

Pet Therapy assistita

La ricerca dimostra che avere un animale può dare una vasta gamma di benefici sulla salute ed emotive per i neonati ed i bambini. La maggior parte sono associati con il rilascio di un ormone, l'ossitocina. L'ossitocina è stato definito l'ormone della 'coccola', dell' 'amore' o dell' 'attaccamento' per il suo ruolo nel facilitare il legame e l'attaccamento a lungo termine. Accarezzare, abbracciare, tenere o dare colpetti ad un animale rilascia ossitocina nella circolazione allo stesso modo di un abbraccio di un adulto familiare, dando origine a sensazioni di felicità, calma e allegria. Come conseguenza, il bambino diventa meno ansioso e più disposto a fare amicizia. L'ormone inoltre aumenta le sensazioni emotive verso oggetti inanimati, che è il motivo per cui alcune persone danno il nome alla loro auto, piangono quando vendono cose di loro proprietà e mostrano generosità verso un completo sconosciuto. Allo stesso modo, l'ossitocina determina l'attaccamento ad un peluche o ad una copertina speciale, finché è associato alle sensazioni di conforto e calore tra il bambino ed il genitore.

Gli studi dimostrano che i bambini con un basso livello di ossitocina sono più vulnerabili a disturbi emotivi e comportamentali. Anche alcune funzioni dell'apprendimento e della memoria potrebbero essere indebolite. Un contatto stretto con un animale, ad ogni modo, stimola il rilascio dell'ormone. In alcuni casi, i livelli di ossitocina aumentano entro pochi minuti da che si tocca o si accarezza un animale. Nelle situazioni della prima infanzia in cui sono presenti animali o animali domestici, i bambini beneficiano di competenze cognitive e linguistiche migliori. Inoltre imparano la responsabilità, la gentilezza, la lealtà, la condivisione e l'amore. Tutte queste qualità sono essenziali per lo sviluppo della loro salute e benessere.

Ossitocina

L'ossitocina è prodotta principalmente nell'ipotalamo, dove è rilasciata nel sistema circolatorio e nel sistema nervosa centrale dalla ghiandola pituitaria. Il rilascio di ossitocina nel cervello è stimolato dal tatto, da odori piacevoli e dal contatto sociale.

L'ossitocina ha numerosi benefici sulla salute. Alcuni di questi includono:

- La stimolazione del sistema immunitario
- Riduzione del dolore
- Un ritmo cardiac e respiratorio più stabili
- Riduzione dei livelli di colesterolo
- Sonno più profondo

- Ansia e stress ridotti
- Aumento dell'appetito
- Migliore attenzione e memoria
- Aumento della sicurezza e dell'autostima
- Miglioramento della capacità comunicativa e di lettura
- Aumento del desiderio di contatto sociale

L'ossitocina è un ormone importante nel promuovere il comportamento materno, il legame e l'attaccamento. Nelle fasi conclusive della gravidanza, i recettori dell'ossitocina nel cervello della madre si moltiplicano rapidamente preparandola per il compito, l'allattamento e la maternità. I livelli di ossitocina raggiungono il massimo durante il compito causando cambiamenti permanenti alle giunzioni dei nervi nella parte destra del cervello. Questo ha un effetto straordinario sulle risposte emotive della madre verso il suo bambino. Inoltre l'ossitocina protegge il bambino dalla privazione di ossigeno durante il parto. Nel maschio che è presente prima e dopo la nascita, alti livelli di ossitocina lo incoraggiano a sentirsi coinvolto nella cura del bambino.

L'allattamento favorisce il rilascio di ossitocina attraverso la madre e il bambino favorendo una sensazione di calma, soddisfazione e benessere. Un regolare contatto fisico aumenta l'effetto. L'ormone aumenta il flusso di sangue alla pelle, cosa che aggiunge al calore del corpo del genitore e alla sensazione di amore verso il bambino. La risposta è reciproca. I piedi del bambino si riscaldano e il bambino diventa più calmo e più interessato all'interazione sociale.

La risposta dell'ossitocina non è automatica. I bambini per i quali la prima cura ha incluso ansia, rabbia, abuso o rifiuto hanno livelli più bassi di ormone nel loro sangue. Alcuni saranno incapaci di produrre ossitocina in risposta a qualsiasi contatto. Come conseguenza, potrebbero avere difficoltà emotive e comportamentali quando andranno all'asilo o a scuola. Autismo, iperattività da disturbo dell'attenzione, depressione, comportamento antisociale, aggressività, difficoltà di apprendimento incapacità di fare amicizia sono tutti associati con bassi livelli di questo importante ormone. Questo è il motivo per cui le cure che hanno come risposta la produzione di ossitocina nel primo anno di vita sono così importanti.

Gli studi hanno dimostrato che la terapia con gli animali può avere un impatto positivo sui bambini con problemi emotivi o comportamentali. Una recente ricerca nel settore dell'autismo ha mostrato che accarezzare o abbracciare un animale domestico favorisce il rilascio di

ossitocina, cosa che reduce lo stress, la tensione muscolare e l'ansia. Nelle scuole, la presenza di un animale domestico è stato dimostrato che promuove la fiducia e l'affetto tra gli allievi. È diminuito anche il bullismo e sono migliorati risultati nella lettura.

Terapia con gli animali

L'uso di animali nella cura della salute risale alla fine del XVIII sec. La prima terapia con gli animali fu adoperata al York Retreat in Inghilterra, dove pazienti psichiatrici beneficiarono del prestare cura a piccoli animali da fattoria. Florence Nightingale inoltre scoprì che piccoli animali domestici sono eccellenti compagni per i malati. Studi successivi dimostrarono che l'attaccamento ad un animale domestico è efficace nel ridurre crisi epilettiche. Da allora, sono stati usati una miriade di trattamenti con animali per un vasto numero di disturbi e condizioni. Per esempio, l'equitazione ha aiutato a migliorare in controllo motorio e l'equilibrio in bambini con disturbi neurologici. Centri dove i delfini sono tenuti in un ambiente chiuso hanno portato benefici a bambini con la sindrome di Down, autismo e paralisi cerebrale. Anche pesci, uccelli, rettili, maiali panciuti, capre e lama hanno riempito le vite di bambini con bisogni e disabilità particolari.

Pet therapy

La Pet therapy è diventata un valido aiuto per bambini malati o abusati. I bambini di solito sono estremamente fiduciosi e creano facilmente un livello di intimità con gli animali. Questo legame speciale contribuisce all'efficacia dell'animale come coterapeuta. Soprattutto, gli animali danno sostegno emotivo e amore incondizionato ai bambini che non ricevono cure e attenzione di cui hanno così disperatamente bisogno. Inoltre danno benefici positivi per bambini con difficoltà a parlare e di linguaggio. Gli animali offrono l'opportunità di fare esercizio, di comunicare, di cooperare e di divertirsi. Inoltre consentono ai bambini di provare nuovi odori, suoni e consistenze. Infatti, la compagnia di un animale è stato dimostrato che è meglio di terapie convenzionali tipo programmi di arti e mestieri per il miglioramento della salute generale.

I piccoli animali sono una delle migliori cure per la solitudine e l'isolamento, soprattutto negli anziani. Bambini ricoverati in ospedale che hanno visite regolari da animali addestrati sono più ricettivi alle cure mediche. Semplicemente accarezzare o toccare il pelo di un animale può avere un impatto molto positivo sulla qualità della vita del bambino.

Attività ed escursioni

Per molti bambini, i piccoli animali offrono l'opportunità di dare e ricevere amore. Tuttavia, se è impossibile avere un animale domestico, i genitori e gli operatori possono garantire che i bambini ne beneficiano nei seguenti modi::

- Visitare un allevamento o un centro di animali dove i bambini possono coccolare gli agnelli, conigli e porcellini d'India.
- Curare un animale per un periodo di tempo
- Programmare una passeggiata nella natura e riconoscere i versi di uccelli e animali.
- Organizzare una settimana speciale, dove i bambini possono portare i loro animali.
- Portare i bambini in un acquario, dove possano vedere delfini, foche e altri animali marini in condizioni semi-naturali.
- Invitare un cane guida.
- Consentire ai bambini di portare i loro peluche o oggetti consolatori che offrono conforto e sicurezza quando ne hanno bisogno.
- Affiggere immagini di animali nella stanza, indicarli e fare il loro verso.
- Avviare un progetto con animali e progettare un programma di cura per ogni animale.
- Invitare un esperto di animali per parlare alla classe.
- Visitare uno zoo o portare lo zoo a scuola (vedi 'Risorse utili').
- Allestire un acquario in classe.
- Promuovere il rilassamento con l'ascolto dei versi di balene e delfini.
- Allestire una 'mangiatoia per uccelli' fuori dalla finestra.
- Portare materiale preso da internet in classe.

Allergie

Fino a poco tempo fa, si è ipotizzato che gli animali domestici aumentassero il rischio di asma e allergie nell'infanzia. L'evidenza suggerisce che è vero il contrario. I bambini che crescono con animali durante il primo anno di vita hanno un sistema immunitario molto più forte di bambini cresciuti senza. L'esposizione precoce alle endotossine (prodotti di decomposizione di batteri), che si trovano comunemente nelle bocche di cani e gatti, possono ridurre le risposte allergiche agli acari della polvere, ai pollini dell'erba e alle spore di muffe, man mano che il bambino cresce.

Contraddizioni

Nonostante i numerosi vantaggi della pet therapy, sono state espresse preoccupazioni su questioni di sicurezza, come morsi e reazioni ostili. Tuttavia, non ci sono casi documentati che dimostrino che la terapia sotto controllo costituisca un rischio per i bambini.

Gli animali da terapia sono valutati da un veterinario per la salute, il temperamento e il comportamento. Sono anche addestrati a essere calmi e gentili.

Le interazioni con animali domestici dovrebbero essere sempre strettamente sorvegliate. Anche se la maggior parte degli animali si affeziona ai bambini, un neonato o un bambino non deve mai essere lasciato solo con lui. I cani raramente attaccano i bambini, ma se messo da parte, che può attirare l'attenzione ringhiando e mordendo. Spesso i proprietari fanno l'errore di ignorare l'animale quando il bambino è sveglio. L'animale quindi associa la presenza del bambino con il fatto di essere trascurato. Studi a lungo termine hanno dimostrato che l'incidenza di morsi e graffi è molto bassa, a meno che l'animale abbia poche attenzioni, sia spaventato o trascurato.

Promuovere una buona prassi

L'organizzazione dei primi anni può promuovere una buona prassi fissando alti standard nella cura degli animali e costituendo un buon esempio. Incoraggiare i bambini ad avere la responsabilità del benessere di un animale è una importante lezione per loro.

Incoraggiare ed elogiare sono importanti nel favorire l'autostima e la sicurezza e nessun bambino dovrebbe sentirsi inadeguato o incapace di accudire un animale.

Prima di prendere un animale, bisogna verificare la specie presa in considerazione, nonché le risorse necessarie. Si dovrebbe avere un documento scritto sulle procedure di gestione e un programma di cura individuale per l'animale. Così facendo, tutti beneficeranno dei molti vantaggi di avere un animale. Anche la produzione di ossitocina aumenta notevolmente.

Punti chiave

- La ricerca dimostra che un'interazione regolare e affezionata con un adulto affettuoso aumenta i livelli di ossitocina nel bambino.
- Uno stretto contatto fisico con un animale può stimolare il rilascio di ossitocina nei bambini che hanno bassi livelli dell'ormone nel sangue.
- L'ossitocina in risposta alle cure nel primo anno di vita incide sulla capacità di fare amicizia e costruire relazioni affettive in futuro.

- Avere un animale aumenta il flusso di ossitocina, cosa che a sua volta migliora la salute e rende la vita più gestibile.

Risorse utili:

'Animal Encounters' (www.animalencountersltd.co.uk) offre ai bambini l'opportunità di vedere e toccare draghi barbuti, volpi, serpenti e una varietà di animali selvaggi in classe. Gli educatori dovranno pagare per questa attività, ma è personalmente raccomandata come un'esperienza meravigliosa e memorabile!

'Pets as Therapy' (www.petsastherapy.org.uk) volontari portano cani e gatti in molti posti, inclusi ospedali e scuole. Gli animali offrono conforto, compagnia e terapia a chi ne ha bisogno.

'Guide dogs for the Blind Association' (www.guidedogs.org.uk). Registrati per ricevere notizie sulle attività di cani guida, eventi di raccolta fondi, 'Pups club' e visite nelle scuole.

'National Pet Month' (www.nationalpetmonth.org.uk). Se stai pensando di prendere un animale per ambienti per la prima infanzia, allora questo è un sito che vale la pena visitare!