

| LA SCOPERTA |—

# Scarica molecole nel cervello, così la musica dà piacere

*Gli scienziati canadesi: «Le note modificano battito del cuore, respiro e danno i brividi»*

ROMA - La musica è come una "droga": induce nel cervello il rilascio del "neurotrasmettitore del piacere", la dopamina, così come succede assumendo sostanze piacevoli più tangibili come il cibo, o, appunto, le droghe.

È quanto scoperto dall'equipe di Valorie Salimpoor della McGill University di Montreal in una ricerca pubblicata sulla rivista Nature Neuroscience.

Gli esperti hanno visto inoltre che la propria musica preferita scatena sul corpo una serie di sensazioni tipicamente indotte da altre attività (o sostanze) che danno piacere: l'ascolto della musica di proprio gusto, infatti, modifica il battito cardiaco, il ritmo del respiro, la temperatura

corporea e dà letteralmente i brividi.

La musica, lo sa bene chi ha la passione anche solo per l'ascolto, può far venire la pelle d'oca e indurre un turbinio di emozioni, soprattutto se ascoltata dal vivo; possiamo amarla a tal punto da farne la colonna sonora indispensabile della nostra vita che ci accompagna in ogni momento della giornata. La musica ha anche poteri lenitivi del dolore fisico ed è stato dimostrato il suo ruolo terapeutico nella convalescenza post-operatoria. Di recente, poi, è anche stato scoperto che la musica può avere "effetti dopanti" durante l'attività fisica, migliorando, come emerso da una ricerca pubblicata sul

Journal of Sport & Exercise Psychology, la resa negli allenamenti. Ma perchè siamo così indissolubilmente catturati dalla musica? Lo studio canadese potrebbe suggerire una risposta: infatti gli esperti hanno visto su un gruppo di volontari che più una musica piace, più il suo ascolto è legato a manifestazioni fisiologiche di piacere (modifica del ritmo cardiaco e del respiro, della sudorazione e della capacità della cute di condurre corrente - parametro usato per misurare lo stato emotivo di una persona); inoltre gli esperti hanno visto - osservando il cervello dei volontari con PET e risonanza magnetica - che l'ascolto di musica piacevole è legato al rilascio

nel cervello di dopamina, in quantità proporzionale al grado di piacevolezza offerto dall'ascolto (il piacere provato all'ascolto è stato misurato sulla base di parametri fisiologici e tramite i giudizi soggettivi dei partecipanti).

Quindi più i volontari giudicavano di loro gusto la musica ascoltata, maggiore era il rilascio di dopamina nei centri neurali del piacere e della dipendenza; addirittura il solo sapere (effetto di anticipazione) che avrebbero ascoltato un certo brano, scatena nel cervello dei partecipanti un "getto" di dopamina. Nulla di tutto ciò accade quando si ascolta musica che non è di nostro gusto. I risultati suggeriscono perchè la musica è dentro di noi ed ha un significato e un valore importanti per la società umana.



**Studi sul cervello hanno dimostrato perché la musica dà piacere**

