

**Giovedì 28 Febbraio 2008 h. 21**  
**CDI Acli "Il Torpedone"**



**Incontri del Giovedì**  
**"Alzheimer & Parkinson"**  
IV Edizione 2007/2008

**APPLICAZIONI DEL SUONO ORGANIZZATO PER LA TERZA ETÀ'**

*Ritmo, suono, ascolto, movimento e intonazione per l'utilizzo della Musica come Terapia.*

a cura di:  
**Francesco Caruso**

**APPLICAZIONI DEL SUONO ORGANIZZATO PER LA TERZA ETÀ'**



**Dr. Francesco Caruso**  
*Musicoterapeuta e Musicista*

Gli incontri di musicoterapia, rivolti agli utenti della terza età e in modo specifico ai malati da Alzheimer e Parkinson, hanno l'intento di creare situazioni stimolanti per la ricerca o la rinascita dell'equilibrio fisiologico e psicologico; partono dai comportamenti spontanei in modo da favorire l'accrescimento delle proprie attitudini naturali a beneficio del quotidiano.

**Applicazioni del suono organizzato per la terza età**

L'uso del suono organizzato per riequilibrare, riorganizzare

e guarire l'individuo in senso olistico è antichissimo. Già l'uomo primitivo si era reso conto che tutti gli elementi presenti in natura erano sistemi vibranti capaci di trasmettere sensazioni di benessere: l'uomo percepiva che senza il suono, prezioso nutrimento energetico, non gli era possibile vivere. Il termine suono organizzato in musicoterapia è utilizzato come un insieme di elementi (ritmo, suono, ascolto, movimento, intonazione) che possono essere canali di comunicazione non verbale nel "fare terapia". Il programma di musicoterapia ludico-riabilitativo si sviluppa in due momenti, quello passivo e quello attivo. Il primo consiste nell'ascolto di brani musicali; ciò permette la riduzione dell'agitazione psicomotoria, migliora il tono dell'umore e riduce l'irritabilità. Questi effetti sono dovuti alle vibrazioni trasmesse dall'orecchio al cervello che trasformano le emozioni; a ciò bisogna aggiungere il potere regressivo della musica poiché essa si colloca nell'ambito delle esperienze arcaiche facilitando così le relazioni affettive. Il momento attivo che si occupa più specificamente della comunicazione, in base alle finalità dell'attività, si rifà all'istinto ritmo-motorio che utilizza la sensibilizzazione dell'orecchio sviluppando la capacità sensoriale ritmo-udire; per imitare un ritmo o un suono bisogna prima capirlo a livello intellettuale e successivamente stabilire rapidamente un vero e proprio legame tra la mente che analizza la cellula ritmico-sonora e il corpo che la esegue. Il ritmo, che anche il paziente grave è capace di riprodurre, è intrinseco nella vita ed è alla base delle attività quotidiane. Molte delle attività che vengono proposte coinvolgono l'intero corpo: l'obiettivo è quello di contribuire a rendere il più

possibile naturale la relazione con se stessi. I diversi elementi di cui si compone la musica in queste esperienze ludiche, utilizzati in modo pedagogicamente corretto e in maniera elementare, permettono di stimolare e migliorare l'attenzione, la memoria, la percezione, la capacità numerica, la capacità di astrazione, la capacità verbale, la psicomotricità, la creatività nonché il comportamento sociale. Per i malati da Alzheimer l'attività è rivolta all'attivazione globale, al senso di identità, alla memoria a breve termine, all'orientamento spazio-temporale, al tono dell'umore e alle competenze espressive relazionali. Per i malati da Parkinson si affrontano i problemi dell'altezza, della postura nonché l'atteggiamento curvo del tronco e degli arti; ancora i disturbi di equilibrio e quelli del cammino nell'ottica di una stimolazione integrale che, se trattati precocemente e in modo continuativo, risultano utili.

#### **In laboratorio**

Si prevedono tecniche miste tra le quali la partecipazione a gruppi di canto per il comportamento sociale; il dialogo sonoro per la comunicazione; la stopping dance per i riflessi e l'equilibrio; la marcia e la danza ritmata per il cammino e la postura; la respirazione diaframmatica, i vocalizzi e l'ascolto guidato per il rilassamento e l'espressività; il ritmogramma, il disegno musicale e il simbolismo per la parte creativa.

#### **Un'esperienza pratica**

Abbiamo realizzato un progetto rieducativo per il malato di Parkinson utilizzando esercizi mirati associati al ritmo come prerequisito essenziale per promuovere la "decisionalità" motoria, per migliorare la capacità ad iniziare un movimento e per favorire la programmazione del gesto. In particolare, il nostro metodo,

applica clinicamente alcune ricerche di neurofisiologia di base effettuate da **Michael Thaut** che ha effettuato interessanti studi sull'effetto della stimolazione ritmica uditiva sulle prestazioni motorie. Selezionati 20 pazienti con diagnosi di MdP idiopatica con stadio Hoehn & Yahr da 2 a 3, di età media di 65,9 anni e durata media di malattia 8 anni. I pazienti sono stati randomizzati in due gruppi di 10 persone l'uno: il primo è stato assegnato alla Riabilitazione tradizionale (*senza ritmo*); il secondo alla Riabilitazione con ritmo (*Ritmoterapia fisica*). Ogni paziente prima del trattamento, a metà (sesta seduta) e alla fine dello stesso è stato sottoposto scale di valutazione. I dati del nostro studio indicano come la Ritmoterapia fisica si sia rivelata incisiva nel migliorare il controllo motorio nel cambio direzionale, che diventa più rapido e preciso con minori oscillazioni e sbandamenti soprattutto nei malati più compromessi. Non solo, il paziente può trarre beneficio da quanto appreso in palestra, anche nel corso della vita quotidiana solo "immaginando" mentalmente lo stimolo ritmico appreso. Infine, l'esperienza ritmica, per il suo "carattere sociale" è in grado di agire in modo efficace sul miglioramento della qualità di vita del malato. Nel corso del trattamento di Ritmoterapia fisica sul paziente agisce una componente "ludica" che rende più piacevole la seduta. Ciò appare un fattore importante per i pazienti parkinsoniani nei quali l'umore depresso spesso conduce ad un impoverimento della vita di relazione. I risultati dei Test ci avvertono che il miglioramento dei pazienti non è stato solo in termini di velocità del cammino, ma anche a livello dei cambi direzionali e della resistenza.