

## Un regalo per i nonni? Cani e gatti fanno bene agli anziani



2,1 Secondo un'indagine, circa 2 milioni di anziani possiedono un animale domestico e sono disposti a spendere quasi 800 euro l'anno per prendersene cura

La **migliore medicina** per **un anziano** è quella che.... **abbaia** o **miagola**. Avere un animale domestico comporta **benefici** sia **psicologici** sia sulla **salute fisica** degli italiani sopra i 65 anni, a iniziare dai malati cronici (**ipertensione**, **diabete**, **depressione**).

### Un pet non è un gioco

Un'idea da far trovare sotto l'albero? Sì, a patto che l'anziano (nonno, zio o amico) abbia lo **spazio necessario** e la **volontà** per **prendersene cura**.

### Ma gli over 65 sono ben disposti

Secondo un'indagine socio-demografica condotta da **FederAnziani Senior Italia**, il **39%** degli **over 65** (ovvero 2,1 milioni di persone) **possiede un animale domestico** ed è disposto a spendere **quasi 800 euro l'anno**, una parte importante della propria – spesso esigua – pensione per **prendersi cura del proprio pet**.

### Una compagnia stimolante

«Condividere le proprie giornate con un animale familiare **migliora l'umore**, stimola la **socializzazione**, **sollecita l'attività fisica** e **riempie le giornate**», interviene **Maria Chiara Catalani**, vicepresidente della Società italiana scienze del comportamento animale (Sisca, federata Anmvi). Una relazione che arriva a compensare «la mancanza della propria famiglia,

quando i figli oramai adulti prendono la loro strada. Un animale in casa **sollecita l'area affettiva**, ricerca **coccole**, è **affettuoso**, ha il desiderio di **giocare** ».

## Le differenze tra cane e gatto

Poi, ogni quattrozampe ha le sue **specificità benefiche**. «Mentre il **gatto aiuta a rilassarsi**, è un'affascinante distrazione domestica, diverte con le sue attività di caccia domestica, il **cane**, con la sua esigenza di uscire di casa, è un **ottimo fattore di socializzazione**», continua Catalani. «La **passeggiata** diviene così un momento importante per chi vive gran parte della giornata in solitudine. Molti **studi** confermano che il **cane** è un **tramite molto efficace per stimolare la conoscenza di nuove persone**, per condividere momenti della propria giornata, per sentirsi parte della società».

## Stimolano il movimento quotidiano

**Camminare un'ora al giorno** con Fido, inoltre, ha **conseguenze positive** anche sulla **salute fisica**, come rileva l'indagine di FederAnziani Senior Italia: **abbassa la pressione**, riduce il **colesterolo**, **migliora la circolazione sanguigna**, **riduce la perdita ossea**, **diminuisce** i valori di **glicemia**. Nelle persone diabetiche un **cane addestrato** ad hoc, inoltre, **grazie al fiuto può rilevare preventivamente una crisi ipoglicemica**, o comunque **segnalare bassi livelli di glucosio nel sangue**.

## Consigli per la scelta

Sulla scelta del cane da compagnia c'è, comunque, una **regola** principale da seguire: per un anziano è **meglio evitare un animale eccessivamente esuberante**, che tra l'altro, se limitato, potrebbe sfogarsi provocando danni in casa. «Penso ai cani che hanno la necessità di fare molta attività come quelli da pastore, dai border collie agli australian shepherd, o dalla notevole forza, come i bulldog e i mastini, che **possono tirare molto al guinzaglio**», precisa l'etologo **Roberto Marchesini**, direttore di Siua – Scuola di interazione uomo-animale. «**Stesso discorso per i cuccioli**, che richiedono una massiccia quantità di attenzioni soprattutto nel primo anno di vita».

## Positivi anche i cani con problemi

Da **non escludere**, invece, **quattrozampe** con menomazioni quali la **cecità** o la **sordità**: «Prendersi cura di loro **fa sentire di nuovo importante l'anziano** in crisi di autostima», aggiunge l'etologo. Prima dell'adozione o dell'acquisto è, però, fondamentale sentire il **parere di veterinari o educatori cinofili**, così da analizzare per tempo aspetti di convivenza che spesso si sottovalutano o si sopravvalutano, come la presenza di altri familiari, magari di bambini. Discorso diverso per il **gatto**, animale più conviviale e **meno impegnativo** del cane dal punto di vista dell'interazione con l'uomo. «**Meglio averne uno solo**, perché non sempre ama la compagnia dei suoi simili», conclude Marchesini. «E un gatto stressato, soprattutto in un appartamento crea problemi: per esempio, inizia a fare pipì da tutte le parti».

[Natale, cani e gatti: consigli per il loro benessere](#)

[Come rendere perfetto il Natale per i bambini?](#)

[Animali domestici: posso curarli con i miei farmaci?](#)

[Animali domestici: più della metà non li porta dal veterinario](#)

ASTRA ORO!

ARÀ  
19?  
SU  
RO!

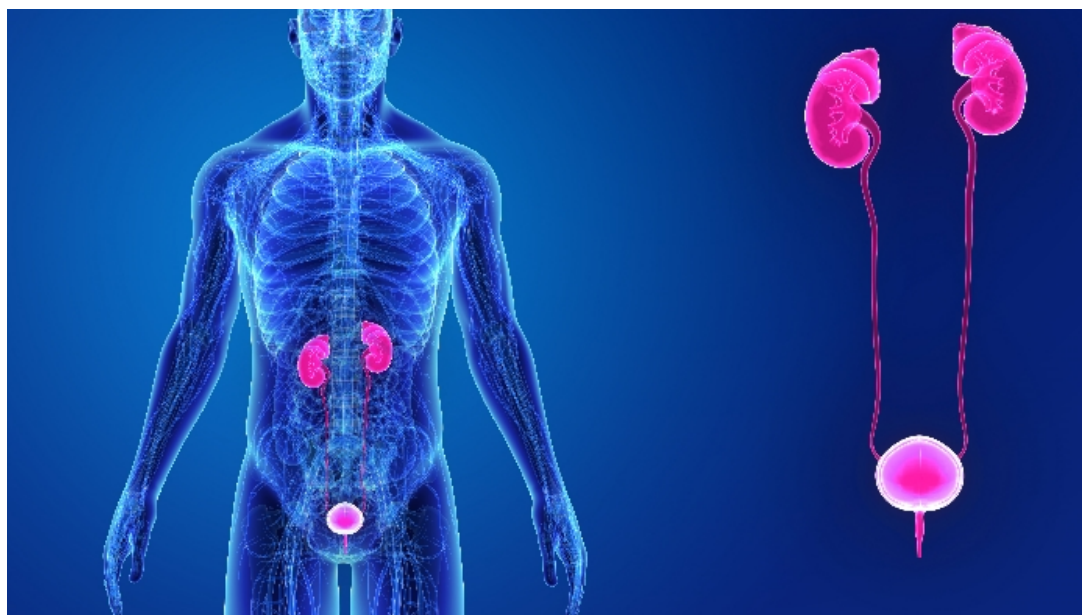
Powered by  viralize

Pubblicato il: 20 dicembre 2018 Aggiornato il: 20 dicembre 2018

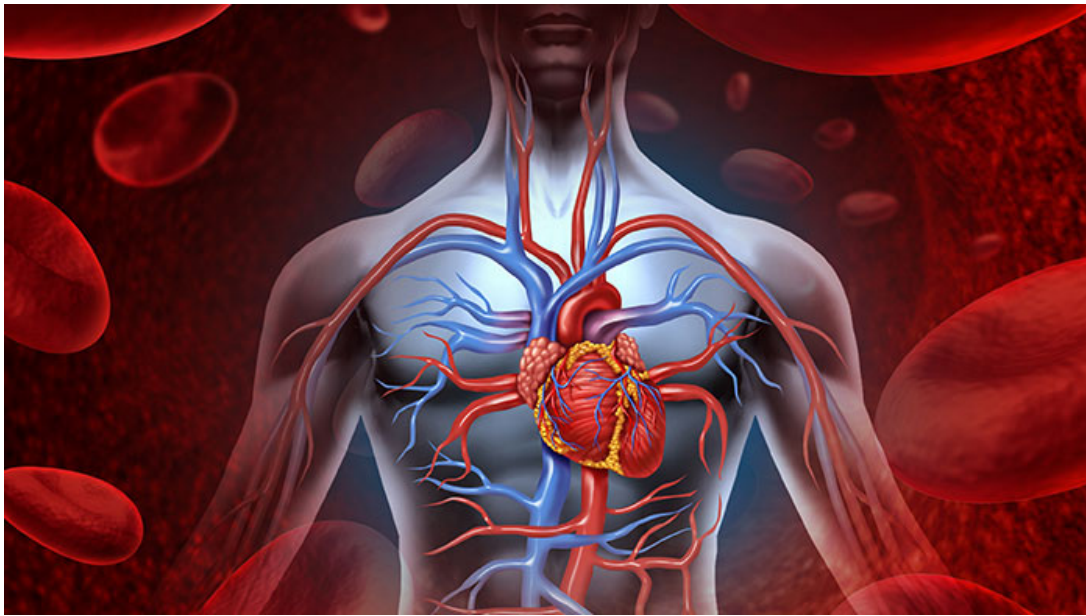
## I video di OK-Play

---

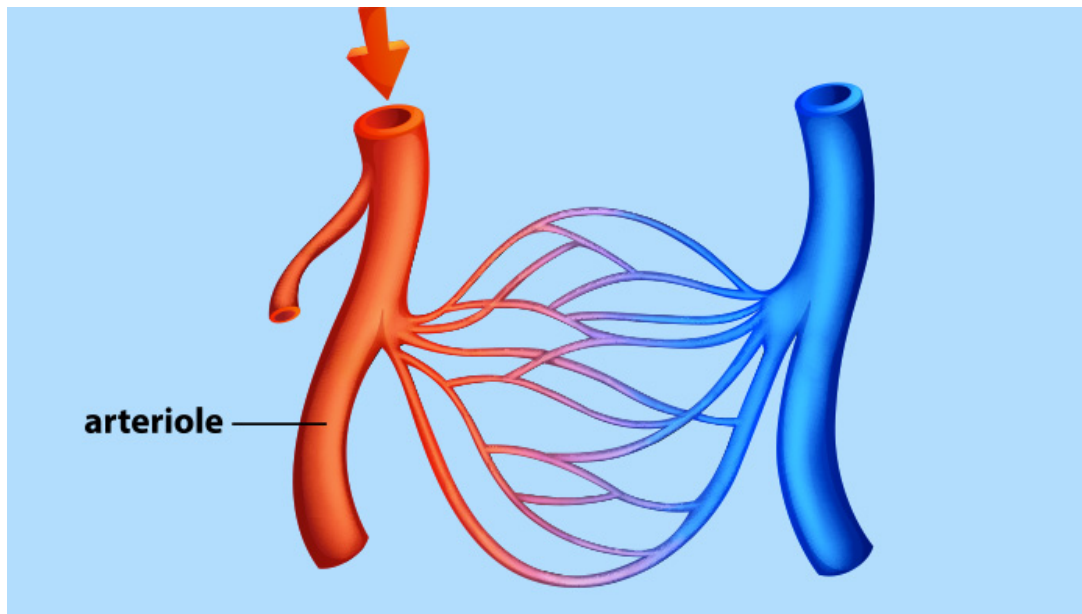
Uretere



Aorta



Arteriole

Source: [video.ok-salute.it](https://www.ok-salute.it)

## Chiedi un consulto di Geriatria

CONTENUTO SPONSORIZZATO



### TUTTO SUL COLESTEROLO HDL: QUELLO "BUONO"



Il **colesterolo HDL** ripulisce i vasi sanguigni dal lipide in eccesso, favorendone la sua eliminazione dall'organismo. Da qui, deriva il suo nome di Colesterolo Buono.

[SCOPRI DI PIÙ](#)

---

---

---

---

---

Natale da Decathlon!

Non perdere l'occasione di regalare lo sport: scopri i prodotti e lasciati ispirare!

Spesa Online Conad

Tu scegli i tuoi prodotti preferiti, a portarti la spesa ci pensa Conad! Prova subito!

A Natale Adotta Un Bimbo

Adotta Un Bimbo a Distanza

MillionDay - Giochi24

Con 1 Euro puoi vincere 1 Milione. Provaci anche tu, hai 10 Euro gratis.

Concorso Natale Esselunga

Esselunga festeggia con un Milione di Premi per Te. Scopri come Vincere!

Amplifon

Nuovi apparecchi acustici invisibili: scopri la novità per tornare a sentire bene!

Sponsorizzato da