

Press Release

**Experiencie, sinta e veja o poder do som**

***Anime-se ouvindo música hoje mesmo; um relatório pioneiro mostra como a música altera as nossas respostas emocionais***

* 58% das pessoas em toda a Europa admitiram sentir-se mais em baixo que nunca durante a pandemia, com ***72% das pessoas a reconhecerem que a música as ajudou a ultrapassar tempos difíceis.***
* O relatório mostra a relação existente entre **Emoção vs. Música: conduzido pelo Dr. David Lewis da Mindlab International** e revela o poder do som, com a música a funcionar como uma ferramenta de regulação do humor que pode ajudar ao bem-estar.
* **Os resultados foram divulgados através de dois vídeos extraordinariamente cativantes; experimente e veja como se sente depois de assistir a estes vídeos.** Veja como o corpo reage à música – com o sistema de áudio de alta potência [MHC-V83D](https://www.sony.pt/electronics/sistemas-hi-fi/mhc-v83d?cid=pr-eu-26341) da Sony – onde a ciência da Cymatics demonstra como as ondas sonoras omnidirecionais influenciam a tinta, a areia e o líquido ao ritmo da música, de uma forma simultaneamente errática e hipnotizante.
* **85% das pessoas em toda a Europa sentiram o seu humor influenciado pela música** (desde o despertar da felicidade e do entusiasmo até sentimentos de nostalgia e tristeza). Para testar esta condição, o segundo vídeo mostra o poderoso efeito e influência que a música de andamento lento pode ter.

Um relatório inovador revelou as formas impressionantes através das quais a música influencia o nosso dia a dia e como ela nos afeta física e psicologicamente, de forma mais intensa do que pensamos.

Alguns estudos científicos demonstraram que a música pode ser uma ferramenta de regulação do humor, com o andamento a alterar significativamente a nossa resposta emocional. Os tons maiores e menores podem transformar algo animado em algo melancólico.

O Dr. David Lewis da Mindlab International afirmou: "*A música triste pode ajudar-nos a ultrapassar tempos difíceis. As respostas emocionais mais intensas, quer sejam de felicidade ou tristeza, foram obtidas quando uma música contrastava emocionalmente com a música ouvida imediatamente antes. Da próxima vez que necessitar de ser animado e revitalizado pela música, crie uma sanduíche musical. Ouça uma música que o deixe triste e, logo a seguir, uma que o deixe animado, positivo e otimista. Desta forma, o poder da música animada será ainda mais impactante".*

***A música é também uma dica poderosa que pode recuperar experiências emocionais esquecidas, frequentemente de forma intensa, com 88% dos inquiridos em toda a Europa a admitirem lembrar-se de situações em que a música desempenhou um papel importante.***

Pode afetar a forma como a nossa mente funciona, mas também a forma como nos comportamos e respondemos a quem nos rodeia.

Em média, ***ouvimos mais de 285 horas de música por ano (12 dias inteiros)*** conferindo-lhe um poder único para alegrar as nossas vidas durante estes tempos difíceis. ***80% das pessoas afirmaram querer ouvir mais música,*** devido aos seus benefícios para o nosso bem-estar físico e mental.

Com base na investigação do Dr. David Lewis, a Sony criou duas novas representações visuais do quanto a música nos pode influenciar física e emocionalmente. Graças à ajuda dos novos sistemas de áudio de alta potência [**MHC-V83D**](https://www.sony.pt/electronics/sistemas-hi-fi/mhc-v83d?cid=pr-eu-26341)e [**MHC-V73D**](https://www.sony.pt/electronics/sistemas-hi-fi/mhc-v73d) da Sony, os vídeos reproduzem as formas através das quais as músicas de andamento rápido e lento, associadas às funções de luz e som omnidirecionais dos sistemas de áudio, influenciam o nosso corpo e os objetos à nossa volta.

**Experimente; ponha à prova o poder da música e veja que emoções provoca em si…**

* Assista, em primeiro lugar, ao vídeo com a música de andamento mais lento, que deverá evocar sentimentos mais melancólicos com o Tails de Jack Chown, The Music Lab.
* Em seguida, sinta-se revitalizado com uma música de andamento mais rápido, que deverá evocar felicidade; oferecida pelo Gutenmorgen de Jack Chown, The Music Lab.

**Os 10 principais efeitos que a música tem em nós**

O Dr. David Lewis analisou o efeito que a música tem no nosso corpo, mente e emoções[[1]](#footnote-1), desde o aumento da função da memória, do ritmo cardíaco e da dilatação das pupilas até ao despoletar de lágrimas, à indução do sono e ao despertar da felicidade.

1. Lágrimas
2. Aumentar a função da memória
3. Felicidade
4. Abrandar, relaxar ou acelerar o ritmo cardíaco
5. Afetar as nossas ações
6. Criar amizades e relações, e até moldar a identidade de uma pessoa
7. Criar um efeito "curativo"
8. Ajudar a induzir o sono
9. Provocar um arrepio na espinha e "pele de galinha"
10. Dilatar as pupilas e despoletar uma reação de "luta ou fuga"

**Angela de Klein, Senior Product Planning & Marketing Manager na Sony Video & Sound Europe, afirmou:** "*Todos nós nos recordamos de um momento das nossas vidas, em que a música desempenhou um papel fundamental; a música evoca sentimentos e memórias, fazendo-nos viajar no tempo."*

*"2020 foi um ano difícil para todos, queríamos criar este relatório e este vídeo para demonstrar o quão poderosa é a música, de forma a inspirar mais pessoas a usá-la como uma ferramenta para a positividade nas suas vidas. A nossa gama de sistemas de áudio de alta potência permite-nos desfrutar do poder do som, de forma clara e nítida, sendo ideal para quem deseja ouvir música acompanhado."*

Os dois novos modelos emocionantes da gama de sistemas de áudio de alta potência da Sony, **MHC-V83D** e **MHC-V73D**, foram concebidos para expandir o leque de opções para as famílias e os amantes de festas, com luz e som omnidirecionais, design portátil e o derradeiro entretenimento festivo.

– Fim–

**Notas para os editores**

**Sobre o relatório**

O relatório combina o trabalho realizado pelo Dr. David Lewis da Mindlab International, Warwick University, com os comentários de vários especialistas da indústria de toda a Europa e da empresa de pesquisa de mercado, One Poll, que realizou o inquérito/trabalho de investigação na Europa. As estatísticas do relatório representam um conjunto de 3000 inquiridos provenientes de três países – Reino Unido, Alemanha e Hungria.

**Sobre a curta-metragem do Poder do Som**

Esta curta-metragem foi criada pela produtora Greatcoat Films. Foi realizada por Klaas Diersmann, com Cinematografia de JP Garcia e Produção Executiva de Sandra Spethmann.

**Sobre a série HAS-V da Sony:**

A Sony apresentou dois novos modelos emocionantes da sua gama de sistemas de áudio de alta potência, MHC-V83D e MHC-V73D, expandindo o leque de opções para as famílias e os amantes de festas, com luz e som omnidirecionais, design portátil e o derradeiro entretenimento festivo.

Este sistema inclui som omnidirecional, luzes de festa omnidirecionais, karaoke, entradas para microfone e guitarra e pode ser controlado a partir da sua mão, com a app Fiestable.

* O modelo **MHC-V83D** terá um preço aproximado de 770 € e estará disponível a partir de outubro de 2020.
* O modelo **MHC-V73D** terá um preço aproximado de 650 € e estará disponível a partir de outubro de 2020.

Para mais informações sobre a série HAS-V, clique [aqui](https://presscentre.sony.eu/pressreleases/sony-introduces-new-line-up-of-high-power-audio-systems-for-the-ultimate-entertainment-3029386).

**Sobre a Sony Corporation**

A Sony Corporation é uma empresa de entretenimento criativo com uma base sólida de tecnologia. Desde jogos, serviços de rede, de música, filmes, eletrónica, sensores de imagem até serviços financeiros, a Sony visa encher o mundo de emoções através do poder da criatividade e da tecnologia. Para mais informações, visite: <http://www.sony.net/>

**As 10 principais reações à música – para a mente, o corpo e as emoções**

A música afeta a forma como o nosso corpo e a nossa mente funcionam, mas também como nos comportamos e respondemos a quem nos rodeia. Eis as dez reações mais frequentemente produzidas:

1. **Lágrimas** – *A música é uma dica poderosa que recupera experiências emocionais esquecidas, frequentemente de forma intensa, na nossa consciência. Os cinéfilos comentam frequentemente que, num filme dramático, só quando a música começa é que as lágrimas começam a cair.*
2. **Aumentar a função da memória –** *A investigação demonstrou que as emoções evocadas pela música podem afetar significativamente a nossa capacidade de prestar atenção, pensar de forma eficiente, recordar de forma precisa, exercer bom senso, resolver problemas e tomar decisões.*
3. **Felicidade –** *A música oferece uma forma de esquecer pensamentos indesejados e sentimentos desagradáveis e faz com que seja mais fácil falar sobre estes sentimentos. Pode ajudar a criar uma atmosfera calorosa e acolhedora e a tornar as pessoas mais felizes.*
4. **Ritmo cardíaco; abrandar para relaxar, ou acelerar –** *A música pode ajudar as pessoas a relaxar e descomprimir ou a sentirem-se mais energéticas e orientadas para a ação. Foi provado que a música tem um poderoso efeito no nosso ritmo cardíaco, abrandando-o para o relaxamento ou acelerando-o para a ação. Também pode aumentar ou diminuir a pressão arterial, acelerar ou abrandar a frequência respiratória e afetar a capacidade da pele conduzir eletricidade! Um meio de estimulação ou relaxamento.*
5. **A música pode afetar as nossas ações –** *A música influencia significativamente a forma como avaliamos o que está a acontecer à nossa volta, no que diz respeito à sua importância para o nosso bem-estar e a realização dos nossos objetivos. Charles Gulas, professor associado de marketing na Wright State University, e Charles Schewe, professor de Marketing na University of Michigan, constaram que existia uma maior probabilidade de a geração Baby Boomer fazer compras quando estava a ouvir música do género rock clássico, apesar de dois terços destas pessoas não serem capazes de identificar que música estava a ser reproduzida enquanto estavam nas compras.*
6. **Cria amizades e relações; e, de certa forma, uma identidade** – *Especialmente entre os jovens, ouvir música em grupo é uma das principais formas de fazer amizades. A música também estabelece uma relação recursiva com a sociedade em termos de identidade.*
7. **Pode ter um efeito "curativo" –** *Investigações recentes sobre a forma como a música afeta o cérebro revelaram um poderoso efeito no sistema nervoso. As características acústicas fundamentais da música são interpretadas por regiões na base do cérebro, para assinalar eventos urgentes e potencialmente importantes.*
8. **Pode ajudar-nos a adormecer –** *Por exemplo, As Quatro Estações de Vivaldi demonstraram ser eficazes a adormecer crianças irrequietas.*
9. **Pode provocar um arrepio na espinha e "pele de galinha" –** *Conhecida como "frisson", a sensação ocorre quando a música estimula o sistema de recompensa poderoso e primitivo do cérebro. É libertado um fluxo de dopamina, o neurotransmissor do prazer, produzindo sentimentos de felicidade e entusiasmo intensos. Desta forma, a música tem exatamente os mesmos efeitos que os jogos de azar, comer um doce ou uma noite de sexo. Por outro lado, a amígdala no cérebro é responsável pelos sentimentos de medo e responde exclusivamente à música sombria. Quando estimulada, esta consegue provocar "pele de galinha".*
10. **Pode dilatar as suas pupilas e despoletar uma reação de "luta ou fuga" –** *Quando a música atinge as notas certas, todo o seu corpo acelera. O ritmo cardíaco aumenta, as pupilas dilatam e o sangue é redirecionado para as pernas, após a ativação de uma região do cérebro conhecida como cerebelo. Isto faz parte daquilo a que se chama o mecanismo de "luta ou fuga". Uma resposta instintiva que evoluiu para nos preparar para a ação, de forma a começarmos a lutar ou fugir. Quando não podemos escolher nenhuma das opções (ambas podem ser mal aceites em salas de espetáculos ou em festivais de música pop), a intensidade dos sentimentos produzidos é interpretada como sendo provocada pelo entusiasmo e pelo prazer.*

1. Lista completa em Notas para os Editores, com descrições dos 10 principais efeitos [↑](#footnote-ref-1)