

## Somos lo que escuchamos, impacto de la música en la salud individual y social. Nou llibre

Published by [Patricia Caicedo](#) [1] on 30/09/2021 - 07:50



Patricia Caicedo presenta el seu nou llibre "**Somos lo que escuchamos: impacto de la música en la salud individual y social**", un recorregut apassionant per a descobrir l'antiga relació entre música i medicina i per a entendre com funciona el cervell quan escoltem i fem música, comprendre la relació entre ritme, moviment i salut, entre plaer, emoció i música i les moltes formes en què la música millora la nostra salut física i mental, retarda el procés d'envelliment, incrementa la creativitat i produeix felicitat i sensació de propòsit en la vida.

Segons Caicedo, qui a més de desenvolupar una brillant carrera internacional com a soprano, és doctora en musicologia i metgessa: *"escriure aquest llibre ha estat un procés apassionant en el qual he plasmat la meva experiència com a executant i la meva passió per la recerca, unint per primera vegada als meus dos amors, la música i la medicina. He fet un gran esforç per a escriure'l en un llenguatge accessible i clar sense perdre el rigor científic"*.

El llibre, que combina aspectes històrics, sociològics, neurocientífics i artístics, consta de deu capítols i un llibre d'exercicis en el qual l'autora convida al lector a passar de la teoria a la pràctica. Els capítols inclouen temes tan interessants com música i cognició, música i creativitat, música en el dolor i la mort i un capítol dedicat a la veu en el qual Caicedo plasma la seva experiència com a executant.

Segons Alfons Karabuda, president del Consell Internacional de la Música fundat per la UNESCO en 1949: *"em dedico a salvaguardar el dret fonamental de totes les persones a accedir a la música, promovent els seus valors. No puc pensar en una millor ajuda en aquesta cerca que el llibre inspirador escrit per Patricia Caicedo. En ell trobem la confirmació i explicació dels molts beneficis que hem sentit que ens ha brindat la música però sense entendre com"*.

Editat per Mundoarts Publications, el llibre es publica en espanyol, anglès i portuguès i apareix en un moment històric ideal, quan més que mai som conscients de la importància de fomentar i preservar la salut a nivell individual i social. El llibre està disponible en la web de [Mundoarts](#) [2] i en Amazon com a [llibre físic](#) [3] i [electrònic](#) [4]. Proximament en les llibreries.



**Categories:** Llibre

**Tags:** arts musicals

**Tags:** salut

**Tags:** benestar

**Tags:** impacte

- [5]

**Source URL:** <https://interaccio.diba.cat/en/news/2021/09/30/somos-escuchamos>

**Links:**

[1] <https://interaccio.diba.cat/en/members/caicedopa>

[2] <https://www.mundoarts.com/somosloqueescuchamos>

[3] [https://www.amazon.es/Somos-que-escuchamos-impacto-individual/dp/1733903534/ref=sr\\_1\\_1?dchild=1&keywords=somos+lo+que+escuchamos&qid=1632932242&qsid=262-8837417-9928312&sr=8-1&sres=1733903534%2CB09GX6H7X5%2C8408221965%2CB00FPJE9VW%2C8497350146%2C8467053305%2CB00P60ZXN8%2C8413143640%2CB08V484MTQ%2C8417752927%2CB094H799NH%2CB08BXFZWF3%2C8491291938%2C8492921943%2C8425357616%2C8417664300%2C8412011511%2CB08HMT8G34%2CB08QDJY5C3%2CB07QWBBJTJ&srpt=ABIS\\_BOOK](https://www.amazon.es/Somos-que-escuchamos-impacto-individual/dp/1733903534/ref=sr_1_1?dchild=1&keywords=somos+lo+que+escuchamos&qid=1632932242&qsid=262-8837417-9928312&sr=8-1&sres=1733903534%2CB09GX6H7X5%2C8408221965%2CB00FPJE9VW%2C8497350146%2C8467053305%2CB00P60ZXN8%2C8413143640%2CB08V484MTQ%2C8417752927%2CB094H799NH%2CB08BXFZWF3%2C8491291938%2C8492921943%2C8425357616%2C8417664300%2C8412011511%2CB08HMT8G34%2CB08QDJY5C3%2CB07QWBBJTJ&srpt=ABIS_BOOK)

[4] [https://www.amazon.es/Somos-que-escuchamos-Impacto-individual-ebook/dp/B09GX6H7X5/ref=sr\\_1\\_2?crd=WWCS87A4RPNM&dchild=1&keywords=somos+lo+que+escuchamos&qid=1632837000&qsid=262-8837417-9928312&srefix=somos+lo+que+escu,aps,176&sr=8-2&sres=1733903534,B09GX6H7X5,8408221965,B00FPJE9VW,8497350146,B00P60ZXN8,8467053305,8417752927,B08BXFZWF3,B094H799NH,B07QWBBJTJ,8417664300,8412011511,B07B6DVQ7M,8425357616,8492921943,B08HMT8G34,B08QDJY5C3,B07PZ42H24,8415969414&srpt=ABIS\\_BOOK](https://www.amazon.es/Somos-que-escuchamos-Impacto-individual-ebook/dp/B09GX6H7X5/ref=sr_1_2?crd=WWCS87A4RPNM&dchild=1&keywords=somos+lo+que+escuchamos&qid=1632837000&qsid=262-8837417-9928312&srefix=somos+lo+que+escu,aps,176&sr=8-2&sres=1733903534,B09GX6H7X5,8408221965,B00FPJE9VW,8497350146,B00P60ZXN8,8467053305,8417752927,B08BXFZWF3,B094H799NH,B07QWBBJTJ,8417664300,8412011511,B07B6DVQ7M,8425357616,8492921943,B08HMT8G34,B08QDJY5C3,B07PZ42H24,8415969414&srpt=ABIS_BOOK)

[5] <https://interaccio.diba.cat/node/8743>