

NELLA MENTE DEI CAVALIERI: SVELATI I PRIMI RISULTATI DELLA RICERCA SULLE ABILITÀ COGNITIVE CHE INFLUENZANO LA PERFORMANCE NEL SALTO OSTACOLI

Lo studio condotto dall'Università di Verona in collaborazione con Fieracavalli e Federazione Italiana Sport Equestri restituisce i primi dati: cavalieri e amazzoni più esperti mostrano capacità di esplorazione visiva superiori anche ai calciatori. La consapevolezza corporea emerge come fattore trasversale alle funzioni cognitive.

Verona, 14 luglio 2026. Nel salto ostacoli non contano soltanto tecnica, preparazione atletica e intesa con il cavallo. Anche la mente gioca un ruolo determinante. Lo confermano i primi risultati del progetto di ricerca *“Valutazione e potenziamento delle abilità cognitive dei cavalieri e delle amazzoni del salto ad ostacoli”*, promosso da **Fieracavalli** insieme all'**Università di Verona** e alla **Federazione Italiana Sport Equestri**.

Presentato a Fieracavalli 2025 e guidato dalla professoressa **Mirta Fiorio** e dalla dottoressa **Angela Marotta** del **Dipartimento di Neuroscienze, Biomedicina e Movimento dell'Università di Verona**, lo studio nasce con l'obiettivo di comprendere i processi mentali che accompagnano la performance sportiva nel salto ostacoli e trasformare questa conoscenza in strumenti concreti a supporto della preparazione degli atleti.

Le prime valutazioni - arrivate a pochi mesi dall'avvio delle attività - hanno coinvolto **22 atleti** tra cavalieri e amazzoni di **età compresa tra i 18 e i 33 anni** e sono state realizzate con il supporto di Sofia Rizzo, laureata in Scienze motorie preventive e adattate, che ha contribuito alle attività di ricerca e raccolta dati previste dal progetto. I partecipanti sono stati sottoposti a una serie di test standardizzati studiati per analizzare funzioni cognitive come attenzione, memoria di lavoro, flessibilità cognitiva e capacità di elaborazione delle informazioni visive.

Tra i risultati più significativi emerge la **relazione tra esperienza sportiva e velocità di esplorazione visiva**. I dati indicano infatti che gli atleti più esperti sono più rapidi nell'analizzare il tracciato di gara e nell'individuare gli elementi rilevanti per la costruzione del percorso. Le analisi hanno inoltre evidenziato come cavalieri e amazzoni siano più rapidi dei calciatori nei compiti di esplorazione visiva, confermando la presenza di abilità cognitive particolarmente sviluppate in risposta alle esigenze specifiche del salto ostacoli, dove lettura del percorso, rapidità decisionale e capacità di adattamento sono elementi essenziali della gara.

Un secondo aspetto emerso dalla ricerca riguarda le **abilità interocettive**, ovvero la capacità di percepire e interpretare i segnali provenienti dal proprio corpo. I primi dati mostrano infatti come una maggiore consapevolezza corporea sia associata a migliori prestazioni nella memoria di lavoro e nell'attenzione divisa, funzioni fondamentali per memorizzare il percorso prima della gara, aggiornare costantemente le informazioni necessarie durante la prova e gestire simultaneamente più stimoli rilevanti.

«Questa ricerca si distingue per le sue possibili applicazioni pratiche, che potrebbero estendersi in futuro anche ad altri ambiti sportivi e professionali ad alta intensità cognitiva. Il progetto si inserisce pienamente nelle attività di Terza missione e Public Engagement del dipartimento e dell'Ateneo, dimostrando come il dialogo con il territorio e le collaborazioni con realtà locali, come Fieracavalli, possano generare nuove

opportunità di crescita scientifica e culturale» dichiara **Corrado Barbui, direttore del dipartimento di Neuroscienze, biomedicina e movimento dell'Università di Verona.**

La ricerca proseguirà nei prossimi mesi con l'ampliamento del campione di atleti coinvolti e con ulteriori approfondimenti sulle relazioni tra abilità cognitive e performance sportiva. I risultati raccolti costituiranno la base per la seconda fase del progetto, dedicata allo sviluppo di un training cognitivo specifico per cavalieri e amazzoni del salto ostacoli, con l'obiettivo di trasformare le evidenze scientifiche in strumenti innovativi a supporto della preparazione agonistica.

www.fieracavalli.it