**Investigaciones confirman que la música transforma la mente, el cuerpo y el espíritu**

* *La música no es un lujo cultural: es una herramienta vital -demostrado por la ciencia- para construir bienestar, conexión y vida plena.*

**Ciudad de México a 23 de julio de 2025.-** En un mundo acelerado, lleno de incertidumbre y estrés, la música sigue siendo un refugio poderoso y un recordatorio constante de que La Vida es Buena *(Life’s Good).*

Desde ese álbum y ese concierto que marcó nuestras vidas, hasta una melodía creada con Inteligencia Artificial (IA) el poder transformador de la música sobre la mente, el cuerpo y el espíritu ha sido ampliamente estudiado en México y en todo el mundo. A continuación, algunos hallazgos recientes que lo confirman.

**1. Bienestar cerebral y envejecimiento activo**

El Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM)[[1]](#footnote-1) publicó en septiembre de 2023 un artículo que destaca los beneficios de la musicoterapia para mitigar los efectos del envejecimiento cerebral. Escuchar o interpretar música puede generar cambios estructurales en el cerebro, ayudando a preservar funciones cognitivas esenciales, especialmente en personas mayores.

**2. Redes neuronales, emociones y conexión**

Investigaciones recientes de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)[[2]](#footnote-2) han demostrado cómo la música activa múltiples regiones cerebrales: desde el sistema límbico —relacionado con el placer— hasta la vía dopaminérgica y áreas motoras que fomentan el movimiento y la socialización.

¿Alguna vez te has sentido aliviado después de bailar o cantar tu canción favorita? Esto sucede porque escuchar música se asocia con una disminución en los niveles de cortisol (la hormona del estrés) y un aumento en dopamina, serotonina y endorfinas. Esto no solo mejora el estado emocional, sino que también fortalece el sistema inmunológico.

**3. Salud mental: antídoto para el estrés, la ansiedad y la depresión**

El Centro Nacional de Salud Complementaria e Integral de Estados Unidos [(NCCIH, por sus siglas en inglés)](https://www.nccih.nih.gov/health/espanol/musica-y-salud-lo-que-tiene-que-saber) señala que escuchar o practicar música mejora el bienestar físico y emocional. Entre sus beneficios destacan la mejora del ánimo, el alivio de la ansiedad y del dolor, así como un efecto positivo en trastornos neurológicos como la demencia o el Parkinson.

**4. Canto colectivo: bienestar social y emocional**

¿Qué tal la experiencia de un auditorio repleto cantando al mismo tiempo tu canción favorita? Pues una revisión publicada en Frontiers in Psychology (2021) encontró que el canto grupal —como en coros comunitarios— favorece la inclusión social, mejora el estado de ánimo y estimula la salud cognitiva, incluso tras una sola sesión. En adultos mayores, estas actividades incrementaron el rendimiento cognitivo y el sentido de pertenencia.

Asimismo, [estudios recientes](https://www.psypost.org/live-music-experiences-create-lasting-happiness-by-fostering-collective-effervescence-study-finds/) subrayan el fenómeno de la efervescencia colectiva durante conciertos en vivo: la experiencia compartida genera una conexión emocional tan intensa que puede prolongar la sensación de felicidad por semanas.

**5. Conexión social**

En este contexto digital, compartir música en plataformas digitales tiene un efecto positivo para nuestras relaciones, puede hacer que los humanos liberemos hormonas como la dopamina y oxitocina que promueven confianza y conexión social.

De acuerdo con un estudio global de LG sobre la conexión social, el 68% de las personas encuentra más difícil hacer amistades reales, y un tercio reportó tener una o ninguna conexión significativa en un periodo de un mes.

**Radio Optimism: melodías que demuestran que la vida es buena**

¿Puedes dedicarle una canción 100% personalizada a alguien sin necesidad de ser músico y de manera rápida? LG Electronics lo ha hecho posible. La nueva estación de radio “Radio Optimism” es la primera en la historia en estar conformada por canciones que crean los usuarios con ayuda de la inteligencia artificial y hoy hace de la música el vehículo perfecto para reconectar con las personas que más quieres o crear nuevas conexiones; sanar y recordarnos algo esencial: la vida es buena.

“En LG creemos que la tecnología más poderosa es la que crea conexiones humanas. Con Radio Optimism, transformamos la inteligencia artificial en un puente emocional, para que cualquier persona pueda decirle a alguien 'la vida es buena'... con una canción. Porque en un mundo lleno de ruido, a veces lo que más necesitamos es una melodía que hable desde el corazón". Señaló Daniel Aguilar el Director de Comunicación corporativa de LG Electronics México.

La plataforma ya está disponible en español, inglés y próximamente en más idiomas. Entra a <https://radiooptimism.lg.com/es-MX> para crear tu propia canción y compartirla con quien tú elijas. Porque a veces, el mejor mensaje no se escribe… se canta.

# # #

\*Metodología de la encuesta

Plazos: Trabajo de campo realizado del 29 de abril al 1 de mayo de 2025, a través de Focaldata

Países: 5 - EE.UU., Reino Unido, Australia, India y Canadá

Edad: 18-45

Tamaño de la muestra: 5.000 participantes en EE.UU., Reino Unido, Australia, India y Canadá, con 1.000 participantes en cada mercado, y divisiones representativas a nivel nacional por edad, sexo y región.

***Acerca de LG Electronics, Inc.****LG Electronics es un referente global en innovación tecnológica y electrónica de consumo, con presencia en casi todos los países y un equipo internacional de más de 74,000 colaboradores. Las cuatro divisiones de LG —Soluciones para Electrodomésticos, Entretenimiento Multimedia, Soluciones para Vehículos y Soluciones Ecológicas— sumaron ingresos globales superiores a los 88 billones de wones surcoreanos en 2024. LG es líder en la fabricación de productos para el hogar y el comercio, que van desde televisores, electrodomésticos y soluciones de aire, hasta monitores, componentes automotrices y sistemas inteligentes. Sus marcas premium, LG SIGNATURE y LG ThinQ, son reconocidas en todo el mundo. Para conocer las últimas noticias, visita*[*www.LGnewsroom.com*](http://www.lgnewsroom.com/)

***Contacto de Prensa:***

**LG Electronics México**    **LG Electronics México**    **Burson**                                             **Burson**

Daniel Aguilar Gallego      Daniela Medel                    Montserrat Valle                              Antonio Memije

Media & PR                       Media & PR                        Sr Account Executive                       Account Executive

Tel.  555321-1977              Tel. 56-6230-2485            Tel. 55-3100-4564                            Tel. 55-2729-2373

**daniel.aguilar@lge.com**    **daniela.medel@lge.com**   **montserrat.vallevargas@bursonglobal.com**  **antonio.memije@bursonglobal.com**

1. Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2024, 29 septiembre). *La musicoterapia mitiga los efectos del envejecimiento cerebral*. gob.mx. Recuperado 27 de junio de 2025, de <https://www.gob.mx/inapam/articulos/la-musicoterapia-mitiga-los-efectos-del-envejecimiento-cerebral> [↑](#footnote-ref-1)
2. UNAM Global. (2024, 16 octubre). *Música y cerebro: un vínculo poderoso para la salud - UNAM Global*. UNAM Global - de la Comunidad Para la Comunidad. Recuperado 27 de junio de 2025, de <https://unamglobal.unam.mx/global_revista/musica-y-cerebro-un-vinculo-poderoso-para-la-salud/> [↑](#footnote-ref-2)