



La scienza a volte rende possibile la vita, ma l'Arte
la rende più bella.

**LA MUSICA PER PREVENIRE
L'INVECCHIAMENTO DELLA MENTE**

La Casa delle Note
Via C, Hajech 21 Milano Tel. 02 733328 - 3338539053
Fax 027610201 - E-mail casanote@tin.it
www.lacasadellenote.it

LA MUSICA PER PREVENIRE L' INVECCHIAMENTO DELLA MENTE

Nel normale invecchiamento si verifica una lieve flessione di alcune funzioni del cervello , come ad esempio, la memoria , che non interferisce con la capacità di mantenersi autonomi nella vita quotidiana .

Quando, invece, le funzioni mentali vengono alterate al punto tale da rendere una persona non autosufficiente, allora è in atto un "invecchiamento anomalo" del cervello, che prende il nome di demenza .

Negli ultimi anni è divenuto chiaro che il passaggio dalla condizione di piena normalità a quella di demenza si verifica nell'arco di alcuni anni, durante i quali si manifestano modesti disturbi (calo della memoria, perdita di interessi, mancanza di iniziativa ,depressione) che appaiono più seri di quelli osservati nell'invecchiamento normale , ma non sufficientemente gravi per essere considerati indicativi di demenza. Per riferirsi a questo stato di transizione tra normale invecchiamento e demenza si utilizza il termine "***Deterioramento cognitivo minore***".

Numerosi studi dimostrano che l'esercizio mentale e le attività ricreative e sociali costituiscono gli strumenti più efficaci per potenziare la riserva cognitiva e combattere sia il normale invecchiamento che il "***Deterioramento cognitivo minore***"

In questo contesto si colloca la musica , come prevenzione ed in alcuni casi come terapia .

Dott.sa Francesca Clerici

**Centro per il trattamento e lo studio dei disturbi cognitivi
Clinica neurologica Ospedale Luigi Sacco
Milano**

La Casa delle Note , scuola di Musica da più di trent'anni a Milano, si è sempre occupata di Educazione Musicale per bambini. Da qualche anno , però, ha avuto esperienza con adulti ed anziani e vuole estendere anche a loro la Musicoterapia già sperimentata nei più piccoli .

Gli anziani, i nonni dei nostri bambini, saranno accolti in un ambiente molto stimolante per far sì che non invecchino mai.....!
Lo studio di uno strumento a tastiera , in gruppo e un coro, sono sicuramente attività "terapeutiche" per prevenire il

"Deterioramento cognitivo minore"

Insegnanti attenti e preparati accoglieranno i " Giovani Allievi " per iniziare un percorso nuovo contro l'invecchiamento

Alice Mazzei

La Casa delle Note

Via C, Hajech 21 Milano Tel. 02 733328 - 3338539053