



**BIODANZA ITALIA®**  
Associazione Etico Culturale Italiana  
degli Operatori di Biodanza  
Sistema Rolando Toro  
Ente non profit

Con il supporto scientifico di:



## “Gli effetti della Biodanza negli anziani con Alzheimer e nei *caregivers* che li assistono”

**Autori:** Palfrader A., Galli R., Campi P., Banchi C. Costagli T., Cairo c., Panichi P., Romboli G., Nannelli T., Calamassi D., Castagnoli M., Collini F.(ARS), Silvestri C.(ARS).

### Introduzione

La Biodanza rappresenta un sistema di integrazione umano creato da Rolando Toro Araneda, Antropologo e Psicologo cileno, negli anni '60.

Gli esercizi e le danze, durante i quali è ridotta al minimo la comunicazione verbale, allenano alla percezione delle emozioni e stati d'animo, all'ascolto dell'interiorità facilitando l'attivazione di una comunicazione non verbale.

Agendo a livello neurofisiologico, alcuni studi ne hanno dimostrato l'efficacia nel trattamento di pazienti affetti da fibromialgie, mentre nella popolazione anziana è stato segnalato come un metodo in grado di favorire la capacità di affrontare le difficoltà di salute stimolando il cambiamento in relazione alla speranza di vita.

Più in generale, è stato evidenziato, che nelle case di cura in cui è stata introdotta la “dance therapy” fra le proprie attività, vi è stato un miglioramento della salute fisica e dell'attività sociale tra gli adulti sani anziani.(1,2,3,4)

Prove di efficacia sono state riscontrate anche nel miglioramento dell'interazione dei pazienti affetti da demenza e il personale addetto all'assistenza. Questi studi oltre a confermare gli effetti benefici delle sedute di danza terapia sull'attenzione dei partecipanti, hanno riscontrato un miglioramento della soddisfazione lavorativa negli operatori e nelle loro modalità di interazione con gli ospiti. (5,6,7,8)

L'obiettivo dello studio, condotto da Biodanza Italia in collaborazione con ARS Toscana, è di valutare gli effetti della Biodanza negli anziani con Alzheimer residenti in RSA e nei *caregivers* che li assistono.

### Materiali e metodi

Lo studio è di tipo osservazionale pre-post. La popolazione è rappresentata dagli anziani assistiti in due RSA toscane, presenti nel “Nucleo Alzheimer” e dal personale che si occupa in particolare dell'assistenza in questo nucleo.

In particolare sono stati selezionati 16 ospiti che avevano un punteggio MMSE corretto inferiore a 24, ed un gruppo di 16 operatori, direttamente coinvolti nelle attività di assistenza e riabilitazione nei “Nuclei Alzheimer”, che hanno aderito volontariamente all'iniziativa.

Il personale individuato ha partecipato a 12 sessioni di 2 ore, tenute da un Operatore di Biodanza certificato insieme a 2 – 3 facilitatori.

Successivamente, gli anziani selezionati hanno partecipato a 12 sessioni di 1 ora, effettuate insieme con gli operatori formati nei mesi precedenti in modo da garantire il rapporto ottimale di 1 a 1. Anche in questo caso le sessioni erano tenute da un Operatore di Biodanza certificato insieme a 2 – 3 facilitatori e sono state effettuate riprese video.

Le fonti dei dati sono rappresentate dalla documentazione socio-sanitaria e amministrativa degli assistiti e dall'osservazione effettuata durante le sessioni di Biodanza da parte di 4 rilevatori.

Le informazioni sugli assistiti sono state rilevate attraverso la somministrazione delle seguenti scale: MMSE, CDS, NPI, CMAI, OERS; mentre al personale delle residenze sono stati somministrati i seguenti questionari: PWB, MSP, TAS 20, IRI. Inoltre, è stata effettuata una Ricerca qualitativa (di tipo fenomenologico), mediante interviste al personale delle RSA, in modo da indagare a fondo, gli aspetti legati all'esperienza di Biodanza.

Tutti i partecipanti all'indagine (familiari degli ospiti ed operatori) sono stati informati sugli obiettivi della Ricerca e sui metodi di rilevazione; sono stati consegnati e poi ritirati firmati i documenti attestanti il consenso alla partecipazione all'indagine e al trattamento dei dati personali.

### Risultati

Sono in corso di elaborazione i dati rilevati nell'indagine.

Ad una prima lettura delle trascrizioni delle interviste, raccolte nell'indagine qualitativa, gli operatori riferiscono un miglioramento del benessere personale, del “clima interno” ed un miglior approccio con gli ospiti.

Riferiscono inoltre, di aver rilevato miglioramenti nelle condizioni di benessere degli ospiti.

### Conclusioni

Al momento attuale, riteniamo prematura qualsiasi conclusione.

Da quanto sopra espresso, dai feedback degli Operatori di Biodanza che hanno tenuto le sessioni, dagli osservatori (OERS) del Gruppo di Ricerca e dalle videoriprese (**è qui visionabile una sintesi**), abbiamo la percezione che possa esserci una correlazione positiva fra la partecipazione alle sessioni di Biodanza e lo stato di benessere degli ospiti dei Nuclei Alzheimer e dei *caregivers* che li assistono.

Sarà nostra cura comunicare a chi è interessato i risultati definitivi e le conclusioni.