

Entrevista con Gérard Mick, neurólogo

Publicado en la web de France Musique el 30 de mayo de 2014

Gérard Mick, neurólogo y neurobiólogo del Hospital Voiron y consultor del Centro Neurológico de Lyon, explicará su trabajo con pacientes de Alzheimer y Parkinson.



El neurólogo y neurobiólogo Gérard Mick cree que la música puede mejorar considerablemente la calidad de vida de los pacientes. (Guillaume Decalf/France Musique)

France Musique: ¿Puede la música tener un impacto real en las personas que sufren enfermedades neurodegenerativas?

Gérard Mick: Con los enfermos de Alzheimer, notamos efectos relajantes en los que están agitados. Si les hacemos escuchar música que conocen o que ya han tocado entre 20 y 40 años, les estimula y modifica su comportamiento. Es muy beneficioso en los centros donde algunos pacientes pueden ser agresivos, molestos para los demás y para el personal. Sólo tienes que ponerles una canción, todos se reúnen alrededor del lugar de donde proviene el sonido y se calman, algunos se ponen a bailar.

A través de la música se puede recuperar la cohesión social y el arte de vivir juntos. La mayoría de las veces, ayuda a tratar los trastornos de conducta y también a recargar las pilas, a remover a las personas que han perdido la comunicación o el movimiento.

Aunque estos efectos son transitorios y se sienten en el momento en que suena la música, tenemos la capacidad de repetirlos una y otra vez. Estos efectos tienen un gran impacto emocional, ya que la gente recuerda estas canciones y momentos importantes de su vida.

Las personas que padecen la enfermedad de Alzheimer no han perdido toda su memoria, sino que suelen recordar los recuerdos de su juventud. Y gracias a la música, podemos removilizarlos. En cierto modo, podemos conseguir que estas personas "vuelvan a vivir", especialmente cuando han perdido cierta comunicación y cuando ya no son capaces de tener emociones espontáneas.

¿Así que el famoso adagio: "La música ablanda el corazón de la gente" ha sido probado?

Y yo iría más allá y diría que la música también puede aliviar el dolor. Esto es especialmente cierto en el caso de los pacientes con dolor crónico, es decir, los que sufren múltiples traumas y cuyo dolor dura más de tres meses. Cuando tenemos dolor, sentimos una emoción fuertemente negativa. El placer de la música se percibe generalmente como una emoción muy positiva.

Preguntamos a los pacientes cuáles son sus canciones favoritas y con eso podemos contrarrestar ese estado negativo y ayudar a combatir el dolor. Sólo les sugerimos que, cuando les apetezca y crean que les va a reducir el dolor o les va a calmar la ansiedad de la aparición del dolor, utilicen la música como si la escucharan en casa por placer.

Y los resultados son bastante sorprendentes. Cuando alguien está sufriendo permanentemente y puede acceder a momentos de calma, es muy positivo y muy facilitador para recuperar la salud. Y sólo hay ventajas: no hay efectos secundarios, es fácil de usar porque la gente escucha lo que le gusta. Así que es muy individualizado. Y para aquellos que son músicos profesionales o aficionados, es aún más fuerte. Les estimula a encontrar un proyecto de vida y a seguir adelante.

Pasamos del sufrimiento al hedonismo. Esa es una de las cosas muy poderosas de la música, que es un distractor, es emocionalmente muy significativa y es removilizadora. Así que con la música podemos mejorar la calidad de vida de las personas.

¿Qué le hizo interesarse por el poder de la música para los enfermos?

Es un razonamiento tan simple como el de cualquier amante de la música. Cuando uno sabe que la música puede provocarle emociones fuertes, placer y emoción, piensa que el poder de escuchar música es maravilloso. Además, tuve la oportunidad de practicar la música desde joven, y cuando puedes tocar con la gente, y comunicarte con ella, el impacto de la música es aún más impactante.