

**A MILANO UN CORO DI MALATI DI ALZHEIMER**

# QUANDO LA MUSICA METTE IN ORDINE I PENSIERI



**L'esperienza, ispirata a un progetto simile di Valencia, sfrutta il potere del canto, che attraverso le emozioni rinforza le capacità cognitive. E soprattutto rende i coristi più felici**

di **Fulvia Degl'Innocenti**  
foto di **Giovanni Panizza**

**A**rrivano alla spicciolata nella sede della Onlus Walter Vinci a Milano: uomini e donne anziani, ben vestiti, con lo sguardo sorridente, felici di ritrovarsi insieme per cantare. A una prima occhiata non notiamo niente di strano, ma in realtà questo coro, che si chiama Sonoramente, è molto particolare: è infatti composto da persone malate di Alzheimer e dai loro *caregiver*, coniugi e badanti. Perché **si è scoperto che la musica e il canto accendono le emozioni, riattivando così le connessioni con la dimensione cognitiva.** Mentre cantano, i mala-

## **PAZIENTI E TERAPEUTI**

**Il gruppo di Sonoramente al completo: i malati, i loro caregiver e lo staff. Con la chitarra Guglielmo Nigro e a sinistra seduta Marta Vinci.**

ti si sentono più felici e più capaci, e il loro decadimento intellettivo rallenta.

«L'idea ci è venuta dopo aver visto un filmato che gira in Rete», spiega **Marta Vinci**, presidente della Onlus Walter Vinci, che si occupa di malattie rare e di vari tipi di fragilità. «Si tratta del concerto di un coro analogo al nostro, di Valencia, *Las voces de la* ➔



➔ *memoria*, nato dieci anni fa. Abbiamo pensato di realizzare un'iniziativa simile anche qui in Italia e questo è il nostro secondo anno di attività. I nostri coristi hanno una forma moderata di questa malattia e non sono istituzionalizzati. Ci supportano anche dei cantanti volontari che vengono dalla Banca del tempo».

Assistiamo alla loro prova settimanale. Il coro deve prepararsi per un'esibizione pubblica e per prima cosa si scalda la voce con una serie di esercizi, filastrocche, vocalizzi, condotti dal musicoterapeuta Guglielmo Nigro, con l'accompagnamento di un giovane pianista, Giulio. Poi si entra nel vivo con **le canzoni del repertorio: brani della loro giovinezza, Gino Paoli, i Dik Dik, Nada, Luigi Tenco, oltre a canzoni popolari e nenie africane.** Il musicoterapeuta li accompagna alla chitarra e qualche anziano si esibisce alle percussioni. L'effetto è emozionante e coinvolgente, insieme sono una squadra, e tutte le loro difficoltà, le insicurezze, sembrano svanire.

«Loro sono contenti di cantare in pubblico, ci tengono alla loro immagine, a fare bella figura», continua Marta Vinci. «Il nostro obiettivo è mostrare come le persone, al di là della loro malattia, siano in grado di fare cose bellissime. Durante i concerti indossano

### «IL NOSTRO OBIETTIVO È MOSTRARE COME LE PERSONE, AL DI LÀ DELLA MALATTIA, SIANO IN GRADO DI FARE COSE BELLISSIME»

una sciarpa azzurra e arancione, simbolo della nostra Onlus. Hanno anche una sorta di loro inno, sulla musica di *La vita è bella*, un testo sulla memoria che fugge, loro lo amano alla follia, è la loro canzone».

La musica riesce a fare piccoli miracoli perché la memoria musicale non viene intaccata dal decadimento cognitivo, anzi, è in grado di far dialogare i due emisferi. «A volte entrano alle prove con emozioni negative o in uno stato semiaddormentato», testimonia la presidente, «e poi escono che sembrano altre persone. Vivono momenti di euforia e presenza a sé stessi. Il coro è un toccasana anche per i *caregiver*. Hanno chiesto loro di cantare, dicono che non fanno mai cose belle insieme, che la relazione è caratterizzata soprattutto da visite in ospedale e negli studi medici».

**Duilio ha 70 anni ed è il marito di Carla, insegnante in pensione di 75 anni**, malata di Alzheimer: «Partecipare al coro ci fa uscire dal circolo delle solite azioni, ci fa sentire più liberi»,

**INSIEME SONO UNA FORZA**  
Il musicoterapeuta Guglielmo Nigro e il giovane pianista Giulio dirigono il coro, che si esibisce in canzoni degli anni Sessanta e nenie africane.

racconta. «Questo disturbo relativizza i problemi comuni, nel senso che svaniscono alcune paure, si ritorna all'essenza. Io ho cercato di affrontare questa situazione senza disperarmi. Il nostro unico figlio vive a Londra e la gestione di mia moglie è sulle mie spalle, non ho una badante e al momento penso ancora di farcela, i sorrisi che ancora riesce a regalarmi voglio che siano miei, con una badante la perderei ancora prima».

A spiegare quello che accade nella mente dei malati è **Guglielmo Nigro**, il musicoterapeuta, che da dieci anni lavora con questo tipo di pazienti, nelle case di riposo e con percorsi individuali. «Quando cantano vengono stimolate varie dimensioni del loro corpo: emotiva, cognitiva, funzionale. Si rinforzano queste capacità e si hanno degli effetti benefici in generale. Altro input positivo è la ritualità di ritrovarsi: alcuni ci dicono che non ricordano nulla della settimana ma ricordano bene questo appuntamento. La musica lavora molto sull'orientamento spazio-temporale, che è un grosso problema per i malati di Alzheimer. Non esistendo cure farmacologiche efficaci, non dobbiamo solo evitare il peggioramento, ma dare senso alla loro esistenza. **Per loro sono momenti preziosi, con la musica si possono utilizzare altre modalità, non solo la parola.** La memoria delle parole è legata alla melodia ed è successo che persone che non parlavano da lungo tempo si sono messe a cantare».

La prova si conclude con una merenda: i coristi si affollano intorno al buffet, qualcuno rimane in silenzio con lo sguardo assente, altri chiacchierano. La mente svanisce, ma quei momenti rimangono vita pura, assoluta, e nessuno potrà portarglieli via. ●