

Stimolazione sensoriale

Sa di buono

Ing.Arch. Enrico Orofino

Gli odori sono in grado di stimolare sensazioni positive, evocare ricordi piacevoli e riportare alla mente scene vissute nel passato e legate proprio ad un determinato profumo. Le relazioni fra cervello e naso sono forti e importanti, spesso molto più importanti per noi di quanto immaginiamo. Tanto profonde da poter essere usate per il proprio benessere se non addirittura, con tecniche e prodotti specifici, nel campo della riabilitazione. Vediamo come assieme ad Enrico Orofino, ingegnere ed architetto impegnato anche nella divulgazione delle tecniche di stimolazione plurisensoriale.

Non fare agli altri ciò che vorresti fosse fatto a te: potreste avere gusti differenti. Questa è una battuta che circolava anni fa nel mondo della cooperazione tecnica, ma devo dire che mi è servita spesso di richiamo quando, per l'UNICEF, lavoravo con popoli "diversi", prima in Messico e poi in Africa.

Ed ora che, grazie ai contatti con alcuni studi di progettazione in Inghilterra, sono stato conquistato dall'interesse per le soluzioni di riabilitazione che utilizzano la **stimolazione plurisensoriale**, mi rendo conto che la parola "**gusti**" racchiude significati che un tempo mi erano sfuggiti.



Ma poiché i gusti sono in parte legati ai sensi, che, come ricorda Bruno Munari (architetto, uno dei pochi che si è occupato di **tattilismo** ed altre stimolazioni sensoriali) non sono solo cinque, dopo una rapida carrellata concentrerò l'attenzione su uno dei sensi oggi forse meno valorizzati, almeno in riabilitazione: l'**olfatto**.

E' vietato non toccare

Con questo slogan sono stati accolti per oltre tre mesi i visitatori della **mostra di scultura tattile** (ma anche sonora e olfattiva) organizzata dall'Istituto per ciechi "David Chiossone" di Genova ed ospitata nel "cubo", struttura di 10 metri di lato appositamente realizzata e collocata nella zona del porto antico per aumentarne la visibilità e l'impatto.

E proprio per ribadire l'importanza che gli altri sensi, o **sensi vicari** come spesso si dice, hanno nell'ambito della stimolazione basale, il convegno organizzato dal Chiossone agli inizi di giugno ha radunato ricercatori e studiosi della plurisensorialità, che hanno messo in rilievo le **potenzialità degli stimoli** provenienti da tutti i sensi.

Un po' di storia

Lastimolazione plurisensoriale (**SPs**) è una metodologia le cui applicazioni in riabilitazione si sono sviluppate nell'Europa del Nord negli ultimi quindici anni. Attraverso la SPs si cerca di **attivare**, grazie a strumenti e prodotti frutto della ricerca più avanzata ma facilmente reperibili in commercio, **tutti i sensi** della persona disabile per stimolare interessi verso l'ambiente circostante.

L'ambiente va inteso in senso lato: questa metodologia prevede infatti stimolazioni realizzate in **ambiente dedicato** (centro di riabilitazione, scuola o ospedale) per passare poi a quelle in **giardini** appositamente studiati, fino ad **interventi domiciliari** che hanno particolare importanza nei casi di persone affette, ad esempio, da morbo di Alzheimer.

La stimolazione plurisensoriale ha visto diversificarsi nel tempo vari approcci. L'approccio **Snoezelen** (<http://www.snoezelen.it/>) si basa in particolare su una **progettazione coordinata di strumenti e soluzioni** che coinvolgono elementi **ambientali** (schermature per la luce esterna, colori di pareti, soffitti e pavimenti, texture delle superfici) **visivi** (proiettori di immagini a disco, effetti luminosi), **tattili** (poltrone "musicali" vibranti), **musicali** (musica lounge appositamente selezionata) e di **aromi** in ambiente.

Il metodo Snoezelen è centrato sul paradigma del "**leisure**" (termine che racchiude il divertire e il divertirsi, ma anche lo star bene e il piacere); la strategia di applicazione si basa su sensazioni singole o combinate offerte in funzione delle specifiche esigenze del paziente, la creazione di un'atmosfera e di **esperienze condivise**, l'organizzazione di **avventure sensoriali** basate sull'accessibilità degli strumenti (comandi ed interazioni pensati per il livello di comprensione dei pazienti).

L'olfatto



Diffusore a piramide

Come hanno evidenziato gli scienziati **Linda Buck** e **Richard Axel**, insigniti del **premio Nobel** per la Medicina proprio per i loro studi sulla mappatura dei geni che controllano i recettori olfattivi, l'olfatto è il **senso più primordiale** negli organismi viventi.

Il fiuto è sempre all'opera, anche contro la nostra volontà: respiriamo 23000 volte al giorno e ogni volta annusiamo qualcosa. A differenza di udito e vista, infatti, l'olfatto è un **senso chimico**: la sensazione dell'odore ci colpisce quando un certo numero di molecole "odorose" raggiunge l'epitelio olfattivo, un tessuto alla sommità delle fosse nasali dove si trovano concentrati, in 5 centimetri quadrati, da 10 a 20 milioni di cellule o recettori olfattivi.

E non pochi sono i centri che stanno studiando la possibilità di **migliorare la vita** quotidiana, da quella in casa a quella in ufficio, attraverso l'**effusione** negli ambienti di determinati profumi: **agrumi** per sciogliere lo stress, rallegrare e riequilibrare il sistema nervoso (il mandarino è specifico per i bambini), ideali quindi per il riposo notturno. Oppure **menta e rosmarino** per attivare la concentrazione e per una sferzata di energia, profumi perfetti dunque da effondere durante lo studio o il lavoro.

E ancora, per rilassarsi, combattere la confusione mentale e la paura, un dolce **effluvio di lavanda** che ci riporta al sereno. Mentre per sensuali ed avvolgenti notti di passione è la **tuberosa** a farci sognare.

Da tempo gli addetti ai lavori, sia del marketing sia dell'**industria delle fragranze**, ricercano il modo d'usare il potere unico che gli odori hanno di **suscitare le emozioni** direttamente nella sede che presiede alla loro elaborazione, il **sistema limbico**, per influire sui comportamenti d'acquisto del consumatore.

È il caso di Trikitrixa, che con le sue Aromatic Sleepers, ciabatte con suola imbevuta di aromi, si propone di conquistare una "fetta" di amanti del relax o della bio-energia, o quello della Società Tecno, specializzata in arredi di alto livello, che ha pensato di utilizzare per una sua linea **tessuti** impregnati con **profumi** che, col calore del corpo e il movimento, vengono rilasciati lentamente.

L'uso degli aromi

È singolare come, per una volta, siano i settori della **moda** e dello **spettacolo** ad offrire soluzioni tecnologiche che consentono di sviluppare progetti pilota di stimolazione sensoriali con aromi in ambiente. Tali progetti possono essere raggruppati in tre aree. La prima area è quella del miglioramento del **comfort** e dell'**orientamento** all'interno di strutture, che si ottiene diffondendo aromi d'ambiente e creando quindi percorsi olfattivi.

La seconda area è più di ambito riabilitativo: gli aromi vengono usati per il rafforzamento di capacità di apprendimento e di astrazione in persone con **ritardo mentale** o **difficoltà cognitiva**.

La terza area, sempre di ambito riabilitativo, ricorre agli aromi in supporto di attività volte al rafforzamento e **recupero della memoria**. Per ragioni di spazio ci concentriamo su quest'ultimo aspetto.

Il recupero della memoria

Il funzionamento della memoria olfattiva è tale che i **primi ricordi** olfattivi che risalgono all'infanzia sono i più potenti nella loro capacità di suscitare delle emozioni gradevoli e anche i più facili da riattivare. In effetti, le **memorie olfattive** non svaniscono mai e la loro forza dipende dall'importanza che ha avuto la situazione in cui l'odore è stato percepito nel processo d'apprendimento delle persone. Più antiche sono le memorie olfattive, più profonde sono le emozioni che risvegliano.

Questa caratteristica viene spesso utilizzata con persone colpite da demenza senile ed in particolare dall'**Alzheimer**. A titolo di esempio si possono citare altri tre ambiti di intervento.

Il primo è quello delle **sessioni di cucina**: spesso nei "gruppi" Alzheimer tali momenti hanno lo scopo di innescare reazioni emotive suscitate dalle fragranze. Se, ad esempio, informazioni su una paziente rivelano che aveva una particolare predilezione per la torta di mele, si è visto che il cucinare tale torta offre stimoli al gusto e all'olfatto che rappresentano vere e proprie "**ancore sensoriali**" evocatrici di ricordi e di emozioni e quindi di **stimoli positivi** per il cervello e per lo stato d'animo.

Ovviamente la possibilità di diffondere aromi (dalle mele al cioccolato o vaniglia) in modo indipendente costituisce un vantaggio notevole.

Tali attività sono in linea con quanto è emerso da ricerche scientifiche sulla materia: gli studi di King, ad esempio, hanno dimostrato la possibilità di stabilire un'**associazione duratura** tra un **odore** ed uno **stato d'animo** che può quindi essere rievocato in tempi successivi alla percezione dell'odore stesso.

In tali studi il condizionamento avveniva a livello inconscio, nel senso che i soggetti sottoposti all'esperimento ignoravano di essere esposti ad una fragranza.

Un secondo impiego è quello del **riequilibrio dell'umore**: si è visto che alcuni aromi, registrati dalla memoria olfattiva individuale, hanno **effetti universali**. Alcuni si rivelano **rasserenanti** e **antipanico** (bergamotto, lime, neroli, lavanda, maggiorana, rosa, cipresso), altri hanno effetti **tonificanti** e **antidepressivi** (limone, arancio, verbena, gelsomino, sandalo, ylang-ylang).

Se volessimo indurre una sensazione di felicità, dovremmo necessariamente individuare quale ricordo generalmente potrebbe far rievocare un **pensiero felice** e da un'inchiesta su un numero significativo di persone è emerso che tale ricordo è legato a momenti dell'**infanzia**.

Proprio per tali ragioni, sono stati prodotti vari aromi ambientali battezzati "felicità", ottenuti con una profumazione a base di essenza di talco che ricorda inevitabilmente quei momenti in cui venivamo massaggiati dalle mani di nostra madre, facendoci così rievocare il "pensiero felice".

Non vanno dimenticati, infine, i meccanismi fisiologici di base quali quello dell'appetito: se infatti nei nuclei Alzheimer la **mancanza di appetito** costituisce un serio problema, la possibilità di stimolarlo attraverso aromi (dal cappuccino e brioche fino al cioccolato o al pane di mais) può aiutare non poco sia l'alimentazione sia le problematiche connesse (elevato consumo di lassativi).

Non sempre però si ottengono risultati positivi: basta, infatti, utilizzare un erogatore o un **profumo non adatto** per ottenere l'esatto contrario di ciò che ci eravamo preposti. A Milano, per esempio, l'estate scorsa un'azienda di trasporti ha adottato un sistema che a causa della **concentrazione eccessiva** di profumo causò a passeggeri ed autisti mal di testa e nausea: l'esperimento venne interrotto.

Anche nel caso degli aromi è quindi importante lavorare secondo una progettualità ben definita: è essenziale, cioè, conoscere cosa offre il mercato ed utilizzare **soluzioni appropriate** (sistemi di erogazione adeguati, fragranze la cui composizione sia il più possibile naturale ed equilibrata, una corretta disposizione all'interno dell'ambiente ecc.) scelte in funzione dei risultati che si vogliono ottenere.

I prodotti

Sul **mercato** si trovano varie **formulazioni di essenze**, spesso abbinate ai dispositivi per la loro diffusione. Qualsiasi siano i prodotti usati è necessario, comunque, verificare che essi siano costituiti da **fragranze certificate** e sperimentate sul piano della sicurezza, situazioni allergiche e non interferenza ambientale.

Da questo punto di vista le fragranze migliori sono ovviamente quelle ottenute con il ricorso ad oli essenziali. Gli **oli essenziali** (riconducibili ai noti concetti d'aromaterapia e aromacologia) possono essere diffusi per **vaporizzazione** con i **diffusori a caldo** o **diffusori a freddo**

La tecnica di **diffusione a caldo** usualmente prevede una resistenza elettrica che crea il riscaldamento di una piastra nella quale sono versati gli oli singoli o miscelati. I diffusori di aromi realizzati in questo modo sono usualmente economici ma hanno la limitazione di difficoltà di impiego a causa del liquido caldo che può costituire una fonte di pericolo se posto in luoghi ove si trovano persone in stadi di agitazione:

Decisamente preferibili sono i **diffusori a freddo** di cui esiste un'ampia tipologia: si va dalle soluzioni più semplici (soluzioni in cui una ventola aspira i profumi degli oli versati manualmente

su delle "cartucce" di materiale poroso e li diffonde in ambiente) a sistemi più articolati come erogatori a stantuffo programmabili o a diffusione.

Oltre alle essenze e agli oli, sono disponibili anche i **profumi d'ambiente**, ossia miscele complesse di oli essenziali.

I profumi d'ambiente possono essere diffusi anche attraverso una **evaporazione puntuale**.

L'evaporazione puntuale è un sistema diffusivo localizzato in un punto definito dello spazio (**isola olfattiva**). Si sfrutta l'effetto "camino": la quantità di fragranza è controllata dall'altezza del camino di emissione. Si crea così un sistema in equilibrio dinamico continuo, che consente di controllare l'intensità e la durata del **segnale olfattivo** e di regolare l'ampiezza della zona di percezione

In generale si può dire che la scelta degli aromi e dei loro diffusori è una operazione articolata¹ in cui il coinvolgimento di consulenti² e fornitori esperti può giocare un ruolo importante.

Si parla infatti anche di "architetture olfattive" per indicare progetti tesi a creare percorsi sia spaziali sia temporali nei diversi momenti della giornata tali da far vivere l'ambiente in modo dinamico ossia con livelli di gradevolezza e stimolo appropriati

BIBLIOGRAFIA

- Orofino, E. 2008. "Plurisensorialità e approccio snoezelen: prospettive di lavoro interdisciplinare" in A.G.Bedin I linguaggi per la disabilità. Strumenti per l'uso dell'intelligenza emotiva e sociale. Firenze Giunti O.S. pp139-51
- Orofino E., Zucchi P., Dall'Olio L., Mazzali D., Orsi F., Fabbo. A, 2008. *Mirandola. Stimolazione multisensoriale e "approccio Snoezelen" Intervento terapeutico nella cura delle persone con decadimento cognitivo e disabilità intellettiva.*, Servizi sociali oggi maggi/giugno 2008,61-4.
- Orofino, E. 2006. "*Approccio snoezelen: ambienti di rilassamento e stimolazione plurisensoriale*" in G.Rinoldi, L.Espanoli, M.Roncaglia *ALLA RICERCA DELLA PERSONA SMARRITA*. Pordenone: Centro studi Perusini Alzheimer. pp 95-109
- Orofino, E. 2006. "*Approccio snoezelen: il rilassamento plurisensoriale quale supporto per contenere il dolore della persona fragile*". In G.Rinoldi, L.Espanoli, M.Roncaglia *DOLORE E DEMENZE*. Pordenone: Centro studi Perusini Alzheimer. pp109-116
- Orofino, E. 2004. "*La stimolazione plurisensoriale: il metodo snoezelen tra mito e realtà*" in "La stimolazione plurisensoriale in ambito riabilitativo: utilizzo degli ambienti Snoezelen" RIABILITAZIONE OGGI, Anno XXI-n.10- Dicembre 2004
- Orofino, E. 2004. "*Spunti progettuali per la realizzazione di ambienti SPs attraverso approcci di participatory design*" in "La stimolazione plurisensoriale in ambito riabilitativo: utilizzo degli ambienti Snoezelen" RIABILITAZIONE OGGI, Anno XXI-n.10- Dicembre 2004
- Orofino, E. 2004. "*Sa di buono*" MOBILITÀ, anno 6, n° 35, pp 46- 50

¹ Per maggiori informazioni: Snoezelen Foundation, fax 055.6810309, email: info@snoezelen.it sito web: <http://www.snoezelen.it/>

² Tra queste si segnala la società HC. Engilab & safe specializzata in soluzioni e scenari olfattivi collegati ai progetti di ambienti plurisensoriali