

## Curare con le note: la musicoterapia

# Guarire con la musica

**Intervista a Cheryl Dileo, tra le voci più autorevoli a livello internazionale nel campo degli studi e delle ricerche sulla musicoterapia nei contesti medici, e al dott. Filippo Giordano, musicoterapeuta presso l'unità di Oncoematologia Pediatrica del Policlinico di Bari, per scoprire l'alto potenziale della musicoterapia**



da sin.: Dott. Filippo Giordano, Prof. Cheryl Dileo e la Dott.ssa Mariagrazia Baroni

dalla Norma UNI 11592 che definisce precise competenze, conoscenze, responsabilità e limiti.

Mariagrazia Baroni, pianista e docente di pianoforte e presidente dell'AIM (Associazione Italiana Professionisti della Musicoterapia) ha avviato il servizio di musicoterapia presso l'hospice di Montericco nel settembre 2003 e da allora collabora strettamente con l'èquipe multidisciplinare. La dott.ssa Baroni ha intervistato per noi la prof. Cheryl Dileo, coordinatrice del programma di laurea in musicoterapia, dei programmi clinici di musicoterapia all'ospedale della Temple University, e tra le voci più autorevoli a livello internazionale nel campo degli studi e delle ricerche sulla musicoterapia nei contesti medici, e il dott. Filippo Giordano, musicoterapeuta presso l'unità di Oncoematologia Pediatrica del Policlinico di Bari e ricercatore sull'utilizzo della medical music therapy nell'ambito del dolore cronico e procedurale.

**Prof. Dileo, oltre alla lunga ed impor-**

**tante esperienza di professore universitario e ricercatore nel settore della musicoterapia, Lei ha svolto una serie di incarichi prestigiosi all'interno della World Federation of Music Therapy, non solo in qualità di Presidente WFMT.**

**Le chiedo, cosa è la musicoterapia e a chi è rivolta? Qual è lo scopo principale?**

**DILEO:** Lo scopo principale è utilizzare la musica per sostenere e mantenere la salute dell'individuo.

Per salute intendiamo il termine nel più ampio significato possibile che comprende aspetti fisici, mentali, emotivi, sociali e spirituali. In questo senso quindi possiamo dire che per musicoterapia intendiamo un uso professionale della musica e dei suoi elementi per aiutare le persone e i gruppi a migliorare la propria salute e la qualità di vita.

Questa definizione è condivisa a livello internazionale nel rispetto delle possibili differenze applicative dovute alla cultura e al contesto nazionale nei diversi paesi del mondo.

La musica per stare meglio, e mantenere la salute dell'individuo sia a livello fisico che mentale, emotivo, sociale e spirituale.

Una giornata di studi sul valore della musicoterapia nelle cure palliative, è quella che si è tenuta il 12 e 13 novembre scorsi presso l'Hospice Casa Madonna dell'Uliveto di Albinea.

L'iniziativa si è svolta in occasione del Vennale dell'apertura della Casa ed in concomitanza al Music Therapy Day, indetto dalla European Music Therapy Confederation per diffondere una corretta conoscenza della musicoterapia su tutto il territorio europeo. Il valore degli effetti terapeutici della musica in pediatria, geriatria, psichiatria e anche in oncologia, è riportato da ampia letteratura, e il suo utilizzo è riconosciuto e disciplinato dalla Legge 4/2013 e



Cheryl Dileo con alcune responsabili dell'Ospice di Montericco

**Chi sono e che formazione hanno i musicoterapeuti?**

**DILEO:** Innanzitutto i musicoterapeuti hanno una formazione rigorosa ed in base ai criteri adottati dai singoli paesi, possono esistere piani di studio in parte differenti a livello internazionale. Ritengo che ci sia un consenso unanime sul fatto che i musicoterapeuti prima di tutto debbano essere buoni musicisti: durante la formazione in musicoterapia imparano a utilizzare altri strumenti musicali (melodici, armonici e ritmici) oltre al loro strumento principale; inoltre approfondiscono l'uso della vocalità come importante veicolo di comunicazione; imparano ovviamente le metodologie specifiche della musicoterapia, con proposte recettive e attive, basata sull'improvvisazione musicale, e a modulare tali metodologie a seconda del contesto e dell'utente con cui operano. Un secondo aspetto

fondamentale della formazione riguarda le conoscenze di base legate ai settori della comunicazione, della psicologia, biologia, medicina e le aree correlate; da ultimo, tutti gli aspetti scientifici necessari a conoscere le evidenze della ricerca e su come applicare la musicoterapia nel miglior modo possibile.

**In Italia la professione in musicoterapia**

**è disciplinata da una legge che definisce precise competenze, conoscenze, responsabilità e limiti. Inoltre i musicoterapeuti operano all'interno di équipe multidisciplinari ed in stretto contatto con i responsabili dei vari contesti in cui la musicoterapia è presente. Cos'altro possiamo aggiungere a quanto già affermato dalla Prof.ssa Dileo?**

**GIORDANO:** Il musicoterapeuta è un professionista formato, capace di ascoltare prima di tutto sé stesso, poi gli altri, ed utilizza la musica per completare questo ascolto. La musicoterapia è la possibilità di utilizzare la musica come strumento di ascolto e come strumento di crescita e trasformazione per fare un piccolo pezzo di strada insieme a chi ha bisogno e facilitarlo nel provare a cambiare o a mantenere alcuni aspetti della propria esistenza.



Sala della musica Ospice

**Il pianista e compositore Giovanni Allevi svela in una intervista recente ai quotidiani nazionali che**

■ continua a pag.48

■ segue da pag.47

**da giovane è stato vittima di bullismo: "gli occhiali, l'eccessiva magrezza e la grande timidezza.." che lo costrinse a rifugiarsi nel buio, ma la musica lo ha salvato. Come commenta questa affermazione?**

**GIORDANO:** Penso che la musica sia un'esperienza personale e che sia una grande opportunità di crescita e sviluppo; ciascuno può avere la sua musica preferita, le sue canzoni, andare a concerti, suonare uno strumento non necessariamente in modo professionale. Sono contento che la musica sia stata una ancora di salvezza per Allevi.

La musicoterapia è un tipo di esperienza molto diversa poiché utilizza la musica con finalità di aiuto per l'altra persona. In Musicoterapia la relazione che si crea è tra il musicoterapeuta, il paziente e la musica. La musica non è una medicina che puoi prendere e risolve la tua situazione o il tuo problema. L'alto potenziale della musicoterapia sta nel processo che il musicoterapeuta, il paziente e la musica possono avere insieme e che è la base per ottenere i cambiamenti desiderati o mantenere la miglior qualità di vita possibile.

**DILEO:** A proposito di questa domanda, vorrei aggiungere un aspetto importante. Penso che l'essere umano abbia già in sé un senso fisiologicamente innato di ascoltare musica, di produrre musica e di apprezzarla. Il fatto che le persone utilizzino la musica da sole e per sé stesse non è considerato musicoterapia, ma sappiamo che possono trarre beneficio dal potere della musica. Quindi c'è una distinzione da fare: la musicoterapia deve avere un musicoterapeuta, un paziente, una relazione e la musica.

Aggiungo anche che per poter partecipare alla musicoterapia non è necessaria una raffinata abilità musicale perché le persone sono già fisicamente preparate a

lasciarsi coinvolgere nell'esperienza con la musica. Chiunque può trarre beneficio dalla musicoterapia.

**A chi è rivolta la musicoterapia? E' possibile modularla non solamente per specifiche patologie ma offrirla anche in altri contesti?**

**GIORDANO:** In questo momento in Italia, ci sono diversi livelli e contesti di applicazione della musicoterapia. La mia esperienza personale è quella di lavorare in ospedale in Oncologia Pediatrica e presso il Dipartimento dell'emergenza e trapianto d'organi per conto dell'Università degli Studi di Bari.

Esistono anche situazioni in cui i musico-

terapeuti lavorano privatamente, nel proprio studio, oppure in altri tipi di istituzioni come la scuola, quindi un ambito educativo, oppure in centri riabilitativi e sociali, per esempio a scopo di inclusione, quindi non c'è solo l'ambito clinico. Spesso le persone sono stupite dal fatto che la musicoterapia sia inserita in vari contesti, e possa avere finalità e obiettivi differenti.

quasi tutti i settori relativi alla inclusione; penso a quegli aspetti che stanno emergendo a livello sociale in relazione all'immigrazione, la musicoterapia può avere un ruolo di inclusione sociale. Ovviamente può avere un ruolo in tutta quella sfera clinica che può essere sia pubblica che privata, come un ospedale, un hospice, ma anche un centro di recupero piuttosto che un centro residenziale. Forse una delle differenze più importanti rispetto all'Europa, è che in Europa molti musicoterapeuti sono impiegati anche nel settore della ricerca, situazione che in Italia c'è ma è meno presente, soprattutto per una questione di investimento sia dal punto di vista economico, di tempo ma anche



Prof. Cheryl Dileo



Dott.ssa Mariagrazia Baroni

terapeuti lavorano privatamente, nel proprio studio, oppure in altri tipi di istituzioni come la scuola, quindi un ambito educativo, oppure in centri riabilitativi e sociali, per esempio a scopo di inclusione, quindi non c'è solo l'ambito clinico.

Spesso le persone sono stupite dal fatto che la musicoterapia sia inserita in vari contesti, e possa avere finalità e obiettivi differenti.

In Italia la situazione per alcuni versi è simile a quella che c'è in Europa, soprattutto per quanto riguarda l'utilizzo della musicoterapia nell'ambito educativo, penso alla scuola, oppure in ambito preventivo, e in

di risorse umane, condizioni per le quali oggi in Italia è più difficile fare ricerca in musicoterapia.

**In tempo di pandemia, la musicoterapia si presenta come una grande opportunità. Quali sono gli obiettivi per chi lavora nel contesto della prevenzione? Ad esempio nella cura di sé, oppure nella crescita personale.**

**DILEO:** In musicoterapia noi pensiamo che una parte importante delle finalità e degli obiettivi è quella di mantenere e migliorare la salute.

Le persone possono usufruire della mu-

sicoterapia per mantenere il loro stato di salute nei modi che sono raccomandati dai governi; ad esempio per migliorare il loro stile di vita, per ridurre lo stress, per affrontare la sensazione di depressione, (perché sappiamo che la depressione è associata a molte malattie) e quindi utilizzare la musicoterapia per imparare a gestire la musica per sé stessi, in momenti di rilassamento quotidiano e momenti di condivisione con gli altri, per alleggerire il peso di certe situazioni.

La musicoterapia è utile anche per la crescita personale: per crescere emotivamente, sviluppare migliori capacità di affrontare la vita, acquisire competenze emotive per affrontare la vita, imparare a relazionarsi con le altre persone in un modo migliore cioè che migliora anche la nostra vita; imparare a capire meglio se stessi, per aiutare sé stessi a "funzionare" nella vita ed essere più felici.

**A metà novembre presso l'Hospice di Montericco si è svolta una giornata di studi sulla musicoterapia nelle cure palliative. Abbiamo visto i partecipanti molto interessati a comprendere maggiormente come si applica la musicoterapia nel contesto del fine vita. Nella sua lunga esperienza di musicoterapia in oncologia e cure palliative quale ritiene sia l'obiettivo principale di questo tipo di conferenze?**

**DILEO:** Dalla mia prospettiva penso che questa conferenza abbia avuto molti propositi. Il primo era quello di educare dall'interno dell'hospice, formare l'equipe dell'hospice offrendo maggiori dettagli su come lavoriamo in musicoterapia con pazienti e familiari e/o caregiver che stanno affrontando l'ultimo tratto della loro vita. Ogni presentazione nella conferenza ha avuto un taglio molto chiaro rispetto alle finalità e agli obiettivi della musicoterapia nelle cure palliative, oltre a mostrare le specifiche modalità di lavoro esemplificate tramite la presentazione di alcuni casi.

Un altro obiettivo è stato quello di arricchire le esperienze di molti dei partecipanti che sono anch'essi musicoterapeuti e che lavorano in altri hospice o che sono interessati a lavorare in futuro in questo con-

testo.

Da ultimo c'è un altro proposito importante che è quello di diffondere al di fuori della conferenza e far conoscere alle persone della comunità cosa è realmente la musicoterapia e chi la pratica.

**Prof.ssa Dileo lo scorso 18 novembre a Roma in Senato ha fatto una presentazione sulla musicoterapia, una occasione speciale per far conoscere questa disciplina in una istituzione italiana così importante**

**DILEO:** Mi è stato chiesto di fare una panoramica del modo in cui la musicoterapia è utilizzata negli ospedali.

Si trattava di presentare precise definizioni e specifiche terminologie utilizzate



Dott. Filippo Giordano

per i vari tipi di intervento presenti negli ospedali dei vari paesi del mondo (ad esempio la differenza tra Music Interventions, Music Medicine e Music Therapy); di presentare la ricerca che mostra quanto sia efficace la musicoterapia con i pazienti e come fa risparmiare denaro; di come aiuta i pazienti a migliorare in modo più rapido; di quali sono gli esiti che si ottengono, esiti che i medici non possono avere con le medicine, come ad esempio aiutare i malati di cancro a dormire, aiutare a ridurre la fatigue nei malati di cancro, aspetti che i dottori e le medicine non possono fare.

Inoltre, il mio obiettivo era far conoscere in Senato quanto sia urgente inserire la musicoterapia negli ospedali, e questo aspetto è basato sull'osservazione dell'importanza della musica, emersa in modo evidente, specialmente in Italia, durante la pandemia.

**Lo scorso anno, nel luglio 2020, come Associazione Italiana Professionisti della Musicoterapia (AIM) abbiamo vinto la candidatura per realizzare il XVII Congresso Mondiale di Musicoterapia in Italia, in cui Cheryl Dileo farà parte del Comitato Scientifico. E' stato un lungo lavoro che ci ha consentito di concorrere e vincere contro il Benelux e il Canada. Dal 8 al 12 luglio 2026, a Bologna arriveranno circa 3.000 musicoterapeuti da tutto il mondo. Dr. Giordano, cosa ne pensa?**

**GIORDANO:** Ritengo che questa sia una grandissima opportunità, non solo per i professionisti della musicoterapia, penso che sia una opportunità per tutte quelle figure che lavorano in équipe con un musicoterapeuta, e per tutte quelle persone che hanno un interesse verso la nostra professione. Io credo che il congresso mondiale sarà un'occasione innanzitutto per definire il ruolo della musicoterapia in Italia e per comprenderne tutti i livelli, dalla formazione, ai vari contesti applicativi, alla ricerca. Sarà soprattutto una occasione per confrontarsi con ciò che c'è al di fuori della nostra nazione, un momento di grande confronto, sia per noi professionisti italiani, che saremo chiamati a essere uniti e lavorare insieme per realizzare questo grande obiettivo.

Al di là di tutto sappiamo quanto noi italiani ci teniamo a fare bella figura! Personalmente sono molto felice di poter ospitare in Italia il Congresso, di poter essere in qualche modo protagonista di questa esperienza. Credo che sia una grande opportunità da cogliere, un po' come succede quando c'è la semina: seminiamo un seme e speriamo possa poi nascere una pianta abbastanza resistente da durare nel tempo. È una grande opportunità da non farsi sfuggire. ■