

IN SELLA ALLA VITA



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

INTRODUZIONE

In seguito alla realizzazione del progetto di avvicinamento all'attività equestre intitolato: "In sella alla vita", rivolto a persone con disabilità motoria acquisita seguite dal Centro riabilitativo di Montecatone e dal Centro Sclerosi Multipla dell'Ospedale Bellaria dell'AUSL di Bologna, finanziato dalla Fondazione Rusconi per gli anni 2015 e 2016, e dall'Associazione Polus per gli anni 2017-2018 e constatati i più che positivi risultati ottenuti con gli utenti di entrambi i Centri Riabilitativi coinvolti, ***riteniamo possa essere importante proseguire questa esperienza anche per l'anno sportivo 2018-2019, coinvolgendo nuove persone con disabilità motoria a seguito di danni neurologici***, al fine di offrire loro una impareggiabile opportunità, sia a livello riabilitativo-motorio, ma anche a livello emotivo e relazionale, utilizzando il cavallo e il suo ambiente.

Dall'esperienza maturata in questi anni ci sembra ora più ***funzionale distinguere i due percorsi*** equestri svolti con queste due diverse tipologie di utenza, in quanto i pazienti seguiti dal Centro Sclerosi Multipla dell'AUSL di Bologna (tutti del territorio provinciale), risultano necessitare di una maggior continuità di intervento nel tempo; per l'utenza del Centro di Montecatone risulta invece molto importante e di stimolo la possibilità di effettuare anche solo alcuni incontri di avvicinamento al cavallo, prima di rientrare alla propria realtà territoriale, sia per quanto riguarda l'aspetto riabilitativo, ma anche per l'aspetto emotivo e motivazionale. Riteniamo quindi molto importante non cessare l'attività con questo tipo di utenza, in quanto, pur provenendo da diverse realtà regionali, hanno dimostrato un grande interesse e gradimento alla nostra proposta di attività equestre e dall'équipe riabilitativa abbiamo ricevuto riscontri più che positivi anche sul versante strettamente riabilitativo.

LE MOTIVAZIONI DELL'ATTIVITA' EQUESTRE CON PERSONE CON DISABILITA' NEUROMOTORIA ACQUISITA

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, 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.

E' insito **nell'attività equestre** l'aspetto ricreativo e sportivo, ma è anche **dimostrata l'efficacia nel rafforzare e integrare** (ma non sostituire) **la riabilitazione neuromotoria** effettuata nei centri specializzati, tanto che si parla di **ippoterapia e riabilitazione equestre**.

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.

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.



LE MOTIVAZIONI A PROSEGUIRE IL PERCORSO CON I PAZIENTI DI MONTECATONE:

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

- 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 non più in grado di camminare, di poter riprendere un contatto con la natura altrimenti difficilmente possibile, attraverso l'utilizzo del cavallo. Per questi motivi viene dato ampio spazio alle passeggiate all'esterno del maneggio coperto, utilizzando le opportunità offerte dalla struttura che ci ospita.
- **Un altro nostro obiettivo** è, compatibilmente con il quadro funzionale, **individuare strategie che permettano a questi utenti, se lo desiderano, di frequentare altri maneggi della zona di residenza**, una volta terminato il ricovero presso il Centro di Montecatone.

LE MOTIVAZIONI A PROSEGUIRE IL PERCORSO CON PAZIENTI CON SCLEROSI MULTIPLA

Da un confronto con l'équipe del Centro Sclerosi Multipla, ci siamo resi conto dell'importanza che l'attività equestre, svolta nei precedenti due anni, ha avuto per queste persone **sia sull'aspetto riabilitativo**, migliorando l'equilibrio, la tenuta del tronco, la coordinazione degli arti superiori, ma anche **nel miglioramento del tono dell'umore e nella maggior disponibilità ad aprirsi e a socializzare**.

Ci viene confermato dai clinici che alcune delle persone che hanno partecipato al progetto sono risultate più aperte e positive, nonostante le oggettive difficoltà che la loro patologia comporta.

Ci è stato inoltre rimandato che **l'attività equestre proposta, ha rafforzato e integrato l'efficacia della riabilitazione neuromotoria specifica**.



IL PROGETTO

Al fine di offrire un'opportunità piacevole, utile, ma soprattutto significativa per le persone che intendono aderire al presente progetto, grazie all'esperienza maturata in questi due anni di attività, l'équipe multidisciplinare coinvolta ha pensato di proporre il percorso equestre secondo queste modalità:

- **Pazienti di Montecatone**: Disponibilità per l'anno 2018-2019 ad accogliere un massimo di **15 persone ricoverate presso l'Istituto di Montecatone – Ospedale di Riabilitazione** (provenienti da tutta Italia) che siano interessate, per effettuare alcune sedute di avvicinamento all'attività equestre (per un totale di 45 incontri complessivi, pari a 22 settimane di attività).

Gli incontri saranno tenuti da personale specializzato dell'AIASPORT ONLUS e saranno precedute da un colloquio conoscitivo. In tali sedute verranno **fatte sperimentare loro le varie opportunità offerte del cavallo**:

- Relazione e conoscenza del cavallo e attività di accudimento e gestione a terra dell'animale;

- Verranno insegnati diversi modi di salita e di discesa da cavallo in base alle capacità motorie residue;
- 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.

Sarà inoltre possibile, su espressa richiesta degli interessati, **individuare eventuali maneggi nella rispettiva zona di residenza**, in grado di accogliere persone con questo tipo di problematica motoria. In questo caso sarà nostra cura preparare una relazione del percorso equestre svolto, alcune indicazioni e suggerimenti. Sarà inoltre possibile, se ritenuto utile, **un nostro contatto diretto con il centro equestre individuato**.

➤ **Pazienti in carico al Centro Sclerosi Multipla dell'Ausl di Bologna:** Disponibilità per l'anno 2018-2019 ad accogliere **4 persone in carico al Centro Sclerosi Multipla** che desiderino iniziare un percorso di avvicinamento all'attività equestre (**con 8 incontri gratuiti** per ciascuno di essi), **e a seguire, 12 incontri di prosecuzione attività equestre a quota agevolata** (sostenendo la metà dei costi) qualora i pazienti abbiano il **desiderio di proseguire l'esperienza** (con l'avallo dei referenti clinici), per loro **molto "terapeutica"** e al contempo gradita, **ma difficile da sostenere economicamente**.

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.



RISORSE UMANE IMPIEGATE:

Come per gli anni precedenti, il lavoro verrà svolto da una **équipe interdisciplinare** dell'AIASPORT Onlus composta dalle seguenti figure professionali:

un fisioterapista, due psicologhe, un'educatrice professionale, 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. Tutte le attività programmate saranno 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) **6 CAVALLI** utilizzati esclusivamente per l'attività equestre con persone disabili.

Di questi, ***i 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 quattro anni, grazie ad una generosa donazione da parte 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.

Per il lavoro a cavallo con tale tipologia di utenza l'AIASPORT ONLUS utilizza ***una sella speciale adattata***, chiamata ***"SELLA ELISA 2"***, progettata e costruita appositamente per l'ippoterapia.

RIFERIMENTO PER EVENTUALI ULTERIORI INFORMAZIONI:

Dott.ssa Maria Laura Tabacchi (Coordinatrice A.S.D. AIASPORT ONLUS)

Tel. 335.6583608

Fax 051/929351

E-mail: info@aiasport.it