

- **Women for Action** -

Intervista con la dott.ssa Francesca Bisacco – Associazione Rubens –

- Può spiegare alla nostra audience che tipo di lavoro svolgete con l'associazione Rubens, dove operate e quali figure professionali la compongono?
- L'Associazione opera da tempo nell'ambito della riabilitazione fisica e psichica integrata con adulti e bambini, fondendo la riabilitazione equestre con diverse tecniche psicoterapeutiche, neuromotorie ed occupazionali per intervenire incisivamente nel percorso riabilitativo della persona e, quando possibile dei caregivers, incrementare le aree di forza ed ottenere il più alto livello di autonomia possibile di ognuno .

Un esempio il progetto con le donne abusate che ha lavorato sul trauma, sul corpo e sugli aspetti socio-relazionali. Questo ci è possibile grazie ad una straordinaria équipe multidisciplinare composta da medici, psicoterapeuti, terapisti della riabilitazione psichiatrica e motoria, neuromotricisti, etologi e ricercatori.

Il cavallo è un incredibile strumento di relazione grazie ad alcune caratteristiche fisiche ed etologiche che lo rendono un animale domestico unico.

Ciò che caratterizza la Rubens è però la ricerca scientifica. Prima di somministrare la riabilitazione , testiamo il protocollo di intervento sulla patologia che andiamo a trattare. In questo modo ne verifichiamo l'effettiva efficacia e stabiliamo una metodologia di intervento codificata e ripetibile.

Operiamo principalmente nel nord-italia, ma abbiamo partecipato ad alcuni progetti di ricerca svolti in collaborazione con le Università di Torino, Roma e Milano su autismo, paralisi cerebrale infantile, disturbo dell'attaccamento con famiglie adottive, psicosi cronica e in fase prodromica, anoressia e disturbo post traumatico da stress.

- Quale è il percorso umano e didattico che l'ha condotta fin qui?

Vado a cavallo da quando avevo quattro anni. I miei genitori erano separati e mio padre mi portava a montare una vecchia cavalla il we. Usava il cavallo come aiuto nella nostra relazione. A 18 anni, per caso, mi hanno regalato un cavallo, Rubens, che mi ha accompagnato e sostenuto in un momento molto difficile della mia vita. La relazione con lui mi dato forza e solidità. Poi mi sono laureata in biologia e appassionata alla natura e alla ricerca. Impossibile per me stare in un ufficio. Così ho frequentato per due anni un Master universitario di 2°livello in Pet Therapy . Ho messo tutto insieme e mi sono dedicata a tempo pieno a questo lavoro. Il primo progetto di ricerca sull'efficacia della riabilitazione equestre con pazienti psicotici gravi l'ho scritto insieme a mio padre che era psichiatra e che mi ha insegnato un grande rispetto per la diversità. E' stato il suo ultimo regalo. E' mancato prima di vedere iniziato il lavoro, che ha avuto un successo incredibile ed è stato il volano per tutto il resto. Il progetto era innovativo e ne ho potuto

raccontare gli effetti in tutta Italia, incoraggiando chi lavora in questo ambito a testare questo strumento/amico straordinario che è il cavallo.

- Ci può parlare di Rubens, il cavallo che dà il nome alla sua associazione?

Come ho detto Rubens mi è stato regalato. Il nostro primo incontro è stato disastroso, siamo finiti tutti e due a terra con un grande spavento per entrambi. Era un cavallo pieno di forza e irruenza e anche lui veniva da un passato difficile. Così, decisi di prenderlo ugualmente, ma avevo una gran paura di rimontarci sopra. Tutti in scuderia mi davano consigli tecnici, ma noi avevamo solo bisogno di conoscerci e di fidarci l'uno dell'altra. In fondo anche tra le persone ci vuole tempo, perché con i cavalli, che in più sono prede, dovrebbe essere diverso?

Così una mattina andai da lui molto presto, la scuderia deserta, lo guardai negli occhi e gli dissi che in quel momento ci saremmo giocati tutto. Avevo un mese per riuscire a cavalcarlo, senno' avrei dovuto restituirlo. Lui si fidò di me e io di lui e da lì nacque una storia di grande amicizia che è durata 14 anni.

- Cosa rende il cavallo un animale speciale ed adatto nella pratica di interventi assistiti con gli animali? Cosa differenzia, nella pratica, l'utilizzo di un cavallo o di un cane e quali loro caratteristiche li rendono più adatti per un tipo di intervento e/o patologia piuttosto che di un altro?

Innanzitutto la grandezza. È l'animale domestico più imponente che abbiamo. Questa caratteristica ci permette di lavorare su diversi aspetti, quali la paura, la gestione dell'ansia, il senso di potenza e autoefficacia, di protezione. Avere un amico di 500/600 kg rende fieri! Poi la bellezza e il potere iconografico che alimenta l'immaginario e la sfera simbolica ed infine, a differenza del cane è una preda e come tale diffidente. La relazione con il cane ci appartiene molto di più perché come noi sono carnivori e predatori. Un cane tendenzialmente ci correrà incontro scodinzolando anche al primo incontro, mentre la fiducia di un cavallo va conquistata ed è un processo lungo e complesso che richiede un'ottima gestione del corpo e degli impulsi. Se un paziente si mostra aggressivo, il cavallo non si avvicinerà mai.

- Quale è la situazione normativa attuale in Italia relativamente agli IAA?

Il 25 marzo 2015 sono state approvate le Linee Guida Nazionali in Pet Therapy che regolamentano gli Interventi Educativi (EAA) e quelli Terapeutici (TAA), individuando le figure sanitarie e non coinvolte nell'équipe multidisciplinare ed il percorso formativo che devono seguire.

Alcune Regioni poi, come il Piemonte, dispongono di una legge ad hoc che ne regola l'applicazione sul territorio. Io faccio parte della Commissione della Regione Piemonte. A livello Nazionale c'è un Centro di Referenza, voluto dal Ministero della Salute che coordina le diverse realtà.

Sicuramente c'è ancora molto da fare, ad esempio non esiste un Albo per questa professione, ma rispetto a qualche anno fa, sono stati fatti enormi passi avanti e c'è

anche una più forte volontà politica di sfruttare il potere degli animali in ambito sanitario.

- Ci può parlare del suo progetto di riabilitazione equestre dedicato alle donne vittime nel passato di violenza sessuale e/o domestica e soggette a PTSD complesso (Post Traumatic Stress Disorder)?

Il progetto è nato per rispondere ad una necessità sul territorio. Abbiamo deciso di intervenire su donne vittime di abuso a causa dell'alta incidenza di casi. Abbiamo individuato come obiettivi principali l'elaborazione del trauma attraverso una tecnica psicoterapeutica denominata EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), il recupero di una dimensione sana del corpo attraverso il contatto ed esercizi specifici con il cavallo e la Mindfulness ed il reinserimento sociale, in particolare attraverso lo stimolo alla relazione mediato dalla presenza dell'elemento comune motivante che è il cavallo e dell'attività di gruppo.

Il progetto, oltre ad aver dato risultati inaspettati relativamente al desiderio di esprimersi e comunicare e al miglioramento del tono dell'umore, ha creato un gruppo di persone motivate e ricche di nuova speranza che hanno fatto rete e ancora oggi si supportano vicendevolmente.

- Ci può parlare delle tecniche di intervento utilizzate: Mindfulness, EMDR e Riabilitazione Equestre. Come si sono interfacciate e quali sono stati i risultati?

La nostra équipe collabora, a seconda delle patologie trattate, con specialisti esterni. Per questo ed altri progetti ci siamo avvalsi di psicoterapeuti esperti in Mindfulness e EMDR. La prima è una tecnica che deriva dalla meditazione Buddhista ed è orientata alla percezione e dei propri stati d'animo e all'ascolto del proprio corpo nel momento presente. La consapevolezza che ne deriva aiuta il superamento del disagio. La seconda è una tecnica che ha fondamenti neurofisiologici ed è particolarmente efficace nel trattamento di traumi o stress acuti. Questa metodologia utilizza i movimenti oculari o altre forme di stimolazione alternata destro/sinistra, per ristabilire l'equilibrio eccitatorio/inibitorio, provocando così una migliore comunicazione tra gli emisferi cerebrali. Quando avviene un evento "traumatico" viene disturbato questo equilibrio necessario per l'elaborazione dell'informazione e il trauma viene "congelato" nella sua forma ansiogena originale e può provocare patologie come il DPTS. La riabilitazione equestre è spesso di supporto alla psicoterapia. Abbiamo trattato casi in cui il paziente per anni non ha voluto interagire con il proprio medico e dopo due mesi di trattamento con il cavallo si è aperto al dialogo ed ha accettato i trattamenti. Con queste donne abbiamo lavorato sulla relazione sana con l'animale, sul recupero della fiducia nell'altro e sulla relazione con il corpo. Dopo un abuso anche solo il gesto di aprire le gambe per montare a cavallo rappresenta il superamento di una paura viscerale ed enorme.

Tengo a dire che per sfruttare al meglio le potenzialità del cavallo è necessario costruire dei progetti riabilitativi ad hoc per ciascun individuo che coinvolgano anche altri specialisti.

- Lei ha anche collaborato alla stesura del progetto pilota “Efficacia della riabilitazione equestre con pazienti affette da anoressia nervosa”: ce ne può parlare? Anche in questo caso ritorna la percezione del proprio corpo, in questo caso quasi inesistente, con animali enormi e possenti. Per il progetto erano previsti cavalli da tiro che pesano anche 900 kg. Oltre a questo, poiché anoressia è il sintomo di un disagio ben più profondo, si lavora sull'autonomia e quindi l'emancipazione dalle figure genitoriali e sul senso di autoefficacia. L'autostima passa attraverso canali positivi e non attraverso il controllo sulla fame. Il cavallo è strumento di identificazione rispetto alla propria bellezza interiore e non esteriore.

- Lei e la sua equipe lavorate anche con bambini e con pazienti psicotici. Ci può parlare di queste esperienze di pratica e di ricerca e dei loro risultati?

Il nostro gruppo è specializzato in malattie psichiatriche e disturbi del comportamento. Trattiamo numerosi adulti psichiatrici, con un protocollo ormai consolidato nel tempo che da risultati enormi in quasi tutti i casi. La vera differenza rispetto ai trattamenti riabilitativi più tradizionali è data dal contesto nel quale vengono svolte le sedute. Lavorare in un ambiente demedicalizzato come il maneggio inserisce subito il paziente in una realtà più “normale” e lo stimola alla relazione e all'autonomia.

Ci sono stati casi eclatanti come un giovane paziente psichiatrico che è arrivato da noi muto e con un cappellino da baseball calato sugli occhi, estraneo a qualsiasi realtà sociale ed impermeabile al contatto con il proprio terapeuta e che oggi viene tre volte alla settimana al maneggio, saluta tutti noi baciandoci e abbracciandoci e con un vigoroso “CIAO” e ha iniziato a frequentare i Servizi e lo psichiatra, a prendere i pulmann e soprattutto si è impegnato in una borsa lavoro, ovviamente con i cavalli....

La nostra Associazione si occupa anche della formazione professionale dei pazienti e del loro inserimento lavorativo, preparandoli sia tecnicamente che sostenendoli psicologicamente. La presenza del cavallo e la sua forza motivazionale, garantisce una continuità ed una resistenza alla fatica impensabili che in molti altri ambiti.

Trattiamo anche numerosi bambini. Tre anni fa abbiamo partecipato ad una ricerca scientifica nazionale, promossa dall'Istituto Superiore di Sanità, sull'efficacia della riabilitazione equestre con 56 bambini autistici. Rispetto al gruppo di controllo è emerso un significativo miglioramento in termini di adattabilità all'ambiente, problem solving, durata dei tempi di attenzione, fondamentali per l'inserimento scolastico e capacità motorie e di controllo degli impulsi. I DSA sono complessi e pertanto l'intera équipe ha svolto una formazione specifica in questo ambito prima di iniziare il trattamento.

Sempre più numerosi sono poi ahimè i bambini con problemi relazionali. L'utilizzo di strumenti elettronici, la deprivazione relazionale, l'iper protettività dei genitori e la mancanza di confronto, impediscono il corretto sviluppo della personalità dei ragazzi. In questo caso il cavallo viene usato come strumento nell'acquisizione di regole comportamentali e come cornice solida all'interno della quale scoprire e sperimentare relazioni, forze e debolezze.

- Ci può parlare del metodo delle 3C (Conoscenza, Capacità, Confronto) utilizzato nella vostra pratica terapeutica?

Un percorso di riabilitazione equestre è un grande impegno emotivo e fisico e richiede l'acquisizione di capacità specifiche ed il confronto con un animale imponente. Per questo è importante che tutto si svolga in modo graduale. Il metodo delle 3C è stato inventato per scomporre il percorso riabilitativo in tre momenti fondamentali. La prima parte è dedicata alla conoscenza del mondo legato al cavallo, della sua etologia e abitudini di vita. Riteniamo che l'amicizia passi attraverso la conoscenza reciproca. Il secondo importante passo è l'acquisizione di nuove capacità/abilità relative al cavallo (portarlo alla longhina, girarlo alla corda, sellarlo, etc...) e infine il momento in cui l'esperienza e ciò che si è imparato viene fatto vedere agli altri. Il momento del confronto, svolto attraverso dei saggi, spettacoli o inversioni di ruolo, è la restituzione oggettiva del proprio arricchimento e lascia la consapevolezza di quanto vissuto.

- Come si tutela il benessere dell'animale oltre a quello della persona?

L'Associazione collabora con l'Università di Medicina Veterinaria che si occupa di monitorare il benessere dei cavalli che impieghiamo in riabilitazione. Lo fa con dei test periodici attitudinali, esami del sangue per valutare il cortisolo (ormone dello stress) e cardiofrequenzimetro. Da un recente studio è emerso che i cavalli sono più stressati quando montati da cavalieri professionisti che da disabili. Importante è che i cavalli facciano diverse attività e non solo riabilitazione e che possano godere di momenti in libertà in paddock.

- Cosa consiglierebbe ad una ragazza che volesse seguire il suo percorso umano e professionale?

E' un lavoro meraviglioso, ricco di enormi gratificazioni umane e professionali. Richiede però una lunghissima preparazione tecnica ed è duro dal punto di vista fisico e si lavora esposti a qualsiasi clima. Poter lavorare con i cavalli e con un'équipe così generosa e preparata, è veramente bellissimo.

- Quale è il sogno che vorrebbe realizzare?

Creare un grande centro riabilitativo polifunzionale con i cavalli all'interno, in grado di accompagnare giovani ragazzi nel loro percorso di crescita ed aiutarli a vivere con le proprie disabilità.

E fra un po' di tempo vorrei creare un'Accademia di formazione sulla riabilitazione equestre ed organizzare scambi con professionisti e ragazzi provenienti dall'estero.

Chiara Cola

European Market Strategist

Women for Action