

Bolzano, Sala di rappresentanza del Comune di Bolzano, 8 giugno 2013  
**LA RIABILITAZIONE EQUESTRE OGGI: STORIA, ATTUALITÀ, PROSPETTIVE**

*Bambini e cavalli insieme per superare le disabilità:  
le basi scientifiche e neurofisiologiche dell'ippoterapia  
nelle patologie fisiche e psichiche dell'età evolutiva*

Relazione della dott. Maria Pia Onofri, Pediatra e Neuropsichiatra Infantile, Consulente del Centro di Riabilitazione Equestre V. Di Capua - A.O. Niguarda Ca' Granda, Milano

Da sempre è nota la possibilità per gli esseri umani di entrare in comunicazione empatica con gli animali, e note sono anche le emozioni che da questo contatto derivano.

Questa possibilità è stata materia per poeti, come Omero. Nell'episodio di Argo dell'Odissea l'interazione uomo-animale suscita sentimenti positivi e nobili in entrambi. Tali sentimenti si esprimono anche somaticamente nell'animale, che, dopo aver mostrato la sua gioia scodinzolando muore per l'emozione; e nel rude e cinico Ulisse, che si asciuga furtivamente una lacrima.

È stata materia per il Pascoli della "Cavallina storna" e per tutti gli amanti degli animali, che rifiutavano l'idea cartesiana che gli animali fossero solo "res extensa", non esseri senzienti ma solamente cose che occupano spazio.

Due scoperte rivoluzionarie per le scienze neurologiche hanno dato dignità scientifica a quanto empiricamente noto: la scoperta dei neuroni specchio e l'identificazione delle strutture e delle vie neurologiche attraverso cui viaggiano le emozioni.

Tali strutture sono presenti non solo nei mammiferi così vicini a noi ma anche in rettili e uccelli, che quindi sono capaci di provare emozioni ma anche di suscitarnene con modalità empatica. Questo grazie ai neuroni specchio, una scoperta tutta italiana.

Si è rivalutata l'importanza che le emozioni stesse hanno nel funzionamento globale del sistema nervoso umano, facendo avverare il sogno di tanti studiosi del passato: dare dignità scientifica a intuizioni geniali.

Aristotele per primo ha compreso il rapporto tra emozioni, movimento e apprendimento, affermando "la vita è movimento, il movimento è vita".

Freud, medico e neurologo, ha teorizzato l'unicità (soma e psiche) e la complessità del sistema nervoso, in gran parte sconosciuto ai suoi tempi. Ha descritto patologie che sulla cattiva gestione delle emozioni hanno il loro fondamento e che si esplicitano attraverso sintomi somatici e psichici.

Le strutture nervose che presiedono alle emozioni sono costituite dal sistema sottocorticale limbico o delle emozioni, e hanno collegamenti con tutte le aree del sistema nervoso e con tutte le ghiandole endocrine, producendo “una modificazione globale a livello di tutti i distretti corporei – somatico, vegetativo e psichico – con effetti a livello motorio, delle funzioni vegetative, delle funzioni viscerali, delle funzioni cognitive”. È questa la definizione di emozione che ci dà Umberto Galimberti nel suo *Dizionario di Psicologia*.

Nel 1872 Darwin, basandosi sulla semplice osservazione del figlio e di un cucciolo di scimmia, scrisse il libro *L'espressione delle emozioni nell'animale e nell'uomo*, individuando una modalità di espressione e di comunicazione di sentimenti simile nei due soggetti basata sulla mimica, e quindi sull'utilizzo di un sistema motorio. Ora sappiamo che le esperienze propriocettive, che dal movimento derivano, influenzano le funzioni cerebrali in toto e promuovono cambiamenti nello stato viscerale, emotivo, psichico e quindi in una parola nello stato generale del soggetto. C'è quindi una bidirezionalità tra strutture periferiche e strutture centrali, che sono plastiche e possono venire sensibilizzate – e quindi diventare più forti – con l'uso, o desensibilizzate – e quindi diventare più deboli – se non usate.

Questo è stato dimostrato non solo dagli studi neurofisiologici, ma anche dalla RMN funzionale. I centri corticali attivati da un movimento sono diversi a seconda dello stato emotivo del soggetto.

Le emozioni fondamentali, universali e innate, che gli uomini – ma anche gli animali – hanno fin dalla nascita sono strumenti ancestrali per vivere. Esse sono:

1. Il sistema della ricerca e del desiderio

Il primo ad entrare in funzione, un esploratore attivo all'interno del cervello per trovare risorse, per fare nuove scoperte, per servire da base a tutte le aspirazioni libidiche del cuore umano. Questa emozione parte dall'area tegmentale ventrale dell'ipotalamo, raggiunge i nuclei striati ventrali, il tubercolo olfattivo e le regioni corticali mesiali.

2. la paura o il sistema dell'ansia,

3. la rabbia o il sistema della collera,

4. il sistema del piacere sensuale,

5. la cura o il sistema dell'accudimento,

6. il panico o il sistema del dolore e dell'angoscia,

## 7. i sistemi del gioco.

Al momento della nascita siamo cognitivamente muti, ma anche motorialmente inefficaci: incapaci di un gesto finalizzato, ma solo di “tempeste motorie”. Solo le emozioni ci permettono di agire e sentire, pur senza avere conoscenza di come il mondo è organizzato.

Attraverso le emozioni veniamo in contatto con l'ambiente e in una interazione reciproca si costruisce lo sviluppo. L'ambiente offre input sempre più elaborati da processare e il bambino sviluppa man mano modalità più elaborate di manipolazione dell'ambiente, evocando input più elaborati e così via.

Lo sviluppo è un costante processo di differenziazione di strutture cerebrali e del progressivo riorganizzarsi delle strutture stesse a un più alto livello di complessità, in un processo reciproco bambino-ambiente. In questo processo la madre è il mediatore, colei che porta, fornisce esperienze significative e suscita emozioni sempre più elaborate.

La cattiva gestione delle emozioni può condurre a veri e propri stati di malattia: il non poter accedere alle emozioni, come avviene nei bambini deprivati per motivi organici o sociali, influisce

profondamente sullo sviluppo globale, fisico e psichico, e conduce a una vera e propria “depressione anaclitica” con conseguenze fisiche fino alla morte, come nei casi gravissimi descritti da Spitz negli anni 40.

Oppure è lo stesso individuo che non accede alle connessioni con le altre persone, negando le emozioni, rifiutandole, non riconoscendole, distorcendole. E questo fa venire in mente il comportamento autistico.

Un'altra possibilità è che l'individuo venga sommerso dalle emozioni al punto da non essere più padrone di sé. Le emozioni hanno preso il controllo sulle modalità di agire e di sentire. Si instaurano abitudini e automatismi talmente pervasivi da divenire patologia (comportamento ossessivo compulsivo come nelle dipendenze da sostanze, da gioco d'azzardo ecc.).

Ma perché utilizziamo il cavallo in terapia?

Essere portati sulla groppa dal cavallo comporta un diretto contatto fisico con l'animale ed esperienze di vario tipo: tattili, termiche, olfattive, uditive, visive e soprattutto propriocettive. L'essere accolto e contenuto sulla groppa del cavallo che si muove permette di sperimentare il ritmo e la qualità dell'essere trasportato (passo veloce o lento): questo crea una comunicazione vitale e non verbale, simile a quella che avveniva quando era la mamma che ci presentava il mondo, portandoci in braccio, sul dorso o appoggiati all'anca.

Gli input tattili, termici, vestibolari, olfattivi, uditivi, visivi e propriocettivi vengono elaborati dal sistema nervoso, facilitando azioni e reazioni, sollecitando strutture e facilitando il riorganizzarsi delle strutture stesse a un livello superiore.

Il cavallo si pone come mediatore tra il bambino e il mondo permettendogli esperienze precluse dalla sua patologia, come ad esempio nella paralisi cerebrale infantile (PCI) caratterizzata da insorgenza in epoca molto precoce dello sviluppo. Innanzitutto il cavallo comunica esperienze motorie.

I movimenti trasmessi dal cavallo alla pelvi del cavaliere nei tre piani – verticale, orizzontale e trasverso – inducono movimenti in avanti e indietro, a destra e sinistra, su e giù e nel piano trasverso.

L'esperienza non è passiva, perché richiede un continuo aggiustamento attivo della postura per non perdere l'equilibrio.

La biomeccanica dei movimenti è simile nel cavallo e nell'uomo. Questo è terapeuticamente efficace per migliorare il controllo del capo e del tronco, la simmetria della postura, la coordinazione e l'armonia dei movimenti.

Ma non solo: mentre il paziente è impegnato a livello conscio ad adattare i suoi movimenti a quelli del cavallo, contemporaneamente a livello inconscio sperimenta i movimenti ritmici del suo stesso corpo. Vengono riattivati antichi pattern di movimento inconsciamente memorizzati e custoditi nella memoria implicita, come i riflessi arcaici, fornendo la base per più complesse funzioni motorie.

Seguendo il ritmo e la qualità del movimento del cavallo si innesca una grande varietà di esperienze di equilibrio. La ricerca dell'equilibrio è attiva anche se stimolata e supportata dal movimento del cavallo in una sorta di bio-feedback.

Accanto all'acquisizione di un miglior equilibrio il bambino conquista una più chiara immagine del sé corporeo, facilitando la definizione di un sé psichico e la strutturazione di una personalità armonica.

Contemporaneamente il cavallo consente una regressione a fasi anche molto precoci dello sviluppo e permette di ripartire da esse verso le nuove acquisizioni.

Naturalmente sarà compito dell'équipe terapeutica utilizzare nel piano terapeutico individuale tutte le opportunità che il cavallo offre a 360° gradi.

Molte sono le patologie in cui il cavallo può essere utilizzato.

Citerò solo le esperienze più significative del Centro di Riabilitazione Equestre Vittorio di Capua dell'Ospedale Niguarda di Milano.

La prima ha costituito materia per due relazioni: una al "Congresso internazionale di Atene" dell'Hethi e l'altra al "Congresso Internazionale sulle PCI" a Pisa nel 2012.

16 bambini affetti da Paralisi Cerebrale Infantile, trattati con ippoterapia nel corso di tutto il 2011, sono stati valutati non solo per le loro competenze motorie con la scala motoria più usata (Gross Motor GMFM), ma anche con test (Vineland, test carta e matita, Wechsler scale), che indagano tutti i settori dello sviluppo come

comunicazione, socializzazione, attività della vita quotidiana, possibilità di provare ed esprimere emozioni.

I miglioramenti sono stati statisticamente significativi in tutti i settori dello sviluppo e non solo nelle aree disfunzionali.

Anche il Ritardo Mentale è una patologia che trae giovamento dall'ippoterapia per la ricchezza di esperienze emotivamente significative che il trattamento stesso permette.

Anche questa patologia è stata oggetto di uno studio compiuto in collaborazione con la facoltà di Psicologia dell'Università Milano Bicocca, che riguardava un gruppo di bambini seguiti in ippoterapia e un gruppo controllo che eseguivano psicomotricità.

I bambini sono stati sottoposti a vari test (test delle campanelle per l'attenzione, scale di intelligenza, test di postura e di self-recognition al computer appositamente elaborati).

I miglioramenti nelle capacità cognitive e nella globalità della persona sono risultati statisticamente più rilevanti nei soggetti in esame rispetto a un gruppo di controllo che non eseguiva trattamento a cavallo.

Indicazione al trattamento riabilitativo equestre si ha anche con bambini affetti da ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder), una patologia oggi molto di moda attribuita all'alterazione dei neurotrasmettitori sulla via dell'attenzione, in particolare la dopamina. Gli effetti sarebbero il malfunzionamento dei lobi frontali (corteccia prefrontale, dorso laterale e cingolare anteriore), dei gangli della base e di alcune regioni del corpo calloso (rostro e splenio) che uniscono le regioni frontali e parietali del cervello.

In questo caso il cavallo agirebbe attivando il sistema nervoso nel suo settore sottocorticale: l'attivazione del sistema limbico o delle emozioni consentirebbe il contemporaneo aprirsi di vie alternative alle funzioni superiori come l'attenzione e la concentrazione.

Nei bambini con rigido controllo della propria emotività e chiusura alla relazione, ovvero nei bambini con disturbo pervasivo dello sviluppo, il cavallo agisce come mediatore tra la realtà interna e il mondo esterno vissuto come pauroso e minaccioso. Il cavallo viene a costituire uno spazio transazionale dove il bambino può mettersi in gioco, proiettare i suoi vissuti e le sue paure e quindi elaborarli per proseguire nella crescita psichica.

Sono stati trattati anche casi di sordità. Ma come può il cavallo aiutare un bambino sensorialmente e gravemente leso? Ci vuole un trattamento specifico, una

logopedia, ma talvolta questa spesso viene rifiutata dal bambino e non dà i risultati sperati.

Abbiamo lavorato con il Centro di Otofoniatria di via Ragusa a Milano in 10 casi difficili in cui c'era il rifiuto della terapia logopedica, espresso con rabbia distruttiva e scarso interesse alle relazioni e all'ambiente. Con il cavallo, in accordo con i colleghi del Centro, ci siamo riproposti di incrementare la volontà di comunicare comunque espressa. È stata valorizzata e favorita qualsiasi modalità di comunicazione, non solo quella verbale.

Il cavallo con la sua empatia ha suscitato emozioni positive e il desiderio di comunicare inizialmente solo con il linguaggio corporeo simile a quello dell'animale, e poi con il linguaggio.

Dopo l'elaborazione dei vissuti e delle frustrazioni, rotta la corazza che talora imprigiona i sordi in un modo simil-autistico, la terapia logopedica ha potuto riprendere fecondamente, perché corrispondeva al desiderio del bambino di comunicare e di aprirsi al mondo.