



Disturbi dello spettro autistico

I giovani con disturbo dello spettro autistico sono a forte rischio di inattività ed obesità, deficit sociali e comportamentali che spesso sono associati alla malattia. L'attività motoria è importantissima per il corretto sviluppo dell'individuo, per una persona con autismo può rappresentare, inoltre, un'importante occasione per lo sviluppo di abilità funzionali proprio nelle aree che risultano maggiormente compromesse dal disturbo: l'area della comunicazione, quella dell'interazione sociale, degli interessi e del comportamento in genere. Gli interventi di attività fisica per i bambini con autismo mostrano sempre risultati senza dubbio incoraggianti, ma l'evidenza è limitata, il che rende difficile trarre conclusioni. Pochi sono stati i lavori di ricerca relativi all'attività motoria sui minori con ASD e hanno puntato l'accento sull'uso di esercizi motori volti a diminuire i fenomeni motori di auto-stimolazione o i comportamenti disadattivi. I risultati di tali studi risultano positivi, anche se non esistono studi a lungo termine su questo argomento.

Sebbene i benefici dell'attività fisica siano ancora in fase di studio, vi è un accordo unanime sul fatto che i bambini con sindromi autistiche possano trarre beneficio da una prescrizione di attività fisica. Infatti uno degli aspetti più distintivi delle forme di autismo è la difficoltà nell'esprimere le emozioni e nel codificare quelle altrui; questo vale anche nelle forme ad alto funzionamento come ad esempio la sindrome di Asperger, dove la persona fatica ad entrare in relazione con l'altro. Questo contatto tra sé e l'altro può essere però sostenuto e facilitato grazie ad alcuni strumenti che aiutano la persona autistica ad avvicinarsi al mondo esterno.

Tra questi, il cavallo rappresenta uno dei mezzi più efficaci e indicati poiché permette di stimolare la persona su più piani: da quello emotivo a quello sensoriale e affettivo sino a quello cognitivo e sociale; inoltre fornisce la possibilità di attenuare le eventuali difficoltà motorie che possono essere coinvolte. Il cavallo può aiutare la persona autistica ad entrare in contatto col mondo esterno poiché possiede alcune caratteristiche peculiari che lo rendono unico e prezioso. Anzitutto risveglia tutti i sensi del cavaliere autistico: il suo movimento, il suo calore e il suo odore fanno sì che tutti i sensi siano in gioco. Solamente però grazie alla competenza e alla presenza di tecnici esperti nel

settore l'unione tra essere umano e nobile animale può portare a risultati significativi e benefici.

L'ippoterapia potenzia infatti differenti ambiti della persona, anzitutto le capacità motorie/posturali. La persona autistica deve infatti fronteggiare una nuova situazione che lo obbliga ad adattarsi alla condizione "in sella" e a utilizzare le sue potenzialità muscolari per mantenere l'equilibrio rinforzando in questo modo il proprio tono muscolare. Inoltre favorisce un certo rilassamento dovuto alla posizione e alla necessità di entrare in sintonia con l'animale; la forza del cavallo e le sue reazioni obbligano poi a controllarsi: l'animale rimanda infatti le reazioni del suo cavaliere. La rieducazione equestre sostiene e sviluppa le capacità intellettive poiché durante l'attività in sella l'attenzione, la concentrazione e la memoria sono necessarie per rimanere all'interno del setting che coinvolge la persona insieme all'animale e all'operatore che conduce il lavoro. Grazie poi ad un avvicinamento progressivo al cavallo che rinforza la fiducia reciproca, la persona autistica ha modo di controllare maggiormente le sue paure ed ansie.