

IN SELLA ALLA VITA



**Progetto di avvicinamento all'attività equestre
per persone con disabilità motorie acquisite**

IN SELLA ALLA VITA

Progetto di avvicinamento all'attività equestre per persone con disabilità motorie acquisite

INTRODUZIONE

L'Associazione Sportiva Dilettantistica AIASPORT ONLUS offre un servizio di attività equestre a circa 150 persone disabili della provincia di Bologna, di età compresa tra i 4 e i 65 anni.

L'AIASPORT ONLUS si propone di mettere a disposizione della persona disabile e della sua famiglia le opportunità di tipo riabilitativo, socio-educativo e ludico-sportivo offerte dal cavallo e dal suo ambiente. L'interesse è rivolto all'individuo nella sua globalità, tenendo conto sia dei limiti e dei deficit imposti dalla patologia, che delle potenzialità e delle risorse evolutive.

Le varie attività proposte hanno l'obiettivo primario di **promuovere il benessere psicofisico della persona disabile e di valorizzare la partecipazione sociale e l'integrazione** di bambini, adolescenti ed adulti allo "sport per tutti", ponendo al centro la persona e non il risultato.

Il lavoro interdisciplinare, svolto anche in collaborazione con gli operatori dei Servizi Socio-Sanitari pubblici e privati, permette una conoscenza ed un approccio al tempo stesso globali e analitici e consente di scegliere, nell'ambito delle possibili proposte legate al cavallo e al suo ambiente, quelle più significative per ciascuna persona.

L'attività riabilitativa ed educativo-sportiva progettata viene infatti realizzata grazie alla **collaborazione sistematica** tra l'associazione sportiva AIASPORT ONLUS, l'**Azienda USL di Bologna** e numerose **associazioni e organizzazioni di persone con disabilità** della provincia di Bologna.

IL PROGETTO

A seguito di numerose richieste pervenute quest'anno presso il nostro centro equestre, da parte di **persone con lesioni spinali** ricoverate presso l'Istituto di Montecatone – Ospedale di Riabilitazione, nonché da altre **affette da sclerosi multipla**, seguite dal Centro Sclerosi Multipla dell'azienda USL di Bologna attualmente presso l'Ospedale Bellaria; l'Associazione AIASPORT ONLUS intende realizzare per l'anno 2015, in collaborazione con l'**Istituto di Montecatone** e con il **Centro Sclerosi Multipla dell'Ausl di Bologna**, **un progetto pilota della durata di un anno**, intitolato "In sella alla vita", per permettere a questo tipo di utenza un **percorso di avvicinamento all'attività equestre con finalità riabilitative e ricreativo sportive**.

Al fine di offrire un'opportunità piacevole, utile, ma soprattutto significativa per le persone che intendono aderire al presente progetto pilota, l'équipe ha pensato di proporre il percorso equestre secondo queste modalità:

- Disponibilità ad **accogliere 10 persone con lesioni spinali, ricoverate presso l'Istituto di Montecatone – Ospedale di Riabilitazione** (provenienti da tutta Italia), proponendo a ciascuno di loro **3 sedute di riabilitazione equestre** con il nostro fisioterapista (precedute da un colloquio conoscitivo), nelle quali verranno ***fatte sperimentare loro le varie opportunità offerte del cavallo***. Potranno provare la differenza tra i due principali tipi di monta (all'Inglese o all'Americana); verranno insegnati diversi modi per salire a cavallo (col sollevatore, con la rampa e con la scaletta, ove possibile), verranno proposti alcuni esercizi in maneggio per mantenere e migliorare le loro capacità motorie. Vivranno l'esperienza di fare, in sella al cavallo, delle passeggiate nei bellissimi sentieri immersi nella natura adiacenti al maneggio. ***Tutto questo con l'obiettivo che, una volta dimesse da Montecatone e ritornate a casa, tali persone abbiano la possibilità di proseguire tale esperienza anche in***

altri maneggi/centri ippici, anche se non perfettamente attrezzati e dotati di personale altamente specializzato come l'AIASPORT ONLUS.

Sarà infatti nostra cura **preparare una relazione del percorso equestre svolto** per ciascun paziente, con descritte alcune indicazioni e suggerimenti per il prosieguo dell'attività e contattare tali Centri Equestri per presentare loro ciascun utente.

- Disponibilità ad accogliere **4 persone affette da Sclerosi Multipla, seguite dal Centro Sclerosi Multipla dell'Ausl di Bologna**, proponendo a ciascuno di loro un pacchetto di **10 sedute di riabilitazione equestre**¹, come iniziale percorso di attività equestre personalizzato sulla base delle loro attuali capacità funzionali e dei loro desideri. In particolare grande attenzione verrà data all'aspetto relazionale con il cavallo, con il "lavoro a terra" (contatto, cura, gestione in base alle possibilità). Verranno individuati di esercizi specifici, sulla base dei deficit motori-sensoriali presenti, con l'obiettivo di mantenere e rafforzare il lavoro svolto nel percorso riabilitativo effettuato all'interno del Centro Sclerosi Multipla. Inoltre si potranno sperimentare concretamente momenti a contatto con la natura in sella ad un animale docile e accogliente in grado di adattarsi alle esigenze del proprio cavaliere.
- **Incontri di verifica** e monitoraggio delle attività equestri proposte **con i referenti medici/riabilitativi dell'Istituto di Montecatone e del Centro Sclerosi dell'Ausl di Bologna**, al fine di verificare insieme la significatività e la validità del percorso e valutare la possibilità di proporre tale esperienza anche su più ampia scala.

LE MOTIVAZIONI

Il livello di benessere personale è strettamente legato alla possibilità di gestire autonomamente il proprio tempo libero, all'interno del quale può avere sicuramente una parte di grande importanza e rilievo lo sport, che dà la possibilità alle persone disabili, come a tutti gli altri, di scoprire ed esprimere le proprie capacità, incontrare altre persone e migliorare la propria qualità di vita.

Ancor di più, per quelle persone che a seguito di un trauma invalidante o di una malattia degenerativa, si trovano costrette a dover modificare completamente il proprio stile di vita, le relazioni sociali, gli interessi, ecc., diventa di fondamentale importanza avere la possibilità di poter praticare uno sport.

L'attività equestre, oltre all'aspetto ricreativo e sportivo, **rafforza e integra** (ma non sostituisce) **la riabilitazione neuromotoria** effettuata nei centri specializzati. In molti Paesi la riabilitazione equestre e/o l'ippoterapia sono parte del percorso riabilitativo **con persone con diverse problematiche neuromotorie**.

Il Centro AIASPORT nello specifico propone un servizio di attività equestre che, senza aver la pretesa di proporsi come "terapia riabilitativa", intende unire aspetti ricreativo-sportivi a **percorsi che hanno l'obiettivo di mantenere e, ove possibile migliorare, le competenze motorie-funzionali** delle persone che vi accedono. Attività che viene svolta "all'aria aperta" con la **possibilità di "cavalcare" negli spazi verdi** intorno al centro stesso, incontrando un animale, il cavallo, particolarmente indicato ad "accogliere" le diverse caratteristiche delle persone che lo avvicinano, sia sul versante emotivo che motorio. All'interno del Centro c'è **l'opportunità di socializzare con altre persone**, con gli operatori e con i volontari. Grande importanza viene posta sul benessere psicofisico della persona disabile.

¹ Tali persone abitano nella Provincia di Bologna ed è per loro più facile accedere al nostro maneggio con continuità (e quindi vengono loro proposte 10 sedute), a differenza di quelle ricoverate a Montecatone, che invece provengono da tutta Italia, e che hanno i tempi legati al percorso riabilitativo intensivo svolto in regime di ricovero (pertanto vengono loro proposti solo 3 incontri, con più una valenza di consulenza al fine di permettere loro di proseguire il percorso equestre nella zona di residenza).

Il cavallo non è uno “strumento” passivo della nostra attività ma è un elemento della relazione “terapeutica”. E’ quindi fondamentale che si produca nel tempo una conoscenza, una fiducia e un rispetto tra l’animale e il cavaliere. Non si tratta di astratta “benevolenza”, ma di stimolare nel cavallo quegli “adattamenti” funzionali e specifici per quella persona.. Nella nostra esperienza quotidiana vediamo che lo stesso cavallo ha reazioni completamente diverse con ciascuna delle persone che lo avvicina e/o lo cavalca. Alcuni non gradiscono essere “spazzolati” e manifestano normalmente il loro disappunto con piccoli movimenti per allontanarsi dalla cosa non gradita, ma se la stessa azione viene fatta da un bambino o da una persona con difficoltà, l’animale rimane fermo, emerge il suo innato istinto di protezione tipico degli animali da branco che devono proteggere gli individui deboli del gruppo.

Un altro nostro obiettivo è, compatibilmente con il quadro funzionale, **individuare strategie che permettano di frequentare maneggi non necessariamente attrezzati** per utenti con disabilità, aumentando le possibilità di scelta e di relativa autonomia.

Di seguito riportiamo **gli effetti positivi che l’attività equestre può produrre** nelle patologie neuromotorie, **tra cui gli esiti di lesioni spinali e la sclerosi multipla.**

- In generale il movimento del cavallo durante l’andatura al passo crea una situazione di continua destabilizzazione del “cavaliere” stimolando e rinforzando il raddrizzamento e la stabilizzazione del tronco. In sella la posizione degli arti inferiori, con una lieve flessione e abduzione dell’anca, ginocchio semiflesso e caviglia in semiflessione dorsale, favorisce una riduzione degli schemi patologici o dell’ipertono presente. La guida del cavallo (diretta, con l’utilizzo delle redini o indiretta attraverso movimenti del corpo), stimola l’utilizzo degli arti superiori (nel caso siano compromessi) e lo svincolo dei cingoli, fondamentali per migliorare l’autonomia nella vita quotidiana.
- L’attività equestre consente alle persone con problemi motori che riducono le capacità deambulatorie e/o con problemi di affaticabilità di poter andare, cavalcando, per i sentieri nei boschi o nei prati rivivendo o vivendo esperienze di contatto con la natura altrimenti difficilmente possibili. Per questi motivi viene dato ampio spazio alle passeggiate all’esterno del maneggio coperto, utilizzando le opportunità offerte dalla struttura che ci ospita.

RISORSE UMANE IMPIEGATE:

Il lavoro verrà svolto da una **équipe interdisciplinare** AIASPORT composta dalle seguenti figure professionali:

un medico specialista, un fisioterapista, due psicologhe, una pedagoga, un’istruttrice sportiva e una veterinaria.

Sono inoltre previsti degli incontri di verifica e monitoraggio con i referenti clinici e riabilitativi delle persone che aderiranno al progetto pilota (équipe riabilitativa di Montecatone e del Centro Sclerosi Multipla dell’AUSL di Bologna).

Tutte le attività programmate sono predisposte e realizzate da personale qualificato nel settore dell’handicap in età evolutiva e adulta, della riabilitazione equestre e della pratica sportiva rivolta a persone disabili.

RISORSE STRUMENTALI DISPONIBILI:

1) 8 CAVALLI utilizzati esclusivamente per l’attività equestre con persone disabili

Di questi, ***4 cavalli che verranno utilizzati per la realizzazione del presente progetto, si distinguono*** per particolare mansuetudine e attitudine al tipo di lavoro richiesto, oltre che ***per essere di dimensioni e morfologia adeguate alla messa in sella di persone con disabilità motoria.***

2) MANEGGIO COPERTO E AMPI PERCORSI ESTERNI

L'attività ha luogo in un **circolo di equitazione, il "G.E.S.E." aperto anche ad un pubblico di "normodotati"**, in cui **un'area coperta**, di forma rettangolare (mt. 40 x 20) e chiaramente delimitata, **è ad uso esclusivo dell'Aiasport**. Al suo interno sono presenti punti di riferimento costanti e ben visibili: lettere dell'alfabeto e cartelloni colorati attaccati alle pareti, grandi coni colorati ed ostacoli di legno al suolo per segnalare gli angoli ed altri percorsi significativi.

Una tribunetta con vetrata, accessibile alle carrozzine, si affaccia su un lato del maneggio; questo spazio è riservato a genitori ed accompagnatori, consentendo loro di assistere all'attività svolta in campo, senza interferire con il lavoro degli operatori equestri. Oltre a ciò vengono usati **uno spazio esterno adiacente ai box, privo di barriere architettoniche** in cui cavalli possono essere legati per le operazioni di pulizia, sellaggio e dissellaggio, **la selleria (accessibile) ed i box** in cui i cavalli sono alloggiati.

Circonda questo spazio un ampio spazio esterno protetto che fa parte del Parco dei Gessi (divieto di accesso alle auto), **con vari percorsi e sentieri immersi nella natura** differenziati per difficoltà, ove passeggiare a cavallo e/o a piedi.

3) ATTREZZATURE SPORTIVE

Sono quelle normalmente disponibili presso centri ippici e centri di turismo equestre, ma **adattate per essere utilizzate da persone con disabilità** di diverso tipo.

Si tratta quindi di strumenti necessari alla gestione e cura del cavallo (spazzole, curasnette, grasso per gli zoccoli, capezze, longe e longhine), e alla sua bardatura (**vari tipi di selle e bardature specifiche per i diversi tipi di patologia**), e alle differenti metodologie di lavoro in campo, differenziate in base alle esigenze dell'utenza:

Come è facilmente immaginabile **la messa in sella** di persone affette da problematiche neuromotorie **è spesso molto difficoltosa con i semplici ausili** (scaletta o rialzo) in quanto risulta assai faticosa e poco sicura.

L'AIASPORT ONLUS da due anni, grazie alla generosa donazione della Fondazione Rusconi, **è dotata di un sollevatore elettrico**, utilizzato proprio per permettere a chiunque abbia una seria difficoltà motoria, una salita a cavallo comoda, rapida e, soprattutto, in totale sicurezza. Per chi invece ha comunque delle residue capacità motorie, viene utilizzata **una scaletta con corrimano**, in modo da favorire una salita nella maggior autonomia possibile, sviluppando e allenando le competenze motorie presenti.

ATTREZZATURA NECESSARIA PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO

Come sopra indicato il Centro AIASPORT è già dotato di un sollevatore e di una scaletta con corrimano, indispensabili per la messa in sella di persone con disabilità motoria.

Per il lavoro a cavallo con tale tipologia di utenza sarebbe altamente consigliabile utilizzare **una sella speciale adattata**,² chiamata **"SELLA ELISA 2"** che l'AIASPORT ONLUS ancora non possiede, ma che intende acquistare.

RIFERIMENTO PER EVENTUALI ULTERIORI INFORMAZIONI:

Dott.ssa Maria Laura Tabacchi (Coordinatrice AIASPORT ONLUS)

Tel. 335.6583608

Fax 051/929351

E-mail: info@aiasport.it

² Si tratta di una sella inglese studiata, progettata e costruita appositamente per l'uso nella Riabilitazione Equestre e in particolare nell'Ippoterapia, in modo da rispondere in termini di sicurezza e soprattutto di correttezza di impostazione, promuovendo un assetto corretto e facilitando il posizionamento del bacino, il raddrizzamento e l'equilibrio del tronco.

per ulteriori informazioni si veda: <http://www.associazione-lapo.it/sellaelisa.html>