

## L'“ALTRO CANTO”.

**Storia.** Verso la fine del 2018 nasce, all'Ospedale Sacro Cuore di Negrar, l'idea di coinvolgere i pazienti mielolesi, e anche quelli cerebrolesi, in un'attività di canto. La neurologa drs Marcella Rossi specialista nella respirazione, infatti, è convinta che questa attività possa costituire una forma di riabilitazione dell'apparato respiratorio e del diaframma, spesso compromessi nel tempo dalla posizione in carrozzina e, nell'immediato, dall'estubazione dei pazienti con lesione a seguito di trauma.

L'iniziativa prende forma con la collaborazione dell'insegnante Fiorella Moro, insegnante e musicoterapista. Viene istituito un coro composto dalle persone ricoverate che accettano di partecipare, si canta presso la Palestra di Riabilitazione Intensiva dell'Unità Spinale; a cui partecipano anche persone lesionate midollari esterne.

L'attività di canto insieme è efficace: chi ha iniziato continua a partecipare, fino a quando a causa delle norme anti-Covid (2020) siamo stati costretti a sospendere, proseguendo per un breve periodo presso una casa religiosa, ma l'attività del canto produce molta emissione d'aria. Con il lockdown, perciò, si opta per l'insegnamento on line. Solo in primavera del 2022 si riprende in presenza presso la sede del GALM. In seguito, il gruppo si è arricchito di altre persone anche senza problemi fisici, coinvolte dal passa-parola.

Da allora il coro “Altro Canto” ha osato anche esporsi in pubblico, accompagnato da una pianista (Federica Buzzi) e da una violinista (Maria Odorizzi).

**Il metodo.** “Questa attività ha come scopo quello di potenziare, attraverso il canto, la muscolatura che mette in moto il diaframma e che permette una migliore respirazione. La migliore ossigenazione permette anche una migliore ricaduta a livello cardio-circolatorio, per non parlare poi del volume e della qualità vocale, che è la base della comunicazione”. Questa attività piacevole ci permette di tonificare i muscoli del tronco e il diaframma, anche quando, a causa di una lesione midollare, non si riesce a gestirlo volontariamente.

Gli incontri si svolgono con alcuni esercizi iniziali di “riscaldamento”, sia fonetico che vocale: produzioni di suoni labiali, vocalizzi, scioglilingua. Successivamente l'insegnante propone dei pezzi artistici, scelti con determinati criteri di difficoltà di articolazione e di ritmo, che vengono cantati insieme utilizzando una base digitale di accompagnamento. L'apprendimento dei vari brani si implementa nel tempo, migliorando anche le capacità mnemoniche dei cantanti, e questo aggiunge valore all'attività.

Lo stile dell'Insegnante è stato quello dell'incoraggiamento e dell'esempio: la direzione di un coro implica – nel nostro caso- anche la profusione di un'energia con un'attività fisica che Fiorella rende esplosiva. I suoi movimenti ci costringono a stare “a tempo” – noi che qualche volta tendiamo a “sederici” sulle note allungate-, e rimandano ai nostri neuroni-specchio un'immagine di grande vitalità, che non tutti possiamo esprimere col corpo, ma che vogliamo conservare nella nostra mente.

Con lei ci si sente parte di un progetto globale, in cui ognuno viene valorizzato. In questo modo si evita, anche in un contesto come quello di un'esibizione a teatro, di sentirsi in ansia da prestazione: la Maestra, durante le prove, se necessario ci “sgrida” (come gruppo), ci spinge al miglioramento ma senza mai sminuire il gruppo o le persone. Conferma, stabilisce tempi e ruoli, accoglie le difficoltà, valorizza i risultati.