

Un aiuto a quattro zampe

Per un bambino o ragazzo con diabete, la relazione con un animale domestico è un punto di forza: permette di dare cure e assistenza, facilita le relazioni sociali, costringe a uscire di casa con benefici psicologici e per la salute. Rischi non ne esistono ma occorre scegliere con attenzione.



Quando gli si chiede: «Perché una persona dovrebbe tenere un animale in casa?», Giovanni Ballarini, decano della scienza veterinaria italiana e grande studioso delle radici antropologiche nel rapporto fra l'uomo e gli animali, rovescia la domanda. «Dal punto di vista storico e statistico, è 'strano' piuttosto chi non ha un animale da compagnia», afferma Ballarini, già preside della Facoltà di Medicina Veterinaria all'Università di Parma; «in metà delle famiglie italiane troviamo almeno un animale d'affezione, i soli cani da compagnia sono stimati fra i sei e i sette milioni», elenca Ballarini. «L'uomo ha iniziato ad addomesticare gli animali circa diecimila anni fa, il cane probabilmente anche prima, nella stessa fase evolutiva in cui ha iniziato a parlare e produrre segni e simboli. Da quel momento il rapporto si è sviluppato in ogni tempo e in ogni ceto sociale. C'è stato un adattamento evolutivistico reciproco», insiste Ballarini che alla produzione scientifica associa, con lo pseudonimo di John B. Dancer, una attività di divulgatore sulla storia del-

le tradizioni alimentari. Francesca Allegrucci conferma: «È dimostrato che l'interazione con un animale modifica istantaneamente alcuni parametri fisiologici, in particolare elicita e stimola quelli legati al rilassamento: rallenta il battito cardiaco, si abbassa la pressione...», spiega la psicoterapeuta romana consulente del sito Progetto Diabete. Quella che oggi forse impropriamente (vedere box) si chiama 'pet therapy' nasce dalla rivalutazione del rapporto fra uomo e animale in una logica di cura o comunque di miglioramento.

«Studi effettuati sulle persone psicologicamente traumatizzate da incidenti o dalla guerra hanno provato che vivere con un animale può dare un sostegno psicologico importante. È stato anche studiato il ruolo che un cane può avere nell'uscire da stati di autismo. Si è parlato di animale 'transizionale': più in generale un animale può aiutare chi è depresso», spiega Giovanni Ballarini. Francesca Allegrucci che è tra i fondatori ed è responsabile scientifico della Associazione Nazionale Utilizzo del



L'autocontrollo della glicemia. Oggi.



Cane per Scopi Sociali, aggiunge altre considerazioni: «Avere un animale facilita le relazioni con altre persone che li possiedono o li amano». L'animale ideale in questo senso è il cane, uno dei più versatili e che da sempre collabora con l'uomo su più fronti.

«Il cane spontaneamente e istintivamente, essendo un animale da branco, è portato a entrare in relazione con l'uomo, lo sollecita su più livelli rispetto a quanto possono fare dei pesci, delle tartarughe o dei rettili. Accetta di vivere in casa ma è meno indipendente e solitario del gatto».

«Provate ad attraversare un parco cittadino a piedi: probabilmente nessuno vi rivolgerà la parola. Fatelo con un cane e conoscerete diverse persone», spiega la psicoterapeuta romana che aggiunge: «il cane costringe a uscire tutti i giorni per qualche decina di minuti, il che non è banale se pensiamo ad esempio a un anziano che ha un bisogno fisico di fare movimento ma che spesso per pigrizia o per timore dell'esterno

Giovanni Ballarini

presidente della Facoltà di Medicina Veterinaria all'Università di Parma.

evita di farlo o a una persona ipo-udente che tende spesso all'auto-isolamento», nota Francesca Allegrucci; la relazione con l'animale inoltre «sollecita il tatto e in generale stimola l'utilizzo del linguaggio non verbale. Chi è affetto da malattie croniche vive l'esperienza di essere toccato e manipolato soprattutto in relazione alla patologia e in occasione delle terapie apposite e tocca ed è toccato meno nelle altre sfere della vita. Impoverire il mondo tattile significa inaridire il mondo emozionale».



“Studi effettuati sulle persone psicologicamente traumatizzate hanno provato che vivere con un animale può dare un sostegno psicologico importante. Più in generale un animale può aiutare chi è depresso”

Un cane in corsia

«'Pet therapy' non vuol dire prendere un animale in casa o far giocare una persona con un cane. Possiamo considerare l'interazione uomo-animale in prospettiva terapeutica solamente quando essa avviene in un setting specifico appositamente predisposto, quando essa è mediata da professionisti sia del comportamento animale che del comportamento umano appositamente preparati e con comprovata esperienza nel settore», afferma la psicoterapeuta Francesca Allegrucci, «e quando l'interazione è finalizzata al raggiungimento di obiettivi individualizzati e indirizzati al miglioramento della qualità di vita per quella specifica persona, unica e irripetibile. Solo allora potremmo davvero parlare di pet therapy».

Un animale come il cane ha mille modi per interagire con il paziente. «Occorre un cinofilo abile e preparato, in perfetta sintonia con il suo cane, per ottenere il comportamento che è ritenuto più adatto a raggiungere il suo scopo», continua la responsabile scientifica dell'Associazione Nazionale Uti-

lizzo del Cane per Scopi Sociali, che è nata e vissuta in una famiglia che amava gli animali. Insomma l'esperienza di vivere con un animale è sicuramente positiva e curativa, ma l'intervento terapeutico effettuato attraverso un animale è una cosa diversa.

Interventi di questo tipo sono ancora abbastanza rari, anche in pediatria, dove pure c'è interesse per forme nuove di coinvolgimento dei pazienti ricoverati. Presso la pediatria dell'ospedale Grassi di Ostia, l'Anucss ha realizzato alcuni interventi insieme allo psicologo o al medico. «I risultati sono stati interessanti sia nello specifico del singolo paziente sia in generale sul clima psicologico. I piccoli pazienti hanno colto con stupore e piacere l'inattualità del 'cane in corsia' che ha contribuito a sdrammatizzare la situazione in sé ansiogena e deprimente del ricovero. I risultati sono stati notati a tutti i livelli, in termini di maggiore compliance alle cure mediche, minor presenza di sentimenti di abbandono e persecutori durante il ricovero, minore stress da ospedalizzazione nel periodo successivo alla dimissione», conclude la psicoterapeuta romana.



Francesca Allegrucci

psicoterapeuta e responsabile scientifico
della Associazione Nazionale Utilizzo
del Cane per Scopi Sociali.

“Per un bambino o un ragazzo che incontra una patologia cronica nella fase in cui sviluppa la propria personalità e l’immagine che ha di se stesso avere un animale da compagnia permette di divenire erogatore e non solo oggetto di cure”



Ma soprattutto — e questo è l’aspetto forse più importante — per un bambino o un ragazzo che incontra una patologia cronica nella fase in cui sviluppa la propria personalità e l’immagine che ha di se stesso, avere un animale da compagnia permette di divenire erogatore e non solo oggetto di cure.

«Il cane da compagnia non raggiunge mai un’autonomia assoluta e prendersi cura di un essere che ha bisogno di te, che dipende da te è appagante per la persona che si sente utile, si sente di ‘dare’ e non solo di ‘ricevere’», fa nota-

re Giovanni Ballarini autore di uno dei primi libri italiani sulla pet therapy.

Proprio perché è importante, questo passo deve essere preparato adeguatamente. «Chi valuta se prendere un cane in casa si pone molte domande sulla razza da scegliere ma questo è un aspetto secondario», afferma Ballarini, «quasi ogni razza può andare bene. Importa di più la dimensione, l’età, il carattere e la psicologia dell’animale». Un cucciolo per esempio non è adatto a un bambino. «Il primo anno di vita è importante per la formazione del cane quanto i primi tre anni per quella del bambino. Non è vero che il cane è tutto istinto. Stiamo parlando di un animale che ha un cervello molto sviluppato: ha un carattere che può e deve essere formato», ricorda il veterinario di Parma. Un bambino non è in grado e nemmeno un adulto se non è stato preparato a

da un bravo veterinario, attraverso una serie di specifici test», conferma Giovanni Ballarini.

Contrariamente a quello che si può pensare, avere un animale in casa non rappresenta un rischio sanitario. «L’animale va controllato ogni anno, ci sono vaccinazioni da fare ma tutto sommato, visto che solo una piccola parte delle malattie del cane si trasmettono all’uomo, per una persona non in buona salute è molto più ‘rischioso’ avere in casa un altro essere umano», scherza Ballarini. In realtà sono più gli animali a soffrire della vicinanza con l’uomo. «Oggi assistiamo a un’epidemia di obesità e di diabete negli animali da compagnia ipernutriti e impigriti; si constata un aumento delle allergie dovuto probabilmente al fatto che le difese contro i parassiti non hanno più nulla da fare in un animale molto ben

farlo. «Bisogna essere educati a educare gli animali», nota Francesca Allegrucci, che consiglia di prendere contatti con le molte associazioni di appassionati o di farsi aiutare da un veterinario. Se non si ha tempo di farlo meglio rivolgersi a un allevamento e acquistare un animale del quale si conosce già il carattere, magari spiegando all’allevatore per quali obiettivi si è scelto di avere in casa un animale. Più che il ‘pedigree’ genetico è importante avere una valutazione psicologica e soprattutto caratteriale dell’animale «che può essere effettuata

sorvegliato e che vive in un ambiente ‘troppo’ igienico», nota il decano della veterinaria italiana.

«Attenzione però a non umanizzare troppo l’animale», conclude Francesca Allegrucci; «vestire il cane come fosse un bambino e vezzeggiarlo come si farebbe con un neonato sono segni di un rapporto sbagliato. Occorre rispettare l’alterità dell’animale d’affezione, tenere presente che ha esigenze diverse, altrimenti i problemi psicologici sono assicurati sia per l’uomo che per il cane».