

La musica e le emozioni un supporto in ambito oncologico

L'esperienza

Un laboratorio di musicoterapia con l'Associazione Priamo

● La malattia oncologica rappresenta, per sua natura, un evento altamente stressante di natura traumatica che irrompe improvvisamente nella vita di una persona creando una condizione di incertezza, imprevedibilità e mancanza di controllo.

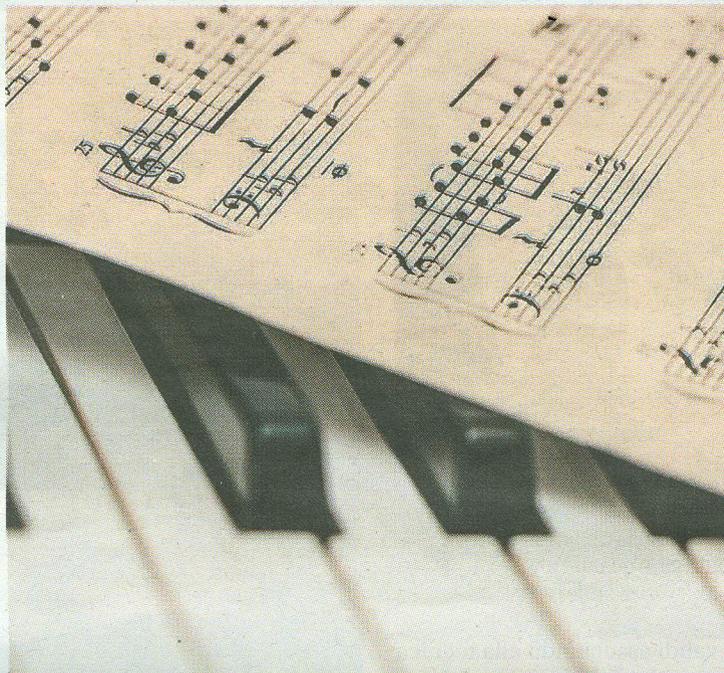
L'impatto. L'impatto della comunicazione diagnostica, gli effetti collaterali spesso invalidanti delle terapie e degli interventi chirurgici, creano nel paziente profonde ripercussioni sulla sfera psicologica, affettiva, familiare, sociale e sessuale, inficiando così la qualità di vita.

Se già con la diagnosi di tumore il paziente vede spesso modificato il suo ruolo, non essendo più attivo e dovendosi appoggiare agli altri, a questo si deve aggiungere l'incognita di ciò che succederà dopo.

Il paziente quindi disorientato non ha bisogno solo di cure contro la malattia ma anche di sostegno per riequilibrare la quotidianità stravolta dalla patologia.

Diventa pertanto utile che il paziente sposti l'attenzione verso l'utilizzo di tecniche che lo aiutino a ridurre la tensione e gli diano la carica per fronteggiare con maggior spirito le sfide che si presentano nella quotidianità.

Terapie complementari. Tra le terapie complementari che si integrano ai trattamenti medici, nell'aiutare il paziente e anche i familiari a superare il disagio, evidenti ricerche scientifiche, compiute negli ultimi dieci anni, hanno documentato che la musicoterapia può avere effetti benefici sulla qualità di vita del



malato alleviandone sia i sintomi fisici della malattia, che psichici.

La musica. Da tempo è noto il potere terapeutico della musica; è risaputo come l'ascolto e l'esecuzione di suoni e melodie possano agire sugli stati d'animo e sulle emozioni, in virtù delle loro proprietà rilassanti o stimolanti.

L'attivazione di laboratori di musicoterapia all'interno di Unità Operative di Oncologia ha co-

me obiettivo consentire al paziente una migliore gestione delle emozioni, delle paure, delle ansie legate alle varie fasi di malattia oltre che quello di favorire un miglior controllo della sintomatologia.

L'ascolto guidato di brani musicali supportato da immagini positive guidate, o dalla creazione di brani che riguardano tematiche di tipo esistenziale e spirituale scelti dal paziente, consente di ridurre i livelli d'ansia e di stress,

stabilizza il ritmo sonno/veglia, favorisce un miglior controllo e/o riduzione del dolore, la compliance ai trattamenti radio/chemioterapici, riduce la depressione e può fornire un supporto psicologico sia ai pazienti, sia ai loro familiari migliorando così la qualità della vita.

Priamo. In Priamo da qualche anno è partito il laboratorio di musicoterapia, si svolge in gruppo ed è rivolto a pazienti in trattamento e a familiari.

Il laboratorio di musicoterapia è condotto dalla dottoressa Silvia Bariselli, psicologa specializzata in psicoterapia e musicoterapia, diplomata al Conservatorio.

Il gruppo è costituito al massimo da 6/8 persone ed è organizzato in 10 incontri a cadenza settimanale.

Le fasi. Il ciclo di sedute è strutturato in differenti fasi.

Prima fase introduttiva con svolgimento di sedute di breve musicoterapia propedeutiche alle fasi successive.

Seconda fase di musicoterapia intervallata da sedute di analisi delle ansie, dei bisogni e delle risorse di ogni paziente.

Fase finale di conclusione e valutazione dell'esperienza.

Nelle sedute si utilizzano sia tecniche di musicoterapia attiva che di musicoterapia passiva.

La musicoterapia in gruppo tende a facilitare e promuovere l'allentamento di tensioni emotive e corporee, il riequilibrio energetico, permette la condivisione dei problemi e delle paure con altre persone che vivono la stessa esperienza, favorisce il superamento del senso di isolamento e aiuta ad apprendere nuovi comportamenti e strategie adattive di fronte alla situazione problematica quale è la malattia.

Informazioni. La sede operativa dell'Associazione Priamo si trova in Viale Piave 101 a Brescia (telefono 030.72.81.786; sito Internet www.associazionepriamo.it). //

L'Associazione: dal 2010 un riferimento per i malati e per le loro famiglie



L'Associazione Priamo nasce con l'obiettivo di fornire al malato

oncologico e ai suoi familiari un supporto psicologico, sociale e riabilitativo durante le diverse fasi del percorso di cura.

La peculiarità è di permettere alla persona malata e alla sua famiglia di affrontare in modo consapevole e attivo il trauma della malattia per riappropriarsi così di una buona qualità di vita.

Priamo è un'associazione costituita dai soci fondatori, dal comitato scientifico e dai volontari, un gruppo di persone di diversa provenienza lavorativa, culturale e sociale, con l'interesse comune di diffondere la cultura e l'informazione in ambito psicooncologico.

Priamo è attiva dall'ottobre 2010 con l'obiettivo di restituire al paziente oncologico e ai suoi cari una qualità di vita buona.