

Terapia a quattro zampe

di Claudia Bianchini

È ormai risaputo che gli animali apportano benefici all'uomo sotto diversi punti di vista: a tal proposito sono state sviluppate diverse terapie che richiedono la collaborazione di felini, amici a quattro zampe o equini. In questo caso si tratta di «pet therapy», una pratica terapeutica che si avvale degli animali domestici come cani e gatti ma anche cavalli e conigli per migliorare il benessere psico-fisico degli individui.



Attraverso l'interazione con l'animale si sviluppa un rapporto affettivo e rassicurante che stimola le energie positive della persona. In generale la pet therapy contribuisce a migliorare il benessere psicologico della persona, ad allentare le tensioni e ad allontanare il senso di solitudine, riduce lo stress e aumenta l'empatia. La terapia con gli animali è in grado di aiutare bambini, adulti e anziani, persone con e senza disabilità. Ecco alcuni dei benefici che la terapia con gli animali può apportare alle persone:

- nel caso dei bambini contribuisce allo sviluppo emotivo e cognitivo che si traduce in migliore apprendimento, creatività e motivazione nell'affrontare le piccole sfide quotidiane;
- allegria e buonumore sono invece gli effetti positivi generati nelle persone anziane o depresse, chiamate ad accudire gli animali da compagnia.
- grazie alla terapia con gli animali, gli studi hanno dimostrato un miglioramento dei parametri comportamentali e cognitivi delle persone affette da Alzheimer;
- migliore capacità di attenzione e maggiore controllo del proprio corpo è stato riscontrato nelle persone autistiche.

RIABILITAZIONE EQUESTRE: UN CAVALLO PER AMICO

Spesso quando si parla di «pet therapy» pensiamo prevalentemente all'ausilio di animali domestici come il cane o il gatto. In realtà anche il cavallo svolge un ruolo terapeutico importante, specialmente quando si tratta di persone con disabilità: in questo caso si parla di «riabilitazione equestre», che si articola in tre moduli (rieducazione equestre, ippoterapia ed equitazione sportiva per disabili).

LA RIEDUCAZIONE EQUESTRE

È una pratica riabilitativa che impiega sia gli stimoli motori sia l'energia empatica del cavallo e la persona



LO SAPEVI CHE...

... il termine «pet therapy» fu utilizzato per la prima volta negli anni sessanta dallo psichiatra americano Boris Levinson, che notò l'effetto positivo che il suo cane Jingles produceva su un paziente autistico.

... nel 1867 gli animali domestici furono impiegati all'interno del Bethel Hospital (Germania) per supportare i pazienti epilettici.

... nel 1919 i cani furono impiegati per aiutare i reduci di guerra americani a superare la depressione.

... dopo la seconda guerra mondiale la Croce Rossa statunitense adottò per gli ex soldati una terapia di reintegrazione sociale basata sul contatto con gli animali da fattoria.

... già nell'antichità Ippocrate aveva sottolineato gli effetti benefici dell'equitazione sulla salute psichica dell'essere umano.

... i paesi scandinavi ed anglosassoni sono stati i primi ad utilizzare il cavallo nella riabilitazione delle persone con disabilità. Oggigiorno più di 50 nazioni utilizzano la riabilitazione equestre a scopo terapeutico.

con handicap è chiamata a svolgere un ruolo attivo.

Questo modulo prevede una parte a terra durante la quale il paziente si prende cura dell'animale, lo pulisce e gli mette la bardatura. Alla persona vengono anche insegnate le tecniche equestri e proposti percorsi all'interno del maneggio. Tutte queste attività servono per stimolare il paziente a livello cognitivo, percettivo e comportamentale.

Questa terapia è indicata per giovani e adulti con diversi tipi di handicap e apporta benefici a livello psicologico, riabilitativo, socio integrativo, educativo ecc. La rieducazione equestre è indicata ad esempio per persone che hanno un problema psichico, un ritardo cognitivo o una leggera disabilità motoria.

L'IPPOTERAPIA

È un metodo terapeutico prescritto dal medico che si basa sul movimento del cavallo e non prevede un ruolo attivo del soggetto (il paziente è in groppa ma non è lui a condurre l'equino). L'ippoterapia sfrutta il movimento tridimensionale del dorso del cavallo che cammina al passo e i cui movimenti ritmici vengono trasferiti al paziente: questi stimoli hanno un effetto benefico per la regione pelvica, le gambe ed il torso poiché inducono dei miglioramenti funzionali motori alla persona. I movimenti del dorso dell'animale hanno inoltre effetti rilassanti e tonificanti, contribuiscono ad allenare l'equilibrio e la reattività posturale del torso, si rafforza la muscolatura debole e si distende quella contratta. Molto importante è il ruolo del fisioterapista specializzato, il quale gestisce le sedute di ippoterapia proponendo attività ed esercizi appropriati, controlla la posizione del paziente, lo aiuta ad adattarsi ai movimenti del cavallo e a mantenere l'equilibrio, provoca specifici movimenti nel cavallo per ottenere l'effetto voluto sul paziente e utilizza mezzi adeguati come selle o coperte con maniglie per favorire l'assimilazione del movimento dell'animale. Oltre a ciò il terapeuta valuta i risultati ottenuti e li trasmette al medico curante, mantiene i rapporti con i familiari del paziente fornendo loro consigli e collabora con il personale del maneggio per organizzare al meglio la terapia. Questa cura è particolarmente indicata per adulti e bambini affetti da sclerosi a placche, patologie neurologiche centrali (come la paralisi cerebrale), emiplegia, sindrome di Down o patologie acquisite in seguito a traumi dovuti a infortuni stradali o incidenti sul lavoro.

L'EQUITAZIONE SPORTIVA PER DISABILI

È un'attività ludico-motoria che può essere svolta come vera e propria attività agonistica (infatti è anche una disciplina paraolimpica). Questo modulo serve alla persona con handicap per socializzare e creare momenti di aggregazione. La persona deve aver raggiunto un notevole grado di autonomia a cavallo ed essere in grado di svolgere le attività sia in scuderia, sia nella fase pre-agonistica e agonistica insieme agli altri allievi cavalieri.



INFORMAZIONI UTILI

Centri in Ticino che si occupano di rieducazione equestre e/o ippoterapia:

ATRE (Associazione Ticinese Rieducazione Equestre)

Centro terapeutico La Fattoria
Via ai Cà Vecc 1, 6702 Claro
+41 79 214 64 68, www.rieducazione-equestre.ch

Associazione Impronte

Via Pasteur 1, 6830 Chiasso
+41 78 759 80 58, ippoterapia.ch@gmail.com

Associazione Tarpan

Bogno, Val Colla
+41 79 287 99 27, www.tarpan.ch

Centro L'Oasi

Terapie equestri
Via Paroni 20, 6579 Piazzogna/Magadino
www.loasi.ch

Horse's Paradise

6537 Grono
+41 79 345 31 19, horsesparadise2020@gmail.com

Intervista a Katuscia Romaneschi, cogerente dell'*Horse's Paradise* di Leggia

Katuscia Romaneschi e Roberto Scesa gestiscono la Horse's Paradise di Leggia, dove, oltre alle classiche lezioni di equitazione, passeggiate, attività in fattoria didattica e corsi di ogni genere per bambini e adulti, viene anche praticata la riabilitazione equestre.

KATIUSCIA, COME MAI LA VOSTRA STRUTTURA HA DECISO DI INSERIRE TRA I SUOI SERVIZI ANCHE LA RIABILITAZIONE EQUESTRE?

Avendo un figlio di 9 anni con sindrome di Asperger ho sempre spinto affinché venisse a contatto con questi animali (ed anche altri) e provasse ad intraprendere delle attività con loro: fin da subito ho capito l'importanza ed il beneficio che l'avvicinamento all'animale potesse avere su persone con disabilità mentali e fisiche.

Presso la Horse's Paradise abbiamo proposto quasi per gioco alcune giornate con bambini autistici e con Disturbo da deficit dell'Attenzione e Iperattività. Abbiamo osservato dei cambiamenti repentini nel comportamento dei bambini: questi grandi risultati ci hanno soddisfatto enormemente e motivato a proseguire questa attività.