

Breve introduzione pet-therapy

Il termine *pet-therapy*, coniato nel 1964 dallo psichiatra infantile Boris M. Levinson, si riferisce all'impiego degli animali da compagnia per curare specifiche malattie. In Italia, questo termine è stato recentemente sostituito con quello più appropriato di *interventi assistiti con gli animali* (IAA), che consente di distinguere tra diverse tipologie di approcci, a seconda che prevalga la componente cosiddetta *ludico-ricreativa* (attività assistita con gli animali, AAA), quella *educativa* (educazione assistita con gli animali, EAA) o quella *terapeutica* (terapia assistite con gli animali, TAA).

Per quanto riguarda l'operatività, le *“Linee Guida Nazionali per gli Interventi Assistiti con gli Animali”*, approvate in conferenza stato-regioni nel marzo 2015, oltre a definire standard operativi per la corretta e uniforme applicazione degli interventi assistiti con gli animali (IAA) sul territorio nazionale, forniscono indicazioni sui compiti e le responsabilità delle diverse figure professionali e degli operatori che compongono l'équipe multidisciplinare coinvolta in questo tipo di iniziative (veterinari, medici, psicologi, educatori, educatori cinofili, etologi). Le linee guida, inoltre, individuano, specificandoli, i percorsi formativi da seguire per acquisire le competenze necessarie per lavorare nell'ambito degli IAA.

Numerose evidenze scientifiche dimostrano le potenzialità dell'impiego degli animali come strumento di cura, in particolare negli ospedali e nelle case di riposo per anziani, strutture in cui le persone sono separate dall'affetto e dal supporto dei propri cari. La presenza di un animale agisce come un “rompighiaccio”, offre argomenti di conversazione e, in ultima analisi, stimola la comunicazione e le relazioni sociali. Anche nel caso di persone affette da [disturbi dello spettro autistico](#), che presentano difficoltà a comunicare e interagire con gli altri, l'introduzione di cani nelle sedute terapeutiche ha avuto effetti incoraggianti: rapido miglioramento del livello di attenzione e della frequenza delle interazioni sociali, sia verbali sia non verbali, e riduzione delle stereotipie comportamentali, cioè di quei movimenti ripetuti senza apparente scopo che spesso caratterizzano il disturbo.

La capacità degli animali di rappresentare un ponte, di favorire le relazioni sociali umane, ha implicazioni pratiche non solo nei percorsi di cura ma anche in ambiti educativi. Diversi interventi per la promozione del rapporto bambino-animale effettuati con l'aiuto degli animali da compagnia, soprattutto dei cani, hanno mostrato la loro efficacia nel contrastare alcuni problemi comportamentali quali, ad esempio, [difficoltà di apprendimento](#), spesso dovute a deficit di attenzione, ed episodi di aggressività. Inoltre, hanno evidenziato il ruolo prezioso che gli animali possono svolgere per facilitare l'integrazione sociale nell'ambiente scolastico, risultato particolarmente importante per i bambini e gli adolescenti con patologie caratterizzate da ritardo nello sviluppo. Numerose evidenze scientifiche dimostrano come crescere con un animale influisca positivamente sullo sviluppo della personalità dei bambini, aumentando l'autostima, la fiducia in se stessi e migliorando l'empatia (vale a dire, la capacità di comprendere lo stato d'animo degli altri) e il senso di responsabilità. Infatti, la relazione che si stabilisce con l'animale e il rapporto con esso, soprattutto durante il gioco, possono contribuire a favorire, nel bambino, i comportamenti sociali facilitando, così, le modalità di approccio e di interazione tanto con gli altri bambini che con gli adulti.

I meccanismi alla base degli effetti descritti sono ancora in fase di studio. È noto che la sola presenza di un animale durante situazioni percepite come stressanti (per esempio, leggere ad alta voce davanti ad altre persone) riduca i livelli di ansia, la pressione sanguigna e il battito cardiaco. Studi scientifici hanno mostrato come il contatto fisico con un animale induca una riduzione, nel sangue, dei livelli degli [ormoni](#) responsabili della risposta allo [stress](#) (cortisolo). Parallelamente, esso causa un aumento delle quantità di ormoni e neurotrasmettitori in grado di determinare emozioni positive (endorfine e dopamina) e di ridurre l'ansia e lo stress. Ciò determina anche un miglioramento delle relazioni con gli altri e dell'umore (attraverso la stimolazione dell'ossitocina, un neuropeptide secreto dall'ipotalamo). I risultati delle ricerche più recenti dimostrano, inoltre, come relazioni basate sull'affetto e l'attaccamento possano effettivamente stabilirsi tra specie diverse e determinino anche una regolazione reciproca delle emozioni e dei comportamenti.

Quali sono i benefici della Pet Therapy con cane?

Il cane è un animale proverbialmente **fedele**, **affettuoso** e che **ama incondizionatamente** il proprio amico umano. Ed è tutto vero: per questo è perfetto per la Pet Therapy!

Tale approccio infatti consente anche a soggetti chiusi e dal difficile rapporto col mondo esterno (come nel caso dei bambini [autistici](#)) di stringere un legame saldo con un'altro essere vivente che non ha alcuna remora a dimostrare con entusiasmo tutto il suo affetto.

Proprio questa **genuinità** priva di sfumature può, ad esempio, aiutare molto i soggetti affetti da forme di [autismo](#), i quali iniziano a rapportarsi con creature così semplici per poi passare a confrontarsi anche con altre persone, vincendo le proprie barriere.

Non solo: i cani sono bravissimi a percepire il linguaggio del corpo e a capire dunque gli stati d'animo della persona che gli sta di fronte. Questo permette di creare un legame empatico fortissimo, che **conforta** il paziente e lo riempie di **pensieri positivi**, fondamentali per affrontare anche le terapie mediche più complicate.

Il contatto fisico con un cane infine aumenta l'**autostima**, aiuta a **rilassarsi** e in certi casi dà persino una grossa mano per il **recupero di alcune funzioni motorie**.

Quali razze di cane sono più adatte alla Dog Therapy?

La cosa più importante di un cane da Dog Therapy è naturalmente l'**addestramento**.

Tuttavia è indubbio che alcune razze siano più adatte di altre per l'impiego in questo tipo di terapie a causa di alcune caratteristiche innate come una maggiore propensione alla **docilità**, all'**obbedienza** e alla **socievolezza**.

Quali sono dunque le razze canine più impiegate nella Pet Therapy? Sono:

- **Labrador Retriever**
- **Golden Retriever**
- **Boxer**
- **Pastore Tedesco**
- **Carlino**
- **Terranova**
- **Cavalier King Charles Spaniel**

Ciò però non significa che ogni cane appartenente ad una certa razza sia adatto alla Dog therapy. Ovviamente bisogna valutare caso per caso l'indole del singolo animale e non è detto che un esemplare di **un'altra razza** o un **meticcio** non possa essere un perfetto cane da terapia.