



Studi e Ricerche sull'Invecchiamento dell'Uomo

## CENTRO STUDI **ALVISE CORNARO**

Presidente: Clelia Tabacchi Sabella

# Premio Cornaro alla Ricerca 2010

## Area tecnico-scientifica

### **Titolo ricerca\***

**L'effetto Vivaldi: è possibile migliorare le abilità cognitive degli anziani con la musica?**

Nicola Mammarella

*Psicologia*

### **Descrizione:**

Diversi studi hanno evidenziato come la musica (ascolto ed esecuzione) possa migliorare la abilità cognitive dei bambini e degli adulti. In questa ricerca abbiamo voluto studiare in modo più dettagliato se la musica classica potesse essere utilizzata come strumento facilitatore dei processi cognitivi degli anziani. In particolare, volevamo vedere se l'ascolto di un brano di Vivaldi potesse influenzare in maniera positiva le abilità cognitive degli anziani durante lo svolgimento di due compiti di memoria. A tal fine, abbiamo chiesto ad un gruppo di anziani sani di svolgere due compiti cognitivi (una prova classica di memoria a breve-termine ed una di fluenza verbale) sia in una condizione di sottofondo musicale (la Primavera di Vivaldi) , sia in una di rumore-bianco sia in una di silenzio. I risultati hanno evidenziato un miglioramento della performance cognitiva nei due compiti quando gli anziani ascoltano la "Primavera" di Vivaldi rispetto alle altre due condizioni. Dunque, il vantaggio è stato rilevato soltanto in presenza del brano di musica classica e non in una presenza di rumore di fondo o di silenzio.

I risultati della ricerca hanno evidenziato come, rispetto ad una condizione di rumore-bianco o di silenzio, l'ascolto al brano di musica classica favorisca la performance cognitiva degli anziani. Non è dunque la presenza o l'assenza di un sottofondo a giocare un ruolo importante, quanto il significato che l'anziano attribuisce al brano musicale stesso. La ricerca mostra dunque dei risultati importanti sia dal punto di vista teorico sia dal punto di vista applicativo. Dal punto di vista teorico, la musica favorirebbe uno stato di attivazione generale che spinge l'attenzione e la memoria verso una maggior focalizzazione sugli aspetti fonologici delle due prove cognitive. Inoltre il coinvolgimento emotivo legato al contenuto del brano musicale contribuisce ad un maggior rilassamento ed effetto delle emozioni positive sul ricordo stesso. Per quanto riguarda gli aspetti applicativi, studiare delle tecniche che favoriscano o migliorino la performance cognitiva degli anziani è oggi fondamentale ai fini di sviluppare nuove strategie di sostegno nei casi di difficoltà. Gli anziani sembrano particolarmente sensibili alle manipolazioni emotive del contesto in cui viene svolta la prova: è dunque estremamente importante studiare la relazione tra contesto emotivo e performance cognitiva degli anziani attraverso la promozione di nuovi strumenti che agevolino la fluenza dei processi mentali sia nell'invecchiamento sano sia in quello patologico.

**Referente:** Nicola Mammarella, Docente di Psicologia Generale dell' Università degli Studi di Chieti

Per maggiori informazioni: [n.mammarella@unich.it](mailto:n.mammarella@unich.it)