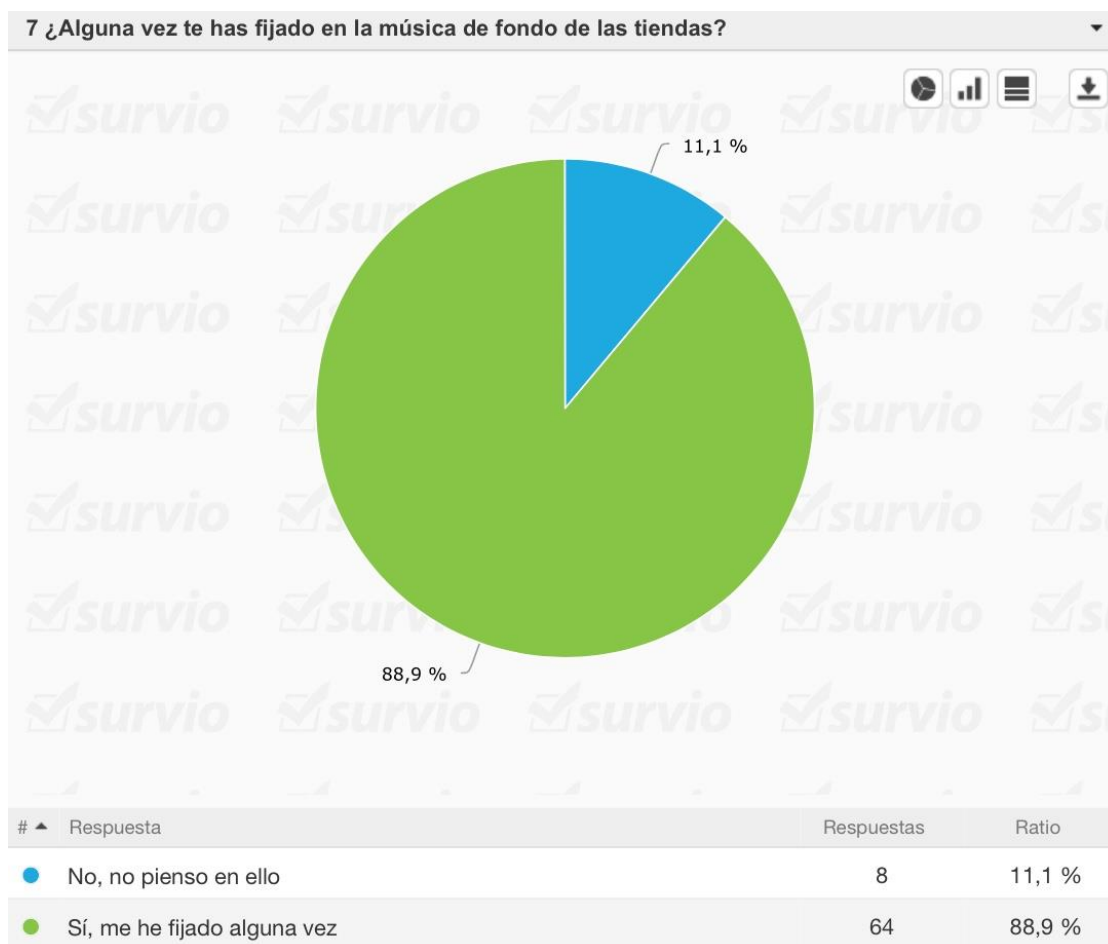
La primera pregunta que planteamos fue si escuchaban música a diario, nos llamó la atención que casi un 50% afirmara que lo hacía durante más de una hora al día, estos datos reflejan que la música juega un papel muy importante en sus vidas.

La siguiente pregunta está relacionada con la opinión que tienen sobre la música. Sorprendentemente, casi el 70% argumentó que no se le da la importancia que merece, lo que nos lleva a corroborar los datos obtenidos con la primera pregunta: la importancia de la música en nuestro día a día.

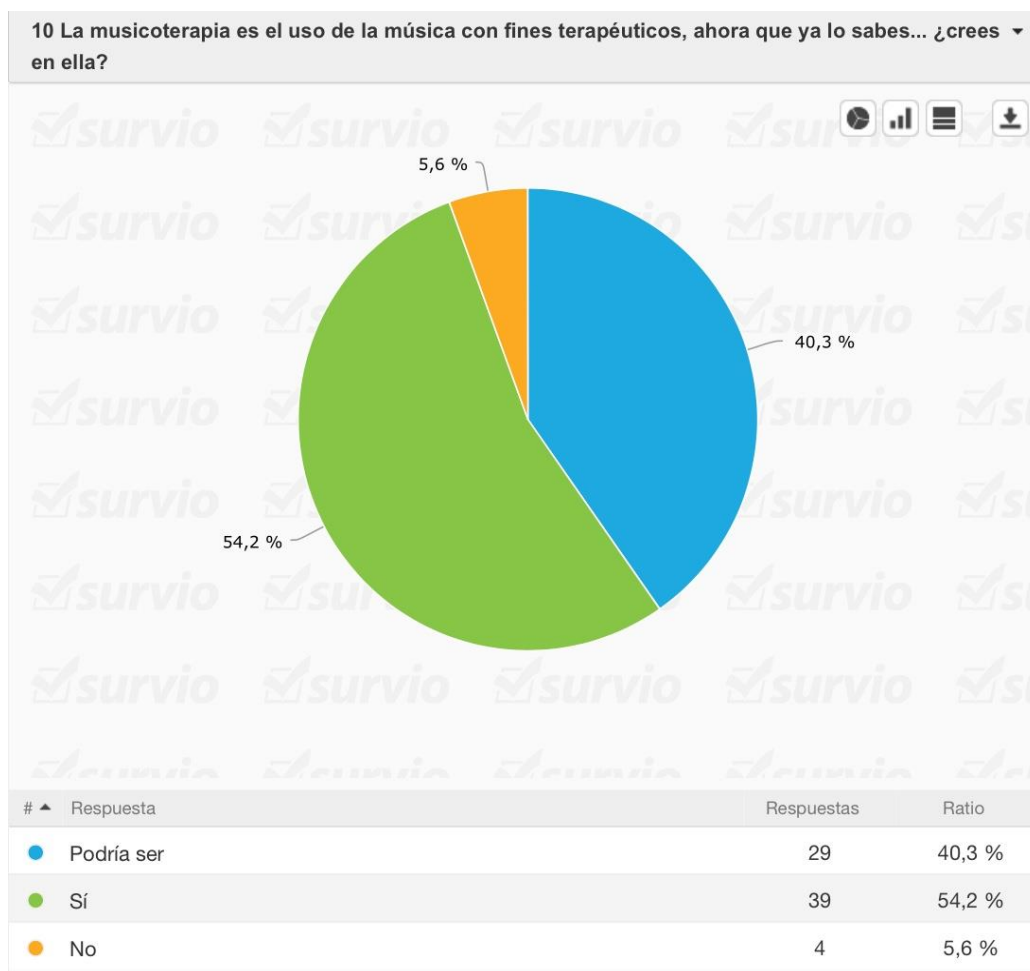


Después, quisimos saber si los encuestados tienen una formación musical específica o si solamente aprecian la música. A raíz de esta pregunta obtuvimos que todos los encuestados tocan algún instrumento y disfruta haciéndolo, entre ellos un 35% aprendió en la escuela primaria, un 30% tiene cultura musical y un 36% canta o toca algún instrumento. Por lo que concluimos que la música no es un simple placer sino que la mayoría son capaces de interpretarla gracias a sus conocimientos.

Respecto a la influencia que la música puede tener en nuestra vida cotidiana, comenzamos en el ámbito del marketing, más concretamente en las tiendas, un 89% se percata de esta música, frente a un 11% que no le da importancia. Además les preguntamos si consideran que la música les puede llegar a influir, un 61,1% piensa que sí frente a un 26,4% que no está muy seguro y un 12,5% que niega que tenga influencia.



En cuanto al campo de la salud, más del 50% de encuestados sí que sabían de la existencia de la musicoterapia y los porcentajes de encuestados que no saben o tienen una ligera idea son 27,8% y 22,2% respectivamente. Acerca del uso de la música con fines terapéuticos, la mayoría, un 54,2% consideran que puede llegar a dar buenos resultados y un 5,6% que no lo creen.



Hay una notable diferencia cuantitativa entre ambas opiniones, que es otro aspecto que sobresalta en la encuesta ya que al no ser un método muy extendido, nos lleva a pensar que más de la mitad piensan que la música puede tener un efecto en ellos tan grande que incluso les puede llegar a curar. En relación a los sentimientos, solo un 2,8% piensa que no guardan ningún tipo de relación, en contraste con un 58,3% que sí que creen en una relación entre los sentimientos y la música; se repite la misma situación que con la musicoterapia.

## CONCLUSIÓN

Con todo lo expuesto se puede llegar a la conclusión de que la música está totalmente presente en nuestra rutina diaria, por ello creemos que merece más reconocimiento del que tiene.

Como consecuencia de su importancia debería ser instruida, no sólo durante la Educación Primaria sino también durante la secundaria, ya que si no, como se ha visto en la encuesta, mucha gente se olvida de ella casi por completo. En Bachillerato, entendemos que cada uno comienza a especializarse en ciertas materias, y por tanto la clase de música podría ser una optativa.

Hablamos de “banda sonora de nuestra vida” porque como ocurre con las películas, no nos damos cuenta de la importancia que tiene la música, pero si desapareciera de la película notaríamos una grandísima diferencia. Por ello, mediante este trabajo pretendemos concienciar a nuestra sociedad de su importancia y de las diversas maneras en las que nos afecta.

## BIBLIOGRAFÍA

Brennan, J., *Cómo acercarse a la música*, Ed. Plaza y Valdés, 1988

Casas, M, *¿Por qué los niños deben de aprender música?*, Colombia Médica, 2001, vol. 32, núm. 4

J. Ricart Matas, *Diccionario Biográfico de la Música*, Iberia, 1986

Jauset, J., *Música y Neurociencia: la musicoterapia sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas*, UOC (Universitat oberta de Catalunya), 2008

Juslin, P. N, *Music and emotion: Seven questions, seven answers. Music and the mind: Essays in honour of John Sloboda*, Oxford Scholarship, 2011

Schwarz & Schweppe, *Cúrate con la Música*, Robinbook, 2010

Vivas, M., Gallego, D. & González, B., *Educación de las Emociones*, Dykinson, 2006

Juanjo Igartua, Javier Álvarez, José Antonio Adrián y Darío Páez, *Música, imagen y emoción: una perspectiva Vigotskiana*, Universidad del País Vasco, 2015



### LISTADO DE OTRAS FUENTES DE INFORMACIÓN

Psicothema (1994). Consultado el 17 de diciembre de 2017.  
<http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=930>

UCI (1 de diciembre de 2016). Consultado el 19 de diciembre de 2017).  
<http://humanizandoloscuidadosintensivos.com/es/musica-y-musicoterapia-en-medicina/>

World Federation of Music Therapy (2014). Consultado el 13 de enero de 2018.  
<http://www.wfmt.info/news/>

Wikipedia. Consultado el 7 de febrero de 2018.  
<https://es.m.wikipedia.org/wiki/Musicoterapia>

Consultado el 13 de enero de 2018. <https://muisiccguitarra.blogspot.com/es>

Consultado el 13 de enero de 2018. <https://www.musicaantigua.com>

CAF. Banco de desarrollo de América Latina. (2008). Consultado el 26 de enero de 2018. <https://www.caf.com>

Consultado el 3 de febrero de 2018. <https://www.lacted.com>