

Tango contro il Parkinson: boom di iscritti

Danzare accompagnati dalle musiche argentine per stimolare la concentrazione e la coordinazione: in una sola parola la tangoterapia. È questa una delle iniziative dell'Associazione italiana parkinsoniani di Bergamo che da marzo organizza, una volta alla settimana, lezioni di ballo terapeutico tenute da Stefania Sonzogni e Andrea Possenti (unici rappresentanti italiani ai Mondiali di tango argentino a Buenos Aires). Si tratta di un progetto sperimentale che sta coinvolgendo una ventina di persone «ma per settembre abbiamo già ricevuto molte richieste, quindi pensiamo anche alla possibilità di aumentare le lezioni», spiega Marco Guido Salvi, presidente Aip Bergamo.

La tangoterapia, che si svolge in una sala della casa di riposo Santa Maria ausiliatrice di via Gleno (dove l'associazione ha la sede) «contribuisce a rendere la vita del malato di Parkinson e

dei suoi familiari più accettabile - spiega Salvi -. Un aspetto fondamentale in attesa che la medicina e la ricerca facciano nuove scoperte in termini di cura e di prevenzione. Oltre che sulle terapie farmacologiche, sulla riabilitazione motoria e in alcuni casi sugli interventi chirurgici, si può contare sulle attività complementari, in particolare quelle che comportano l'apertura verso gli altri. L'esperienza ha dimostrato l'importanza di terapie espressive, fisiche e psicologiche, come la musica, il teatro, il canto e il disegno».

L'Associazione italiana Parkinsoniani di Bergamo ha deciso di puntare su questi corsi terapeutici che coinvolgono sia il paziente sia chi gli sta vicino: «Il tango è un ottimo esercizio per i malati di Parkinson - aggiunge Salvi - perché le differenti velocità di esecuzione, i continui arresti e accelerazioni, i bruschi cambiamenti di direzione, deambula-



Ballo terapeutico con l'Associazione parkinsoniani

zioni in arretramento, giravolte e stop improvvisi sono utilissimi per mantenere il controllo dell'equilibrio, considerato che il malato soffre di una disorganizzazione progressiva del movimento che si manifesta in tremore, rigidità, atrofia nel cammino, lentezza nei movimenti, difficoltà della gestione dell'equilibrio personale».

L'interazione è fondamentale durante le lezioni: «Malati, familiari e amici accettano la stes-

nicare con l'altro e recepire i movimenti che si desiderano eseguire. «Questa particolarità - prosegue Salvi - rende adatto il tango quale supporto nelle malattie motorie, come la malattia di Parkinson, che richiede il recupero di automatismi motori perduti. Paradossalmente, infatti, la mancanza di schematicità di questa danza così libera, impone di base una rigorosa istintività motoria, indispensabile per riuscire a innestare le varianti continue attraverso le quali si sviluppa questo dialogo della coppia».

Il tangoterapeuta ha un compito importante: «Rendere molto più consapevole il malato, richiamando la sua attenzione su movimenti meno automatici, migliorando la sua motivazione, rinforzando il messaggio mente-corpo con informazioni sensoriali». Musica e danza per un nobile fine: «Generare meccanismi - conclude Salvi - che si ripetano anche nella quotidianità, con un enorme beneficio sulla qualità della vita del malato e di chi gli vuole bene».

Elisa Riva