

**Zeitschrift:** Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2022)

**Heft:** 145: Essen mit Genuss = Manger avec plaisir = Mangiare con gusto

**Artikel:** Therapie complementari e Parkinson. 1a parte, Muoversi a suon di musica

**Autor:** Zacharia, André

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1034818>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Muoversi a suon di musica

**La musicoterapia migliora il senso dell'equilibrio e aiuta a superare i blocchi motori.**

La musicoterapia integra l'offerta terapeutica nel trattamento della malattia di Parkinson. Essa si fonda sull'esperienza clinica e poggia su meccanismi fisiologici che avvengono nel cervello e possono essere visualizzati mediante tecniche di imaging. L'idea alla base del trattamento sviluppato per il Parkinson consiste nel cercare di bypassare le reti neurali colpite sfruttando reti neurali intatte e sensibili al ritmo. Nel caso della malattia di Parkinson, solitamente la musicoterapia comprende diverse forme, tra cui la danza e l'ascolto di musica ritmica.

## Allenare l'equilibrio a passi di tango

Il ballo, ad esempio il tango, ha dimostrato di avere effetti favorevoli sull'equilibrio e sulle funzioni cognitive non solo nel caso del Parkinson, ma anche in presenza di altre patologie affini. I benefici terapeutici della danza derivano dal suo aspetto lu-

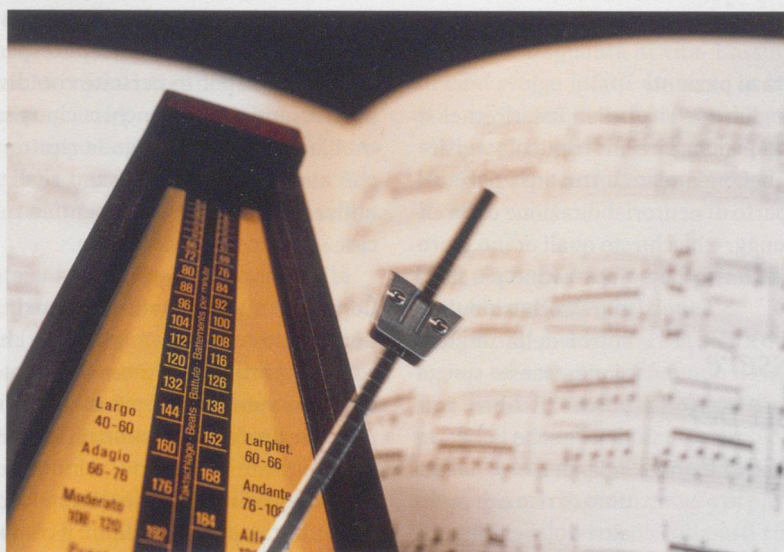
dico e dalle interazioni sociali che essa stimola. Inoltre, ballando le persone affette imparano sequenze gestuali.

Il ritmo dettato dalla musica può aiutare taluni pazienti a superare sintomi di disabilità come il freezing e a prevenire eventuali cadute. Il freezing («congelamento») è un disturbo temporaneo della deambulazione che consiste nell'improvvisa incapacità di sollevare i piedi da terra. Questo fenomeno può essere evitato se chi ne soffre cerca di camminare al ritmo della musica che sta ascoltando. Alcuni parkinsoniani sono in grado di camminare mentre prestano ascolto a un metronomo che scandisce un ritmo, oppure quando sentono una musica trascinante. La frequenza del ritmo scelto dipende dal paziente e può essere personalizzata. Uno dei miei pazienti ha detto che gli piace ascoltare la musica militare che sentiva da giovane per marciare al passo. Questo lo aiuta a superare gli episodi di freezing.

## Praticare la musicoterapia nella vita quotidiana

Le tecniche di musicoterapia sono ormai ben conosciute nei centri di riabilitazione specializzati nella malattia di Parkinson. Esse costituiscono parte integrante della gamma di trattamenti disponibili, specialmente in fisioterapia, e sono relativamente facili da attuare tanto nella pratica clinica, quanto nella vita di ogni giorno. Va tuttavia precisato che non tutti i parkinsoniani traggono giovamento dalla musicoterapia. Ecco perché vengono sviluppate diverse tecniche allo scopo di trovare la soluzione migliore per ciascuno paziente.

*Dr. med. André Zacharia*  
 Medico caposervizio di neurologia e viceprimario di  
 neurologia presso la Berner Klinik Montana



Il ritmo scandito da un metronomo può aiutare in caso di blocchi motori.  
 Foto: Keystone



## Opuscolo Freezing

Trucchi contro il freezing. Guida Parkinson, 2016, A5, 12 pagine.  
 Download: [parkinson.ch](http://parkinson.ch) > Shop >  
 Opuscoli gratuiti