

Medicina e Cultura

L'anno di Bergamo Brescia Capitale Italiana della Cultura rappresenta un'occasione di rinascita, dopo i mesi più tragici vissuti dalle due città lombarde, sferzate con violenza dalla pandemia Covid nella primavera del 2020.

La cultura esprime infatti la cifra per riconoscere la storia delle due città, il loro patrimonio artistico e la capacità di rigenerarsi dopo uno dei periodi più difficili, grazie alla solidarietà e all'attenzione ai bisogni delle persone, che identificano il segno ancestrale dei due territori.

A questo che si definisce "progetto civile, nato dalle comunità" ha scelto di partecipare anche l'Ordine dei Medici di Brescia, ideando un palinsesto di iniziative rivolte alla popolazione e alla comunità medica.

Medicina e Cultura è il motivo portante che unirà diversi eventi da realizzare nel corso del 2023. Il titolo trae ispirazione dalle aree tematiche individuate per la *Capitale Italiana della Cultura*, in particolare quella de *La cultura come cura*, legata alla risposta progettuale che ha consentito di far fronte all'esperienza della pandemia Covid-19, e ha riportato in primo piano il dibattito sulla cura.

Cultura, quindi, come chiave di rinascita dopo uno dei periodi più bui che il nostro territorio abbia mai conosciuto, strumento di prevenzione e socializzazione capace di influenzare il benessere delle persone, attraverso processi di inclusione e accoglienza, per la costruzione di relazioni di comunità, secondo il manifesto contenuto nel *Dossier Capitale italiana della cultura 2023*.

Le iniziative ideate dall'Ordine dei Medici, condivise con il Comune di Brescia, sono inserite nel calendario di eventi della Capitale della Cultura 2023.

Appuntamento di richiamo per il prossimo autunno sarà l'iniziativa **Medicina e Musica**, che verrà realizzata in collaborazione con la Fondazione del Teatro Grande di Brescia, e si articolerà in due eventi serali aperti alla città per esplorare le connessioni tra questo ambito espressivo e l'universo della medicina e della cura.

Medicina e Musica

Due serate da realizzare nel periodo ottobre-novembre 2023, nel Salone delle Scenografie del Teatro Grande.

La capacità della musica di incidere positivamente sul nostro benessere e la sua possibile valenza "terapeutica" sono stati analizzati da un'ampia letteratura scientifica che ne ha esplorato il ruolo in diversi ambiti fra cui quello neurologico, riabilitativo, geriatrico.

Le due serate vedranno la partecipazione di musicisti che eseguiranno dal vivo alcuni brani musicali, commentati dal punto di vista scientifico da medici e ricercatori.

Il primo incontro sarà dedicato al tema **Musica e invecchiamento attivo**, per approfondire come la musica stimoli la plasticità del cervello e favorisca il benessere generale.

Ascoltare musica e suonarla aiuta a potenziare la riserva cognitiva, ovvero le connessioni che migliorano le funzioni esecutive e di linguaggio e da anziani aiutano a contrastare il decadimento mentale e l'insorgenza di malattie neurodegenerative come demenze e Alzheimer.

Il secondo incontro sarà dedicato a **Musica e neuroscienze**, per esplorare come la musica agisca su mente e cervello, e svolga un ruolo importante sulla nostra sfera emotiva, sulla memoria e sull'attivazione dei circuiti della gratificazione, in grado di calmare e contrastare lo stress.

Dall'"effetto Mozart" alle altre applicazioni positive della musica studiate dalla letteratura scientifica.

Si scoprirà, ad esempio, come la musica sia in grado di attivare i circuiti del piacere e della gratificazione, innescando il rilascio dei neurotrasmettitori "della felicità" come dopamina, ossitocina e serotonina.