



UNIVERSITÀ POLITECNICA DELLE MARCHE
FACOLTÀ DI MEDICINA E CHIRURGIA

Corso di Laurea in Infermieristica

La musicoterapia nei pazienti oncologici: terapia alternativa o di supporto per la medicina?

Relatore:
Cameruccio Moreno

Tesi di Laurea di:
Rosaverde Giacomo

A.A. 2018/2019

LA MUSICOTERAPIA NEI PAZIENTI ONCOLOGICI: TERAPIA ALTERNATIVA O DI SUPPORTO PER LA MEDICINA?

INDICE	2
PREMESSA	3
INTRODUZIONE	4
CAPITOLO 1: ORIGINI	5
1.1 ELEMENTI	6
1.2 PRINCIPI TEORICI	9
1.3 STRUMENTI MUSICALI	11
1.4 RAPPORTO FRA MUSICA ED EMOZIONI	14
CAPITOLO 2: PRATICHE MEDICINA RIVOLTO VERSO DISTURBI ONCOLOGICI	18
2.1 MEDICINA CONVENZIONALE ONCOLOGICA	19
2.2 MEDICINA ALTERNATIVA ONCOLOGICA	23
2.3 MEDICINA CONVENZIONALE ED ALTERNATIVA, CONFRONTO	29
2.4 L'IMPORTANZA DEL RAPPORTO MEDICO-PAZIENTE	31
CAPITOLO 3: EFFETTI E BENEFICI DELLA MUSICOTERAPIA	32
3.1 CORRELAZIONE SUONO/VOCE E CELLULA	34
3.2 HRM	41
3.3 I 5 MODELLI DELLA MUSICOTERAPIA	45
3.4 SETTING ASSISTENZIALE	47
CONCLUSIONI	49
BIBLIOGRAFIA	50

PREMESSA

La sanità che sia pubblica o privata, ha affrontato un cammino alla quale ha portato a fornire una libera scelta all'utente sul proprio percorso terapeutico.

Da qui ci si fa riferimento alle norme della costituzione italiana (art 32 salute ed art 13 libertà personale inviolabile), alla costituzione del Servizio Sanitario Nazionale (detto anche SSN, tramite la norma L. 8333/1978), al Libro Bianco attraverso la quale sancisce i principi fondamentali che dovranno poi essere basilari per il SSN (come ad esempio il principio di centralità della persona dove questo costituisce la principale caratteristica, in quanto permette al cittadino di avere una serie di diritti fondamentali). Oltre a questi riferimenti, bisogna anche considerare il consenso informato (tramite la L.219/2017), in quanto senza di esso non è possibile fornire alcun trattamento ed il cittadino può cambiare le proprie scelte in qualunque momento, che siano del tipo di interruzioni o rinunciatari. Da questi frangenti, è possibile sostenere ad ampie scelte terapeutiche e per tali ragioni occorre anche poter esercitare la bioetica e l'etica. Dove il primo è una disciplina di riflessione interdisciplinare che si occupa di analisi razionale dei problemi morali emergenti nell'ambito delle scienze biomediche, proponendo di definire criteri e limiti di liceità alla pratica medica ed alla ricerca scientifica, affinché il progresso avvenga nel

rispetto di ogni persona umana e della sua dignità. Mentre il secondo richiama all'uso della ragione ed una sorta di autonomia dell'individuo, nel prendere decisioni alla luce di determinati principi, in quanto, i problemi morali sorgono dove esiste un conflitto di doveri con spinte contrapposte.

INTRODUZIONE

Con il termine "musicoterapia" vi si va ad evidenziare una modalità d'intervento attraverso la quale si rende possibile una serie di attività, tra cui quello di mettere in comunicazione tra operatore ed assistito oncologico.

La modalità attraverso la quale si rendono possibili tali attività è legata all'utilizzo della musica un oggetto di facile utilizzo che viene adoperato da tutte le persone che vogliono rilassarsi, concentrarsi, scaricarsi, fare gruppo.

Ma la musicoterapia va al di là della musica stessa. Partendo dal principio Identità Sonora Individuale (ISO) essa studia ed utilizza il suono, la musica, l'apertura dei canali di comunicazione e si addentra a esplorare una parte del mondo interno del singolo individuo. Da un punto di vista pratico ma specialmente terapeutico, la musicoterapia mira all'attivazione della stimolazione multi-sensoriale, relazionale, emozionale, cognitiva.

Viene impiegata anche per quanto riguarda la sfera della prevenzione, della riabilitazione e del sostegno al fine di ottenere un'integrazione fra rapporto intra ed interpersonale, garantendo un buon equilibrio e buona armonia psico-fisica.

Il termine "armonia" richiama il fatto che tutto l'ambiente che circonda l'uomo è un'armonia fatta da ritmi: Il rumore delle onde, il cinguettio degli uccelli, persino la voce di una persona... ha una sua armonia.

CAPITOLO 1: ORIGINI

Sin dai tempi antichi (come per esempio in Grecia) si consideravano la medicina e la musica come un'unica scienza. Il sacerdote, lo sciamano e il medico sapevano che il mondo è retto da principi musicali e che l'uomo e la vita sono dominati fundamentalmente da due essenze: ritmo ed armonia.

Sapevano cioè che la musica agisce sulla parte irrazionale dell'uomo, e grazie al suo potere è in grado di procurare non solo il benessere ma anche di ripristinare l'armonia perduta a causa di malattia o altri eventi avversi. Tra i filosofi dell'antica Grecia si devono ricordare tre figure particolarmente importanti: Platone, Aristotele, Pitagora. Platone ed Aristotele erano convinti che le arti servissero a supportare l'uomo in vari modi, favorendone la calma interiore e la serenità morale. Il pensiero di Platone poggia su cinque punti:

- 1) Il mondo è costituito da principi musicali
- 2) La musica possiede un potere incantatorio sulle parti irrazionale dell'uomo
- 3) La vita intera dell'uomo è dominata da armonia e ritmo
- 4) Una giusta educazione musicale può garantire la formazione del carattere
- 5) La filosofia è l'espressione più alta della musica

Aristotele affermava l'importanza degli effetti della musica la quale aveva, secondo l'autore, un potere liberatorio, alleviante, catartico, e migliorativo della morale.

Per Pitagora evidenzia diverse caratteristiche della musica, tra cui:

1)Adattamento: La musica si deve adattare alla personalità dell'individuo, col passare del tempo, però, sarà la personalità dell'uomo a doversi adattare alle diverse musiche;

2)Cambiamento: La musica può modificare lo stato d'animo della persona a tal punto, consentendogli di avere maggiore accettazione di sé, maggior motivazione, maggior fiducia delle proprie possibilità e di abilità.

3)Purificazione: La musica può allentare le pressioni e tensioni legate alle attività e alle problematiche quotidiane, liberando lo spirito della persona.

Occorrerà aspettare però l'arrivo del 1700 per vedere apparire un primo trattato di musicoterapia, opera del medico musicista londinese Richard Brockesby.

Col passare dei secoli, gli ambiti d'indagine della musica (intesa come potere della mente e suono) si espansero sempre più, finché attorno all'anno 1800, non si gettarono le fondamenta per la musicoterapia in senso moderno.

E' a partire da questo momento che tale disciplina comincia ad avvalersi di nozioni e studi scientifici con l'apporto della chimica e della biologia.

1.1 ELEMENTI

Le attività creative sono quei lavori che aiutano a sviluppare l'attività psichica facendo progredire il benessere e salute mentale. Il risultato che prefiggono è il raggiungimento di uno stato equilibrio della psiche della

persona; tali attività mirano infatti a sviluppare la totalità dell'essere umano, a far emergere il suo potenziale, a far scoprire capacità residue non ancora emergenti. Per raggiungere tale obiettivo, si utilizzano delle attività come danza, ballo, canto, che aiutano a liberare l'espressività della persona stimolando concentrazione, l'attenzione, l'ordine.

Da ricordare che la musica è uno strumento di comunicazione molto potente, che stimola la percezione ad un livello che non è sempre raggiungibile con il normale sistema di comunicazione verbale e questo, è stato dimostrato per mezzo di vari studi.

Osservando la vita quotidiana di una persona, ci si può rendere conto di quanto sia importante la musica a livello fisiologico e psichico nell'esercizio delle normali attività, anche lavorative. La musica è in grado di suscitare nella persona delle sensazioni, stati d'animo, emozioni, aiutando a rafforzare la propria autostima, superando eventuali insicurezze e creando uno spirito combattivo capace di affrontare le pressioni del mondo esterno, le fobie e le eventuali avversità che si possono presentare in qualsiasi ambiente o contesto. Ciò è reso possibile dai segnali che la musica invia a una zona del cervello chiamata sistema limbico, responsabile degli istinti e dei sentimenti più arcani dell'uomo.

Si può dunque comprendere che la musicoterapia nel suo genere è unica. Essa agisce sulla parte superiore dell'encefalo, coinvolgendone entrambi gli emisferi: quello destro (parte analogica) e quello sinistro (parte analitica-relazionale).

La musicoterapia in quanto linguaggio musicale capace di far riaffiorare nella mente i ricordi e quindi la memoria o gli stati d'animo, ha a che fare con l'emisfero destro. Per ciò che concerne la composizione, la ritmicità, le timbriche e le armonie, essa ha a che fare con l'emisfero sinistro (regione analitica-relazionale). Tali considerazioni portano a definire la musicoterapia come quella branca in grado di studiare il rapporto fra essere e suono. Si tratta di una corrispondenza diversa rispetto alla solita comunicazione verbale. La musicoterapia si avvale di un'ampia gamma di

stimolazioni musicali in grado di suscitare alle persone, rinforzi positivi nelle varie sfere, quella relazionale, comunicativa, motivazionale ed affettiva. Il fattore predisponente è il suono in grado di aumentare le potenzialità del soggetto aprendo i canali della comunicazione.

Grazie alle tecniche musicoterapiche tale è possibile catturare l'attenzione della persona, instaurare con essa un dialogo e farla pervenire ad un obiettivo desiderato. In quest'ultimo senso, le tecniche psico-musicali costituiscono un mezzo di espressione e comunicazione complementare, diventando una vera e propria terapia per i disadattati. Se questa terapia musicale viene fornita in maniera corretta, consente di osservare efficacemente le caratteristiche di un soggetto, le sue espressioni, le sue abitudini, il suo inconscio, i suoi problemi. La musica dunque non ha l'obiettivo solo quello di far piacere alle persone ma anche quello di fornire una terapia procurando una serie di benefici. Ogni esperienza musicale ha delle radici in tutto il corso della vita dell'uomo. Già al tempo della gestazione esiste una sorta di linguaggio pre-verbale, che continua ad evolversi con la crescita della persona. Ogni persona infatti, nell'espressione del proprio essere, della propria cultura e delle proprie emozioni ha uno stretto rapporto con la musica, anche se in modo spesso inconsapevole. Le canzoni apprese durante l'infanzia, ad esempio, rimangono impresse in modo permanente nella memoria. Ciò consente di stabilire un immediato contatto con le persone in stato confusionale, tramite l'evocazione di una melodia ben memorizzata.

Dal punto di vista terapeutico, la musica è in grado di attivare una serie di stimolazioni a livello relazionale, spirituale, emotivo, cognitivo e multisensoriale, che possono essere a scopo di prevenzione sostegno e recupero. La musicoterapia è in grado di poter instaurare meccanismi di ascolto, richiede una partecipazione attiva da parte dell'utente che si ha di fronte. Tale lavoro terapeutico ha come obiettivo quello di attivare o di riattivare le abilità personali e le capacità espressive relazionali tramite setting organizzati utilizzando il metodo socio psico-educazionale.

Tale metodo scientifico permette da un lato di effettuare un'osservazione valutativa, dall'altra, di posizionare i fattori di studio in condizioni favorevoli all'espressione d'immaginazione, della comunicazione, e partecipazione emotiva dell'evento.

1.2 PRINCIPI TEORICI

Ogni singolo individuo ha in sé una Identità Sonora Individuale (ISO) in quanto viene caratterizzato dalla presenza di uno o più suoni ai quali sono dovuti dal fatto che sono rappresentati da archetipi sonori ereditati geneticamente. Da questi si aggiungono l'esperienza sonoro-vibrazionale ed il movimento della vita intra uterina sino alla sua evoluzione, vita. L'espressione musicale origina a luoghi inarrivabili della vita affettiva, che consentirà poi, di diventare una fonte motivazionale per una espressione verbale.

Per beneficiare queste tecniche non occorre imparare la musica, ma è necessario comprendere, sentire, creare con libertà, scegliere uno strumento che più ispira, utilizzandolo per ciò che fa sentire melodicamente sia a livello sonoro che a livello della persona. La musicoterapia si basa su diversi principi, i quali, il primo è caratterizzato dalla presenza della ISO che è un elemento dinamico ed ha una forma percettiva, attraverso la quale è possibile visualizzarla in suoi vari aspetti:

a) ISO UNIVERSALE (CONSCIO)

Caratterizza un'identità sonora di ciascun individuo indipendente dal contesto: cultura, storia, psico- fisiologico. In questa regione appartengono le particolarità tipici del battito cardiaco, i suoni d'espiazione -inspirazione, la voce della mamma al momento del concepimento del bambino (compreso i primi giorni di vita).

b) ISO GESTALTICO (INCOSCIO)

E' un fenomeno sonoro e movimento interno che sintetizza gli archetipi sonori, il vissuto sonoro intra uterino, la nascita, l'infanzia, età attuale di ciascun individuo ed è strutturato internamente ad un mosaico sonoro che si trova in continuo movimento.

c) ISO COMPLEMENTARE (PRE CONSCIO)

Con tale termine si vuole andare a visualizzare un insieme di minime modifiche che si attenuano ogni giorno o ad ogni seduta della musicoterapia, dovuto a causa delle modifiche dei fattori ambientali e dinamici.

d) ISO GRUPPALE

Raccoglie un totale di fattori pico-fisiologici di suoni e movimenti che dipendono dalla ISO GESTALTICO e dall'individuo stesso, presenta una dinamica che pervade il gruppo come riassunto dell'insieme, ovvero l'identità sonora ed è connesso allo schema sociale (all'interno del quale ogni soggetto si evolve).

Dall'instaurazione del primo principio vi susseguono gli altri che sono i seguenti:

2) Il suono come oggetto intermediario:

E' uno strumento in grado di eseguire risultati a livello terapeutico sul cliente in base alla relazione presente, senza che fornisca segni di allarme o rottura e le caratteristiche che può presentare possono essere diverse: innocuità; malleabilità; trasmettitore; strumentale; assimilabilità a sé stessa; adattabilità; identificabile.

3) Il suono come oggetto integratore:

E' uno strumento comunicativo dove riesce a mettere insieme le dinamiche comunicative (di un gruppo) uniformandole.

4) Canali di comunicazione (il fine di questo punto è quello di aprire i canali):

Con tale definizione si vuole fare intendere a tutto ciò che la mente possa essere interferita da un'altra. I canali possono essere di vario genere in base alla psiche, e la comprensione di fenomeni dinamici appartengono al contesto non verbale. Per far sì che avvenga l'apertura dei canali, è necessario che il tempo mentale del cliente, coincida con il tempo sonoro musicale del terapeuta, dove il suono diventa un intermediario fra un'identità sonora ed un'altra. Nella persona vi sono presenti due fonti di energia, una proveniente dall'inconscio, una nel pre conscio, e, una volta divenuti coscienti, le energie fuori escono aprendosi verso l'esterno. Una volta che vi si è stabilito ed aperto il canale si è attivi del processo terapeutico dove si restituisce all'individuo la rielaborazione di modelli dinamici della propria psiche.

1.3 STRUMENTI MUSICALI

A seconda dello strumento musicale che vi si può presentare nelle mani o in vista di una qualsiasi persona, lo strumento permette di trasmettere proprietà ed effetti diversi rispetto ad uno suo diverso. Sarà poi la persona a dover trovare la giusta armonia nella creazione della propria musica, melodia. Per mezzo di tale concezione è possibile distinguere uno strumento musicale in più categorie, come per esempio:

Strumenti a fiato: Permette al musicista di infondere una tranquillità interiore. Per poter utilizzare al meglio lo strumento musicale, occorre infondere una grande quantità di concentrazione al momento dell'incanalamento dell'aria inspirata/espirsta.



Strumenti a corda: Il suono prodotto, permette al suonatore (e non solo) a lasciarsi trasportare alla melodia che vi sta andando a creare e quindi permette di procurare sostegno, calore, nel proprio stato d'animo e corpo fisico. Può procurare al soggetto un rinforzo nella percezione e sensibilità.

GLI ARCHI



Il violino



La viola



Il violoncello



Il contrabbasso

Strumenti a pizzico: Queste tipologie di strumenti permettono

l'instaurazione di rilassamento nella respirazione e consentono nell'approcciarsi di più al suo sistema d'ascolto. I loro benefici sono tali, da dover procurare un accompagnamento al momento del riposo. Se pizzicati dolcemente, con armonia, consentono alla persona di lasciarsi abbandonare, cullare in balia alla melodia instaurata, procurando una corretta sintonia fra questa e la respirazione. In questo modo è possibile far rendere le persone a pensare meno alle sofferenze e dolori, donando una profonda tranquillità.



Strumenti a percussione: Poiché sono caratterizzati nella creazione di un suono dove la si può condurre solo se lasciato libero, permette alla persona di comprendere a livello massimo la ritmicità caratterizzata nella musica suonata in quel momento. Da ricordare poi che l'individuo dovrà memorizzare attentamente il ritmo, cercando di anticiparlo per permettere ai singoli membri di coordinarsi e sincronizzarsi con i loro diversi strumenti. In tal modo si riuscirà a produrre una creazione d'armonia su determinata musica tramite l'integrazione di più strumenti musicali.

IMMAGINE



1.4 RAPPORTO FRA MUSICA ED EMOZIONI

L'instaurazione del rapporto fra musica ed emozioni è fondamentale poiché tutto il percorso che vi si ha in tale sistema è dovuto dalla

presenza dell'amigdala, dove in questo punto le informazioni effettuano una "fermata" prima di essere elaborati da parte della corteccia cerebrale. Nella composizione del cervello, l'amigdala assume una posizione determinante, in quanto la sua funzione è tale e simile a quella di un archivio della memoria d'emozioni, in quanto comporteranno poi a successivi significati agli eventi. Una vita senza amigdala comporterebbe un vero problema alla persona in quanto l'intera esistenza stessa non avrebbe più alcun significato. Questo spiega le risposte (talvolta imbarazzanti) verso la musica, come ad esempio potersi commuovere dinnanzi ad un brano. La corteccia cerebrale riversa più tempo nel dover fornire una reazione agli input musicali e grazie ad essa, richiama verso la memoria, i ricordi più legati alla melodia ascoltata. L'amigdala presenta diverse connessioni con l'ipotalamo che questo, a sua volta, riversa la funzione di valutazione comportamento emotivo, oltre a dover garantire la fulminea risposta agli stimoli d'entrata, specie quella della sopravvivenza. Uno dei maggiori elementi neurologici emozionali è il sistema nervoso autonomo tramite la costituzione del simpatico e para simpatico. Uno, attiva il corpo aumentando la frequenza cardiaca attraverso a delle stimolazioni verso ad esempio la secrezione di adrenalina ed ad altri neurotrasmettitori, mentre il secondo lo attiva in maniera del tutto diversa, dove, anziché riversare il funzionamento del produrre energia, agisce come inibitore e quindi i suoi compiti sono caratterizzati nella riduzione battito cardiaco, nella stimolazione verso la digestione, nello stimolo secrezione salivare. E' possibile avere differenti tipi di musica che possono stimolare il sistema simpatico o para simpatico in quanto, in questo caso, l'ascolto significa anche andare a coinvolgere il sistema limbico tramite il rilascio delle endorfine. E' un dato fondamentale in quanto, tutte le terapie che usufruiscono del suono o della musica vi aggrappano poiché il processo è costituito

dalla musica che attraversa il centro del sistema limbico, alla quale rappresenta il centro dove possono sorgere le risposte emotive; mentre il linguaggio verbale agisce perlopiù sui piani analitici –logici dell'emisfero sinistro.

Ma per poter rispondere al meglio verso il motivo della musica che permette di suscitare le emozioni occorre fare un ulteriore approfondimento.

La musica, in questo caso, diventa un oggetto chiave nell'essere uno stimolo e con essi scaturisce una serie di emozioni differenti fra loro.

Le emozioni suscitate sono dipendenti dai fattori esterni della musica che si sta ascoltando in quel preciso istante, quindi o dipende dal contesto alla quale la melodia ne prende parte oppure dipende dalla composizione intrinseca del brano.

Sono diversi i meccanismi che permettono di tirare le emozioni dinnanzi ad un brano:

- riflessi tronco cerebrale -condizionamento valutativo
- contagio emotivo -immaginazione visiva -memoria episodica
- aspettativa musicale

Nel primo meccanismo è legato l'encefalo e l'amigdala ed è stato già spiegato in precedenza.

Il secondo caso è dovuto dalla presenza di emozioni associate al brano, poiché questo è stato associato ad eventi ripetuti emotivi, che siano positivi o negativi.

Per quanto riguarda nel contagio emotivo tutto ciò è dovuto dal fatto che l'emozione è data dal brano in quanto l'ascoltatore percepisce le differenti emozioni che la musica la vuole trasmettere, attraverso l'uso dei neuroni a specchio.

Infatti la musica riesce a trasmettere le emozioni poiché questa ha delle particolarità, presenti nelle strutture del linguaggio parlato.

Per poter comprendere meglio questa concezione è possibile attraverso un esempio.

Una persona che nel discorso effettua una voce influenzato dalla

presenza della rabbia, avrà su di sé della presenza di un ritmo veloce, intensità alta e timbro aspro. Ebbene un brano musicale avente come scopo quello di suscitare la rabbia avrà le stesse caratteristiche. Per tale ragione la musica diventa uno strumento, un mezzo di fondamentale importanza nel tirare fuori le emozioni, in quanto il sistema nervoso risponde in maniera automatica e delle caratteristiche possono essere innate. Un altro modo per permettere alle emozioni di presentarsi è attraverso l'uso dell'immaginazione visiva, dove questa particolarità permette alla mente di affiorare a delle immagini collegate alle emozioni che sono suscitate al brano ascoltato. Si sostiene in effetti, che un'emozione viene indotta tramite all'immagine che il brano tira fuori, come per esempio un bel paesaggio.

Questo processo dipende dal singolo soggetto in quanto è lui che si fa garante nell'influenzare le emozioni, poiché esso seleziona le immagini più desiderate al brano ascoltato. Questo sistema permette di verificarsi dalla dovuta assenza delle stimolazioni sensoriali rilevanti. Non si comprende ancora il perché del fenomeno instauratosi ma sembra che, per chi ascolta il brano, inseriscano la composizione musicale mediante ad un riscontro metaforico (no verbale), tra gli schemi d'immagini suscitate in base alla propria esperienza e la musica.

Da qui viene originato il modello di Helen Bonny attraverso la quale verrà spiegato in breve più avanti. Continuando invece con i meccanismi si ha la memoria episodica in quanto, riguarda a quel sistema che permette di evocare i ricordi, i vissuti dell'esperienza passata, inerente in base al brano ascoltato. Vengono generate queste evocazioni, poiché i vissuti, i ricordi del passato rimangono impresse a seconda delle emozioni presentatesi e

la musica permette di poterle riaffiorare in quanto le emozioni create sono simili.

L'ultimo meccanismo alla quale si deve presentare, è l'aspettativa musicale, in quanto vi si fa riferimento a quel sistema che è in grado di indurre l'emozione alla persona, attraverso ad una particolarità specifica nella composizione del brano ascoltato che può poi, ritardare, violare o confermare l'aspettativa della persona sul prolungamento del brano musicale.

Quando si ascolta un brano, le intensità delle emozioni che si prova, sono diversi, in quanto vi sono presenti dei minimi o dei picchi. Poiché solo in alcuni momenti il brano può far provare alla persona una forte emozione, in quanto è determinato a delle particolarità strutturali che hanno lo scopo quello di confermare, mantenere, creare o smentire alle aspettative dell'ascoltatore, inerente al brano musicale ascoltato. Questa teoria riesce a spiegare i momenti di tensione, sorpresa, emozioni positive ma non si fa garante nel dare una spiegazione di fronte all'emozioni che si provano durante l'ascolto di un brano. Le emozioni che si riescono a tirare fuori mediante per mezzo della musica possono influenzare in diverse modalità, potendo far originare diverse quantità di vissuti, ricordi emotivi a volte enigmatici.

CAPITOLO 2 PRATICHE MEDICINA RIVOLTO A DISTURBI ONCOLOGICI

Nel corso della storia la medicina ha indotto alle persone affette da patologie oncologiche a far uso corretto di trattamenti, terapia farmacologiche.

Col termine di trattamenti si vuole andare ad indicare quelle pratiche che sono volte a migliorare le condizioni e qualità di vita della persona, senza tenere troppo conto delle possibilità di guarigione. In tal senso questi sono distinti in più varietà:

1) trattamenti convenzionali: Si riferiscono a quelle attività convalidati da numerosi studi clinici che i medici la utilizzano, avendo un'efficacia universalmente riconosciuta. Le tipologie di trattamenti che si adottano verso gli assistiti oncologici sono diversi, in quanto vi si possono osservare terapie come: chirurgia; chemioterapia; radioterapia; terapia ormonale.

2) non convenzionali: Sono trattamenti dove non si ha alcuna convalidazione da studi clinici ma anzi, appartengono totalmente ad una categoria rispetto a quella vista in precedenza. Queste attività sono un insieme di metodi dove si suddividono in altre regioni:

- a) Trattamenti complementari: la loro capacità sta nel fatto di voler complementare od integrare ai trattamenti medicinali
- b) Trattamenti alternativi: il loro scopo è quello di sostituire completamente alle terapie convenzionali, pur non essendo stata dimostrata una validità esterna a livello scientifico clinico.

Non si ha una impronta ben precisa e definibile per poter distinguere questi due trattamenti.

2.1 MEDICINA CONVENZIONALE ONCOLOGICA

Al giorno d'oggi sono presenti una serie di diversi trattamenti alle quali vi si può fare affidamento. Il loro scopo è quello di fornire a tutti pazienti la possibile cura della malattia o se ciò non vi è possibile usufruire della palliazione, ovverosia portare la persona ad uno stato di qualità accettabile senza causare troppo dolore.

Le cure palliative sono l'insieme degli interventi terapeutici, diagnostici e assistenziali, rivolti sia alla persona malata sia al suo nucleo familiare,

finalizzati alla cura attiva e totale dei pazienti la cui malattia di base, caratterizzata da un'inarrestabile evoluzione e da una prognosi infausta, non risponde più a trattamenti specifici.

Perché vi si possa beneficiare di tali trattamenti è necessario considerare una serie di fattori quali ad esempio il tipo di neoplasie, lo stato dove si trova la malattia, la condizione della persona (ad es la comorbidità, compliance...) e fattori genetici. Spesso per aumentare l'efficacia terapeutica vi si usufruiscono più interventi, più approcci terapeutici, combinandosi fra di loro. Con tale descrizione è possibile distinguere una serie e differenti tipologie di trattamento.

Le terapie integrate si definiscono quelle attività usufruite, quando si vuole combinare una serie di trattamenti differenti al fine di migliorare ulteriormente le possibilità di guarigione, la qualità di vita e lo stato psico-fisico della persona.

Le terapie palliative, sono quelle che, in prossimità di difficoltà di guarigione, hanno lo scopo di alleviare i dolori della malattia, facendo beneficiare la possibile qualità di vita dell'assistito.

Vi sono inoltre le terapie neo-adiuvanti, intesi come trattamenti beneficiati dall'assistito prima che esso possa aver ricevuto l'intervento o in preparazione dello stesso ed anche le terapie adjuvanti, che in quest'altro caso sono intesi come trattamenti effettuati dopo dall'intervento chirurgico (esercitata in presenza di una malattia residua o nei casi dove la chirurgia non è riuscito a debellare totalmente al problema presentatasi). In generale, gli approcci terapeutici che vi si possono affrontare sono trattamenti distinti in medici (es. chemioterapia), chirurgici, radioterapici e terapie ormonali.

La chemioterapia è un trattamento medico farmacologico utilizzato in procinto di distruggere parte del tumore, in modo tale che questo, risulti sufficiente da permettere all'organismo di smaltire le cellule maligne rimaste, tramite l'uso del sistema immunitario. Viene pertanto utilizzato nelle malattie sistemiche piuttosto che nelle

lesioni localizzate alle quali vi si può far affidamento alla radioterapia o alla chirurgia.

La scelta di ricorrere al trattamento chirurgico dipende dal tipo di tumore, dalla sua localizzazione, estensione e stadiazione, dal rapporto con organi vicini e dalle condizioni generali di salute del paziente. L'intervento chirurgico può avere diverse finalità: curativa, quando la neoplasia è completamente asportabile o per la rimozione delle metastasi isolate (in casi specifici, per certe tipologie di tumore e solo in alcuni centri); palliativa, grazie alla riduzione della sintomatologia, specie nei casi in cui la massa neoplastica comprime organi o vasi; preventiva, quando mira a rimuovere lesioni precancerose.

In procinto dell'attività chirurgica, quando si ha un'asportazione di un "tessuto", questo viene analizzato a livello istologico per poter comprendere la tipologia, grado di modificazione delle cellule e del margine di resezione.

In certe neoplasie l'analisi istologica è intra-operatorio, poiché essa consente al medico chirurgo nell'indirizzare le sue scelte, come ad esempio l'evitare un intervento successivo; effettuare ulteriori trattamenti sulla neoplasia dopo l'intervento chirurgico.

Nei tumori che metastatizzano a livello linfatico, viene asportato anche il primo linfonodo che drena la zona del tumore. Questo viene chiamato linfonodo sentinella (e pertanto anche questo viene analizzato).

Spesso all'intervento chirurgico può susseguirsi un secondo trattamento (utilizzo chemioterapia, radioterapia), questo perché lo scopo è mirato in altre parti:

- 1) eliminazione ulteriore delle cellule tumorali
- 2) quando non si è riusciti ad eliminare tutta la massa tumorale
- 3) quando il linfonodo sentinella risulti positivo

Si è detto della presenza della chemioterapia e terapia chirurgica, ma oltre a questi principali trattamenti occorre ricordare della radioterapia e terapia ormonale.

Ciò che è importante da dire della radioterapia è che il suo utilizzo implica una serie di tecniche, metodiche, in grado di sfruttare al meglio le proprietà delle radiazioni ionizzanti, indirizzate direttamente nella zona tumorale.

Come visto in precedenza nel trattamento chirurgico anche qui, dipende dal rapporto connesso tra la persona assistita e la neoplasia, dove questa terapia può essere somministrato a livello interno od esterno. Se la radioterapia viene impiegata mediante la somministrazione esterna, allora si avrà uno sfruttamento di radiazioni ionizzanti introdotte dalla macchina stessa.

Questo suo utilizzo permette di convergere le radiazioni, tramite un sistema sul tessuto neoplastico, andando a risparmiare il tessuto sano circostante.

Le modalità di esecuzione secernenti a tale esempio ve ne sono di diverse tipologie.

Se invece la radioterapia viene impiegata per l'uso interno, sfrutta a dovere le sostanze radioattive introdotte all'interno dell'organismo, dove vengono posizionati nelle vicinanze del tumore (essi vengono denominati come "impianti radioattivi") o mediante la somministrazione di un liquido radioattivo dove viene captato specificamente dalla cellula tumorale (tale liquido viene introdotta tramite via orale o tramite l'iniezione diretta sulla via venosa).

Nel caso della brachiterapia ovvero sia l'utilizzo degli "impianti radioattivi", questi rimangono per un determinato periodo di tempo all'interno del corpo per poi rimuoverli al momento 0. Gli "impianti radioattivi" vengono collocati tramite un piccolo intervento chirurgico o sonde che vanno direttamente nella zona tumorale o nelle sue vicinanze.

Il vantaggio implicato in questa radioterapia è la riduzione della distanza

tra la fonte di radiazione ed il tessuto tumorale, in modo da risparmiare quanto più possibile i tessuti circostanti. Si è tenuti a ricordare che esiste un altro trattamento (eseguibile in pochi centri specializzati) che ha come obiettivo quello di colpire direttamente il tessuto tumorale; questo prende il nome di Intra Operative Radiotherapy che prende in atto durante l'intervento chirurgico, per mezzo d'uso delle radioterapia.

Generalmente un trattamento radioterapico è personalizzato e prevede una simulazione in modo da poter definire al meglio la corretta collocazione delle sorgenti radioattive. Gli scopi delle attività che precedono all'irradiazione (fase studio e simulazione) sono molteplici ed essi si caratterizzano nel: rendere un tessuto tumorale facilmente identificabile; risparmiare il più possibile i tessuti sani (in prossimità del tumore); ridurre quanto più possibile gli effetti collaterali intrapresi, quali stanchezza, alopecia, reazioni cutanee ed alterazioni emotive. Per quanto riguarda la terapia ormonale il suo utilizzo viene intrapreso quando si vuole contrastare l'azione proliferativa del tumore. Perciò per essere sicuri dell'efficacia di tale trattamento, il suo impiego è volto su tumori sensibili all'azione degli ormoni come ad esempi neoplasia mammella, prostata, endometrio, ovaio ,rene.

2.2 MEDICINA ALTERNATIVA ONCOLOGICA

Pur non essendo a disposizione della comunità scientifica evidenze scientifiche forti sia per forza delle raccomandazioni che per il grado di evidenza, la medicina alternativa in ambito oncologico si divide rispettivamente in più categorie: sistemi medici completi; medicina mente-corpo; pratiche biologiche; tecniche manipolative-corpo; medicina energetica.

Nella prima categoria si va ad utilizzare delle metodologie aventi delle definizioni come malattia, diagnosi, terapia, ma anziché attribuire a studi

scientifici lo si fornisce alla filosofia. Da qui possiamo intravedere differenti attività come: Ayurveda: Pratica nata in India. La teoria è basata sulla malattia dove è causata da uno squilibrio della forza del corpo (che prende il nome prana). Come si può osservare, il focus di tale terapia è quello di portare equilibrio della forza vitale, in quanto questo è determinato dal mantenimento dalla giusta stabilità delle tre qualità corporee (definite doshas): 1) vata (ciò che si muove), 2) pitta (ciò che produce calore) 3) kapha (ciò che unisce).

La maggior parte dei soggetti ha un dosha dominante; l'equilibrio specifico è unico per ogni individuo. Una volta compreso la qualità dominante, il professionista può procedere al trattamento (diverso da ogni altro paziente).

Il suo impiego consta nell'utilizzo di erbe, massaggi, meditazione, movimento, detossificazione terapeutica (es. clisteri, massaggi con oli o lavaggi nasali) al fine di ripristinare la stabilità tra natura e corpo. Diversi studi hanno constatato che gli integratori aventi erbe ayurvediche contengono dei metalli pesanti (come arsenico) che presentano notevoli tossicità.

Omeopatia: Sviluppata in Germania. E' basata sul principio della legge del simile. Ovvero, se è vero che una sostanza a dose elevate produce determinati sintomi procurando malattia, allora si può riprodurre lo stesso composto, a dose notevolmente minime procurando al soggetto una serie di sintomi che permetta però, di portare alla guarigione. Oltre ad usufruire questo principio, ve ne è presente un altro che rende preparati più forti tramite la diluizione. In poche parole, si diluisce il preparato così tanto, da dovere cancellare il principio attivo e in tale maniera il composto, non riesce scatenare effetti fisiologici. Basandosi su questi due principi, la terapia è basata su caratteristiche della persona assistita (personalità, stili di vita, sintomi, salute generale) e sull'impiego di sostanze naturali dovuti da estratti vegetali o minerali. Più il prodotto omeopatico ha una diluizione elevata più è potente; quello avente una quota bassa è presente una

preparazione specifica. Il focus di tale atto terapeutico è quello di ripristinare il flusso di energia del proprio corpo. Viene utilizzato in presenza di: rinite, allergie, vertigini, disturbi digestivi, dolori. Tale terapia presenta pochi rischi, è facilmente tollerabile e raramente conduce ad effetti tossici o reazione allergiche, per tale ragione questo particolare trattamento o continuamente tenuto sotto "controllo.

Naturopatia: Intrapresa per la prima volta negli Stati Uniti. Il suo impiego è dovuto dal fatto che si vuole non solo di portare alla guarigione la persona assistita in modo naturale, ma anche di poter prevenire. Utilizzando il criterio che è la persona stessa alla quale deve essere in grado di usufruire la propria capacità naturale di portare guarigione, questo particolare trattamento è dovuto da una combinazione di diverse attività terapeutiche come agopuntura, terapie fisiche, esercizio fisico, idroterapia, prodotti botanici, gestione stress, immaginazione guidata e nutrizione.

Medicina tradizionale cinese: E' imbattuta su una filosofia in quanto sostiene che la malattia deriva un flusso improprio di energia interna (per definizioni, in Cina è il qi, in Giappone è il ki e ci in Corea). Tale flusso di forza vitale vi deve equilibrarsi, ovvero deve armonizzarsi, tra due forze opposte; lo yin e lo yang. Queste si manifestano nel corpo delle persone: caldo-freddo; esterno-interno; deficit-eccesso. Le tecniche intraprese per poter fornire la giusta armonia fra queste due forze (ovvero per poter permettere alla persona di raggiungere e mantenere al suo giusto stato di salute) sono solamente due, l'agopuntura ed erbe medicinali. Se invece si va ad analizzare le pratiche, allora possiamo identificare anche alla dieta, esercizio meditativo e massaggi.

Nella seconda categoria intrapresa ovvero quella medicina legata fra mente e corpo si basa sul fatto che i fattori mentali - emozionali del singolo individuo possano regolare lo stato benessere fisico mediante il sistema di connessioni ormonali, neuronali, immunologiche. Lo scopo di tale pratica è quella di aumentare la capacità della mente in modo che questa possa prendere sopravvento al corpo fisico. In tal modo è possibile mantenere un buono stato di salute, fornire una prevenzione e guarire alla malattia.

Le tecniche ritenute appropriate sono caratterizzate all'essere: comportamentali, psicologiche, sociali, spirituali. Gli approcci utilizzati sono ritenuti comuni poiché i benefici delle medicine in questo campo è piuttosto ampio, tanto che diverse tematiche vengono usate nell'aiuto durante il parto, per la cefalea, insonnia, malattia coronariche, nel dolore cronico. Tra queste è possibile intravedere: Biofeedback: vi ha l'impiego di dispositivi elettronici in grado di indurre la persona a rilassarsi, a modificare la funzione del suo corpo e quindi a far diminuire a livello mentale il dolore, lo stress, insonnia, mal di testa percepito.

Immaginazione guidata: Coinvolge l'utilizzo di immagini mentali (guidate o auto prodotte) aiutando alla persona a rilassarsi (un trattamento di tale genere può essere applicato in sala operatoria, prima di dover affrontare un intervento chirurgico) portando giovamento al suo stato benessere ed alla sua guarigione. Le tecniche di rilassamento comportano (favorito da rilassamento muscolare e dalla respirazione profonda) una notevole riduzione dolore percepito, tolleranza a trattamenti al cancro. Ipnoterapia: Si protrae il soggetto in una condizione di rilassamento in stato avanzato (la persona rimane cosciente) e da questa situazione la terapia si focalizza nella concentrazione dell'individuo, cercando di portare cambiamento al suo stato di salute.

Meditazione: Si basa sul principio che le persone stesse devono poter governare la loro attenzione su molteplici e particolari aspetti della loro esperienza. E' possibile affrontare due rami della meditazione, una è quella cosiddetta trascendentale mentre l'altra prende il nome di consapevolezza. Entrambe le tipologie concorrono lo stesso obiettivo, attraverso le quali possono adempiere mediante al lavoro di due meccanismi:

- 1) produzione stato rilassamento al fine di opporre a ripetute sollecitazioni.
- 2) regolazione dello stato emotivo e dello stress. Si fa garante nell'alleviare stati come ansia, stress, depressione... .

Rilassamento: Tecnica pensata esclusivamente a tollerare meglio gli stati

di tensione e/o distrazioni. La terza categoria è legata a prodotti biologici attraverso la quale vi si concerne nell'utilizzo dei prodotti naturali, come ad esempio integratori alimentari (spesso utilizzati nello sport) o dietoterapia. La quarta categoria è legata tecniche manipolative del corpo ove concerne le attività sul corpo e sui suoi sistemi. E' basata sul principio che è il corpo stesso, il primo a dover guarire e con tale convinzione si porta alla persona un buon stato benessere senza che questa faccia alcunché. Utilizza varie attività come: Chiropratica: La chiave di questo trattamento (al fine di mantenere/ristabilire un corretto stato di salute) è focalizzato nel rapporto costituito fra struttura della colonna vertebrale e varie articolazioni e nella visione della loro capacità d'interazione col sistema nervoso. Con tale concetto gli operatori secernenti a questa attività utilizzano terapie fisiche, massaggio, agopressione e fornire raccomandazione che comportano a delle modifiche del proprio stile di vita.

Massoterapia: si usa la tecnica del massaggio al fine di alleviare diverse sintomatologie.

Riflessologia: Variante della tecnica precedente; questa ritiene che la pressione (manuale) applicata su particolari aree del palmo della mano o del piede possano in qualche modo corrispondere a vari sistemi corporei od organi. Tale azione si rende garante dell'eliminare il blocco di energia situato in queste zone (che tale ostruzione si fa responsabile nel procurare dolore o sintomi all'individuo). Tuttavia la metodologia e l'efficacia di questa attività risulta alquanto discutibile.

Coppettazione: Pratica nata in Cina. Si ritiene che questa, possa migliorare la guarigione di un'area specifica tramite l'aumento del flusso sanguigno del determinato sito dove vi si è applicato. Tale fenomeno avviene tramite una coppa pre-riscaldata internamente, alla quale poi viene posizionata invertita in maniera tempestiva sulla pelle dell'individuo. Il risultato è che questa succhia la pelle, portando ad arrosare la tazza. Si ha pertanto il rischio di bruciare la pelle.

Questa pratica può venire impiegata in presenza di herpes zoster, acne, dolore, sintomi respiratori, spondilosi cervicale, paralisi facciale. Raschiamento: Spesso viene utilizzato in atletica. Questo prevede l'utilizzo di uno strumento in grado di raschiare la pelle lubrificata situata su schiena, collo od arti. Si ritiene che tale trattamento permette di aumentare il flusso sanguigno, migliorare il metabolismo e anche a portare alla persona alla guarigione. E' presente il rischio di causare ecchimosi all'individuo.

Moxibustione: Pratica idealizzata in Cina, prevede l'utilizzo di un'erba bruciata direttamente sulla pelle della persona. Può causare ustioni a livello circolare e lesioni vescicole bollose.

L'ultima categoria, ma non per questo è il meno importante è la medicina legata all'energia. Questa si basa sulla manipolazione dei campi di forza sottili insiti nella struttura corporea dell'individuo. Il principio di questa terapia è basta sulla convinzione che nel corpo ci ciascun individuo è presente una forza nascosta che determina il proprio stato di salute. Tale terapia impiega l'utilizzo di diverse metodologie come: Agopuntura: Si basa sul fatto che si voglia stimolare punti specifici della struttura corporea mediante l'utilizzo dell'ago in modo che questi, possano ripristinare lo stato d'equilibrio del flusso della forza vitale e dei suoi canali energetici. Per essere certi dell'impiego di finalità, i punti dell'ago puntura vengono spesso accompagnati ad altre tecniche che ambiscono anch'esso l'obiettivo della stimolazione. Vi si possono intravedere la digitopressione, laser, ultrasuoni ed elettro-ago-puntura.

Magnetoterapia: Si ha l'impiego di magneti statici (zona permanente) o campi elettromagnetici pulsati (zona indotta). Lo scopo è quello di ridurre il dolore e portare guarigione.

Tocco terapeutico: il principio filosofico utilizzato per questa modalità terapeutica sta nell'esercitare (da parte dell'operatore) l'uso della propria energia affinché questa poi influenzi in maniera positiva verso la persona assistita. Quando si esercita questa attività il terapeuta non tocca il corpo

fisico del paziente ma porta le mani ad una distanza ravvicinata. Viene utilizzato in presenza di ansia o nel voler influenzare in maniera positiva il senso di benessere della persona.

Reiki: il terapeuta canalizza la propria energia tramite la posizione e gesticolazione delle mani e la trasferisce nel corpo della persona assistita. Tecniche “Qi gong” e “Tai chi” (della medicina tradizionale cinese): impiega il corretto utilizzo imposizione delle mani, al fine di portare il giusto equilibrio d’ energia della persona assistita.

2.3 MEDICINA CONVENZIONALE ED ALTERNATIVA A CONFRONTO

Nel mondo di oggi come si è potuto osservare vi si ha a disposizione una gran quantità di attività sanitarie, l’importante è che si sceglie quella che possa offrire alla persona assistita la migliore risposta. Da questo punto di vista è possibile utilizzare una serie di interventi distinti in più tipologie: **1-prevenzione:** insieme di attività alle quali si caratterizzano nel raggiungimento obiettivo di ritardare o evitare la possibile comparsa di malattia. Tale serie di trattamenti si possono distribuire in tre modalità diverse: -prevenzione primaria: lo scopo che ambisce è quello di volere informare quanto più possibile la popolazione, al fine di evitare l’insorgenza di una patologia e quindi promuovendo la riduzione dell’incidenza delle malattie. Si adotta perciò tutti quei interventi che sono in grado di cambiare stili di vita o ambiente verso le persone ancora sane. Per fare qualche esempio sulle attività alle quali riescono a raggiungere tale obiettivo sono compresi: vaccinazioni, educazione sanitaria, utilizzo di campagne. -prevenzione secondaria: persegue l’obiettivo quello di identificare in maniera precoce le condizioni dei fattori di rischio e della malattia. In tale maniera è in grado di ridurre l’incidenza della malattia o della mortalità associata. Pertanto le attività associate sono generalmente di consulenza,

aventi scopo di arrestare lo sviluppo della patologia, prima che questa possa andare a manifestare delle sintomatologie cliniche all'ospite. Possono essere ad esempio i test di screening come: pap test, ricerca sangue occulto delle feci, mammografia.

-terziaria: si rivolge in questo caso ad utilizzare uno o più interventi che hanno lo scopo di volere eliminare o ridurre le complicanze di malattia, attraverso il perseguimento obiettivo di miglioramento qualità assistito e l'allungamento della sopravvivenza. In tale modo consente al reinserimento del malato nella sfera sociale e familiare, attraverso la prevenzione delle possibili recidive. Gli interventi possibili possono essere per esempio: la chemioterapia, la radioterapia, la riabilitazione.

2-curativo: intesa come applicazione di una serie terapie che hanno come obiettivo quello di portare una completa guarigione alla malattia.

3-palliativo: utilizzo di uno o più interventi, aventi lo scopo di ridurre quanto più possibile il dolore alla persona assistita, e non nel portare una guarigione alla malattia, poiché ciò non risulta possibile. Generalmente la persona vuole avere una cura tempestiva, efficace e per tali ragioni vi si applica la terapia convenzionale con le sue evidenze scientifiche, alle quali rendono garanti l'appropriatezza dei risultati. Occorre precisare che il disegno presente nell'ambito degli studi sperimentali come gold standard o RCT Randomised Control Trial (altrimenti tradotto in studio randomizzato controllato) è difficile poterlo replicare nelle terapie non convenzionali.

Il problema delle malattie a livello generale, ma specialmente quelle oncologiche è che a lungo andare, con il passare del tempo, portano alla persona ad un cambiamento nella propria personalità, procurando stati d'animo come preoccupazione, stress, agitazione ed ansia. Questi cambiamenti possono indurre all'individuo ad assumere un approccio inadeguato verso la medicina convenzionale, instaurando una serie di ragioni nel volere perseguire la medicina non convenzionale. Si è infatti in grado di fare qualche esempio sulle tipologie di tali persone: - coloro che hanno voglia di provare poiché non hanno nulla da perdere; -

coloro che sono influenzati da mercificazione della salute;- coloro che sono in ricerca a nuove cure che possano beneficiare ad un vecchio problema persistente; - coloro che hanno perso fiducia nel sistema sanitario e vuole guardare fuori nel proprio interesse, in quanto la medicina convenzionale non ha soddisfatto le proprie aspettative; chi è incoraggiato ad amici o parenti nel provare la medicina non convenzionale; chi risulta scettico di fronte alla medicina convenzionale; - chi risulta inconsapevole nell'uso medicina non convenzionale, come ad esempio, assunzione inconsapevole di integratori alimentari, ignari di quanto potrebbe accadere. Per quanto la medicina non convenzionale possa andare a comprovare i risultati mediante a degli studi, essi non saranno mai in grado di competere con quelli della medicina convenzionale, nel perseguimento obiettivo della completa guarigione alla malattia. C'è però da dire che le medicine non convenzionali, nonostante vi applicano un disegno di studio differente a quello delle evidenze scientifiche, queste sono in grado di supportare l'assistito nel suo percorso di cura che incorre nella medicina convenzionale. Un esempio di tale medicina, in senso di terapia complementare (e non alternativa) è la musicoterapia in quanto l'obiettivo che concorre è rivolto ad aiutare la persona per mezzo di utilizzo del suono, della vibrazione, promuovendone come risultato, ad esempio l'assunzione di emozioni ed atteggiamenti positivi.

Occorre ricordare che la terapia convenzionale, risulta il sistema più sicuro nel fornire terapie adeguate, in quanto i loro risultati saranno sempre convalidati, comprovati da vari studi affinché possano trarre con assoluta certezza il risultato vantaggioso verso l'assistito.

2.4 L'IMPORTANZA RAPPORTO MEDICO-PAZIENTE

Quando un medico diagnostica la presenza di una neoplasia, la persona avverte immediatamente una sorta di minaccia di morte. Questa concezione porta all'utente di prendere difficili decisioni avendo un alto livello stress emotivo, anche se, alcune volte, le scelte del campo medico conducono ad una riduzione di libertà di scelta. Per tale ragione è importante l'instaurazione di un rapporto fra medico e paziente, in modo che questo possa portare ad un equilibrio tra speranza ed onestà. Pertanto si vi può comprendere quanto sia importante, in qualunque contesto, ma soprattutto, per quanto riguarda in ambito oncologico, la comunicazione che si fornisce alla persona sulla sua vita e sulla sua qualità, in quanto in diversi casi può risultare difficile, poiché dev'essere effettuato con il giusto equilibrio tra onestà e speranza. Quello che si va a dimostrare è che sono presenti dei fattori che influenzano verso le decisioni mediche che si trovano spesso in un'area di conflitto tra gli obblighi morali ed obblighi etici verso la persona che presenta problemi neoplastici e verso le cure oncologiche. Sono diversi i principi e modelli decisionali che vi possono presentare, ma tutti, hanno un punto in comune, ovvero quello di essere entrambi influenzabili verso il rapporto instaurato tra il medico ed il paziente. Per questo è importante che la persona riceva tutte le indicazioni possibili dal medico, in modo che riesca a comprendere, ed includere nella sua capacità decisionale la scelta più confacente alle sue aspettative. Poiché una volta che si è compreso le possibili attività mediche, alla persona gli verrà consentito di mantenere la sua autonomia e dignità.

CAPITOLO 3 EFFETTI E BENEFICI DELLA MUSICOTERAPIA

Uno di diversi effetti da parte dell'utilizzo del suono è sicuramente quello dell'ASMR (Autonomous Sensory Meridian Response). E' un termine inglese in quanto si traduce come Autonomous Sensory Meridian Response ed essa è una pratica alla quale sul web sta ricevendo sempre più interesse.

Tale fenomeno implica una sensazione di formicolio piacevole dall'alto (cuoio capelluto) fino poi a scendere nelle spalle e nel torace, nella sua parte superiore.

Se si vuole determinare una definizione a tale effetto viene descritto come orgasmo cerebrale.

Gli eventi attivatori che originano a tale fenomeno sono per lo più uditivi, visivi od entrambe.

Non si è ancora in grado di fornire indicazione alcuna nello spiegare che lo stimolo originati dai trigger inducano ad attivare risposte sensoriali.

Nonostante la spiegazione casuale rimane ancora un mistero, ciò non toglie il fatto che questi trigger forniscano un segnale alla corteccia cerebrale per poi susseguire la sua diffusione nel sistema cerebrale, che sia autonomo che sia quello periferico.

Tale acronimo presenta su di sé una sua classificazione, alla quale vi può

notare una serie attività quali:

-role play (gioco di ruolo)

-tapping (ticchettii fatti con le mani)

-Whispering (sospiri e discorsi a bassa voce)

-Eating (suoni mentre si mangia)

-Unintentional asmr (video verosimili all'asmr ma non sono stati creati tali)

-white noise and objects sounds (rumore bianco, suoni come phon o quelli di un aereo)

Dall'ASMR si è potuto osservare che è possibile indurre la persona ad uno stato simile al sonno, poiché essa diminuisce le attività di diverse aree cerebrali.

Non vi si ha ancora delle evidenze scientifiche che comprovano ciò quanto è stato detto; però c'è da far presente che l'ASMR rappresenta una seconda via nell'avere una risposta al piacere a livello sensoriale e nel voler perdere il controllo (facendo favorire il rilassamento).

Non si ha delle evidenze scientifiche poiché questo sistema è facoltativa ad ogni singolo individuo, facendo provare sensazioni tutt'altro che

l'essere umano può essere curato dalla melodia di essi, in quanto questa si trova in completa risonanza con particolari molecole dell'organismo.

In questo libro il ricercatore mostra differenti foto su come le cellule ematiche e tumorali si comportano tramite la correlazione dell'uso della voce e del suono. Questi esperimenti in laboratorio sono stati dimostrati tramite l'impiego del microscopio e della camera di Kirlian presso l'Università Jessieu in Francia. Attraverso questi esperimenti, l'autore ha dimostrato che il suono provoca sempre un cambiamento notevole nelle cellule, in quanto si è scoperto che la progressione del suono consegue all'esplosione delle cellule tumorali.

L'esito scaturitosi è dovuto dal fatto che il suono è implicato nel fenomeno d'espansione delle cellule in quanto questi, producono un movimento dal centro alla periferia. Durante gli esperimenti si è potuto constatare che le cellule, in assenza del suono, tendevano ad estendersi in maniera naturale ma questa sua crescita era pressoché limitata. Con l'influenza del suono infatti le cellule subivano una crescita due volte maggiore rispetto al normale: diametro esterno senza suono – valori assunti 10-11 micron; diametro esterno con suono – valori assunti 11-19 micron

Esperimento cellule Hela (cellule tumorali altamente stabilizzati).

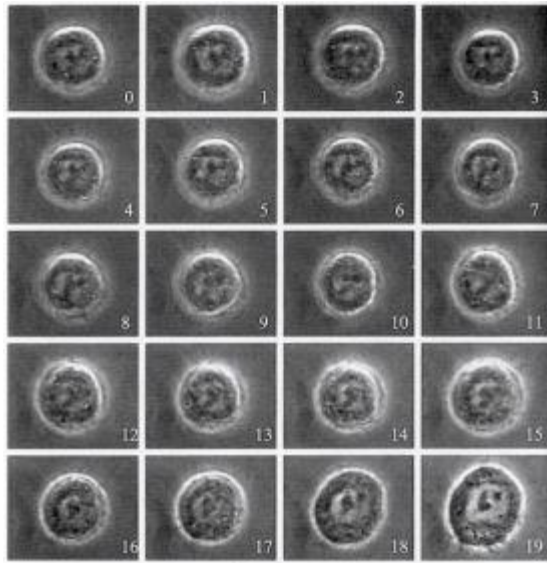


Immagine assenza suono

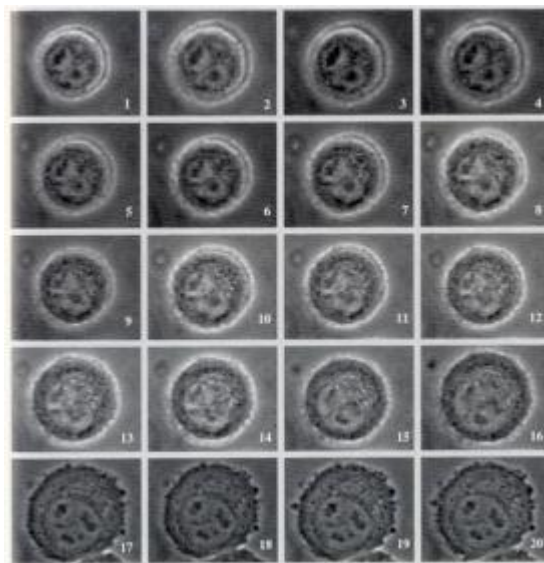
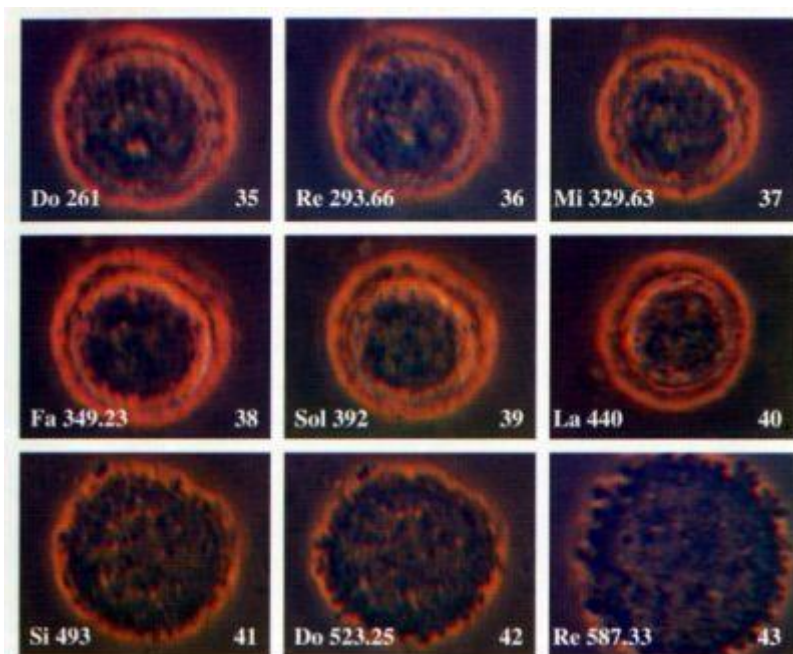


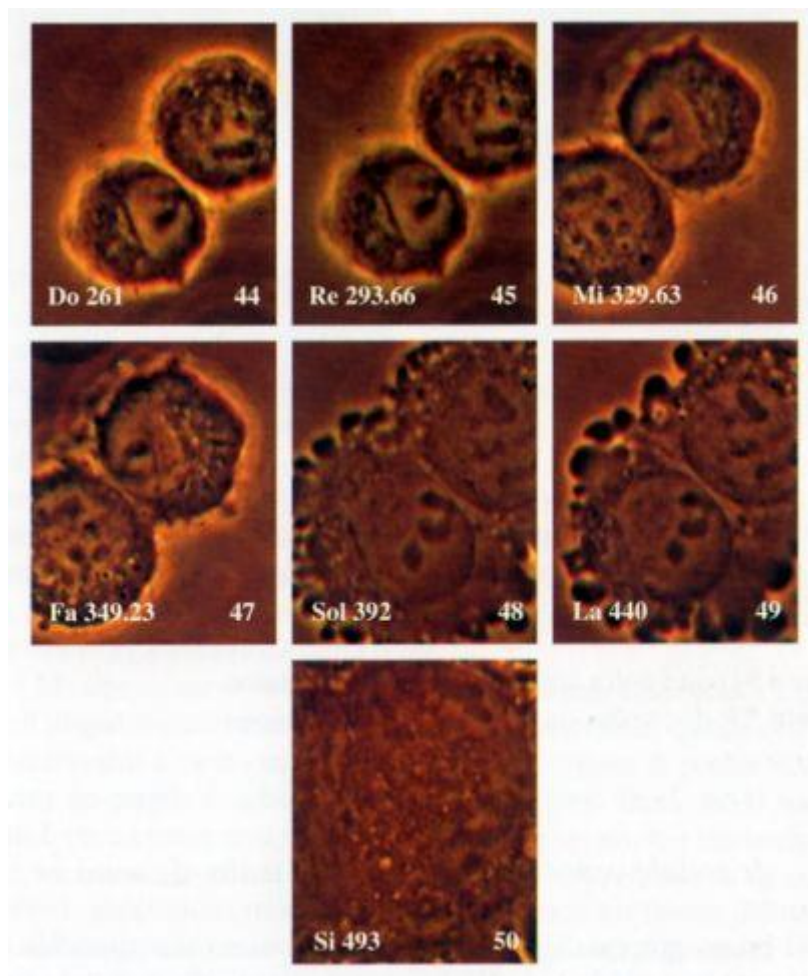
Immagine col suono (colpi di gong armonici)

Durata esposizione al suono di circa 21 minuti, avente un'ampiezza di 30-40 decibel da una distanza di 30 cm. Si ha scattato una foto ad ogni minuto per controllare il cambiamento delle cellule.

Nell'immagine riportata, ovvero col suono, si è visto come questo abbia creato un effetto di frequenze dissonanti, provocando una forte destabilizzazione graduale nella conformazione della cellula, provocando (in vista delle cellule cancerogene) una sua esplosione. Da quest'esperimento si è potuto osservare come le cellule sane siano in grado di mettersi in sintonia col suono, senza alcuna resistenza; viceversa, si riesce a notare come le cellule tumorali trattengono l'energia implicata nella frequenza portando come conseguenza la sua esplosione. Questo fenomeno è dovuto dal fatto che la composizione delle cellule sane siano flessibili, in grado di assorbire ed allo stesso tempo di sostituire l'energia immagazzinata, a differenza della conformazione delle cellule cancerogene che sono rigide e che pertanto esercitano il fenomeno solo quello di incamerare l'energia prodotta dalle frequenze sonore. Esperimento cellule Hela. Si ha la durata di circa 14 minuti, usando differenti frequenze per mezzo di utilizzo dello xilofono.



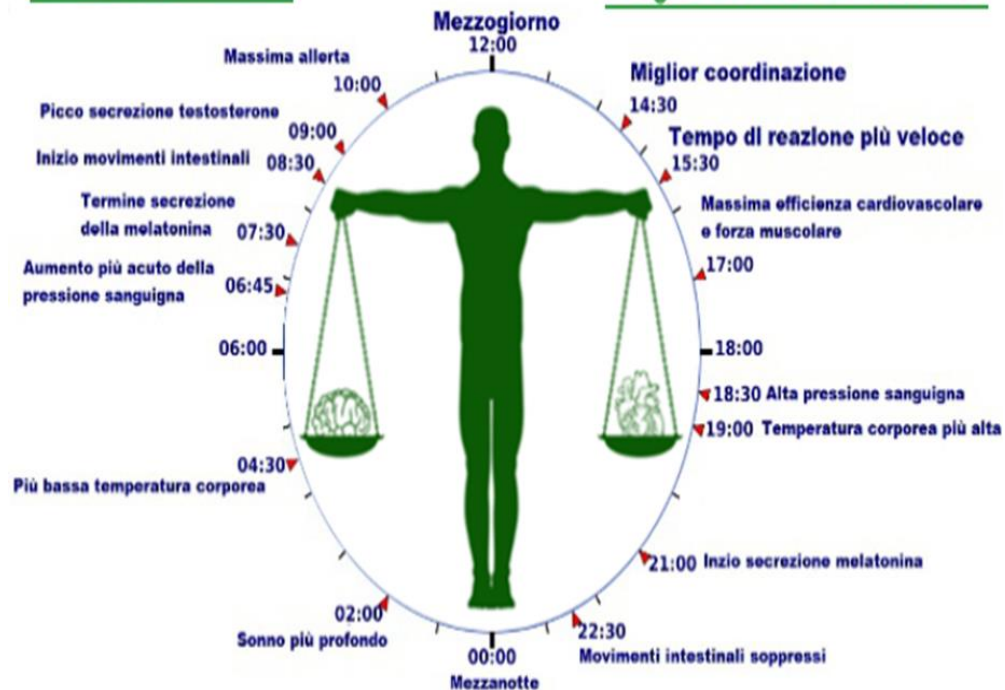
Esperimento cellule Hela (durata 9 minuti, potendo contare una scala ionica, per mezzo di utilizzo della voce).



Esperimento cellule HeLa (durata 9 minuti, potendo contare una scala ionica, per mezzo di utilizzo della voce).

In questo caso è bastato utilizzare un tempo ancora più ridotto poiché la voce di ogni singolo individuo produce una vibrazione particolare che nessun strumento musicale possa fornirgli: la coscienza. Gli effetti sono

maggiormente positivi, in quanto questo suo utilizzo provoca una destabilizzazione progressiva ancora più veloce rispetto all'uso di uno strumento. La sua modulazione produce dati sull'aspetto fisico, sulla colorazione emotiva, sulla coscienza (esprime la volontà di chi canta) portando su di sé la sua risonanza spirituale. Nel mondo, in generale, la vita per gli esseri viventi non si ferma mai, non è mai silenziosa in quanto l'organismo è dovuto dalla struttura di miliardi di cellule che si muovono e comunicano costantemente e mentre lo fanno suonano o meglio, vibrano. Il loro suono, il loro movimento non è casuale, in quanto la modulazione della melodia consente di svolgere ruoli e compiti precisi. Com'è possibile riuscire a riconoscere le disuguaglianze fra una cellula tumorale ed una riparatrice, così com'è possibile distinguere una cellula che soffre e che muore. Lo spiega chiaramente Carlo Ventura, professore di biologia molecolare all'università di bologna in quanto sostiene che *“la ritmicità sonora è una caratteristica dell'universo. Oggi si conosce ritmi circadiani che appartengono alla materia vivente e che a loro volta vengono gestiti dal cervello umano. Il ritmo è codice oscillatorio e l'uomo lo modula.”*



In questo modo in ogni singola cellula, danzano filamenti e micro tubuli, nel senso che si ha delle oscillazioni ritmiche che producono una precisa direzione e nel creare campi magnetici. Quando una cellula si avvicina con altre, queste producono dei suoni all'unisono; tale comunicazione è molto rapida in quanto viaggia più veloce rispetto alla trasduzione dei segnali chimici. Non è sempre possibile però udire un suono, è però possibile riconoscerlo fra le cellule sane e quelle malate.

Ad esempio, quando vi si forma condizioni d'ambiente ostile, la cellula che oppone resistenza, produce un frastuono repellente; e perciò facile da comprendere che ad ogni suono implica un preciso significato. Le cellule sono sensibili alla musica che arriva dall'esterno, in quanto è stato dimostrato scientificamente (da parte Carlo Ventura) che l'ascolto di un'armonia piacevole come ad esempio il jazz o la musica classica possa allungare la vita di qualche mese; viceversa, ascoltare suoni forti,

sgradevoli accelerano ai decessi. Oltre a questo si è dimostrato anche che l'ascolto di una musica piacevole, il suono arriva nelle cellule e dato che rispondono a legge di risonanza e si ha nell'essere umano la capacità di auto-rigenerarsi, la musica è possibile metterla in pratica in presenza di medicina rigenerativa, dove ciò che si fa, è quello di ottimizzare a ciò che avviene in natura. Se si vuole fare l'esempio è quello di porgersi come obiettivo quello di riprogrammare le cellule staminali in loco, per mezzo di utilizzo di vibrazioni.

3.2 HRM (harmonic resonance modulation)

E' un progetto interdisciplinare tecnica nato nel 2001 (altrimenti detto anche -RAM -Risonanza Armonica Modulata) con la quale vuole prendere come soggetto di studio il suono che, tramite l'uso di un protocollo ed una serie di metodologie, permette di mettere insieme una serie di sonorità e pulsazioni in base a rapporti armonici presenti tra la Natura e la Conoscenza dei Veda e l'impiego delle più sofisticate tecniche e nozioni. Questo progetto è un sistema di riferimento armonico, alla quale permette di accedere alle informazioni arcane della vibrazione e del suono in maniera più agevole, dove il principio che giace come fundamenta è il fatto che il cosmo sia costituito da leggi e proporzioni armoniche, in quanto l'intera vita è essenzialmente costituita dal ritmo. Si può prendere come esempio i battiti del cuore, gli atti respiratori, le vibrazioni delle singole cellule, gli atomi e persino le molecole. Con tale concezione, la musica ed il suono influenzano in maniera notevole sull'organismo, beneficiando effetto come stimolazioni, rilassanti, armonizzazioni e, come vi si protraggono effetti positivi vi possono condurre anche quelli negativi, che sono tutti all'opposto del piccolo elenco fatto adesso. Il fulcro che fa conseguire tale fenomeno è il suono, in quanto occorre

considerare che tutto ciò che vibra è sensibile. Per capire meglio, è come suonare la chitarra ed iniziare ad arpeggiare; il chitarrista per produrre una melodia è costretto a pizzicare le corde una per ciascuna. Solo attraverso all'unione delle note si riesce a creare una buona melodia, in quanto, si traduce dal risultato della vibrazione di ogni singola corda pizzicata che ha originato un suono abbinato con le altre restanti (suonandole poi infine in una cassa armonica). Se pizzicate in maniera corretta si produrrà un suono armonica altrimenti disarmonico.

Questo esempio, per quanto stupido e banale che sia, è da prendere in considerazione poiché il corpo e l'organismo di ogni essere vivente funziona allo stesso modo; in quanto i suoi componenti entrano in risonanza simpatica e producono un suono con la medesima frequenza. Per intenderci, a riposo, il corpo vibra avendo una frequenza abbinata con le onde cerebrali del cervello in stato di rilassamento. Secondo l'HMI (Istituto Matematica del Cuore) il cuore è in grado di creare dei campi elettromagnetici che assumono come funzione da segnale sincronizzatore e sono conformi alle indicazioni trasportata dalle onde radio.

Si è potuto anche notare come le modalità ritmiche del battito cardiaco sono alterate dalle diverse emozioni che ognuno prova nella vita di ogni giorno, a seguito di esperienze diverse. Ogni singola cellula percepisce tale cambiamento ritmico cardiaco dove diventa un supporto per il cuore alla quale diventa un segnale di sincronizzazione. Il progetto ha constatato che la trasmissione fra il cuore ed il cervello (si può anche definire il sistema nervoso cardiaco intrinseco) è dinamico, senza interruzioni in quanto grazie all'uso di ormoni impulsi nervosi, neurotrasmettitori, campi elettromagnetici ed onde di pressione, il cuore manda informazioni al cervello ove questo risponde ed obbedisce. Questo sistema è formato da una rete complessa e con essa permette di accedere a diverse funzionalità quali: memorizzare, apprendere, eseguire delle scelte ed addirittura udire.

Lo scambio di messaggi tra il cuore ed il cervello contribuisce a sincronizzare le attività del cervello per poi poterle influenzare con fattori psicologici quali: percezione, attenzione, instaurare emozioni. Si è anche rilevato che il cuore ha altri canali che gli consentono alla comunicazione per mezzo d'utilizzo della padronanza relativa alla frequenza.

Una volta codificati i messaggi, questi hanno il compito di mettere al corrente dell'energia nei vari distretti corporei e nel coordinare i processi fisiologici.

LA SCOPERTA

L'Istituto HeartMath ha dimostrato che il cuore, oltre alle sue funzioni, abbia una sorta di cervello-cuore, che riesce a comunicare con il cervello testa. Questo testa cuore trasmette le informazioni al cervello testa per mezzo d'uso di percorsi, e il cervello a sua volta comunica con il cuore. Si ha tra di loro un continuo scambio di messaggi che influenzeranno poi nelle attività del corpo fisico. Un tempo si credeva che era solo il cervello ad adempiere le funzioni verso l'invio delle corrette informazioni e nel protrarre alla loro diffusione e controllare per eseguire attività del corpo(compreso la funzione del cuore), ma ora si ha conoscenza che si può fare anche al contrario. Il lavoro dei ricercatori dell'istituto HeartMath ha evidenziato che il cuore ha una comunicazione col cervello distinte in quattro modalità diverse: neurologica, biochimica, biofisica ed elettromagnetica. La trasmissione di questi messaggi che percorrono queste differenti vie, condiziona in modo ulteriore nelle funzioni che esercita il cervello. In aggiunta, vi si ha la possibilità che tutte le notizie che il cuore manda al cervello possono favorire un cambiamento sulle funzionalità fisica e mentale dell'individuo.

Lo Sai?

Il campo magnetico del cuore può essere misurato a diversi centimetri dal corpo.

Le emozioni negative possono creare disordini nel sistema nervoso, mentre le emozioni positive fanno l'opposto.

Le emozioni positive possono aumentare l'abilità del cervello di prendere buone decisioni.

Durante lo sviluppo del feto il cuore si forma e inizia a battere prima che il cervello inizi a svilupparsi.

Le emozioni positive creano benefici fisiologici nel tuo corpo.

Puoi rafforzare il tuo sistema immunitario focalizzandoti sulle emozioni positive. corpo.

Fonte: *HeartMath* - www.heartmath.org
 Traduzione in italiano: www.essereilcambiamento.it

Si è notato che le emozioni favorevoli e costanti nel tempo riescano a determinare una coerenza psicofisiologica. Tale modalità permette verso l'individuo ad ottenere un buono stato di calma e tranquillità, al raggiungimento di una buona sensazione al benessere, di esercitare miglioramenti legati al livello dello spirito, cognitivo, sociale, in quanto si ha una completa sintonia fra la comunicazione tra cervello - cuore, portando alla massima efficienza tutti i sistemi fisiologici. Questa particolare modalità ha portato all'HMI a definirlo come

"intelligenza del cuore", in quanto questo flusso porta alla persona di ottenere anche una buona consapevolezza verso il "cuore energetico" (terminologia indicato come "fonte intelligenza intuitiva interiore"). La struttura del corpo dell'essere umano è stato progettato appositamente per vibrare, in quanto è possibile udire, percepire, captare, inglobare il suono, non solo attraverso l'uso delle orecchie o sistema neuro cerebrale ma anche attraverso l'impiego di numerosi recettori disposti in varie parti del corpo e questo, al suono udito, ne risponde con un altro (si parla di sistema simpatetica). E' la struttura corporea stessa a dover diventare lo strumento al fine di creare delle vibrazioni o suoni. Basta infatti notare che solo alcuni battiti del cuore o delle frequenze respiratorie è possibile udire, ma non è consentito verso tutti, altrimenti si ha la capacità di udire la propria armonia. Sia la mente che il corpo fisico raccolgono musica e suono, alle quali riescono a modificare e ad andare a tradurre a livello interiore, sotto forma di emozioni, in quanto queste son visualizzate tramite a vibrazioni e musica propria.

3.3 I 5 MODELLI DELLA MUSICOTERAPIA

Sono presenti una serie differenti di modelli, attraverso la quale i primi due son sicuramente utilizzati dal musico-terapeuta, mentre gli altri tre, il lavoro che si esercita lo vi si può confondere facilmente con le funzioni di uno psicologo, in quanto rende più arduo il riconoscimento della figura professionale.

Il riconoscimento di tale modelli è dovuto mediante il congresso mondiale della musicoterapia a Washington nel 1999.

1) Benezon

Viene intrapresa in Argentina ed implica la pratica dell'enunciazione dei concetti dell'ISO.

Si tiene in considerazione la relazione presente fra il suono-uomo.

Lo scopo presente è quello d'utilizzare la melodia per poter aprire i canali comunicativi e quindi concorre nell'obiettivo di garantire l'inserimento sociale e socializzazione.

2) Nordoff–Robbins

In questo modello (nato negli Stati Uniti) si ha l'utilizzo della musicoterapia creativa alla quale vi sono presenti approcci del tipo individuale o di gruppo.

Le attività che si possono instaurare da parte del musico-terapeuta sono riversate verso azioni terapeutiche e creazioni musicali. Inizialmente è stato creato per rivolgersi a bambini affetti da disabilità. In questo caso la musica vi s'intende **come** terapia e non **in**.

3) Mary Priestley

È un sistema mediante la quale fa uso dell'improvvisazione mediante a parole, melodie, col dovuto coinvolgimento sia del terapeuta che dal paziente. Si osserva la vita interiore della persona assistita e lo si prepara in fronte al suo sviluppo personale.

Un tempo venne usato negli adulti, ed adesso invece, anche verso i bambini.

4) Cliff Madsen

L'approccio ideato da questo sistema è quello di usufruire della musica come stimolo in grado di intervenire su un sintomo specifico.

La musica la s'attuа come rinforzo, avente come scopo quello di portare modifiche o accentuare comportamenti d'adattamento, scaricando quelli negativi.

5) Helen Bonny

La musica in quest'ambito è in grado di osservare i vissuti dell'individuo. Il compito del terapeuta è quello di sostenere la conversazione mediante

all'intervento delle domande ed anche quello di mantenere la concentrazione della persona assistita, mano a mano che questa gli riaffiorino emozioni, ricordi, sentimenti...
 Perciò in questo sistema si è in grado di "dialogare" con l'inconscio della persona assistita mediante l'utilizzo della musica.

3.4 SETTING ASSISTENZIALE

La musicoterapia ha portato notevoli risultati positivi verso la sfera sociale, psicologica e spirituale presenti nelle persone affette da patologie oncologiche. Con essa è possibile intravedere due modalità:
 Musicoterapia attiva: utilizzata attraverso il dialogo sonoro - musicale, si utilizza strumenti musicali, corpo ed infine la voce al fine di invitare la persona ad ascoltare ed improvvisare.
 Musicoterapia recettiva: Il dialogo rimane lo stesso ma durante il trattamento, si verbalizza di ciò che è stato emerso a livello emozionale.

Entrambe le modalità vengono spesso usufruite nelle strutture alla quale accolgono le persone assistite oncologiche e che quindi è rivolto a determinate persone come soggetti vigili e orientati nello spazio;
 Le persone che vanno avanti verso la musicoterapia lo fanno anche per disturbi di disagio come
 1) difficoltà di rilassamento,
 2) ritiro affettivo e/o depressione,
 3) difficoltà relazionali,
 4) solitudine.

La finalità che si prefigge un singolo intervento musicoterapico è la promozione del benessere dell'individuo dove l'approccio esercitato sarà prettamente ed esclusivamente individuale in quanto ogni singola persona

ha in sé una serie di sintomi, attitudini, valori diverso. Dopo aver svolto una corretta anamnesi si ha la stesura del progetto, stabilendo i criteri di obiettività, modalità e criteri di valutazione. Nelle strutture dove la qualità della vita è l'elemento fondamentale, la musicoterapia determina obiettivi in modo da poter migliorare diverse aree:

1)livello fisico

- facilitare il rilassamento muscolare;
- migliorare la qualità e quantità del sonno

2)livello psicologico

- controllare l'ansia;
- innalzare il tono dell'umore;
- creare un luogo relazionale alla quale possa integrare l'aspetto formale dello stimolo sonoro con il proprio mondo interno ed anche quello di offrire un'area d'ascolto, in cui i momenti di alto contenuto affettivo acquistano forma, senso e significato;
- suscitare ricordi ed episodi della propria vita;
- interrompere la noia quotidiana;
- ritrovare il piacere di parlare con persone;
- riscoprire un percorso di vita

3)livello sociale

- aprire nuovi canali di comunicazione
- rendere più sincera e aperta la comunicazione con parenti e familiari,
- promuovere nuove relazioni interpersonali.

Pertanto la musicoterapia trova come ambito piena applicazione nell'aspetto oncologico verso le cure per i persone aventi problemi a livello terminale.

CONCLUSIONI

Lo stimolo che pervade il campo sanitario in materia di assistenza è proprio quello di andare ad offrire ciò che è possibile per rafforzare o migliorare lo stato di benessere di ciascun individuo. D'altronde tutti siamo pazienti, in quanto questa circostanza permette alle persone di supportarsi e aiutarsi a vicenda. Tuttavia è presente un'unica cosa che consente a qualunque persona di farsi distinguere da un'altra e quella caratteristica prende il nome di buon senso. In assenza di questa particolarità, anche se si forniscono tutte le indicazioni o informazioni adeguate, al fine di migliorare la qualità di vita della persona, non sarà possibile creare un percorso, poiché ognuno farebbe come vuole. Nel campo sanitario occorre dunque fornire un adeguato percorso preventivo, terapeutico, palliativo per tutte le persone senza discriminazione, ma bisogna precisare che è l'utente a dover decidere quale strada sia migliore se utilizzare trattamenti convenzionali o non convenzionali. Questa sua decisione dipende soprattutto da fattori ambientali, sociali, psicologici, determinato dai consigli ed informazioni che gli vengono forniti (siti, operatori, famigliari, amici) ed è lui solo, alla quale può assumere a tale decisione, assumendo rischi e pericoli. E' proprio questo che le figure professionali possono avere dei problemi, in quanto le informazioni che forniscono, devono essere esaurienti, ma non insistenti e soprattutto non possono prendere posizione od obbligare alle persone nello seguire le decisioni. Per poter concludere e dare una risposta accomunata legata alla musicoterapia, è che questa metodologia viene poca utilizzata, in quanto può portare notevoli cambiamenti nella vita dell'uomo. Trovo insolito che questa pratica viene presa poco in considerazione in campo sanitario, o perlomeno non lo è, rispetto al suo valore. Non voglio affermare dicendo che la musicoterapia possa prendere posto alla medicina, ma secondo me tale attività può andare a fornire un gran

contributo nel piano terapeutico oncologico, in quanto possa supportare o aiutare al malato al superamento di eventuali crisi emotive. Poiché come ben si è capito, l'uomo è stato concepito per stare bene tra sé, con gli altri, con l'ambiente e tramite questo rapporto complesso, ideato per rendere l'uomo un essere unico, è dovuto fondamentalmente da diversi principi, che allo stesso tempo permettono di divenire oggetto-chiave: armonia, suono, melodia, vibrazione, musica. Dal mio punto di vista quindi, vedo la musicoterapia più come una terapia di supporto alla medicina, ma che ancora non è stata sfruttata al massimo nelle sue potenzialità, in quanto è stata sfruttata solo una parte. Si è tenuti a ricordare che la terapia convenzionale è un'attività alla quale si trova al primo posto nella guarigione della malattia. Se non altro la musicoterapia, consente di avere differenti proprietà che la medicina (a meno che non si utilizza dei prodotti farmaceutici) non riesce a fornire in modo naturale, come: -coordinazione, -relax, -socializzazione, -miglioramento autostima, -regolarizzazione dell'umore (ad esempio ansia). Per cui la musicoterapia, anche se si possa beneficiare al massimo delle sue potenzialità, risulterà sempre una terapia complementare di fronte alla terapia convenzionale.

BIBLIOGRAFIA

LEGGE 15 marzo 2010, n. 38

Disposizioni per garantire l'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore. (10G0056) ([GU Serie Generale n.65 del 19-03-2010](#))

Ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32161976

www.blogdellamusica.eu

www.aimac.it

www.benessere.com

www.musicaemente.it

www.amadeux.net

www.msdmauals.com

studiopsicologiarizzi.it

thecircleoflife.it