

C O N F E R E N C E R E P O R T



Dr. H.C., Prof. Giovanni Ballarini

Professor at the University of Parma, Italy (giovanni.ballarini@unipr.it).

Conference date and venue: 20th March 2003, "P. Balestrazzi" Hall. Department of Paediatrics, Faculty of Medicine, University of Parma, Parma. Introduced by Prof. Maurizio Vanelli, Director of the Postgraduate Medical School of Paediatrics of the University of Parma, Parma, Italy

Pet therapy

Animals in human therapy

Animal-assisted therapy or Pet Therapy

The beneficial, therapeutic role played by pet on subjects affected by psychic or organic diseases, especially sub-acute or chronic, has been reported for years. This is now called animal-assisted therapy or, briefly, *Pet Therapy*, an English locution successful for its shortness and, sometimes, obscurity.

Pet Therapy origins from the link of two words: *pet* and *therapy*. It is noteworthy that *pet* and its derivative *petting* mean also to cuddle, to caress and, therefore, they show *a strict affective physical contact, more and more important to understand some aspects of Pet Therapy*.

Many animals are used in *Pet Therapy*. Besides dogs, cats and horses (hippo therapy), nowadays also dolphins (dolphin therapy) and other domestic animals are involved. Service animals for disabled subjects are not strictly included in *Pet Therapy*. Several applications of animals in the prevention and therapy of human diseases are reported. Major applications are the following ones:

Psychological-educational aims (therapy of behaviour disorders, especially in children with bad or poor socialisation, insufficient school performance, insecurity, etc.); **reduction of aggressiveness in critical situations** (prisons, criminal mental homes, reformatories, etc.); **psychiatric aims** (therapy of Deprivation Syndrome (Autism), in particular mild or moderate

Pet therapy

Gli animali nella terapia umana

Terapia aiutata con gli animali o Pet Therapy

Da alcuni anni, numerosi episodi, anche di cronaca, segnalano il ruolo salutare, se non terapeutico degli animali in persone con disturbi diversi, psichici ed organici, soprattutto subacuti o cronici, in ambito di quella che oggi è definita terapia aiutata dagli animali o, più brevemente ed incisivamente, Pet Therapy, un termine inglese che ha un gran successo anche per la sua brevità e, talvolta, oscurità.

La dizione di Pet Therapy deriva dall'unione di due termini: pet o animale d'affezione, e therapy o terapia, cura. E' però intrigante rilevare che pet ed il suo derivato petting, significa anche coccolare, accarezzare con affetto e, quindi, uno stretto contatto fisico affettuoso, che è sempre più importante per comprendere taluni aspetti della Pet Therapy.

Molti sono gli animali usati nella Pet Therapy, accanto ai cani, gatti e cavalli (ippoterapia), oggi vi sono anche i delfini (delfinoterapia) e molti animali domestici. A rigore non fanno parte della Pet Therapy le applicazioni degli animali come "appoggio" o sostituzione per deficit organici.

Molte sono le applicazioni degli animali nella prevenzione e cura delle malattie umane. Le principali sono le seguenti.

Finalità psicologiche-educative (trattamento disturbi comportamentali soprattutto nei bambini (cattiva o insufficiente socializzazione, inadeguato rendimento scolastico, insicurezza, ecc.); riduzione dell'aggressività in situazioni critiche (manicomi criminali, prigionieri, riformatori, ecc.); finalità psichiatriche (trattamento della Sindrome di Depri-

forms); **therapy and prevention of Depressive Syndrome of elderly subjects, anxiety and neuro-psychic tension**; **medical aims** (convalescence, arterial hypertension, cardiopathies, chronic neuro-muscular diseases); **motor rehabilitation** (therapy and rehabilitation for different motor deficits, for example sport activities such as hippo therapy).

Pet Therapy, a no more mysterious therapy

How does *Pet Therapy* work? An important question for this sanitary tool as well as for every other drug or procedure applied to health. A full comprehension on how *Pet Therapy* runs is essential to increase its efficacy and to develop its application.

The results of several researches show different ways of action that often strengthen each others and that can be grouped in the following mechanisms.

Affective-emotional mechanism – The most important way of action of human-animal bond, on which the most part of *Pet Therapy* is based, is the affective one and it has a more or less strong emotional base. The stronger the emotional bond, the stronger the beneficial results. According to the most recent opinions, *Pet Therapy*, at least in part, works by the same biochemical ways of relaxing response. In other words, a reassuring, positive and, then, relaxing human-animal bond acts on adrenal (epinephrine) and other corticosteroid hormones or “stress hormones” production, inducing a reduction of arterial pressure, of cardiac and respiratory rates and other beneficial effects. It is known that glycocorticoid hormones, elaborated under the influence of a chain of stimuli originating from the neurohypophysis, have immunodepressive effects and play a role in maintaining chronic infective diseases.

Psychological stimulation – A strong human-animal bond is an intense psychological stimulus, involving several areas of the human psyche: social behaviour and relational mechanisms, character features and cognitive aspects. The participating presence of an animal induces a person “to leave” his problems, to take care of the animal and, by it, to take care of other people. Many beneficial, even if indirect effects, spring from this participation. To care for pet alimentation,

vazione (Autismo), in particolare nelle forme di lieve o modica entità); trattamento e prevenzione Sindromi Depressive degli anziani, stati d'ansia e tensione neuro-psichica; finalità mediche (convalescenze, ipertensione arteriosa, ricupero cardiopatici, malattie croniche soprattutto di tipo neuro-muscolare); finalità motorie-riabilitative (trattamento e riabilitazione per deficit motori di diverso, ad esempio anche attività di tipo sportivo, come nell'Ippoterapia)

Pet Therapy, una cura non più misteriosa

Come funziona la Pet Therapy? Una domanda importante per questo mezzo sanitario, come per ogni altro farmaco o procedimento applicato alla salute. Solo avendo idee abbastanza precise sulle modalità d'azione della Pet Therapy è possibile aumentarne l'efficacia e svilupparne l'applicazione.

Le ricerche che si stanno accumulando indicano diverse modalità d'azione che di solito si potenziano tra loro e che possono essere riuniti nei seguenti meccanismi, qui brevemente ricordati.

Meccanismo affettivo-emozionale – Il più importante meccanismo d'azione salutare del rapporto uomo-animale, sul quale si basa gran parte delle applicazioni della *Pet Therapy*, è di tipo affettivo ed ha una più o meno forte base emozionale. Anzi, quanto maggiore è il legame emozionale, tanto più intensi sono i risultati benefici. Secondo le più recenti vedute la *Pet Therapy* almeno in parte opera attraverso le stesse vie biochimiche della risposta di rilassamento. In altri termini un rapporto uomo-animale tranquillante, rassicurante, positivo e quindi rilassante interviene sulla produzione d'adrenalina (epinefrina) ed altri ormoni corticosteroidi od “ormoni dello stress” con il risultato finale di una minore pressione arteriosa, un ritmo cardiaco e respiratorio più lento e tutta una serie d'altri benefici. Da tempo si sapeva che gli ormoni glicocorticoidi, elaborati sotto l'influsso di una catena di stimoli che parte dalla neuro-ipofisi, hanno un effetto immunosoppressivo ed intervengono nel mantenimento di molte patologie infettive croniche.

Stimolazione psicologica – Un intenso rapporto uomo-animale è un forte stimolo psicologico, che coinvolge diversi settori della psiche umana: comportamento sociale e meccanismi di relazione, componenti caratteriali ed aspetti cognitivi. La presenza partecipata di un animale induce la persona ad “uscire” dai suoi problemi, interessarsi all'ani-

for example, leads to care also for one's alimentation, an important aspect for many diseases' care such as anorexia and lethargy.

Game mechanism – A very important aspect to understand how *Pet Therapy* works is the game, the fun and, not rarely, the laugh that often set up in human-animal bond. When a sick subject plays with a cat or laughs for dog's behaviour, his defence and, therefore, recovery potentialities increase. Playing games, moreover induces to move and it is the best gym.

Psychosomatic mechanism – There is an increasing evidence that the *psyche* influences the body (*soma*) and that many of the so-called physical diseases have a psychological component. By means of the above mentioned affective, emotional, psychological stimulation and of game mechanisms, frequently associated, *Pet Therapy* carries out important psychosomatic activities.

Physical mechanism – The physical component of *Pet Therapy* is undoubtedly important and applied in several cases. Typical examples are the therapeutic riding or Hippotherapy, the water games with dolphins or Dolphintherapy, walking with one's own dog.

Associated mechanisms – In addition to what already reported for Psychosomatic Mechanisms, individual mechanisms act nearly always in association. For example, during hippotherapy and dolphintherapy the physical component is always associated with the emotional component, the interest for the environment, for other people and game. This is the reason why a horse ride is always more stimulating and then physiological and healthy than a bicycle ride and undoubtedly better – especially from a psycho-sensorial point of view – than a solitary ride on a “cyclette” in the bathroom.

A future with ancient roots

Why did men (most frequently women) domesticate animals? More probably for company and pleasure than for material needs. Especially today that people live in devitalised environments as cities, in small families if not as single, we feel that *men need animals*.

A familial animal becomes a new, but at the

male e tramite questo anche agli altri. Da questa partecipazione scaturiscono molti effetti benefici, anche indiretti. Doversi interessare all'alimentazione di un animale, ad esempio, porta anche ad interessarsi alla propria alimentazione, un aspetto importante per molte malattie che danno inappetenza e svogliatezza.

Meccanismo ludico – Un aspetto molto importante per comprendere come agisce la *Pet Therapy* è il gioco, il divertimento e non raramente il ridere, che spesso s'instaura nel rapporto uomo-animale. Quando un ammalato gioca con un gatto, o ride per come si comporta un cane aumenta le sue possibilità di difesa e quindi di guarigione. Il gioco inoltre induce a movimenti ed è la migliore ginnastica.

Meccanismo psicosomatico – E' sempre più evidente che la *psyche* influisce sul corpo (*soma*) e che moltissime malattie cosiddette fisiche hanno una componente psichica. Attraverso i citati meccanismi affettivi, emozionali, di stimolazione psicologica e ludici, frequentemente associati, la *Pet Therapy* svolge importanti attività di tipo psicosomatico.

Meccanismo fisico – La componente fisica della *Pet Therapy* è indubbiamente importante ed è sfruttata in diverse occasioni. Tipici sono gli esempi dell'equitazione terapeutica o Ippoterapia, dei giochi in acqua assieme ai delfini o Delfinoterapia, delle passeggiate alle quali si deve obbligatoriamente assoggettare chi possiede un cane.

Meccanismi associati – Oltre quanto già indicato per i Meccanismi Psicosomatici, i singoli meccanismi agiscono quasi sempre tra loro associati. Ad esempio nell'Ippoterapia e Delfinoterapia la componente fisica si associa sempre a quella emotiva, d'interesse per l'ambiente e per altri e di gioco. E' questo il motivo per questo una passeggiata a cavallo è sempre più stimolante e quindi più fisiologica e salutare di una gita in bicicletta e senza dubbio migliore – soprattutto da un punto di vista psicosensoriale – di una solitaria pedalata su di una “ciclette” posizionata nel bagno.

Un domani dalle radici antiche

Perché l'uomo (più probabilmente la donna) ha addomesticato gli animali? Molto probabilmente per compagnia e diletto, più che per necessità materiali. Soprattutto oggi che l'uomo sta vivendo in ambienti devitalizzati come la città, dove vive sempre in famiglie di dimensioni ridottissime quando non è un single, tocchiamo con mano che l'uomo ha bisogno degli animali.

same time very old means of mental balance and of contact with nature. Unfortunately, it is nowadays common that also familial animals become citizens and, therefore, distant from nature. This can explain (not justify!), for example, the search for exotic, uncommon, and even dangerous animals: from panthers to venomous snakes, to make some examples. Another risk related to the presence of animals in a family is the possible negative influences exerted on them by an unnatural environment, as home isolation (for example the cat of a *single*), requiring an external mental balance that only the owner can supply. This is the reason why, nowadays, the owner must act as a means of psychic therapy for his animal, a condition of *Man Therapy* perfectly specular to *Pet Therapy*! In these cases, the problem is faced at man-animal couple level, either for mental or physical health.

Pet Therapy shares similar features with other therapeutic procedures. It is not an universal remedy, it should be used rationally and, above all, it is necessary to be able to apply it. If bad applied, *Pet Therapy* may be ineffective even if not dangerous. To give a cat or a dog to a suffering or sick subject is not enough to promote an immediate improvement or recovery. The presence of an animal, when well used, could be an important support to recovery and, especially, to maintain the healthy status.

Un animale familiare diventa un nuovo, ma al tempo stesso vecchissimo mezzo d'equilibrio mentale e di contatto con la natura. Purtroppo non è oggi raro che anche gli animali familiari diventino cittadini e quindi staccati dalla natura. Questo ad esempio può spiegare (non giustificare!) la ricerca dell'animale esotico o strano, anche rischioso: dalle pantere ai serpenti velenosi, per fare due esempi.

*Un altro rischio connesso alla presenza d'animali nella famiglia è che gli animali stessi subiscano le negative influenze di un ambiente innaturale, come l'isolamento in casa (ad esempio il gatto di un *single*), divenendo loro stessi bisognosi di un equilibrio mentale esterno che solo il padrone può fornire. Per questo oggi, in alcuni casi, il padrone deve intervenire come mezzo di terapia psichica del suo animale, in una condizione quasi di *Man Therapy* perfettamente speculari alla *Pet Therapy*! In questi casi s'incomincia ad affrontare il problema a livello di coppia uomo-animale, sia per la salute mentale, sia fisica.*

*La *Pet Therapy* ha caratteristiche simili d'ogni altra terapia. Non è una panacea che va bene per tutte le malattie, va usata a ragion veduta e soprattutto bisogna saperla usare. Senza produrre danni, se mal utilizzata anche la *Pet Therapy* può essere inefficace. Non basta infatti dare un gatto od un cane ad una persona sofferente od ammalata per vederla quasi automaticamente migliorare o guarire. La presenza di un animale, ben utilizzato, può essere un importante aiuto alla guarigione e, soprattutto al mantenimento della salute.*