

Pet therapy: uso terapeutico degli animali da compagnia

In generale, il principio della **pet therapy** si basa sull'utilizzo del rapporto speciale che certe persone instaurano con gli animali per favorire il processo terapeutico (psicologico, fisico e sociale). I **contatti** che si instaurano tra **animale e paziente** accelerano e facilitano i rapporti con i terapeuti, contribuiscono a rendere la situazione meno stressante, facilitano l'esercizio fisico e favoriscono il dialogo. Gli animali impiegati per tale tipo di terapia sono molteplici (cani, delfini, cavalli..) e la scelta su quale di essi sia più idoneo per ognuna delle persone è valutata dalle esigenze psicologiche, fisiche e relazionali. Inoltre bisogna prestare attenzione nella scelta appropriata poiché è stato dimostrato quanto un errore di valutazione possa causare problemi anche molto gravi. Le ricerche condotte per valutare gli effetti di tale terapia hanno messo in luce modalità di azione-stimolo che quasi sempre si potenziano tra loro e possono venire riuniti nei seguenti meccanismi.



Meccanismo affettivo-relazionale: l'emozione agisce in molte malattie. La tecnica di rilassamento, indotto fissando l'attenzione su un singolo elemento uditivo o visivo o attraverso il rapporto con un animale amico, comporta una serie di modificazioni fisiologiche che sono opposte alla risposta reattiva causata dallo stress soprattutto quello cronico. Le modificazioni fisiologiche che avvengono durante uno stato di rilassamento sono: la diminuzione del ritmo cardiaco- respiratorio, la diminuzione della pressione arteriosa, la diminuzione del tono muscolare e il rallentamento delle onde elettrico-cerebrali. Ricerche recenti hanno dimostrato che, almeno in parte, la **pet therapy** opera attraverso le vie biochimiche della risposta di rilassamento:

infatti, un rapporto uomo-animale tranquillizzante e rilassante interviene sulla produzione di adrenalina e altri ormoni corticosteroidi o “ormoni dello stress”, con il risultato finale di una minore pressione arteriosa, un ritmo cardiaco-respiratorio più lento e una serie di altri benefici.



Meccanismo ludico: molteplici studi che riguardano il gioco hanno messo sufficientemente in luce la fondamentale importanza che esso ha per il bambino a livello emozionale, cognitivo, relazionale. La **pet therapy** analizzata anche come gioco possiede tutti quei benefici che contengono in sé le attività ludiche.

Meccanismo fisico: la maggior parte delle attività svolte con animali non possono avvenire se non associate ad un'attività motoria da parte di chi usufruisce della terapia: basti pensare all'ippoterapia, ai giochi in acqua insieme ai delfini, alle passeggiate agli esercizi di obbedienza di base e agility e a dei giochi che si possono eseguire con i cani.

Meccanismi psicologici: i benefici effetti della **pet therapy** fanno capo sia all'ambito cognitivo che a quello affettivo-relazionale. Attuare una rassegna puntigliosa diventa assai difficile poiché proprio in questo tipo di terapia scindere gli aspetti prettamente psicologici da quelli fisici e dei comportamenti sociali è un'impresa quasi impossibile e forse inutile da un punto di vista esplicativo.



Tuttavia diversi sono stati gli elementi messi in luce, di volta in volta, dagli studiosi del campo; molteplici sono le ricerche che mettono in luce la possibilità che l'utente ha, durante la seduta, di dominare la propria apprensione cercando di armonizzare i rapporti sia con il terapeuta che con l'animale: quasi sempre, infatti, si richiede a chi si sta rapportando con l'animale di adottare con esso un comportamento adeguato al fine di non provocare danno o

eccessivo fastidio all'animale. Questo sembra che faccia emergere aspetti di cura e responsabilità, determinando cambiamenti nello stile relazionale dei pazienti.

Per **maggiori**

info: www.sicap.it/~merciai/psicosomatica/students/pet2.htm