

# La musique booste les neurones

Son étude stimule les capacités d'apprentissage des enfants et des adultes

**A** lors que la musique est souvent reléguée au second plan des programmes scolaires, une nouvelle étude vient de montrer que son apprentissage aurait des implications directes sur les capacités cognitives des enfants comme des adultes. Pour démontrer cela, des chercheurs



Les enfants et les adultes musiciens ont une fonction cérébrale exécutive plus performante : rapidité du traitement des informations par le cerveau, mémoire, capacité à prendre des décisions, capacité à résoudre des problèmes, ou encore à s'adapter... Du côté de l'examen du cerveau, on voit nettement les différences d'activation des zones cérébrales entre les jeunes qui pratiquent la musique et les autres.

Les chercheurs de l'hôpital pour enfants de Boston rappellent enfin que ces fonctions plus développées chez les musiciens que chez les autres sont très impliquées dans la réussite scolaire (plus encore que le quotient intellectuel). Ils estiment que l'apprentissage de la musique a donc des répercussions directes dans les capacités d'acquisition des connaissances en général. ▶

**Sophie Lacoste**



## DISCIPLINES

LA MUSIQUE COMPTE AUJOURD'HUI PARMIS LES 9 DISCIPLINES CONSIDÉRÉES COMME DES ARTS. LONGTEMPS, ON L'A CLASSÉE AU RANG DES SCIENCES, AU MÊME TITRE QUE LA GÉOMÉTRIE, ET ELLE ÉTAIT ENSEIGNÉE EN TANT QUE TELLE.

PUBLI COMMUNIQUÉ

## Douleurs cervicales ? Chaud devant !

**U**ne mauvaise position pour dormir ou une session prolongée devant votre ordinateur et vos cervicales vous font souffrir ? Découvrez une solution efficace et naturelle pour soulager vos douleurs : la thermothérapie !

Actipoche Cervicales & trapèzes est un coussin de gel ergonomique spécialement étudié pour soulager les douleurs de la zone cervicale (torticolis) et des trapèzes (haut du dos). Appliqué chaud sur la zone douloureuse, il permet de diminuer les contractures musculaires par dilatation des vaisseaux sanguins et procure une sensation de confort immédiat.

Actipoche peut également être utilisé à froid pour soulager la

douleur et limiter les œdèmes (coups, hématomes, etc.).

Actipoche existe aussi en d'autres formats afin de s'adapter à toutes les zones douloureuses (dos, genou, etc.).

Enfin, Actipoche est une solution économique, car il est réutilisable et peut être utilisé par toute la famille.

Ne laissez donc plus la douleur vous gâcher la vie ! ▶

Gamme disponible en pharmacie.

Dispositifs médicaux, consultez votre médecin ou votre pharmacien pour plus d'informations.

Prix constaté : 15 à 17 € (Cervicales & trapèzes).

Pour plus d'informations :

0 810 760 726 (prix d'un appel local).



de Boston ont utilisé deux biais : des tests cognitifs, mais aussi la technique de l'IRM fonctionnelle, qui permet de distinguer les zones du cerveau activées. L'étude a permis de comparer les effets de la musique sur les enfants comme sur les adultes en mettant en parallèle les résultats obtenus sur :  
- deux groupes de jeunes âgés de 9 à 12 ans. L'un ayant reçu au moins deux ans de formation musicale (en cours de musique réguliers et individuels) et l'autre n'y connaissant rien.  
- deux groupes d'adultes. L'un composé de musiciens professionnels et l'autre de non-musiciens.

[...]

## Pour les bébés aussi

L'éveil musical aide les tout-petits à développer leurs capacités de communication. Des chercheurs de l'université McMaster, au Canada, ont montré que les cours de musique interactifs dès le plus jeune âge (chez des bébés d'un an à peine) rendent les enfants plus souriants, plus calmes, plus faciles à apaiser...