

## ¿Aprender a tocar un instrumento en 21 días es posible?

**Practicar un instrumento de forma habitual mejora las habilidades del lenguaje, la memoria, la conducta o la inteligencia espacial. Hay varios estudios que confirman el aumento de la plasticidad del cerebro, y es que, para lograr velocidad en los dedos los músicos necesitan un gran entrenamiento mental**

Practicar un instrumento de forma habitual mejora las habilidades del lenguaje, la memoria, la conducta o la inteligencia espacial. Hay varios estudios que confirman el aumento de la plasticidad del cerebro, y es que, para lograr velocidad en los dedos los músicos necesitan un gran entrenamiento mental.

Un buen pianista o violinista puede llegar a practicar unas 7500 horas antes de los 18 años, sin embargo, Christian Bale explica cómo aprendió a tocar batería en apenas dos semanas, (si quieres leer el artículo entra aquí) lo que indica que en poco tiempo se puede aprender y que nunca se deja de mejorar.

William James, uno de los padres de la psicología moderna, escribió Habit, un ensayo que dos años después incluyó en el capítulo IV de su libro Principios de psicología (1890), obra de referencia de esta ciencia. En él mencionaba que aprender nuevas habilidades puede tener un efecto en la estructura física del cerebro, modificándolo y estableciendo nuevas relaciones y circuitos neuronales, que a su vez, alteran su funcionamiento. Ya se hablaba entonces del concepto de plasticidad cerebral o neuronal, que ahora es clave en el estudio de las Neurociencias. El cerebro es un órgano moldeable y cada destreza aprendida, lengua estudiada o experiencia vivida, reconfigura nuestro mapa cerebral. (Extracto del artículo del País: 21 días para cambiar de vida: el método de los 'coach') En 21 días esto es posible.

En la escuela de música LA SALA aseguran: "Solo hacen falta 21 día para adquirir el hábito de tocar un instrumento y por tanto de aprenderlo, evidentemente dependiendo del nivel adquirirán unos niveles u otros, si por ejemplo inicia de cero en 21 días intensivos y continuados, obtendrá el nivel que se adquiere en 5 meses y medio, dígame: sabrá tocar algunos temas, además sabrá leer y entender una partitura y plasmarla en el instrumento, conocerá el lenguaje musical, la técnica y mecánica del instrumento, etc... Adquirirá el hábito y una fantástica base para seguir practicando, garantizamos que habrá un antes y un después de asistir al curso. Si es una persona que ya toca un instrumento y se involucra en un intensivo como el que ofrecemos, el nivel de mejora es tremendamente notable."

Escuela de Música LA SALA - C/ Blasco de Garay, 40, 08004 Barcelona 93 441 17 18 – 16:00-21:00 h.

[www.lasalademusica.com](http://www.lasalademusica.com) " <https://www.facebook.com/escuelademusicalasala/?fref=ts>

e-mail: [lasala@lasalademusica.com](mailto:lasala@lasalademusica.com) Contacta: <http://lasalademusica.com/contacto-2/> - Vía Softdesk Outsourcing Barcelona

**Datos de contacto:**

Escuela de Música LA SALA  
C/ Blasco de Garay, 40, 08004 Barcelona  
93 441 17 18

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Sociedad Cataluña Entretenimiento](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>