

# *Pink* POSITIVE





## Capitolo 22

Musicoterapia in  
Oncologia: prendersi  
cura dell'altro  
con uno sguardo  
sistemico-complesso

×

# Musicoterapia in Oncologia: prendersi cura dell'altro con uno sguardo sistemico-complesso

Dott.ssa Francesca Crivelli - Coordinatrice Master di Musicoterapia in Oncologia e nelle Cure Palliative – Fondazione Edo ed Elvo Tempia; SC Oncologia ASL BI

Ricevere una diagnosi di cancro è un evento stressante e traumatico a livello personale, relazionale, sociale, esistenziale e spirituale. Ma non solo la diagnosi è un momento delicato: anche nelle altre fasi della malattia oncologica si possono sperimentare emozioni quali vulnerabilità, paura, ansia, depressione, che possono influire sia sulla qualità di vita della persona malata, sia sulla sua aderenza alle terapie.

È quindi fondamentale che sia posta attenzione alle condizioni complessive del paziente: curare la patologia oncologica è fondamentale, ma è necessario occuparsi anche della parte emozionale ed emotiva che la malattia ha suscitato ed esacerbato.

Come? La Musicoterapia può costituire un intervento efficace nel prendersi cura dei bisogni e delle difficoltà dei pazienti, per contrastare isolamento e solitudine, per alleviare depressione, ansia, rabbia, paura, frustrazione e per diminuire la percezione del dolore.

## Perché proprio la musica?

La musica è connaturata alla nostra esperienza umana sin dalla vita prenatale, ed è indispensabile per lo sviluppo psichico dell'individuo, in particolare delle capacità comunicative e linguistiche.

Il feto è in grado di udire i suoni già intorno al

sesto mese di gestazione; l'utero, quindi, è un luogo sonoro, nel quale il futuro neonato matura la propria capacità di ascoltare, interagire, rispondere e di percepire, oltre alla voce materna, anche i suoni provenienti dall'ambiente esterno, sebbene attutiti dalla parete addominale e dal liquido amniotico. Anche nei primi mesi di vita, gli scambi "musicali" tra madre e bambino sono alla base dello sviluppo del sistema nervoso e delle competenze emotive del neonato.

Non solo nella storia individuale di ciascuno, ma anche nella storia collettiva la musica ha sempre rivestito un ruolo fondante. Secondo alcune teorie evoluzionistiche, il genere umano ha conservato le competenze utili alla sopravvivenza sia del singolo sia della specie.

Tra queste, le competenze musicali appartengono ad un gruppo di caratteristiche estetiche che rappresentano elementi seduttivi, specchio di un patrimonio genetico ricco e, dunque, mantenute e conservate nel tempo.

La musica rappresenta, inoltre, un aiuto fondamentale per la socializzazione e la condivisione, stimolando la capacità di sincronizzazione e di interazione.

Le prime forme di linguaggio sarebbero state molto più musicali che verbali e da sempre la musica ha rivestito un ruolo di rilievo, dapprima nella vita sociale e religiosa, poi nell'ambito educativo e filosofico.

Nella storia dei popoli è ricorrente la presenza di riti musicali terapeutici, quali i culti dionisiaci dell'antica Grecia, i riti di possessione identificatoria del tarantismo, quelli voodoo centroafricani, la trance sufi del Maghreb, la danza roteante dei dervisci, solo per citarne alcuni. Secondo Platone la musica doveva servire per arricchire l'animo umano.

## Cos'è la Musicoterapia?

Secondo la Federazione Mondiale di Musicoterapia “la Musicoterapia è un uso professionale della musica e dei suoi elementi come forma di intervento in ambito medico, educativo e della vita quotidiana con individui, gruppi, famiglie e comunità che ricercano un’ottimizzazione della loro qualità di vita e un miglioramento della loro salute e del loro benessere a livello fisico, sociale, comunicativo, emotivo, intellettuale e spirituale [...]”.

La Musicoterapia è una disciplina terapeutico-espressiva che, attraverso il suono e la musica, offre al paziente un supporto al disagio e alla sofferenza originati dalla malattia, valorizzando la creatività e le parti sane della persona.

## Come la Musicoterapia può sostenere il paziente oncologico?

In ambito oncologico la Musicoterapia ha l’obiettivo di migliorare la qualità di vita dei pazienti, alleviando i sintomi e riducendo le emozioni negative, e dei loro familiari e caregivers, favorendo la resilienza e facilitando la comunicazione.

Il musicoterapeuta usa la musica come canale terapeutico privilegiato per sviluppare una relazione col paziente, finalizzata all’ascolto dei suoi bisogni. La musica fornisce un supporto emozionale che permette di trovare uno spazio e un tempo in cui si ha l’opportunità di esprimere e di regolare le proprie emozioni. La letteratura in ambito psicologico ha dimostrato la funzione adattiva della risposta emozionale: ciò che risulta dannoso per la salute dell’individuo non è tanto la presenza o la frequenza di emozioni negative, ma il non sapere

regolarle. L’assenza di regolazione emozionale costituisce un fattore di rischio per lo stato di salute dell’individuo. La Musicoterapia, il musicoterapeuta, incoraggiano il paziente a tradurre i propri vissuti affettivi, emotivi e simbolici in improvvisazioni musicali, vocali e gestuali. Diversamente dal linguaggio verbale, che può descrivere e comunicare l’esperienza emotiva ma non esprimerla in maniera diretta, il linguaggio musicale offre l’opportunità di dar vita ad un prodotto sonoro-artistico immediato, che include la propria corporeità. A seguito di questa produzione può poi seguire una dimensione simbolica, pensata, che permette di integrare, descrivere, regolare le emozioni espresse. Il prodotto artistico restituisce di per sé una rappresentazione complessa: non separa il mondo in modo dicotomico (la mente da una parte, il corpo dall’altra), ma riconosce che al nostro interno esistono molte parti, molte emozioni e molti sentimenti.

Queste considerazioni sono state provate anche scientificamente: l’Epigenetica, scienza nata alla fine del secolo scorso, dimostra come effetti mentali possano tradursi in modificazioni capaci di modulare l’espressione genica, silenziando o attivando la produzione di alcuni geni deputati alla produzione di proteine. Queste molecole entrano nella costituzione delle principali strutture dei tessuti, servono per lo sviluppo, la conservazione e il ripristino delle cellule, oltre a essere anche enzimi, ormoni, anticorpi, neurotrasmettitori, che svolgono funzioni fondamentali.

Anche molti studi clinici randomizzati sono stati condotti per valutare in modo controllato l’efficacia dell’impiego della Musicoterapia in ambito oncologico ed è stato dimostrato che può avere effetti benefici sull’ansia, sul dolore, sull’umore e sulla qualità di vita.

## Come avvicinarsi alla Musicoterapia

**Molte Fondazioni e Associazioni a supporto dei pazienti oncologici propongono percorsi di Musicoterapia, così come alcune Strutture Ospedaliere. Se sul territorio non fossero attive realtà di questo tipo, rivolgersi al proprio Oncologo o Psico-oncologo potrebbe essere una soluzione per avvicinarsi a questa disciplina: molti di loro hanno infatti iniziato ad interessarsi alle terapie integrate da consigliare ai propri pazienti, in affiancamento all'indispensabile percorso terapeutico.**

**In questi tempi di pandemia, poi, molti pazienti hanno potuto continuare il percorso musicoterapico intrapreso grazie a sedute svolte on line. Certo, la Musicoterapia è una disciplina di relazione, ma i musicoterapisti hanno scoperto che con la musica si può creare un contatto anche a distanza.**

**Non è necessario avere competenze musicali specifiche o essere profondi conoscitori della musica per poter partecipare a laboratori musicoterapici. Occorre aver voglia di valorizzare le proprie parti sane e di intraprendere un percorso capace di dare significato anche a ciò che a prima vista sembra non averne.**

### **Bibliografia**

*Cerlati P, Crivelli F, a cura di. Musicoterapia in oncologia e nelle cure palliative. Prendersi cura dell'altro con uno sguardo sistemico-complesso. Franco Angeli 2015.*

*Engel G. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. Science 1977, 19: 129-136.*

*Menninghaus W. La teoria darwiniana sulla musica e la retorica. 135-156.*

*Bergeson TR, Threub S. Absolute pitch and tempo in mothers' song to infants. Psychol Sci. 2002 Jan; 13 (1): 72-5.*

*Ferrari D. Musica, rito e aspetti terapeutici nella cultura mediterranea. Erga Edizioni 1997.*

*Bonfiglioli L, Ricci Bitti PE. Emozioni, regolazione emozionale e salute. In Ricci Bitti PE e Gremigni P, a cura di Psicologia della salute. Modelli teorici e contesti applicative, Carocci, Roma 2013, 91-111.*

*Vingheroets A, et al. Emotion regulation, conceptual and clinic issues. Springer New York 2008.*

*Zanchi B. Style and identity "Being in the world" as a musical form. A clinical story. In Proceedings of the 10th World Congress of Music Therapy, Oxford 2002.*

*Bottaccioli F. Epigenetica e psiconeuroendocrinoimmunologia. Edra editore 2014.*

*Kamioka H, et al. Effectiveness of music therapy: a summary of systematic reviews based on randomized controlled trials of music interventions. Patient Preference Adherence. 2014 May 16; 8: 727-54.*

*Bradt J, et al. Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. (2016a), Cochrane Database Syst. Rev. 8:CD006911.*

<https://www.fondazionetempia.org/formazione-e-divulgazione-2/musicoterapia-in-oncologia/>

<https://www.gaslini.org/comunicati-stampa/al-gaslini-parte-il-progetto-di-musicoterapia-e-discipline-integrate-a-supporto-dei-bambini-ospedalizzati-coordinato-dall'associazione-echo-art/>

instagram: @genomicart

<https://www.echoart.org/>



*Coordinatrice Master di Musicoterapia in Oncologia e nelle Cure Palliative - Fondazione Edo ed Elvo Tempia; SC Oncologia ASL BI*  
Dott.ssa Francesca Crivelli

*Chimico farmaceutico, data manager, coordinatrice di ricerca clinica in ambito oncologico, presso la SC di Oncologia dell'ASL di Biella si occupa di fattibilità e conduzione di studi clinici secondo le norme di buona pratica clinica, di organizzazione e di monitoraggio. Collabora all'ideazione, alla progettazione e alla stesura di protocolli clinici. Gli ambiti principali della sua attività di ricerca sono gli eventi avversi delle terapie oncologiche, i tumori del colon-retto, l'oncologia e la medicina di genere.*

*Presso la Fondazione Edo ed Elvo Tempia si occupa di divulgazione scientifica sui corretti stili di vita, in ambito di prevenzione primaria, in scuole, aziende, centri culturali e durante convegni o mostre. È responsabile di progetti di formazione, tra cui il Master di Musicoterapia in Oncologia e nelle Cure Palliative, di cui è coordinatrice e co-ideatrice.*

*Moderatrice e relatrice a convegni, è autrice di articoli e pubblicazioni scientifiche e co-curatrice del testo "Musicoterapia in oncologia e nelle cure palliative. Prendersi cura dell'altro con uno sguardo sistemico-complesso" edito nel 2015 da Franco Angeli.*

*Pink*  
POSITIVE



Daiichi-Sankyo