

## Muzykowanie w dzieciństwie to sprawniejszy mózg na starość?

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 29, kwiecień 2011 00:00

Odsłony: 2856

---

Posyłanie dzieci na lekcje muzyki to dobra inwestycja na przyszłość. Może bowiem zaowocować większą sprawnością intelektualną w podeszłym wieku, nawet u osób, które zarzuciły już grę na instrumencie - informuje pismo Neuropsychology.

Badania wskazują, że praktykowanie gry na instrumencie w ciągu życia może być umysłowym wyzwaniem dla mózgu, co sprawia, że staje się on sprawniejszy i łatwiej mu dostosować się do zmian związanych ze starzeniem.

Ponieważ gra na instrumencie wymaga lat nauki i praktyki, może sprzyjać plastyczności mózgu i powstawaniu dodatkowych połączeń nerwowych, które kompensują spadek sprawności umysłowej postępujący w miarę starzenia (badania wskazują, że wieloletnie granie na instrumencie sprzyja zachowaniu sprawności umysłowej w podeszłym wieku oraz może nawet zmniejszać ryzyko lub opóźniać rozwój niektórych chorób).