

## La musica è salute, la salute è musica! di GIANNI GANDINI

LINK: <https://www.lavocedeimedi.it/2023/10/24/la-musica-e-salute-la-salute-e-musica-di-gianni-gandini/>

La musica è salute, la salute è musica! di GIANNI GANDINI da Redazione Intervista a Gianni Gandini, Responsabile Servizio Musica e Artiterapie, Coordinamento attività educative della Fondazione **Don Carlo Gnocchi** Istituto Palazzolo di Milano. Sempre più evidenze scientifiche sostengono che la musica sia molto efficace in un contesto terapeutico. Cosa ci può dire in merito, secondo la sua esperienza? All'inizio il mio rapporto con la musica, come musicista e compositore, era nell'ordine del rievocare qualcosa di profondamente personale e concretizzarlo in un'opera creativa. Una sorta di quella che chiamano "autobiografia terapeutica". Lavorando per anni poi, come musicoterapista, con ospiti Rsa, Alzheimer, portatori di deficit severi su piano motorio, cognitivo e linguistico, minori con differenti quadri diagnostici, ho capito quanto la musica fosse anche un potente mezzo educativo, riabilitativo, curativo. Perché il suono non necessita di essere elaborato dal cervello, non prevede fatiche aggiuntive, ma arriva direttamente alla sfera emotiva. E questa è

una cosa importante, perché arriva a tutti, produce pensiero, ci muove e ci commuove per vie che non hanno nulla a che fare con il linguaggio quotidiano. È il contatto con le nostre cose più segrete. Su quale principio si basa l'offerta terapeutica della Fondazione **Don Gnocchi**, dove Lei coordina attività educative ed il Servizio Musica e Artiterapie? Sappiamo di certo che attività e interventi terapeutici di carattere artistico migliorano la qualità della cura e della assistenza, come indagato dalla letteratura medica, portando effetti positivi in ambito clinico, comportamentale, sociale. Il Servizio di Musica e Artiterapie di Fondazione **Don Gnocchi** si muove sia in questa direzione, agendo per il benessere psichico e fisico della persona e dei suoi familiari, sia con l'intento di sperimentare strade innovative e percorsi creativi. Abbiamo attivato progetti con nuove tecnologie (programmi di editing sonoro a supporto delle sedute di musicoterapia, ausili di vibroacustica con tracce audio originali), accanto a forme di intrattenimento terapeutico, lezioni

concerto, spettacoli interattivi. Inoltre proprio per la particolarità del servizio, intercettiamo sul territorio artisti e scuole che propongono percorsi originali e inclusivi, generando comuni progetti sociali. La musicoterapia, che rappresenta il perfetto connubio tra arte e scienza e che possiede delle potenzialità pressoché infinite, è ad oggi sufficientemente valorizzata nei contesti di cura o si potrebbe fare di più? Penso ci sia un costante interesse per la musicoterapia e una sempre maggiore presenza di progetti nei contesti di cura, e questo è sicuramente un bene. Ciò che ritengo importante è tuttavia favorire nuovi percorsi che sfruttino appieno le potenzialità terapeutiche del suono per spingere i confini in avanti e permettere incontri creativi tra professionalità diverse. In questo senso, in Fondazione **Don Gnocchi**, come percorso legato alla vibroacustica, alla ricezione acustica di basse frequenze, che il nostro corpo percepisce fisicamente, associamo timbri e strutture ritmico musicalicomposte e suonate da musicisti professionisti. La sfida creativa è che da una

frequenza fissa, un basso ostinato, per capirci, si costruisca una traccia musicale originale pensata per uno specifico trattamento. La musica rilassa, rasserena, emoziona, commuove e provoca benessere che va ad espandersi a tutto il corpo. La musica è salute o la salute è musica? Conosciamo il mondo prima ancora di vederlo attraverso il ritmo del battito del cuore, il nostro primo ascolto è il canto materno. Semplici frequenze che fluttuano nell'aria sono in grado di aprire canali emotivi così significativi. Non sappiamo bene come, però funzionano. Gli accordi delle canzoni ci riportano a uno stato prelinguistico, vocalizzazioni emotive positive o negative, enunciati verbali positivi e negativi, si ritrovano negli accordi maggiori o minori. La musica non è qualcosa fuori di noi. Ci esprimiamo attraverso il suono. Noi siamo musica. Sintonizzarsi sul nostro essere musica è un indicatore di salute. Infine è venuto a conoscenza del nostro network "Cultura è Salute?". Come lo valuta e quali valore ne condivide? Ho approfondito le iniziative intraprese da "Cultura è Salute?" e sono in linea con quanto espresso nelle precedenti risposte. Trovo interessante l'idea che nella

formazione dei medici e terapeuti entri a pieno titolo un'attenzione al percorso artistico e che ci sia l'intenzione di diffondere arte e cultura negli ospedali. Condivido anche l'importanza delle Arti come valore aggiunto nel processo di cura e riabilitazione. Una strada appena intrapresa che potrà cambiare molto nel modo di intendere la presa in carico del paziente.