

# Promozione dell' Attività Motoria Adattata in Neurologia e Musica

Alla ricerca di una qualità di vita migliore.

Giulia Brugnoli



# L'Attività Motoria Adattata con la musica: cos'è e a cosa serve

- ▶ E' un tipo di attività motoria che si basa sull'utilizzo della musica come stimolo ritmico ed emotivo.
- ▶ Si è dimostrato che la musica è capace di risvegliare quella «voglia di muoversi», in maniera efficace, senza quel senso di affaticamento che di norma accompagna un'attività motoria standardizzata, in modo da spronare il gioco con i vari ritmi musicali.
- ▶ si è deciso così, di unire la musica al movimento per il malato neurologico, in modo da motivarli a seguire programmi di attività motoria nel tempo.
- ▶ Le musiche usate sono di diversa natura e dipendono da ciò che si vuole proporre.
- ▶ Il nostro obiettivo è quello di portare persone inattive in persone, non solo attive, ma anche capaci di svolgere movimenti definiti in un arco di tempo e di mantenere il ritmo d'esecuzione per tutto quell'arco di tempo, il tempo di cui si parla è dato dalla musica che si sceglie di usare.

# In che cosa consiste la promozione dell'attività motoria adattata?

- Sono esercizi a carattere motorio-ludico-emotivo atti a migliorare le performance motorie e la qualità della vita in generale, unendo l'allenamento standardizzato al divertimento.
- Perché tali esercizi siano efficaci ci avvaliamo di diverse strategie in base alle diverse patologie, per esempio la musica e il Morbo di Parkinson oppure la giocoleria e la Malattia di Alzheimer o ancora giochi di gruppo nella Sclerosi Multipla.....

# Perché la musica

- Abbiamo pensato di usare la musica consci del fatto che la musica possiede un grande potere evocativo, grazie al quale è possibile indurre le persone al movimento o al rilassamento.
- Grazie alla componente ritmica, infatti, è possibile giocare con il movimento, accelerando o diminuendo il ritmo dell'esercizio, cercando la pulizia e la precisione del gesto motorio che si sta insegnando, iniziando o finendo un'azione motoria sotto stimolo musicale.

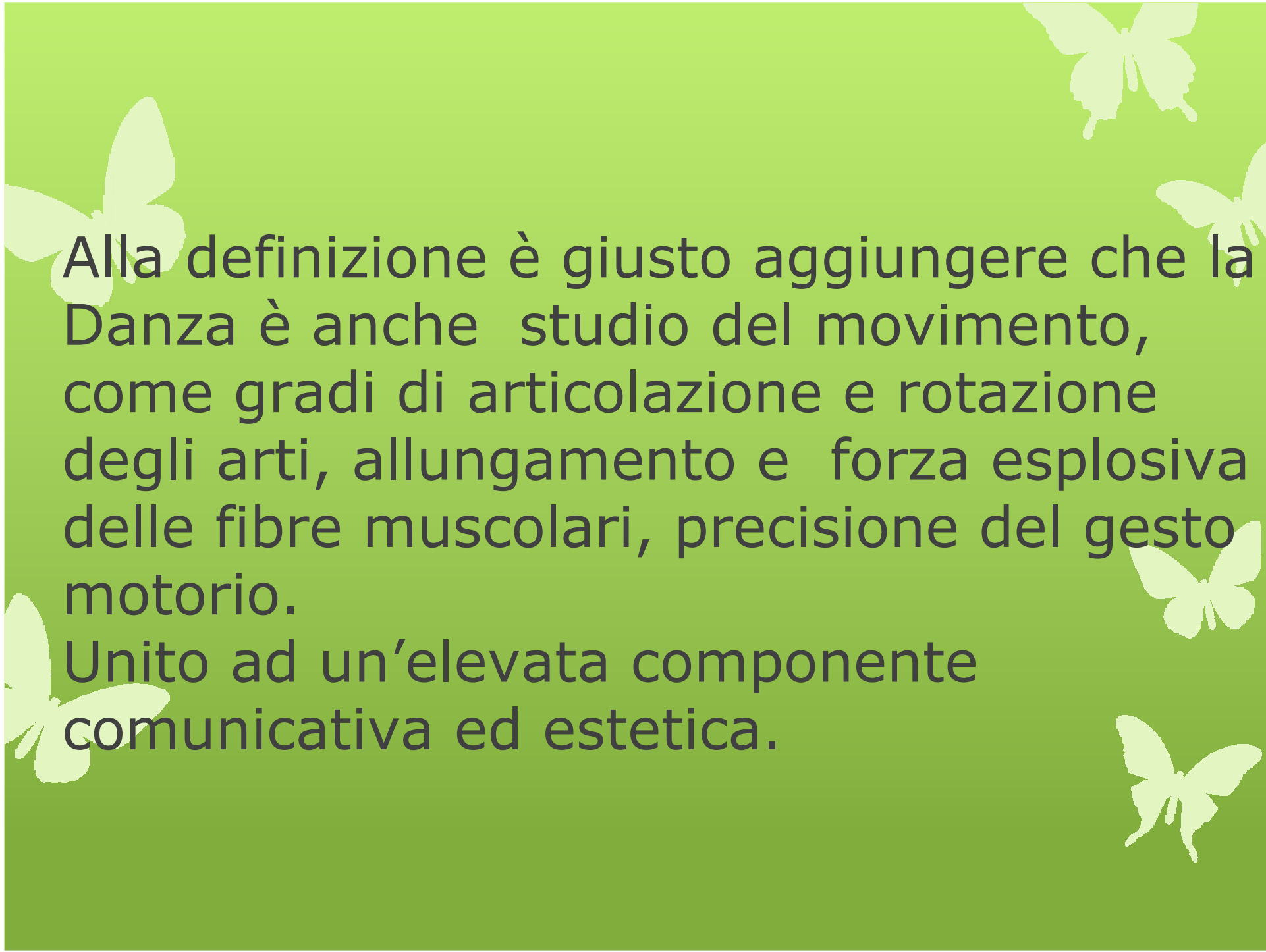
MOVIMENTO+MUSICA= DANZA.



# Danza

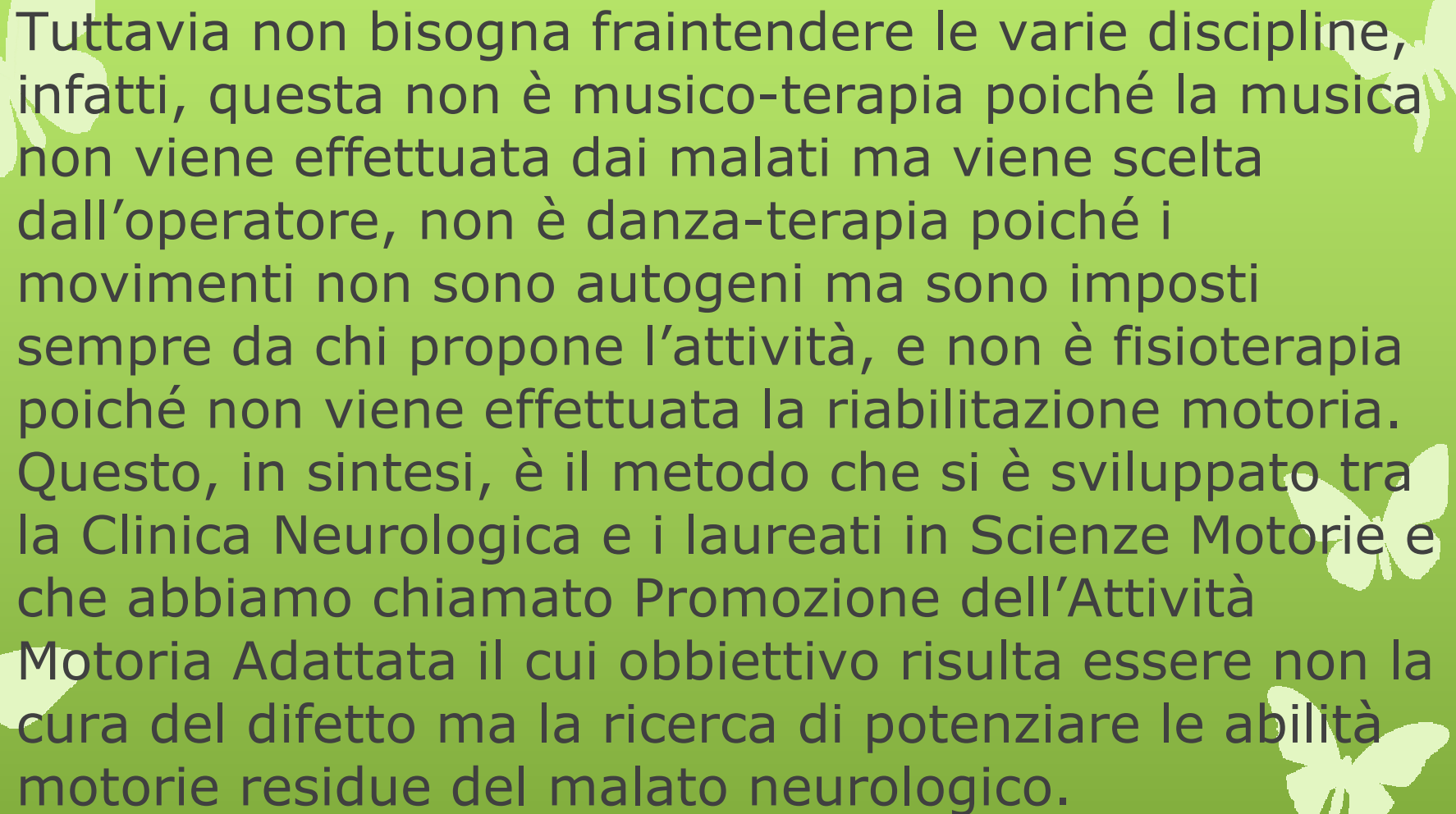
- Susseguirsi di movimenti del corpo o parti di esso, ritmato o modellato su un testo di musica.

(Devoto-Oli)



Alla definizione è giusto aggiungere che la Danza è anche studio del movimento, come gradi di articolazione e rotazione degli arti, allungamento e forza esplosiva delle fibre muscolari, precisione del gesto motorio.

Unito ad un'elevata componente comunicativa ed estetica.

The slide features a light green background with several white butterfly silhouettes scattered around the text. The butterflies are positioned in the top-left, top-right, middle-right, and bottom-right areas, adding a decorative touch to the presentation.

Tuttavia non bisogna fraintendere le varie discipline, infatti, questa non è musico-terapia poiché la musica non viene effettuata dai malati ma viene scelta dall'operatore, non è danza-terapia poiché i movimenti non sono autogeni ma sono imposti sempre da chi propone l'attività, e non è fisioterapia poiché non viene effettuata la riabilitazione motoria. Questo, in sintesi, è il metodo che si è sviluppato tra la Clinica Neurologica e i laureati in Scienze Motorie e che abbiamo chiamato Promozione dell'Attività Motoria Adattata il cui obiettivo risulta essere non la cura del difetto ma la ricerca di potenziare le abilità motorie residue del malato neurologico.

