

Pet-therapy

"Un Signore entra in farmacia con una ricetta, nella quale il Medico ha prescritto al paziente UNA COPPIA DI CANARINI" (SIC!). Sembra un paradosso, ma se entreremo nello spirito della pet-therapy, capiremo che di paradossale c'è ben poco. Un giorno, forse non lontano, se torneremo ad un rapporto "uomo-animale" più stretto e alla luce di questa particolare terapia, potrebbe avverarsi ciò che ora appare fantascientifico.

"Senso di solitudine" è una cosa diversa dal "sentirsi soli": quest'ultima condizione può essere voluta, mentre la solitudine esprime un concetto negativo mai desiderabile. E' infatti possibile, per una persona sola, sentirsi felice e soddisfatta in un'isola deserta; per contro è possibile soffrire di solitudine in mezzo ad una folla di persone (G. Ballerini). Una importante azione svolta da un animale è quella di fungere da "lubrificante sociale": chi passeggia con un cane ha maggiori possibilità di dialogare con altre persone, rispetto a chi percorre lo stesso tragitto da solo.

Efficacia delle relazioni interspecifiche.

I contatti sociali con un animale da compagnia possono contribuire a sviluppare nel bambino la capacità di individuare e interpretare i segnali non verbali coinvolti nelle interazioni sociali umane.

I bambini che possiedono un animale sono più abili nel cogliere il significato delle espressioni facciali umane, correlate a precisi stati d'animo, di quanto non lo siano i loro coetanei che non possiedono animali.

Le attività in mezzo alla natura sono educative perché insegnano cose che i bambini non conoscono e sono "terapeutiche" perché aiutano lo sviluppo dell'autoconsiderazione e della fiducia in sé ed hanno un reale impatto emozionale sulla personalità.

Gli animali sono fonte di relax, di esercizio, di divertimento, di protezione, costituiscono una valvola di sfogo emozionale, sono elemento di compagnia, donatore ed evocatore di affetto, aiuto alla comunicazione, stimolo alle relazioni, supporto educativo.

L'animale domestico può essere determinante per una più rapida e globale acquisizione del senso di responsabilità e per il raggiungimento di una più evidente stabilità emotiva ed emozionale.

Il suicidio tra coloro che vivono a stretto contatto con un animale domestico è praticamente assente: la presenza dell'animale infatti risulta positiva per il morale, riduce il livello di ansia, stimola a reagire, dona la sensazione di sentirsi utili e soprattutto facilita i rapporti interpersonali, spezzando le catene della solitudine.

Gli uccellini esercitano un'azione positiva sulla depressione dell'anziano, soprattutto in situazioni caratterizzate da un certo isolamento.

Anche alcune malattie croniche, associate alla depressione (diabete, insufficienza cardiaca, disturbi gastrointestinali) vengono attenuate dall'aiuto fornito dagli animali, più di quanto possano fare parenti e amici e inoltre si può arrivare alla riduzione della somministrazione di farmaci psicotropi. Gli animali possono quindi costituire un ausilio terapeutico valido, privo di effetti collaterali, perché agiscono attraverso il rapporto esclusivo che l'uomo instaura con essi: forniscono stimoli alle attività, motivazioni a prendersi cura di sé, occasione per aumentare i contatti sociali, conferme nella valutazione personale, inoltre, grazie al loro effetto distensivo e rassicurante possono contribuire alla riduzione della tensione e dell'ansia che spesso sono alla base delle sindromi depressive.

Effetti sull'apparato cardio-circolatorio.

Chi ha animali in casa ha la possibilità di vivere più a lungo dopo un infarto.

Accarezzare un animale induce un effetto calmante e la riduzione della pressione del sangue in chi compie tale azione. Si riduce anche lo stato di ansia generale, accompagnato da una maggior regolarità del battito cardiaco, da un rallentamento del respiro, da un tono vocale pacato e da rilassamento della tensione muscolare specie del viso, fronte, occhi, angoli della bocca.

Stessi effetti vengono dati dall'osservazione di un acquario, anche se qui si tratta probabilmente di un rilassamento di tipo ipnotico.

Gli animali sono moderatori tra le disarmonie ambientali e la salute

Solitudine, frustrazioni, tensioni sociali, allo stesso modo degli insulti fisici, agiscono sulla secrezione di ormoni dell'asse ipofisi-surrene, che a loro volta interferiscono sulla pressione arteriosa, sulla secrezione gastrica, sul sistema immunitario, sul metabolismo osseo...

Ne derivano: aumento del rischio di ulcere gastriche, di malattie cardiovascolari, suscettibilità alle malattie infettive, a certi tipi di tumore, oltre ad una predisposizione ai disturbi mentali e alle sindromi depressive.

Situazioni di stress vengono sopportate se ci sono relazioni sociali. Le persone sposate sono più forti di quelle non sposate.

Anche la compagnia degli animali aiuta a migliorare le condizioni psico-fisiche. In pratica la relazione con animali da compagnia si è rivelata un'efficace "medicina" nella profilassi e nella terapia di situazioni quotidiane di stress.

L'osservazione di un acquario o di una voliera porta a distrazione perché si guarda (e ci si distrae guardando) qualcosa che si muove e questo rimuove il pensiero che ci agita. E' come osservare le fiamme di un caminetto o le rapide acque di un torrente (Lorenz).

Sicuramente i malati, gli anziani che vivono in solitudine e i carcerati possono trarre enormi vantaggi dalla compagnia degli animali, sia fisici, sia psichici.

Gli animali capiscono i nostri sentimenti e, oserei dire, anche i nostri problemi. Le persone handicappate, con la vicinanza degli animali, riscoprono di avere delle emozioni.

Accudire gli animati come pecore, oche, tacchini riduce l'introversione e l'egocentrismo dei soggetti in terapia.

Supporto terapeutico.

Quando gli animali intervengono in supporto di una funzione lesa, si dicono di appoggio o di sostegno e non sono da confondere con quelli usati per la terapia, vale a dire la pet-therapy. Qui l'animale assolve compiti d'assistenza immediata. Gli occhiali non curano la miopia o la presbiopia, ma permettono, a chi ne soffre di superare il disturbo, perciò di leggere e guidare pur avendo difetto visivo: gli occhiali non sono una terapia, bensì un supporto.

Comunque questi animali danno benefici di altro genere, per cui si parla di supporto terapeutico.

Per i para e i tetraplegici si possono usare scimmie in grado di eseguire anche 90 ordini diversi per sostituire gambe e braccia dei disabili.

In Inghilterra ci sono anche cani per non udenti, in grado di riconoscere i suoni e avvisare i padroni.

Animali sentinella.

Cani di supporto per epilettici, possono aiutare e prevedere la crisi, captando segnali come se fossero sofisticati sistemi d'allarme. Assumono inoltre un atteggiamento protettivo durante la crisi. Il cane poi, non si fa ingannare dalla SIMULAZIONE della crisi, a dimostrazione del fatto che l'animale percepisce "qualcosa" che va oltre la semplice manifestazione fisica dell'attacco epilettico.

La capacità di pre-sentire i terremoti: anche in questo caso è implicata la sensibilità a cariche elettriche prodotte, poco prima dell'intervento sismico, dalle rocce contenenti quarzo e fortemente compresse.

Scelta degli animali.

Bisogna tenere presenti i costi di certe terapie, come quelle con i delfini e con i cavalli. Pertanto è necessario orientarsi verso anomalie meno impegnative da un punto di vista economico e meno ingombranti.

Gli uccelli sono più facili da curare e, nonostante non offrano l'amicizia ed il calore di un cane o di un gatto(!), possono indurre reazioni benefiche nelle persone che li accudiscono. Al riguardo, pensiamo ad una persona anziana, tendente alla malinconia e depressa: la presenza di un canarino la obbliga ad alzarsi per accudirlo, ad uscire per comperare i semi quando finiscono e viene allietata dal canto e dal cinguettio festoso di un animaletto che sa trasmettere gaiezza. Riflettendo, si può pensare che l'introduzione sia appropriata.

Giampietro Falaguasta