

La música como terapia alternativa para tratar de frenar el alzhéimer

Usuarios del centro de Agadea en Rianxo han incorporado a su rutina instrumentos y canciones dentro de un proyecto que estudia sus genes

MARTA GÓMEZ
RIBEIRA / LA VOZ

Cada persona tiene una manera única e irrepitible de expresarse. Incluso, cuando aparece el deterioro cognitivo. Alguien no deja de ser quien es porque en su cerebro haya algo que no funciona del todo bien. Ino se ha caracterizado siempre por su buen humor, así que no deja de hacer bromas a la menor oportunidad; Lola tiene y retiene una cháchara irrefrenable y sigue llevando la voz cantante en el centro de estimulación cognitiva de Rianxo. Lo que la mayoría desconoce es que, al igual que las personas, también los genes se expresan, y la forma de hacerlo varía con la música. Esta es la premisa de la que parte un proyecto de investigación en el que participa un grupo de usuarios del centro de Agadea en Rianxo.

El objetivo es saber si la música puede ser una herramienta para tratar de frenar, o al menos mitigar, los efectos del alzhéimer y del deterioro cognitivo en general. El estudio es muy amplio y muy complejo y tiene dos vertientes. Una es psicológica, que analiza el efecto de la música sobre aspectos como el bienestar emocional, la fluidez verbal, la estimulación de la memoria, la socialización o la expresión de las emociones. La otra es más revolucionaria y estudia los genes de los participantes para comprobar si estos experimentan algún cambio beneficioso a través de la música.

Para ello, los usuarios del centro de estimulación cognitiva que Agadea puso en marcha en Rianxo han incorporado a sus rutinas sesiones musicales, en las que escuchan y cantan y también tendrán la oportunidad de tocar algún instrumento. El proyecto se



De pie, Rosa, junto a Alba, técnica de Agadea, durante una de las sesiones de orientación. CARMELA QUEJEIRO

divide en tres grandes bloques, y al final de cada uno se toman muestras de sangre y saliva que luego se analizan para ver si hay cambios en los genes, particularmente en aquellos alterados por el deterioro cognitivo.

Un piano

Los primeros resultados invitan al optimismo, pero todavía queda un largo camino por recorrer al que los protagonistas del estudio son, en gran medida, ajenos. Las personas que acuden al centro rianxeiro de Agadea han incorporado la música a su rutina con naturalidad sin ser conscientes de que forman parte de un proyecto de investigación único en el mundo. Lo que sí tienen es una opinión muy formada de qué les gusta y qué no de esta nueva actividad: «Agora espabilaron, desde que temos o piano é máis animado. O piano triunfou».

Y es que están con el segundo bloque del proyecto, en el que cantan canciones como *Guantánamera* o *Ay, mamá Inés*, y cla-

ro, no hay color con respecto a la primera parte del estudio, en la que solo escuchaban.

Porque, aunque todos los usuarios tienen diferente grado de deterioro cognitivo y algunos también dificultades de movilidad, son personas activas: «Aquí facemos un montón de cousas todos os días, e aínda podíamos facer máis, que agora tiñamos que estar coa ximnasia e estamos aquí sen facer nada», espeta Rosa mientras las técnicas explican el trabajo diario que hacen.

Todas —son mayoría mujeres, solo hay tres hombres que acuden al servicio, como explica Lola, que lleva la cuenta de quién falta ese día— aseguran estar muy contentas de acudir al centro, aunque no todo es coser y cantar: «Pasámolo ben, pero tamén traballamos moito, a cabeza e máis os brazos». Luego Lola pasa a enumerar la agenda del día: «Primeiro falamos das noticias do día, despois facemos a ximnasia, logo imos papir e despois pintamos. Eu pinto, outros fan ou-

tras actividades, xogos e de todo, e imos todos moi ben así». Cuenta que desde que va al centro pinta sin parar: «Na casa tamén, lévanme libros seguido, non dou feito, aínda me pediu outro o alcalde. E case non sabía nin coller un lapis cando vin para aquí porque deixei a escola con 12 anos».

Se nota que ella es una de las que llevan el peso de la conversación. Otras, apenas hablan, algunas porque ya tienen dificultades para hacerlo, pero no permanecen ajenas a lo que ocurre. Su mirada y oído están atentos a cuanto pasa, y participan a su manera, sonriendo con las ocurrencias de sus compañeras. La que sí que habla es Chon, la mayor de todas, de 95 años, aunque ella se empeñaba en añadir uno más a la cuenta: «O ano de máis é para o IVA», bromeaba Ino.

El centro se ha convertido para ellos en un punto de encuentro y socialización. Y ahora es también una especie de laboratorio musical que puede aportar resultados esperanzadores.

LAURA NAVARRO COORDINADORA DEL PROYECTO EUROPERTE_ABN

«A música fai un efecto compensatorio da enfermidade»

El proyecto que estudia los efectos de la música sobre las personas con deterioro cognitivo se llama *Europerte_ABN* y en él están implicados ocho socios de Galicia y Portugal. El germen del estudio, que cuenta con financiación europea y un millón de euros de presupuesto, fue una iniciativa denominada *Sensogenoma*, con resultados muy esperanzadores.

Lo explica Laura Navarro, investigadora del grupo de gené-

tica del IDIS y coordinadora del proyecto *Europerte_ABN*: «Fíxéronse uns concertos no Auditorio de Galicia, a mostra é moi pequena, pero os resultados son esperanzadores. Puidemos ver que a música fai un efecto compensatorio da enfermidade. As persoas con demencia teñen xenes alterados, e eses xenes experimentaron un cambio biolóxico pola música. Esperamos poder demostrar que os xenes exprésanse de forma diferente con estímulos, e a

música pode ser un deles».

Entre los cambios a nivel neurobiológico que se producen aparecen desde la regeneración neuronal a procesos de inmunidad del cerebro. Y el objetivo es también poder determinar si esas alteraciones que produce la música, los beneficios que consigue, perduran en el tiempo.

De ahí que el proyecto en el que participan los usuarios del centro de Agadea en Rianxo se prolongue durante nueve meses,

con dos sesiones diarias. Que el estudio se divida en tres bloques —el primero de escucha activa, el segundo de canto y el tercero de tocar instrumentos— tampoco es casual: «Queremos estudar a evolución desas persoas durante un ano e tamén poder comparar os beneficios de escoitar, cantar ou tocar, ver se hai diferenzas». Los beneficios psicológicos de la música son de sobra conocidos, y lo que se busca ahora es el aval de la ciencia.

La noiesa Laura Villar gana el Premio Despunte de moda con «Lembranza»

NOIA / LA VOZ

Lembranza es el título de la colección que agrupa los diseños que han convertido a la joven Laura Villar Loureiro, de Noia, en la flamante nueva ganadora del Premio Despunte. Los galardones se entregaron en la tarde del jueves en una gala celebrada en la Ciudad de Cultura y presentada por Diana Nogueira.

Virginia Pozo, de la empresa gallega Coosy, fue la encargada de hacer entrega del premio, dotado con 1.500 euros, a Laura Villar, como ganadora en la categoría al mejor trabajo de fin de estudios del grado de Diseño de Moda de la Escola de Arte e Superior de Diseño Mestre Mateo. Recibió también el diploma acreditativo de manos del consejero de Educación, Román Rodríguez.

También se entregaron los galardones en las especialidades al proyecto de moda más innovador, *Fusión Artesanía e Deseño*, de fotografía, artes escultóricas y joyería artística.

La gala del jueves puso el punto y final a la primera edición de la Semana Internacional das Artes e o Deseño impulsada por la escuela compostelana, en el marco de la cual puede visitarse hasta el 9 de marzo, en la Fundación Eugenio Granell, la muestra *Exposición Despunte: deseño de produto, fotografía, técnicas escultóricas e xoiaría artística*.

Cinco proyectos impulsados por la Fundación Biodiversidad confluyen en Leiro

RIBEIRA / LA VOZ

El Laboratorio Ecosocial do Barbanza, un proyecto en el que están implicadas varias comunidades de montes de la comarca, universidades y entidades como la Fundación RIA, es uno de los seleccionado por el Ministerio para la Transición Ecológica a través de la Fundación Biodiversidad, junto a otras cuatro iniciativas que cuentan también con el impulso del Gobierno y que la próxima semana confluirán en Rianxo.

En Leiro, concretamente en su centro cultural, se celebrará un encuentro en el que los promotores de los cinco proyectos contarán sus avances, objetivos e impacto.