

PARAENDURANCE

Una nuova risorsa per lo sport - Un progetto scientifico



Dipartimento Riabilitazione Equestre

SORBELLO EDITORE

IL PARAENDURANCE:

una nuova risorsa sportiva, un progetto scientifico

Il Paraendurance si svolge in aperta campagna lungo tracciati dove le prove sono testate e giudicate secondo il Regolamento della Federazione Italiana Sport Equestri che è affiliata Federazione Equestre Internazionale dalla quale è riconosciuta quale unico rappresentante degli Sport Equestri in Italia.

I principali obiettivi rivolti ai cavalieri che praticano il Paraendurance sono: facilitare l'interazione e l'integrazione sociale, stimolare l'attenzione per l'ambiente circostante, favorire la gratificazione personale, creare abitudine alla stanchezza fisica al fine di ottenere allenamento ed efficienza motoria, migliorare il comportamento interattivo e la comunicazione verbale essenzialmente attraverso la cura e l'attenzione per il proprio cavallo.

L'uso terapeutico del cavallo nel trattamento riabilitativo dei disturbi mentali, prevede fondamentalmente la dimensione relazionale come strumento operativo. Una relazione che si basa largamente sul riconoscere l'altro diverso da sé, innescando il processo di "prendersi cura di" con acquisizione profonda di competenze etologiche che permettano la comunicazione reale e corretta con il cavallo. L'operazione psichica del ragionare sul funzionamento mentale altrui prende il nome di metacognizione, funzione compromessa nelle patologie di area psicotica e nella disabilità cognitiva. D'altro canto, la relazione con il cavallo ed il livello di sintonia e capacità di comprensione di esso sono anche il focus centrale nella costruzione di un binomio di successo in una disciplina come l'Endurance. Ecco quindi che il Paraendurance si pone come logica evoluzione agonistica del percorso riabilitativo di molte patologie, soprattutto appartenenti all'area psichica.



Federazione Italiana Sport Equestri



Federazione Italiana Sport Equestri

PARANDURANCE

Una nuova risorsa per lo sport - Un progetto scientifico

SORBELLO EDITORE



©Federazione Italiana Sport Equestri - 2015

©Editore: Sorbello - 2015

ISBN: 9788888445519

Testi:

Barbara Ardu, Francesca Gentile, Gianluigi Giovagnoli, Stefano Seripa,
Antonio Luca Sorbello

Immagini: Archivio FISE

Illustrazioni:

kreaillustrazioni@gmail.com - Roma

Divieto di riproduzione totale o parziale e in qualunque forma del testo senza l'autorizzazione dell'Editore

INDICE

INTRODUZIONE	pag.	9
ELEMENTI DELL'ENDURANCE Cavallo e caratteristiche	pag.	15
PATOLOGIE	pag.	27
- Paraendurance tra sport e riabilitazione	pag.	29
- Paraendurance e specifiche patologie	pag.	31
- Disturbi Schizofrenici e Psicosi	pag.	32
- Ritardo Mentale	pag.	35
- Esito da PCI	pag.	37
- Disturbi sensoriali	pag.	39
- Altre patologie e condizioni di interesse	pag.	40
ELEMENTI DI PREPARAZIONE PER LE GARE DI ENDURANCE PER DISABILI	pag.	43
- Organizzare sedute di allenamento	pag.	46
- Lavoro in campo ed in passeggiata	pag.	47
- Linee guida	pag.	50
- Regolamento manifestazioni di Paraendurance	pag.	53

ASPETTI ETOLOGICI DEL CAVALLO DA PARAENDURANCE	pag. 57
LA FIGURA DELL'ACCOMPAGNATORE	pag. 79
LA PROVA	pag. 81
CONCLUSIONI	pag. 85
APPENDICE: Circuito Preparatorio di base F.I.S.E.	pag. 89

INTRODUZIONE

Nei secoli il cavallo è sempre stato un compagno di vita dell'uomo e ha sempre collaborato alle innumerevoli attività, cui - giorno dopo giorno - da sempre è stato sottoposto.

Compagno di battaglia o valido aiuto nel lavoro dei campi, questo splendido animale non si è mai tirato indietro, vivendo questo rapporto più come un partner, che come un "mezzo" di lavoro.

Impiegato successivamente nello sport e ormai riconosciuto in pratica come "animale d'affezione" da tempo per il cavallo si sono aperte nuove interessanti frontiere, perché studi di prestigiosi medici e scienziati lo vedono, ormai sempre più, come un vero protagonista delle attività sociali.

Facilitare l'interazione sociale, stimolare l'attenzione per l'ambiente circostante, favorire la gratificazione personale e migliorare il comportamento interattivo e la comunicazione verbale. Sono queste solo alcune delle più importanti caratteristiche, che oggi possono essere messe in risalto nei disabili grazie al rapporto con il cavallo.

In questo contesto si inseriscono, infatti, tutte quelle attività che riguardano il comparto riabilitativo e ancor più nello specifico le discipline pre-sportive.

Proprio in questo di contesto, peraltro, si inserisce il Paraendurance. È sempre maggiore l'interesse della Federazione tramite la Commissione R.E. che ha sviluppato il progetto presentato in occasione del XV Congresso Internazionale organizzato dalla HETI (Federation of Horses in Education and Therapy International), in una relazione di Antonio Luca Sorbello, titolare dell'omonima casa editrice. Il Paraendurance è diventata oggi una vera e importantissima

realità presentata a tutto tondo in questo testo, per il quale mi onoro di scrivere l'introduzione.

Credo, inoltre, che l'idea di inserire il Paraendurance nel percorso riabilitativo sia senz'altro una iniziativa vincente che fa in modo che questa disciplina e le attività ad essa collegate diventino una vera risorsa sportiva.

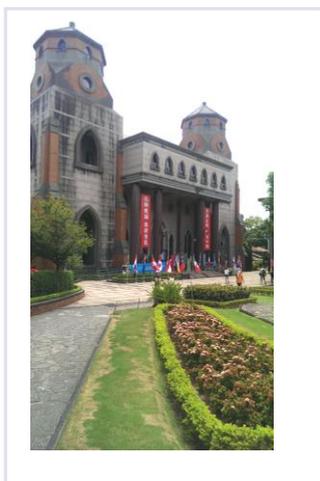
Voglio formulare il mio personale ringraziamento alla casa editrice che con tanti sforzi ha dato vita a un testo di basilare importanza per tutto il nostro mondo. Il mio auspicio è che questa possa essere la prima di una lunga serie di iniziative, che contribuiscano a porre l'accento sull'importanza del rapporto uomo-cavallo.

Cav. Vittorio Orlandi
Presidente Federazione Italiana Sport Equestri

UNA PRESENTAZIONE A LIVELLO MONDIALE

XV Congresso Internazionale organizzato dalla HETI
(Federation of Horses in Education and Therapy International)
a Taiwan

L'obiettivo sportivo internazionale è l'inserimento del Paraendurance nel contesto delle discipline della Federazione Equestre Internazionale



PARANDURANCE

Una nuova risorsa per lo sport - Un progetto scientifico

ELEMENTI DELL'ENDURANCE

Cavallo e caratteristiche

Antonio Luca Sorbello

Gianluigi Giovagnoli

L'**Endurance** è uno degli sport equestri di maggior diffusione al mondo. Le competizioni consistono in corse di resistenza su percorsi di varia natura ed un chilometraggio che varia dai 30 ai 160 km a seconda delle categorie. Appare quindi evidente l'importanza del cavallo e di alcuni fondamentali aspetti ad esso connessi.

La razza del cavallo

Parlando di razze è ormai risaputo che l'Arabo la fa da padrone in questa disciplina. Tuttavia ci sono anche individui di altre razze che possono eccellere in endurance e non tutti gli arabi sono dei candidati adatti, basti pensare alle enormi differenze fenotipiche¹ che caratterizzano le due principali linee di sangue di questa importantissima razza:

1) linea corsa/endurance

2) linea morfologia

Quando si deve affrontare una gara piatta (in pianura) spesso è meglio poter disporre di un cavallo alto e longilineo, piuttosto che di un cavallino alto 1,45 che faticherà certamente a tenere il passo. Mentre lo stesso cavallino, precedentemente giudicato piccolo, sarà con molta probabilità un ottimo scalatore e avrà più possibilità, dando del filo da torcere ai cavalli più grossi e pesanti, nelle gare in montagna. In ogni caso bisogna considerare di scegliere un cavallo che non sia troppo

¹ Per **genotipo** s'intende la peculiare costituzione genetica di un organismo vivente. Per **fenotipo** s'intendono le caratteristiche osservabili di un organismo vivente, ovvero le sole caratteristiche genetiche (morfologia, metabolismo, comportamento) che siano effettivamente riuscite a esprimersi e non tutte le altre caratteristiche genetiche che restano quindi solo potenziali.

pesante, che non abbia una muscolatura troppo massiccia ma che sia più longilineo e con un fisico tipicamente aerobico. (Figura n°1)

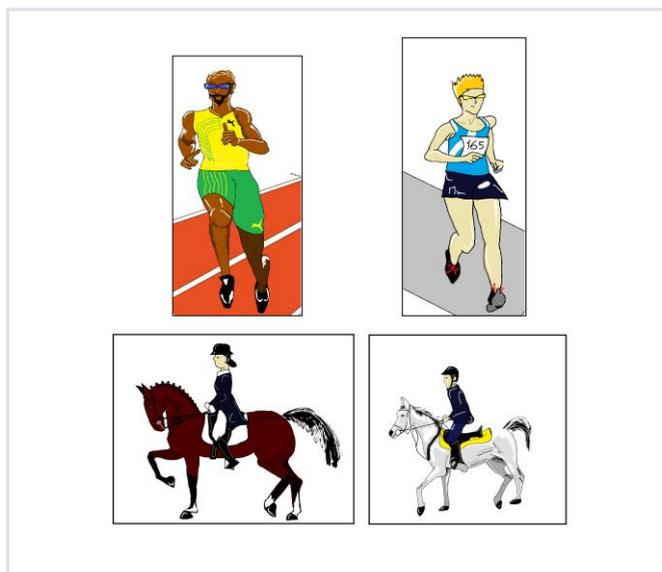


Figura n°1

La pelle deve essere sottile e ricca di vasi sanguigni per facilitare la dissipazione del calore accumulato con lo sforzo. Queste caratteristiche sono facilmente riscontrabili nell'arabo e nei suoi derivati, ecco perché spesso sia il favorito nella scelta di un soggetto da endurance, specie per le competizioni a più alto livello mondiale.

Età

In genere si usa considerare che l'età ottimale per cominciare doma ed addestramento è intorno ai 3-4 anni. Tipicamente per consentire al cavallo di essere montato a maturazione scheletrica completamente ultimata. Tuttavia, più recentemente, si è constatato che soggetti abituati all'uomo già dalla nascita, precocemente manipolati ed esercitati

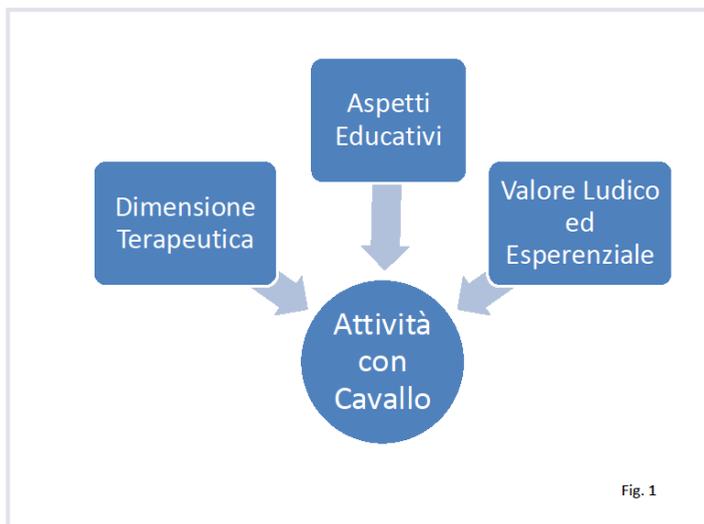
PATOLOGIE

Stefano Seripa

INTRODUZIONE

Nel nostro Paese è in atto da qualche tempo un profondo e radicale cambiamento nel mondo della Riabilitazione Equestre e più in generale nell'uso degli animali per finalità terapeutiche e socio-educative. È infatti di recentissima approvazione una norma la quale individua specifiche linee guida per tutto il settore degli Interventi Assistiti da Animali (IAA), sia in contesti a finalità terapeutica o riabilitativa (Terapia Assistita da Animali, TAA) che socio-educativa (EAA) o genericamente esperienziale (Attività, AAA). Lo scopo di tali Linee Guida non è solo quello formale di distinzione di aree, tipologie, livelli di intervento ma anche quello di definire competenze e responsabilità, percorsi formativi per il personale impiegato, tipologia delle equipe operative, tipo di animali utilizzabili e norme relative alla loro gestione, anche al fine di garantirne il benessere e la preparazione. Uno dei punti nodali di queste linee guida è la individuazione di due soggetti con compiti e specificità operative diverse e fortemente correlate: una figura centrata sulle gestione dell'animale (conduttore) ed una seconda con compiti specifici sull'utente (con formazione sanitaria o parasanitaria nel caso di TAA). Altro elemento caratterizzante, è la necessità che gli interventi di TAA siano strutturati in forma specifica ed individualizzata. Ma questo non vuol dire setting individuale. Anzi, è fortemente sottolineata la potenza ed utilità del gruppo come strumento terapeutico di lavoro. Quello che viene richiesto è che il progetto terapeutico sia individuale, che quindi ogni utente veda individualizzato e personalizzato l'intervento in termini di obiettivi, modalità di lavoro e valutazione degli esiti anche se sul piano concreto si opera in ambito grupale (ad es. il volteggio nella Riabilitazione Equestre). Nelle stesse Linee Guida, la Riabilitazione Equestre viene individuata come appartenente all'ambito delle Terapie Assistite, e quindi a seguire in questo capitolo ne parlerò in termini di Terapia Assistita da Equini (TAE).

Un secondo aspetto a mio avviso è importante sottolineare in via preliminare, ed è quello della difficile demarcazione di ambiti. In pratica, appare assai complesso ipotizzare un intervento riabilitativo con animali (e con il cavallo in particolare) che nello stesso tempo non abbia anche una dimensione educativa e comportamentale. Infatti, la necessità di acquisizione di norme e di regole di rispetto per una sana e reciprocamente valida relazione con l'animale (soprattutto se dipanata nel tempo, in una prospettiva trattamentale) automaticamente assegna anche alle TAE una dimensione da EAA, e tale valenza deve essere tenuta presente e valorizzata. Inoltre, l'uso del cavallo in terapia e riabilitazione si configura come sia come tecnica terapeutica specifica (vedi ad esempio le modalità di intervento nel trattamento dei disturbi neuromotori) sia come cornice operativa, setting altamente specifico e particolare, con inserimento di modalità tecniche sviluppate in altri contesti (vedi ad esempio le Equine Facilitated Psychotherapy o la prospettiva Riabilitativo-Metacognitiva nelle TAE nei soggetto Schizofrenici). (Fig. 1). In definitiva quindi gli IAA si configurano come altamente complessi, multiformi, di alta specificità e specializzazione, ma nel contempo versatili, fluidi, e per loro natura facilmente e proficuamente contaminabili da altre discipline e forme di trattamento.



ELEMENTI DI PREPARAZIONE

PER LE GARE DI ENDURANCE PER DISABILI

Francesca Gentile

L'Equipe di R.E consegna al Tecnico i soggetti che per caratteristica della Patologia e competenze richieste possono partecipare al programma del Circuito Preparatorio di Base, in questo caso di Paraendurance. Nell'esperienza raccolta nel periodo sperimentale 2012-2014, attivato dalla nostra Federazione, la casistica riporta la presenza di soggetti con quadri misti e disturbi medi e lievi sia della sfera motoria che psichica; ciò che ha creato la differenza con il passato è che in Paraendurance è possibile proporre l'attività equestre esterna alla sede di allenamento, anche a soggetti con ritardo mentale spesso esclusi dalle attività Paralimpiche dove il deficit cognitivo non concede appelli.

Il Paraendurance fa parte delle attività inserite nel Circuito Preparatorio di base della FISE². È fondamentale che i soggetti abbiano l'anzianità prevista della PATENTE AR/A in modo da aver avuto un'esperienza equestre di base, infatti i cavalieri devono essere in grado di guidare il cavallo autonomamente al passo, avere conoscenza delle regole di avvicinamento dell'animale e della corretta gestione a terra delle operazioni di manutenzione e bardatura.

Per ottenere questo è importante dedicare un training specifico per il riconoscimento delle attrezzature di grooming e per la pulizia del mantello, coda e criniera, con piccoli interventi di pronto soccorso: come per esempio per esempio intervenire su una fiaccatura con saponate e disinfettanti prima dei cicatrizzanti, sia dedicare molta attenzione alla cura del piede del cavallo, con adeguata pulizia per poi ingrassare gli zoccoli.

² REGOLAMENTO MANIFESTAZIONI DI PARAENDURANCE, pag. 49
(Circuito preparatorio di base - Regolamento F.I.S.E)

La visita medico sportiva agonistica è consigliata anche se è sufficiente il certificato del medico curante, seguendo la normativa prevista per il rilascio della PAT/A o AR, con anzianità di 6 mesi per attività esterna al proprio centro di R.E.



Grooming e gestione del cavallo in completa autonomia

Inoltre è richiesta una buona autonomia nell'indossare la tenuta equestre compresa la tartaruga (obbligatoria per Regolamento), con capacità di spogliarsi in caso di caldo e vestirsi in caso di freddo, riparandosi dalla pioggia e conoscere la cronologia delle azioni sempre rivolte prima al benessere dell'animale; controllando la propria alimentazione e i bisogni pre-gara.

L'istruttore dà indicazione sulle partenze a cavallo dopo il briefing in una riunione prima della prova: i cavalieri devono essere presenti.

Per i non vedenti /disturbi sensoriali è obbligatorio il cavaliere guida e accompagnatore; per far cavalcare cavalieri ciechi o ipovedenti o con minorazioni acustiche e assenza di udito, è fondamentale l'utilizzo di animali perfettamente addestrati per la disciplina dell'Endurance che si muovano con piede sicuro in campagna, allenati su percorsi di vario genere, non particolarmente nevrili; la metodologia applicata in questi

ASPETTI ETOLOGICI DEL CAVALLO DA PARAENDURANCE

Gianluigi Giovagnoli

Il cavallo utilizzato nel paraendurance deve essere un cavallo in ottima salute, sia fisica che mentale. Si deve infatti sempre considerare che aspetti inerenti la salute fisica possano condizionare e quindi modificare il comportamento. Così, puramente a titolo di esempio, infezioni ai denti, alle tasche gutturali o lesioni agli arti o anche solo alcune parassitosi possono indurre comportamenti inconsueti per quello specifico cavallo di cui mai si sarebbe atteso un certo comportamento. Per questo motivo la prevenzione, l'igiene e l'attento monitoraggio sanitario dei soggetti impiegati rappresentano aspetti fondamentali tanto per la salute e la sicurezza dei cavalli stessi e del loro addestramento, quanto per quella dei loro cavalieri.

La suddivisione accademica delle materie di studio inerenti la Medicina Veterinaria segue le tradizionali suddivisioni concettuali degli argomenti inerenti gli animali domestici. Tuttavia le attuali distinzioni tra aspetti immunitari, endocrini, neurologici e comportamentali, presentano sempre più spesso i loro limiti. Appare infatti esperienza comune che una qualsiasi tra le più comuni malattie infettive possa portare a ipertermia, stanchezza, abbattimento e rifiuto al lavoro, così come una fastidiosa infezione alla bocca, alle orecchie o in qualsiasi altra parte particolarmente sensibile possa indurre irritazione e quindi anche risposte aggressive inattese.

Come detto, questi aspetti non sono importanti solo per la salute del cavallo e per la prevenzione di eventuali e conseguenti problemi sanitari o indirettamente traumatici, indotti da tali comportamenti, ma rivestono una loro non trascurabile importanza anche nella memoria del soggetto coinvolto.

Si può infatti verificare che circostanze indotte da aspetti sanitari contingenti lascino un ricordo comunque spiacevole al cavallo e quindi vadano a minare tutta la preparazione che si è attuata fino a quel momento. Non si deve infatti trascurare che il comportamento del cavallo è indotto da tre fattori fondamentali: *genetica*, *memoria* e *stimoli contingenti*.

Aspetti genetici che influenzano il comportamento

Appare evidente a tutti che il comportamento del cane sia diverso da quello del cavallo. Basti pensare che l'abbassamento del collo nel cane rappresenta un segno di sottomissione, mentre nel cavallo indica un tipico atteggiamento aggressivo dello stallone nell'atto di spingere e riunire le femmine del suo branco.

Così il cavallo è un animale sociale ed ha quindi un comportamento che lo spinge a restare comunque vicino al gruppo. Quest'aspetto appare utile e pertinente da utilizzare nell'endurance, sia per aspetti inerenti la sicurezza e sia perché in tragitti più lunghi i soggetti in gruppo sembra resistano meglio alla stanchezza, rispetto a quelli isolati.

All'interno della stessa specie equina il patrimonio genetico maschile (cromosoma Y) induce comportamenti molto diversi rispetto al patrimonio genetico femminile (cromosoma X). A questo riguardo basti pensare ai comportamenti riproduttivi, di allattamento e cura dei piccoli e di lotta per il branco. Ai fini del paraendurance si dovrà quindi considerare attentamente il comportamento di cavalli ancora interi o di castroni che siano stati operati quando abbiano già avuto esperienze riproduttive (aspetti mnemonici) o di femmine in estro o in fase di ovulazione³ o con cisti ovariche o sindromi endocrine

³ A questo scopo appare utile ricordare che in ambito FEI e quindi di tutte le Federazioni Equestri Nazionali è consentito l'uso dell'altrenogest, un ormone progestinico ste-

LA PROVA

Francesca Gentile, Antonio Luca Sorbello

Il Paraendurance si svolge in aperta campagna lungo tracciati dove le prove sono testate e giudicate e regolamentato dalla Federazione Italiana Sport Equestri, affiliata alla Federazione Equestre Internazionale (FEI) dalla quale è riconosciuta quale unico rappresentante degli Sport Equestri in Italia.

La finalità non è di tipo agonistico ma socio-educativo, tutti vengono premiati; la presentazione alle visite veterinarie, la gestione dei cavalli e dei pony deve avvenire in autonomia o modesto tutoraggio.

Il percorso è stato accordato sulla distanza di 3 km con una media di 6,8 km/h

Chiariamo un punto fondamentale: il percorso è segnalato come una gara di Endurance e la prova si può inserire in una tappa Regionale o Nazionale attivando la procedura organizzativa del Circuito Preparatorio di Base tramite i Comitati Regionali. Quindi il percorso non è tracciato in modo particolare o diverso e non si aiutano i partecipanti con tratti obbligati, ad esempio staccionate di contenimento, che possono aiutarli nell'orientamento. La prova si svolge in aperta campagna.

Altro aspetto su cui si può basare un obiettivo di tipo riabilitativo è quello del controllo dalla propria alimentazione e bisogni pre-gara. Molto importante è la valutazione ed il monitoraggio dell'assunzione di eventuali farmaci, che deve essere stata comunicata al medico del Centro di R.E in quanto va posta particolare attenzione a quelle sostanze che possono ridurre lo stato di vigilanza e creare sonnolenza, inficiando la prova a cavallo ma anche mettendo potenzialmente a rischio l'utente.

roideo che induce la regressione di tutti i follicoli con dimensioni superiori a 20-25 mm per cui non si può manifestare né estro né ovulazione.

La prova non è altro che la messa in atto delle tecniche riabilitative utilizzate durante il percorso di preparazione dell'utente e tre sono gli aspetti fondamentali che i cavalieri devono avere prima di partecipare alla prova di Paraendurance. (Fig. n°1)

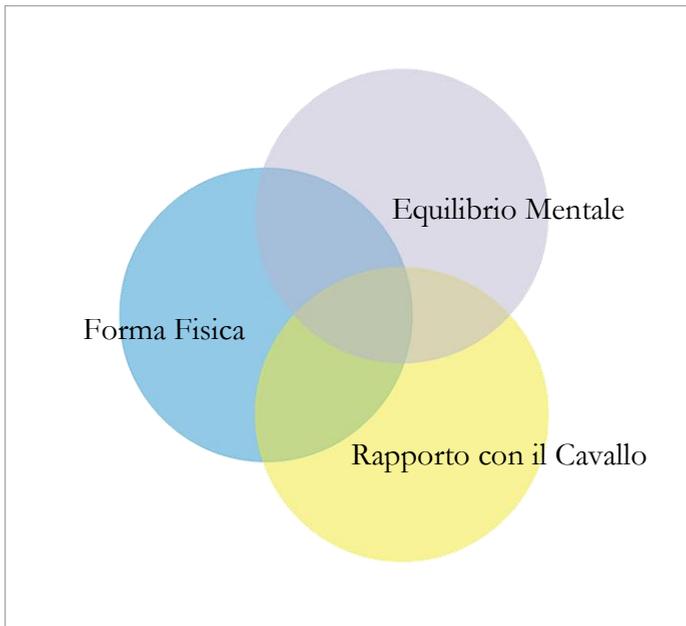
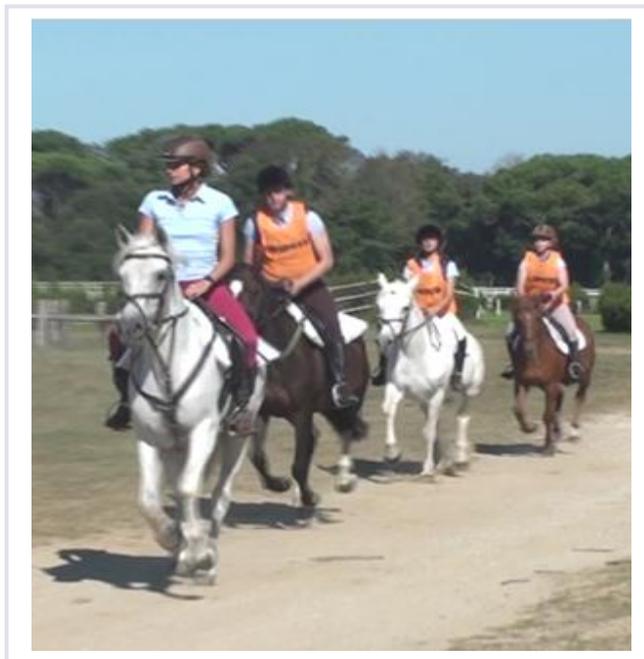


Fig. n°1

La scelta delle andature e quindi delle medie è valutata dal Tecnico spesso concordemente al Giudice di Endurance che a seconda delle patologie dei cavalieri e delle caratteristiche del percorso, indicano come interpretare i cavalli aiutando gli utenti con comandi vocali e supporto pratico.

Durante il percorso è importante dare serenità al gruppo mettendosi spesso al passo, chiedendo ai cavalieri di osservare la natura e se ci sono corsi d'acqua fare bere gli animali, chiedendo di controllare il loro cavallo prima di ripartire per il tracciato.

L'arrivo deve essere sempre tagliato in sella con il cavallo in movimento, pertanto è importante valutare bene lo stato di allenamento anche fisico dei cavalieri; la visita finale prevede un controllo dello stato di salute dell'animale che dovrà essere condotto a mano dal suo cavaliere, risulta molto importante che tutti i partecipanti possano aiutare i compagni tra un percorso e l'altro al momento della visita conclusiva per esempio fornendo acqua, spugne, stecca per la detersione del sudore, cardiofrequenzimetro, oppure prendendo in consegna caschi, tartarughe, o altri oggetti utilizzati dai cavalieri.





Federazione Italiana Sport Equestri

ANTONIO SORBELLO EDITORE

Monastero di S. Stefano - Millesimo

Ottobre 2015