

La investigación confirmó que durante la gestación, las obras del gran compositor austríaco estimulan un desarrollo completo y saludable del feto. Después del nacimiento, ayuda a los bebés a crecer mejor.

Por Adriana Aboy

EFFECTO MOZART

Durante el embarazo, la música puede convertirse en un puente de comunicación y amor entre la mamá y el hijo que palpita en su vientre. Más allá de lo que esto significa, según investigaciones realizadas años atrás, se vio que la música de Mozart le agrega un beneficio adicional para la salud y el desarrollo del futuro bebé.

Si bien, varios estudios han demostrado que desde antes de nacer, el chiquito ya tiene desarrollados sus cinco sentidos, en el quinto mes de gestación, el sistema auditivo está completo y en condiciones de percibir vibraciones sonoras a través del líquido amniótico. Por eso, el feto tiene contacto con el mundo exterior. De ahí la importancia de hablarle y permitirle escuchar música y sonidos y el puntapié inicial de los estudios que dieron paso al Efecto Mozart y sus beneficios.

El mundo prenatal

El útero materno no es esa especie de lugar bucólico y silencioso que, frecuentemente, el adulto imagina. Muy por el contrario, está poblado de sonidos: los latidos del corazón de la mamá, la circulación sanguínea, el aire que entra y sale de los pulmones, los ruidos que hacen los músculos al estirarse y los demás órganos maternos funcionando. Además de los puramente corporales, hay otros



“ruidos” que llegan al bebé: fundamentalmente la voz de su madre (el cuerpo actúa como una perfecta caja de resonancia y los sonidos de la laringe llegan perfectamente) y, en último lugar, como sonidos más alejados, oye los que se producen en el exterior. Si de pronto una puerta se cierra fuerte, el feto dentro de la panza se sobresalta y aumenta su frecuencia cardíaca.

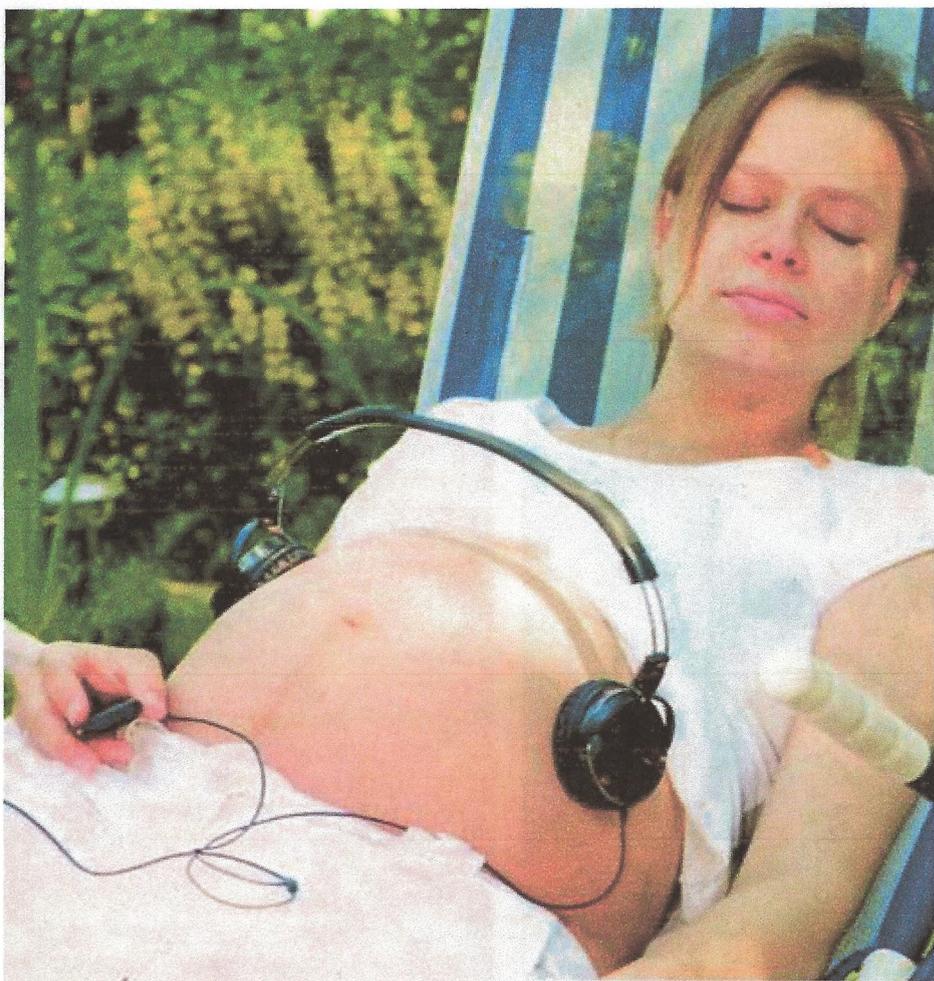
El niño por nacer está sumamente pendiente de los movimientos y sonidos de su mamá, reconoce de a poco las distintas inflexiones de su voz (alegre, nerviosa, calma, triste), influyendo en su formación neurológica y auditiva. Incluso, se comprobó que los movimientos del bebe

varían según su mamá esté contenta, tranquila, nerviosa o estresada.

De ahí la importancia de hablarle a la pancita en un tono suave y tranquilo y de evitar las discusiones ya que en ellas el chiquito, además de percibir un sonido diferente que lo exalta, recibe una carga de hormonas maternas que le producen una situación —aunque mínima— de estrés.

Desde el pentagrama

El embarazo es un estado particular que vive la mujer. Gracias a los cambios hormonales y a la panza que crece día a día, es un tiempo de detención, de freno, que inevitablemente conduce a



mamá escucha música que le genera placer, el bebé lo percibe.

Sinfonías en la panza

En la década del 50, el otorrinolaringólogo Alfred Tomatis, investigaba terapias efectivas para tratar problemas de audición. A raíz de su trabajo, ideó el denominado "Renacimiento Sónico", grabando la voz de la madre y distorsionándola para imitar a la que el niño escuchaba en el seno materno. Cuando no era posible grabar la voz materna, Tomatis descubrió que la música de Mozart —especialmente los conciertos de violín—, era la más eficaz para corregir deficiencias auditivas y psicológicas. Uno de sus aportes más valiosos fue descubrir que el feto oye sonidos en el vientre materno y que la voz de la madre funciona como "cordón umbilical sónico" para el desarrollo del bebé, conformando una fuente primaria de estímulo.

Años más tarde, Don Campbell, mú-

cierta introversión y a un aumento de la sensibilidad. Todo esta a flor de piel: alegría, llantos, miedos, recuerdos, emociones.

La música, desde el primer día del embarazo, es una excelente herramienta para conectarse con ese nuevo estado, ayuda a relajarse y dejar fluir y aflorar tantas sensaciones difíciles de expresar con palabras.



sico y profesor, investigó durante varios años los efectos que produce la música en los seres humanos, llegando a la conclusión de que determinados tipos, especialmente las obras de Mozart, contribuyen al crecimiento fetal, al desarrollo del bebé y a mejorar su creatividad y capacidad física e intelectual.

Los ritmos, las melodías, sobre todo las frecuencias de los patrones únicos en



las composiciones de este gran músico, estimulan y potencian las regiones creativas, motivadoras del cerebro. Su música, misteriosa y accesible a la vez, que por sobre todo no contiene astucia, produce un efecto dual que beneficia enormemente a los bebés: los relaja, los mantiene atentos al mismo tiempo, siendo este el mejor estado para el aprendizaje.

En la Universidad de California, desde hace 20 años, se estudian patrones musicales para observar el efecto que producen. Durante los años '80 y '90, las revistas científicas de todo el mundo comenzaron a publicar estudios que demostraban que la música modifica la estructura del cerebro en desarrollo del bebé en gestación (por eso los obstetras comenzaron a recomendar a las embarazadas que escucharan regularmente música tranquila y relajada), que reconocen y prefieren aquello que oyeron en el vientre de sus madres, que el coeficiente intelectual aumenta en los niños que re-

ciben instrucción musical regularmente, que la música alivia el estrés, favorece la interacción social, estimula el desarrollo del lenguaje y mejora las habilidades motoras de los niños pequeños.

Cabe preguntarse si sólo la música de Mozart posee estas características. La respuesta es simple: Don Campbell agrupó no sólo los temas del genial compositor sino también las melodías y ritmos que ejercen un efecto saludable en el organismo humano bajo el nombre de Efecto Mozart. Más allá de eso, se aconseja que la música que se elija no exceda las 60 unidades de pulso por minuto (el tiempo marcado por el ritmo de los instrumentos más graves). **M**

Fuentes: Carolina Micha, psicóloga especializada en primera infancia, directora creativa de la línea Descubriendo. "El Efecto Mozart para niños", de Don Campbell, (Ed. Urano).

Webs: www.descubriendo.org y www.planetabb.com.ar

MEJOR CRECIMIENTO

La manera como los padres interactúan con su hijo desde antes de nacer tiene un impacto directo en el desarrollo posterior del niño. Un pequeño puede confiar en sí mismo porque se sabe amado desde el momento en que fue concebido. Eso puede ser transmitido fácilmente cuando el útero se convierte en un cálido y enriquecedor ambiente.

Según informes de la Dra. Alexandra Lamont de la Universidad de Leicester, se ha demostrado que los bebés recuerdan las melodías que han escuchado dentro del vientre materno hasta un año después de su nacimiento. Probablemente desarrollan una sensación de "familiaridad" con la música que oyen durante su gestación. Si se lo hace escuchar una melodía determinada en los últimos tres meses del embarazo, repitiéndola luego a los tres meses del nacimiento, los bebés buscan con sus ojos la fuente que la emite.

No ocurre lo mismo si se los hace escuchar temas musicales que no conocen. Más allá de lo mencionado que es común a toda la música, se ha observado que los bebés que escuchan las tomas de Mozart ya desde la panza:

- ✓ Nacen más relajados, con los ojos y manos abiertas, lloran menos
- ✓ Duermen, se alimentan mejor
- ✓ Son capaces de concentrar su atención durante más tiempo y aprender más rápidamente
- ✓ Sus habilidades para el lenguaje, la música y la creatividad son superiores
- ✓ Se muestran más curiosos, captan y procesan la información más rápidamente
- ✓ Demuestran una mayor inteligencia cuando llegan a su edad escolar

De vuelta en casa, después de los días de euforia posteriores al nacimiento, mamá y bebé se encuentran solos, cara a cara, por primera vez. Ya no están las enfermeras ni el obstetra, ni siquiera el neonatólogo, a quien recurrir ante las inevitables dudas cotidianas.

El recién nacido, que obviamente aún no tiene noción de cuando es de noche o de día, tendrá que irse adaptando poco a poco a su nueva realidad, tan inexperto en su nuevo rol como su mamá. También es aquí cuando aquellas melodías compartidas en los días del embarazo volverán a cumplir con su función referencial, convirtiéndose en un verdadero bálsamo que ayudará a calmar ansiedades, llantos y angustias.