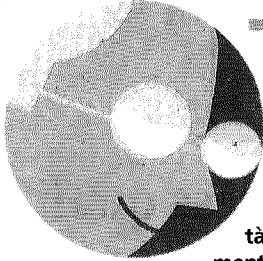


Il cervello allenato alla musica diventa più forte contro l'Alzheimer

NICLA PANCIERA

TERZA ETÀ



La musica aguzza l'ingegno e gli effetti si fanno sentire nel tempo. Rispetto ai non musicisti, chi suona uno strumento ragiona in modo più rapido e accurato e le prestazioni migliorano all'aumentare delle ore dedicate alla pratica. È caratteristica dei musicisti, inoltre, una maggiore capacità di individuare e reagire efficacemente agli errori, «aggiustando» il ragionamento senza andare incontro ai normali rallentamenti che si verificano quando si sbaglia. I ricercatori dell'Università di St. Andrews in Scozia hanno misurato le risposte comportamentali e neurali tramite elettroencefalogramma di individui con diverse competenze musicali e impegnati nell'esecuzione di compiti cognitivi non musicali. Le prestazioni dei musicisti si sono rivelate migliori: professionisti o principianti che siano, riescono a monitorare la situazione in corso e minimizzare gli effetti di eventuali errori. E questa è proprio una delle prime capacità che vacillano nel caso di decadimento cognitivo dovuto all'età o a malattie come l'Alzheimer. Se è noto da tempo che la pratica di uno strumento musicale interviene, grazie alla plasticità cerebrale, su struttura e funzione di alcune aree, ora lo studio getta nuova luce su funzioni esecutive, come l'attenzione selettiva e il controllo inibitorio: è proprio il maggiore coinvolgimento della corteccia frontale rilevato dalle misurazioni elettrofisiologiche - spiegano i ricercatori - a garantire maggiore rapidità mentale. L'individuazione degli errori è più rapida e così si evita che questi interferiscano troppo, proprio come fa un concertista che, pur accorgendosi di essere sul punto di sbagliare, non interrompe l'esecuzione, ma riesce ad evitare che gli altri si accorgano della *défaillance*.

