PET THERAPY ED ANZIANI: GLI INTERVENTI ASSISTITI DAGLI ANIMALI NELLE RSA

Articolo a cura della dott.sa Nicoletta Teso, dottoressa in psicologia, presidente dell'Associazione di Promozione Sociale "Doctor Dog Pet Therapy", responsabile del progetto di Pet Therapy all'interno della Struttura San Vincenzo del gruppo KORIAN di Gravedona ed Uniti (CO)

Lavoro nel mondo degli IAA da ormai quasi 10 anni e in questo lungo periodo ho potuto assistere alla grande trasformazione che ha portato la Pet Therapy ad avere un riconoscimento ufficiale da parte del Ministero della Salute in accordo con l'Istituto Zooprofilattico delle Venezie, ente accreditato dal Ministero per supervisionare tutte le attività di assistenza coadiuvate dagli animali.
Il Centro di Referenza Nazionale ha istituito inoltre un albo professionale in cui tutti gli operatori pet qualificati e riconosciuti vengono inseriti: l'iscrizione al "Digital Pet" è un requisito fondamentale per poter operare nel settore.
Il rapporto tra animale domestico e padrone si è evoluto notevolmente negli ultimi decenni: sempre più persone sono ormai consapevoli di quanto un animale possa migliorare la qualità della loro vita, ciò vale in particolar modo per gli anziani e per chi vive da solo. Sappiamo benissimo, ormai, che la compagnia di un animale porta benefici sulla salute fisica e psicologica: infatti, in alcuni casi il contatto con loro assume la valenza di una vera e propria terapia.
Ma in che modo gli animali domestici favoriscono il benessere delle persone anziane?
Come funziona realmente la Pet Therapy per gli anziani?
Originariamente la Pet Therapy veniva impiegata a sostegno dei bambini autistici, tuttavia, ben presto, lo spettro dei potenziali "pazienti" coinvolti è cresciuto, includendo anche persone che non soffrono di alcuna patologia, ma che per età o altri fattori si trovano a vivere isolati. Infatti l'impatto positivo della presenza di un animale è dimostrato anche per chi non soffre di problematiche particolari, ma grazie al "pet" contrasta il normale decorso dell'invecchiamento rendendolo più dolce e sereno.
L'introduzione degli animali nella vita delle persone anziane, porta delle modificazioni a parametri fisici come il polso e la pressione: il risultato è che cala lievemente il rischio di infarto cardiaco e l'ipertensione. Inoltre la presenza di un animale all'interno di una struttura quale una Residenza Sanitaria Assistenziale, stimola l'anziano a prendersi cura di lui e a muoversi per accompagnare l'animale a fare una passeggiata.

Durante i nostri incontri di Pet Therapy, che si svolgono il martedì mattina, moltissimi ospiti vengono coinvolti nel progetto e stimolati a svolgere diverse attività con gli animali: anche gli ospiti in carrozzina traggono grandi vantaggi dall'accompagnare il loro amico a 4 zampe a fare delle belle passeggiate, durante la stagione estiva e quando il tempo ce lo permette, nel chiostro della struttura, durante l'inverno lungo i corridoi: questa è un'ottima strategia per fare dell'attività motoria, i cui benefici sul sistema circolatorio sono comprovati. Inoltre previene i piccoli, ma frequenti infortuni. Sempre per stimolare l'attività motoria si effettuano alcune attività in palestra con la collaborazione del fisioterapista: la presenza dell'animale rende tale attività meno noiosa e gli ospiti si sentono maggiormente coinvolti.
La Pet Therapy ha un impatto anche sul cervello: il cane in particolare, contribuisce in maniera concreta a ridurre le difficoltà di apprendimento e di mantenimento della memoria. Altro aspetto molto importante su cui interviene la Pet Therapy sono gli stati depressivi e gli stati d'ansia: spesso gli anziani ospiti di un RSA devono combattere contro un senso di abbandono e di perdita, sia degli affetti che della loro casa, condizione questa che spesso porta a stati depressivi di vario livello. La presenza dell'animale interviene riducendo la stato di depressione, inducendo anche una lieve diminuzione del senso di ansia e migliorando la percezione del dolore. Alcuni importanti studi scientifici hanno evidenziato come gli anziani coinvolti nei progetti di Pet Therapy, abbiano ridotto gradualmente, l'utilizzo di psicofarmaci per curare disturbi di tipo depressivo.
I cani, così come i conigli e il gatto, sono animali molto indicati in sede terapeutica, per via della facilità di interazione con l'uomo e della predisposizione a farsi accarezzare e coccolare (il termine "pet" che deriva dall'inglese e significa animale da coccole); questo è un dettaglio non trascurabile, se pensiamo che uno degli elementi più carenti nella vita di molti pensionati è proprio il contatto fisico, che comporta la mancanza di calore umano, o in questo caso, animale. Inoltre l'animale risveglia sempre moltissimi ricordi nell'anziano, in quanto molti di loro hanno avuto in passato animali in casa da accudire.

L'impatto concreto della presenza di un cane sulla vita degli anziani è stato studiato, per la prima volta in maniera esaustiva da Brickel nel 1984. Il suo esperimento mirava ad individuare gli effetti della presenza di un animale da compagnia sui pazienti depressi di età compresa tra i 45 e gli 84 anni. I partecipanti all'esperimento erano stati divisi in tre gruppi: il primo gruppo avrebbe seguito una terapia tradizionale, il secondo avrebbe avuto l'ausilio di un cane addestrato, il terzo non avrebbe partecipato a nessuna attività di tipo terapeutico. I risultati dello

studio confermano che il gruppo di pazienti che ha lavorato con il cane è quello che ha reg
i miglioramenti più significativi sulla scala della depressione. E' emerso inoltre che, ancl
fuori della seduta terapeutica, è migliorato il comportamento, sono aumentate le interazi
pazienti e con il personale, è migliorata l'auto-analisi.
Durante l'invecchiamento si devono fare i conti anche con un crescente senso di in
sopratutto quando un anziano viene ricoverato presso una struttura: occuparsi di un a
può aiutare l'anziano a contrastare questa sensazione, sentendosi nuovamente responsa
benessere di qualcun altro.
Anche per quanto riguarda l'utilità della pet therapy nel trattamento delle demenze senili
importanti dimostrazioni: semplici sequenze, come dare un ordine, premia
comportamento adeguato e accarezzare attivano numerose competenze cognitive, di a
memoria che con questa patologia tendono ad inaridirsi. È anche il caso di persone aff
morbo di Alzheimer nei primi stadi. Questa è una demenza degenerativa che p
contemporaneamente un rallentamento delle capacità cognitive (memoria, g
orientamento); una perdita di abilità nell'eseguire le attività della vita quotidiana
disorganizzazione della personalità che provocano una grande agitazione e diffic
interazione. La presenza regolare e costante di un animale ha un effetto calmante e il p
occupandosi dell'animale, recupera quei comportamenti acquisiti nel passato, come il s
spazzolare, l'accarezzare e il nutrire, procurando in lui un senso di valorizzazione e fav
le reminiscenze. In queste circostanze sarebbe più adatta una Terapia Assistita da An
modo da concentrare il progetto interamente sul singolo individuo. La semplice presen
animali può scatenare reazioni emotive intense che permettono di stabilire un dialogo
persone affette da demenza senile. I ricordi autobiografici relativi al possesso di un
sono maggiormente accessibili al repertorio delle esperienze passate della persona con
cognitivo, così che la stessa è maggiormente invogliata a raccontare episodi della vita
Gli ospiti molto compromessi psichicamente (come soggetti affetti dal morbo di Al
nello stadio avanzato) non si muovono quasi più, sono chiusi in se stessi, isolati e si esp
in modo incoerente. In questi casi si predilige la comunicazione non verbale che
sostituire la comunicazione verbale. I pazienti rimangono sensibili al contatto fisico e v
quindi aiutati e stimolati in semplici attività come l'accarezzare e sentire il calore e la mor
della pelliccia dell'animale che gli può procurare un senso di sicurezza e di calma,
sentirsi leccare le mani provoca un sorriso o un piccolo gesto che li fa uscire dall'apati
condizione di ansia, anche se solo per un attimo. Si crea così una relazione affettiva tr
e il paziente che fa emergere emozioni positive.
Posso concludere dicendo che l'obiettivo principale degli operatori s'indirizza alla
riattivazione o all'apprendimento delle competenze relazionali spesso compromes
patologie di cui soffrono i pazienti. Sfruttando il contesto della relazione del pazie
l'animale, il progetto di Pet Therapy si pone degli obiettivi cognitivi, motori, comun
sociali, considerando che i meccanismi d'azione fondamentali di questo tipo di interve
sono:

- il rapporto uomo-animale, affettivo ed emozionale, in grado di arrecare non solo
  emotivi e psicologici, ma anche fisici, quali l'abbassamento della pressione sang
  rallentamento del battito cardiaco;
- la comunicazione uomo-animale, che si basa su una forma di linguaggio molto s
  cadenzato, con ripetizioni frequenti, tono crescente e interrogativo, che pro
  effetto rassicurante, sia in chi parla, sia in chi ascolta;

- la stimolazione mentale, che si verifica grazie alla comunicazione con l'altro, all rievocazione di ricordi, all'intrattenimento, al gioco, fattori che riducono il senso d alienazione e isolamento;
- il tatto, il contatto corporeo, il piacere tattile permettono la formazione di un confin psicologico, della propria identità, del proprio Sé e della propria esistenza;
- l'elemento ludico, cioè il gioco e il divertimento, che portano benefici psicosomatici. L persone, giocando, possono liberare le proprie energie e ricavare sensazioni di benesser e di calma;
- la facilitazione sociale, la presenza di un animale, spesso, costituisce un'occasione d interazione con altre persone;
- la responsabilità, proporzionale alla propria età e alle proprie possibilità, nella cura di u eventuale animale d'affezione;
- l'attaccamento, il legame che si viene a creare tra uomo e animale può, almeno in parte compensare la mancanza eventuale di quello inter-umano, e, comunque, favorire l sviluppo di legami di attaccamento basati sulla fiducia, che potranno, in seguito, esser anche trasferiti ad altri individui;
- l'empatia: la capacità di identificarsi con l'animale, nel tempo, viene trasferita anche all relazioni con gli altri esseri umani;
- l'antropomorfismo: l'attribuzione di alcune caratteristiche umane all'animale, pu rappresentare un valido meccanismo per superare un eventuale egocentrismo focalizzare la propria attenzione sul mondo esterno;
- il senso di comunione con la natura.

Ecco perché possiamo tranquillamente affermare che i benefici della Pet Therapy sugli anzian sono scientificamente provati e replicati in progetti d'intervento assistito: infatti trattasi di un terapia non farmacologica da affiancare alla tradizionali terapie mediche, allo scopo di guarire migliorare la situazione di un paziente anziano.

Dott.sa Nicoletta Teso
Pet Therapist