

A lezione dall'asino

L'onoterapia è un tipo di *pet therapy* sperimentato per la prima volta negli Stati Uniti e oggi diffuso anche in Francia, in Svizzera e in alcuni centri di riabilitazione italiani. Diversi studi scientifici hanno dimostrato come il rapporto con l'animale favorisca le relazioni interpersonali e il dialogo, aumenti la sicurezza di sé, promuova l'esercizio fisico, e contenga gli stati di ansia e lo stress. Al livello neurofisiologico, durante l'attività di *pet therapy* si evidenzia una riduzione dei livelli plasmatici di cortisolo ("ormone dello stress") e l'incremento degli ormoni legati alle emozioni positive (endorfine e dopamina) e alla socialità (ossitocina).

Perché scegliere l'asino? L'asino e l'uomo hanno vissuto e lavorato assieme fin dalle origini delle civiltà rurali. Inoltre, l'indole paziente e tollerante, la gentilezza dei movimenti e l'andatura cadenzata, rendono questo animale un eccellente facilitatore relazionale e un efficace veicolo di stimoli psico-motori ed affettivi.

Il progetto è stato pensato per le persone affette da demenza in fase severa, che più di altre hanno necessità di essere stimolate con strategie alternative al canale cognitivo e verbale. Svolgendo gli esercizi proposti i pazienti hanno riscoperto la capacità di accudimento (diversamente dalla loro condizione di malattia in cui sono abituati alla presenza costante di qualcuno che si prende cura di loro), e hanno migliorato *self efficacy* e il tono dell'umore. La dimensione di gruppo, spesso negata ai malati in fase severa, li ha fatti sentire riconosciuti, accolti e sostenuti. L'ambiente esterno – una fattoria ordinata e curata – ha permesso di superare la barriera delle mura domestiche e vivere una gratificante esperienza a contatto con la natura.

Alessia Fiandra

Fondazione Sanità e Ricerca

Responsabile Centro di Cure per l'Alzheimer e altre demenze