



NOSTROFIGLIO

WEBTV

MAMMENELARETE

MAMMOLE

OLTRETATA

MIOBAMBINO

SHOPPING

CHI SIAMO



- Newsletter
- App
- Edicola
- Guide
- Nomi bambini
- Agenda gravidanza
- Libro 'Da mamma a mamma'

- Sei già registrato?
[FAI IL LOGIN](#)
- Che cosa aspetti?
[REGISTRATI GRATIS](#)
- Seguici su

- Concepimento
- Gravidanza
- Neonato
- Bambino
- Bonus bebe
- Famiglia
- Pasqua
- Mammenellarete
- WebTv
- Forum
- Shop
- Ti trovi qui:
- [Magazine >](#)
- [Gravidanza >](#)
- [Musica in gravidanza >](#)
- [Musica in gravidanza? Sì, grazie](#)

Criteria di ricerca

Bimbo in copertina



Salvatore, 26 mesi
Partecipa anche tu
[Manda la tua foto!](#)

Articoli correlati



PERSONAGGI
La signora Xian Zhang dirige l'orchestra con il pancione

pubblicità



Meglio evitare Mozart però se non vi piace perché la sensazione di noia giungerà al feto nel pancione. Via libera invece a tutta la musica che si predilige e che dà una sensazione di piacere e tranquillità. E' quanto sostiene Andrea Apostoli, musicista, formatore nei corsi di preparazione alla nascita, presidente dell'Associazione Italiana Gordon per l'Apprendimento Musicale

di Marzia Rubega

Sicuramente l'avete fatto anche voi tantissime volte. Ogni futura mamma si accarezza il pancione, per istinto, quasi senza accorgersene, e inizia un dialogo sommesso con il piccolo non ancora nato. Un gesto d'amore, comune a tutte le donne, che "anticipa" di secoli quanto, oggi, la scienza ha confermato con l'aiuto degli strumenti diagnostici. Il bimbo, già nella vita intrauterina, sente e reagisce agli stimoli esterni: [se la mamma è felice](#) e rilassata, lo percepisce e, allo stesso modo, "passano" disagio o ansia. Leggi anche [Coccole al bimbo nella pancia](#)

Un fatto scientifico - sottolineato con forza da medici e ostetriche: "Niente stress!" - noto da sempre, in modo del tutto spontaneo, alle mamme. Che parlano (e l'hanno sempre fatto), o cantano ai loro piccoli e la voce è la prima esperienza musicale del bimbo, "come una carezza sulla pelle".

A sostenerlo è **Andrea Apostoli**, musicista, formatore nei corsi di preparazione alla nascita, presidente della AIGAM, Associazione Italiana Gordon per l'Apprendimento Musicale (www.aigam.org), e autore del libro "*Ma che musica... in dolce attesa!*" ([Edizioni Curci](#)).

Ma allora, se alla mamma piace ascoltare musica e si rilassa, anche al bimbo nella pancia fa lo stesso effetto? L'ascolto di un brano regala, dunque, un senso di benessere alla coppia madre-figlio? E poi, come percepisce una melodia il neonato? Ecco che cosa dice Andrea Apostoli.

Tutta questione di emozioni

La parole d'ordine in [gravidanza](#) è niente imposizioni. Lo stato emotivo della madre è percepito dal [feto](#) durante tutte le esperienze quotidiane. "Se la mamma si costringe ad ascoltare Mozart perché le hanno detto che fa bene, meglio lasciar perdere", spiega Andrea Apostoli, "il suo senso di noia giungerà anche al bambino".

Quello che conta è vivere esperienze gradevoli e questo vale anche per la musica: "Negli ultimi tempi si sta affermando una corrente che pone l'accento sul corpo della donna, sulle emozioni e sulla capacità di ascoltare se stesse, - afferma Apostoli - "per anni, invece, tutta l'attenzione si è concentrata sul "cosa fare" al momento del parto e i classici corsi hanno sempre avuto un approccio molto informativo (travaglio, respirazione, tecniche di spinta)".

Ma anche l'atteggiamento verso il [parto](#) sta cambiando: "Oggi, sempre più ginecologi e ostetriche consigliano alle puerpere di pronunciare delle vocali o cantare. L'apertura della laringe favorisce anche quella del perineo e rende, di conseguenza, più facile il parto stesso" - sottolinea l'esperto che da oltre 10 anni lavora con donne in gravidanza.

"In altre culture tutto ciò è naturale, nella nostra, al contrario, alcune conoscenze si stanno recuperando attraverso la ricerca scientifica. Quindi, se per una donna africana o indiana è piuttosto scontato vocalizzare o cantare delle piccole nenie nel corso del travaglio, per la futura mamma occidentale non lo è poi così tanto".

Una pratica, quella dell'uso della voce che, come l'ascolto di un brano musicale, dovrebbe essere piacevole e spontanea per offrire benefici alla gestante.

Il piccolino in grembo? Ascolta...

Se la mamma si emoziona e si diverte ad ascoltare un pezzo musicale, il bimbo nella pancia, oltre alla sensazione gradevole, cosa percepisce? "Già nel grembo materno, il feto è immerso in un universo sonoro. Un fatto testimoniato da molti studi sull'argomento, tra cui quelli fondamentali del medico otorinolaringoiatra francese Alfred Tomatis" - spiega Andrea Apostoli.

"La vita intrauterina è scandita dal battito cardiaco materno, dalla sua voce e dal respiro. Il suono è la prima forma di comunicazione con la mamma: fino alla 24esima settimana del feto è come se fosse una vibrazione, una sensazione tattile e una carezza sulla pelle. Dopo questo periodo, verso il 5° mese, il piccolo inizia a percepire anche con l'orecchio ed entra in contatto con il mondo sonoro esterno".

Ma questo non significa che sia una buona idea appoggiare la cuffia sulla pancia (e neppure dopo infilare l'iPod nelle orecchie al neonato), raccomanda l'esperto.

"La musica passa al bimbo attraverso il corpo della mamma che vibra durante l'ascolto e reagisce alla sensazione prodotta da quelle sonorità", ribadisce il musicista.

Quindi, è fondamentale che l'ascolto della musica sia gratificante e non una sorta di auto-imposizione perché, si sa, fa bene. Il significato che la mamma attribuisce a un'esperienza, in questo caso l'ascolto, è consegnata al piccolo - un aspetto questo che Apostoli tiene molto a precisare.

Via libera, dunque, all'ascolto di tutta la musica che si predilige - non necessariamente quella classica - anche durante i nove mesi senza scelte obbligate. Se non amate Chopin, per esempio, non sforzatevi di ascoltarlo in nome di un presunto beneficio per il bimbo nella pancia.

Una buona idea, invece, coe suggerisce lo stesso Apostoli, è quella di creare una sorta di compilation con i brani prediletti per accompagnare la dolce attesa (o acquistare un cd con un vasto repertorio

- [I più letti](#)
- [I più commentati](#)



SCELTA DEL NOME

Il nome del bambino, 15 dritte per sceglierlo bene



SEGNALI GRAVIDANZA

Sei incinta? I primi segnali



PRIMI MESI

Poppate e nanna, come sopravvivere a un neonato



FERTILITÀ

Ciclo mestruale, impara a conoscerlo



SOS GENITORI

I 100 consigli della tata ai genitori



AIUTI ALLE MAMME

Assegno di maternità 2013 dello stato e dei comuni



PROBLEMI DI FERTILITÀ

Perché non riesco a rimanere incinta?

Servizi

- [Icona](#) Calendario dell'ovulazione
- [Icona](#) Nomi per bambini
- [Icona](#) Cosa fare in gravidanza, l'agenda
- [Icona](#) Percentili
- [Icona](#) Calcolo data presenta parto
- [Icona](#) Guida alla gravidanza
- [Icona](#) Guida al bambino
- [Icona](#) Temperatura basale e giorni fertili

[+ Scopri tutti i servizi](#)

come quello allegato al suo libro).

Una compilation per il neonato

Il bambino appena nato non “dimentica” un particolare brano ascoltato in modo molto frequente dalla mamma durante la gestazione. Ovviamente non è che lo “riconosca” in senso letterale ma è certo che lo ricollegli a una sensazione di tranquillità, di piacere. “Il bimbo cambia atteggiamento, diventa più intimo, reagisce all'ascolto di una melodia che gli ha fatto compagnia per tanti mesi”, chiarisce Andrea Apostoli.

La mamma può continuare a proporre al **neonato** la colonna sonora della sua gravidanza o creare una nuova compilation speciale da ascoltare insieme: anche in questo caso, se a lei piace e si rilassa, sortirà lo stesso effetto benefico sul bimbo.

“Il senso di piacere e relax del piccolo sarà ancora più potente se è la mamma stessa a intonare una piccola melodia o cantare una ninna nanna - dice il musicista. E questo momento speciale si può trasformare in un rituale quotidiano, la classica canzoncina per dormire ogni sera, un'esperienza piacevole che rafforza il legame madre-bambino”.

Un rituale musicale che può evolversi e cambiare con il tempo (e l'età del bimbo) ma che è importante seguire nei primi anni di vita senza costrizioni: “Ascoltare buona musica è una grande occasione per il bimbo che assorbe moltissimo dall'ascolto stesso. Ma non deve assolutamente diventare un supplizio”, continua Andrea Apostoli.

L'abitudine (e l'educazione) all'ascolto, in un certo senso, evita una mancata evoluzione di potenziali risorse. Secondo l'esperto, infatti: “Ogni bimbo nasce con una attitudine musicale - non è ereditaria in modo diretto, ci sono genitori negati con figli bravissimi - che si sviluppa quando è ancora piccolo. Esperienze musicali di qualità aiutano a svilupparla”. Per farlo è sufficiente proporre l'ascolto della musica mentre il bimbo sta giocando, per esempio, o condividere insieme l'occasione speciale di un concerto.

Occorre, però, anche sfatare un falso (e piuttosto diffuso) mito sulle proprietà e il potere nascosto della musica che può trasformare un bambino qualsiasi in un piccolo genio: “Ogni linguaggio, incluso quello musicale sostiene, e aiuta, l'apprendimento di un altro linguaggio... Ma questo non significa che la musica renda un bimbo un mostro di bravura in matematica o in italiano. La musica non è magica”, conclude l'esperto. Non dimentichiamolo.

Leggi anche [Musica relax per la gravidanza e il neonato](#)

Scarica gratis gli [Mp3 per la gravidanza e il neonato](#) di [nostrofiglio.it](#)!

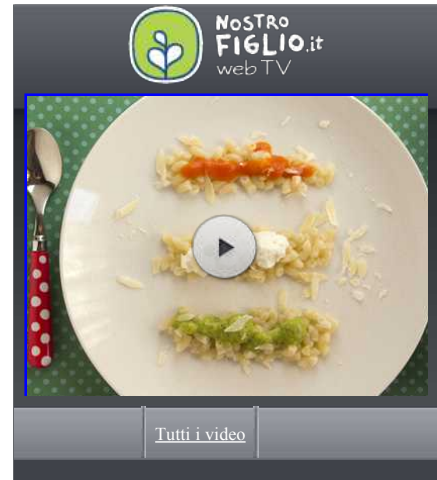
Vuoi conoscere o chiedere consiglio a altre future mamme? Entra nel [forum](#), [sezione gravidanza](#)

Il video di oggi consigliato dalla redazione:

Il risotto pizza

Risotto pizza

Caricamento in corso...



Da non perdere



Parole chiave

[musica in gravidanza](#)

[Guarda tutti i video della webtv](#)



Parole chiave