

Parkinson: perché suonare la batteria aiuta i malati nei movimenti di Cesare

Peccarisi

La musica crea una base ritmica che attiva i circuiti neurali coinvolti nell'elaborazione motoria: bene anche la danzaterapia o i cosiddetti esercizi «compito-specifici»

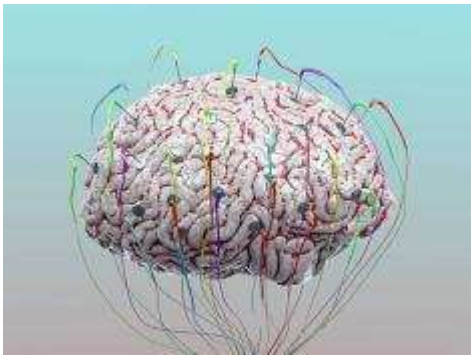
(Fonte: <https://www.corriere.it/> 19 maggio 2026)



Paolo, un batterista boomer colpito da **Parkinson giovanile** da una decina d'anni, ha fatto emozionare con le vibrazioni delle sue percussioni gli 800 neurologi riuniti nell'Auditorium del Palacongressi di Rimini per il [12° congresso nazionale della LIMPE-DISMOV](#) dove il giovane musicista si è esibito insieme alla sua band come testimonial per la malattia di Parkinson, riuscendo a stupire con la sua bravura anche gli addetti ai lavori.

La «neurogamia» descritta da Sacks

Già 10 anni fa **Oliver Sacks** aveva raccontato nel suo libro *Musicofilia* di un incontro organizzato a New York da un batterista affetto da sindrome di Tourette, un altro disturbo del movimento caratterizzato da incontrollabili tic improvvisi, anche vocali. Come raccontava il grande neurologo americano, quel batterista, oltre a non aver presentato il minimo cenno ticcoso durante tutta la sua esibizione, aveva esercitato sui presenti, ognuno affetto dal proprio personale tic, una sorta di magia che, **al sopraggiungere delle vibrazioni dei tamburi, faceva fondere tutti i loro disturbi in una perfetta sincronia** perché si sposavano col ritmo dettato dall'artista, un fenomeno che Sacks ha definito **neurogamia** mediata dalla musica ritmica.



Neuroscienze

Parkinson, sclerosi multipla, ictus e altre malattie neurologiche: si possono prevenire e come? I consigli degli esperti

La musica cadenza meglio i movimenti

Come può il **suono della batteria fungere da terapia** per due malattie del movimento così importanti come quelle di Parkinson e di Tourette? Ce lo spiega il Professor **Roberto Ceravolo** dell'Università di Pisa: «Chi soffre di malattia di Parkinson ha un deficit dei meccanismi di regolazione interna della coordinazione dei movimenti (soprattutto di quelli automatici), come la **mimica dei muscoli facciali e il cammino**, che rappresenta il massimo atto motorio che svolgiamo quotidianamente in modo automatico, ovvero sganciato dal controllo diretto dell'attenzione. Molti pazienti raccontano, ad esempio, di camminare meglio se usano le rime di demarcazione dei profili dei marciapiedi come contapassi oppure se utilizzano **stimoli sonori cadenzati**. **La musica è in grado di fornire una guida acustica che regola la loro andatura**, tant'è vero che spesso, per assurdo, riescono a ballare il tango meglio di come camminano».

La danzaterapia (non per tutti)

«Ma attenzione - prosegue Ceravolo -, i pazienti da avviare alla cosiddetta danzaterapia vanno selezionati perché **la danza non è per tutti i parkinsoniani**, ma occorrono precisi criteri e bisogna saper scegliere per ognuno la frequenza, il volume e l'intensità degli esercizi di ballo. **Il tango è in genere una melodia benefica** perché il suo ritmo attiva i circuiti neuronali coinvolti nell'elaborazione motoria dove agisce da spunto per il movimento, fornendo una guida ai meccanismi di regolazione temporale interna fondamentali nella coordinazione dei movimenti».

Le attività che aiutano davvero (c'è anche il ping pong)

Tornando al congresso di Rimini, il suono della batteria così ritmico funziona meglio per chi lo esegue o per chi lo ascolta? «**Suonare la batteria unisce lo stimolo acustico all'esecuzione di movimenti volontari** seguendo un ritmo perché, come nella danza, la ritmicità del movimento è di comprovato ausilio per i malati di Parkinson - risponde Ceravolo - come lo sono anche attività che richiedono coordinazione e ritmo come il **nordic walking o il ping-pong**».

Oltre al tango, anche altri esercizi ritmici hanno avuto sempre più conferme nella riabilitazione di

questi pazienti come il **TaiChi** o la **danza irlandese**, ma suonare la batteria ha qualcosa in più che può farla rientrare nei cosiddetti *PD SAFEx*, acronimo di *Parkinson disease sensory attention focused exercise*, un programma di **esercizi focalizzati** sull'attenzione messo a punto da autori canadesi e americani che, oltre a migliorare il movimento, migliora anche l'ansia che questi pazienti provano per l'incapacità di non avere piena padronanza del proprio corpo.



Neuroscienze

Parkinson, quali sono gli alimenti che riducono il rischio di ammalarsi

Esercizi pensati per i malati

Chi suona la batteria deve **concentrarsi al massimo** sulla qualità dei suoi movimenti o della percezione sensitiva, senza mai farla calare. In fondo è la massima espressione dei cosiddetti **esercizi «compito-specifici»** che si usano nella normale riabilitazione anche domiciliare dei pazienti tramite **interventi personalizzati** in base a età, sesso e grado di disabilità del singolo messi a punto dalla LIMPE e a [tutti disponibili online QUI](#).