

## I consigli del veterinario Si invecchia meglio con il cane o il gatto vicino

### L'ESPERTO

OLGA PATTACINI \*

**A**i nonni italiani è stata dedicata la giornata del 2 ottobre, un riconoscimento per quelli che spesso si fa fatica a definire vecchi, così impegnati in attività culturali, corsi di ballo e viaggi.

Ma perché la terza e la quarta età siano piene di vita bisogna lavorare sulla prevenzione e sui corretti stili di vita.

Il 57% degli anziani è in sovrappeso e quasi il 49% sedentario.

Ma qual è lo stimolo migliore per alzarsi dal divano, vestirsi e uscire fuori?

I mutui benefici del rapporto tra anziani e pets sono

ben chiari a **Senior Italia FederAnziani**, che ha avviato un progetto pilota con i cani dei Comuni di Roma e Milano per favorire l'incontro tra senior e animali e aumentare così la consapevolezza di come la compagnia di un cane o un gatto contribuisce ad un miglioramento della vita quotidiana.

Chi ha un cane, oltre a muoversi di più, ha una maggior attività mentale, maggiori rapporti sociali, più autostima, minor senso di solitudine e depressione, con grande beneficio non solo a livello umano, ma anche sui conti dello Stato.

Ad esempio, la maggior attività motoria delle persone

affette da patologie cardiovascolari determina un risparmio di spese sanitarie pari a 1,3 miliardi di euro l'anno, ma anche i gatti, anche se non vengono portati in passeggiata, hanno un effetto rasserenante e positivo.

La cosa più importante, però, è saper scegliere il compagno di vita peloso, facendosi consigliare da un veterinario e non da internet, perché non sempre cane di piccola taglia significa cane d'appartamento, poco impegnativo e tranquillo. —

*\*medico veterinario  
esperto in comportamento  
animale Fnovi*

© BY NC ND ALCUNI DIRITTI RISERVATI

