

Corso di M.R.G.C. dell'area educativa ludico-sportiva

Il corso di M.R.G.C. dell'area educativa ludico-sportiva si è svolto a Milano dal 12/03/2012 al 6/04/2012, dal lunedì al venerdì, mattina e pomeriggio, tenuto dal centro A.N.I.R.E. situato c/o Caserma Santa Barbara (Piazza Perrucchetti 1).

Durante queste quattro settimane erano previste delle lezioni teoriche e alcune pratiche oltre:

- ad un esame finale;
- a delle prove pratiche in itinere;
- a 122 ore di tirocinio successive.

Collegio dei docenti:

Artuso Antonella: Dr in Medicina e Chirurgia, docente a contratto nella Facoltà di Medicina e Chirurgia –DU dei fisioterapisti di Milano, responsabile del Servizio di Riabilitazione Equestre presso il Don Gnocchi di Milano;

Citterio Karine: addetta alla Terapia con il mezzo del cavallo, Istruttore Federale, Brevetto Federale Attacchi;

Luxardo Milo: Medico Veterinario, Professore nella Facoltà di Veterinaria, Consulente Veterinario dell'Ass Nazionale Allevatori cavalli puro sangue;

Nicolas Danièle Citterio: Specializzazione in Medicina Riabilitativa – Ministero della Santé Publique – Paris, Docente Universitario nella Facoltà di Medicina e Chirurgia – D.U. dei Fisioterapisti di Brescia, iscritta all'Albo degli Psicologi della Lombardia.

Piazza Fausta: Dr in Medicina e Chirurgia, Specialista in Neuropsichiatria infantile, in Terapia Fisica e Riabilitazione, Ricercatore Universitario presso l'Università degli Studi di Pavia e Dirigente medico reparto neonatale e malattie infettive presso il Policlinico San Matteo di Pavia.

L' A.N.I.R.E. è stato riconosciuto con parere favorevole del Ministero della Sanità registrato alla Corte dei Conti, e in seguito al decreto presidenziale n.610 del 08-07-1986:

- può per ammissione ad associato, attraverso i centri –CRE operare in riabilitazione equestre e attività ludico sportive;
- può specializzare gli operatori;
- può tutelare gli utenti;
- i CRE-ANIRE possono stipulare convenzioni con ASL, Province, Comuni, Regioni.

PRIMA SETTIMANA:

Nella prima settimana, dopo aver delucidato le modalità che permettono di rendere un centro a norma di legge e quelle per tutelare l'utente, l'attenzione si è rivolta principalmente al cavallo come animale in natura e come mezzo ausiliario in terapia.

Secondo la metodologia del M.R.G.C. il cavallo può nuocere e non è la panacea che risolve tutti i problemi, quindi è importante conoscere le potenzialità e le caratteristiche di questo animale e saperle utilizzare e dosare correttamente in relazione ai bisogni e all'individualità dell'utente, grazie anche all'utilizzo di precisi ausili. Per questo motivo prima di affrontare altri temi ci è stata spiegata anche l'anatomia dell'animale e la sua biomeccanica.

Questa terapia si differenzia dalle altre perché oltre a sfruttare l'emotività e le sensazioni piacevoli che il cavallo produce nell'uomo, essendo pur sempre un animale, utilizza anche il suo movimento tridimensionale (piano orizzontale, piano sagittale, piano frontale), che al passo riproduce alcune fasi del cammino analitico umano, grazie anche a precise caratteristiche morfologiche del cavallo (importanti nella scelta dell'animale da R.E.). Inoltre alcune ore di corso sono state dedicate alla veterinaria e al primo soccorso.

La parte più pratica riguardava come approcciarsi al cavallo, come bardarlo, come pulirlo, come interpretare il suo comportamento (per prevenire situazioni di pericolo, per la scelta del cavallo idoneo alle nostre esigenze, legata anche al suo carattere) e come addestrarlo ai comandi vocali e a tutti i tipi di situazioni che si possono verificare durante una seduta di R.E.

SECONDA SETTIMANA:

Nella seconda settimana è stata affrontata la prima delle diverse aree relative ai tipi di disturbi trattabili (sono stati suddivisi in aree per facilitarci la comprensione delle diverse tecniche da utilizzare per ogni specifico problema) ossia quella dei problemi neuromotori.

Per ciascuna di queste aree sono stati elencati i punti chiave da seguire per creare una corretta e adeguata seduta di R.E. per il singolo utente.

Specificatamente all'area dei casi neuromotori: sono stati elencati gli obiettivi che la R.E. permette di raggiungere, si è parlato molto anche della postura inibitoria (che è la posizione corretta che l'utente deve assumere quando è sul cavallo, per poter aumentare l'equilibrio altrimenti instabile se venisse utilizzato l'assetto tipico dell'equitazione), dell'equilibrio, dei diversi ausili da utilizzare e delle tecniche e degli esercizi specifici per quest'area.

Invece, durante le lezioni pratiche ci sono state insegnate le salite e le discese da cavallo (la gran parte con l'aiuto della pedana) e la preparazione del cavallo all'attività ritmica, ossia come addestrare il cavallo a seguire un determinato ritmo del passo e quindi anche diverse frequenze, dalle più basse alle più alte.

Inoltre molto interessante è stato poter osservare, durante le sedute, alcuni utenti con questo tipo di problematiche. C'era stato richiesto infatti di annotare, per ogni singolo utente, tutti gli aspetti che ci erano stati spiegati durante le ore di teoria.

TERZA SETTIMANA:

L'area relativa ai disturbi psicomotori è molto interessante.

Ci sono state date delle nozioni generali di psicomotricità e di come l'uomo riceve le informazioni che derivano dall'esperienza e dall'atto motorio per mezzo di canali primitivi:

- propriocettivo;
- estero-cettivo;
- somatoestesico;
- enterocettivo;
- vestibolare;
- labirintico.

È stato interessante vedere come gli utenti attraverso attività monotone, ripetitive e ritmiche ricevessero le informazioni dall'atto motorio relative: allo schema corporeo statico rappresentato

attraverso l'atto motorio e allo schema corporeo dinamico rappresentato attraverso l'attività simbolica.

Per fare questo viene utilizzata la tecnica del fading e del rinforzo.

La parte pratica prevedeva l'osservazione degli utenti e l'affiancamento delle operatrici durante le sezioni per capire quelli che erano gli esercizi richiesti all'utente e la loro funzionalità.

Terza età:

La R.E. ha una notevole efficacia anche per quel che riguarda la terza età.

In questo caso si prendono in carico degli utenti sani, e gli obiettivi sono ben diversi:

- prevenire e mantenere:
 - lo stato psicologico;
 - la mobilizzazione articolare;
 - la dispnea;
 - il metabolismo cellulare;
 - l'attività sensoriale;
 - la circolazione;
 - l'attività cognitiva;
- ripristinare il ruolo sociale.

Sostanzialmente quello che si vuol ottenere è un benessere psico-fisico, infatti l'andare a cavallo crea comunicazione, riduce le barriere e agisce sulla sfera affettiva.

Un'altra area affrontata è quella che comprende i diversi disturbi psichiatrici e le devianze. Si è parlato quindi di come il tempo e lo spazio siano vissuti diversamente a seconda della patologia di cui l'utente soffre.

Anche in questo caso sono stati definiti quali sono e come raggiungere gli obiettivi che con la R.E. ci si prefigge (sedazione, ripristino della sfera affettiva e una finale integrazione sociale e autonomia) e di come il cavallo, nei casi psichiatrici, funga da partner relazionale: il cavallo viene utilizzato dall'operatore per fare in modo che l'utente richieda il suo aiuto e l'interazione, senza però creare una relazione troppo forte e la cui rottura potrebbe essere vissuta come un trauma.

QUARTA SETTIMANA:

In quest'ultima settimana il tema principale che è stato affrontato è la fase finale di un buon percorso di R.E. : l'integrazione sociale.

Per raggiungere una buona e futura integrazione sociale dell'utente è molto utile il laboratorio in maneggio (oltre ai lavori in sezione), perché lo aiuta a mettersi in relazione con gli altri, ma soprattutto fa sì che l'utente applichi nella vita quotidiana quello che ha appreso durante questi laboratori. Tutte le attività proposte quindi hanno una valenza e sono finalizzate.

La modalità utilizzata, per fare in modo che gli utenti apprendano, è farli scontrare con le difficoltà: dall'insuccesso al successo. Infatti deve venire da loro la soluzione del problema, che si raggiunge proprio grazie al fatto di appartenere ad un gruppo.

A questo scopo viene utilizzata anche l'attività degli attacchi e il volteggio, utilizzando sempre la stessa modalità sopradescritta.

Inoltre alcune ore sono state dedicate: a cenni d'ortopedia, a quali sono le patologie o i disturbi controindicati a questo tipo di terapia, all'impostazione del tirocinio e ad un video in cui dovevamo notare tutti gli errori e le tecniche inappropriate che si devono evitare.

Nel maneggio ci è stata data anche la possibilità (divisi in gruppi) di costruire una seduta, sia sul cavallo che a terra, prendendo in carico gli utenti (sempre sotto supervisione).

Abbiamo quindi scelto gli esercizi e giochi da fargli fare, li abbiamo affiancati e noi stessi in prima persona abbiamo giocato con loro.

L'ultimo giorno ho sostenuto l'esame della durata di un'ora e un quarto che consisteva in quattro domande aperte.

CONCLUSIONE:

Quest'esperienza durata circa un mese ha ben oltre superato le mie aspettative.

Infatti, oltre all'arricchimento personale, ha richiesto sicuramente molto impegno ed energie ma mi ha permesso di apprendere, in modo competente, tutte le tecniche necessarie per prendere in carico un utente che si presenta ad un centro.

Tutto questo ci è stato insegnato da persone molto professionali e disponibili, con le quali è stato un piacere lavorare.

In passato avevo già sentito parlare di sedute con ricaduta riabilitativa per mezzo del cavallo, ma mai avrei pensato che alla base ci fosse un utilizzo così specifico di determinate tecniche, di ausili, ma soprattutto di cavalli.

Inoltre, come sopra descritto, gli obiettivi che si possono raggiungere attraverso queste sedute sono molteplici e tra le più svariate, il che indica quanto questo metodo debba essere considerato una vera e propria risorsa.

Inoltre ciò che accomuna le sedute è: individuare, prevenire e ridurre la causa della disabilità (malattia, menomazione, svantaggio sociale), stimolare, promuovere e supportare lo sviluppo di risorse, capacità, adattamento, sempre nel rispetto dell'utente, al quale viene richiesto quello che può fare (per problemi fisici) e che sa fare (abilità residue).

STRUMENTI NECESSARI:

- **Sella con maniglia:** la maniglia è intercambiabile, ci sono due maniglie, una per i bambini, quindi è più piccola, e una per gli adulti (no alla maniglia alta ad angoli superiori). La sella deve essere il più grande possibile, prevede uno strappo che fissa lo staffile ai quartieri e due anelli da entrambe le parti per permettere l'inserimento dei due cuscini. Questa fa sì che ci sia l'allineamento asse capo-tronco e la presa bassa della maniglia inibisce la spasticità.
- **Cuscini:** a mezzaluna e di messa ad orto (di cuoio, non scamosciati).
- **Staffe:** le stesse usate in equitazione con l'aggiunta delle panchette oblique, quando necessario.
- **Le redini:** devono avere sette anelli (di qua e di là) distanti circa 10-12 cm.
- **Il ponte:** che è rimovibile.
- **Le asole.**

- Il feltro “Karine”: oppure fascione + la fascia con la maniglia incorporata (no la sella tandem).

Morfologia ideale del cavallo.

- Altezza del garrese: 1,50-1,55 max;
- L'angolo del pastorale di 130°;
- L'angolo del collo di 45°;
- L'angolo del galoppatore di 55°;
- Linea di galleggiamento parallela al suolo, perché il cavallo deve essere in equilibrio;
- Deve esserci il garrese;
- Essere reattivo;
- Deve essere lungo e avere una buona circonferenza toracica.

Dot. Romano Elisabetta