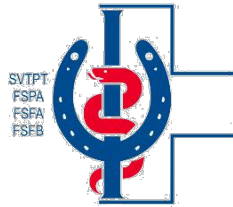




SCHWEIZERISCHE TIERÄRZTLICHE
VEREINIGUNG FÜR VERHALTENSMEIZIN
ASSOCIATION VÉTÉRINAIRE SUISSE
POUR LA MÉDECINE COMPORTEMENTALE



SVTPT
FSPA
FSFA
FSEB

SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR TIERPHYSIOTHERAPIE
FÉDÉRATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE POUR ANIMAUX
FEDERAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA PER ANIMALI
FEDERAZIUN SVIZRA DELLA FISIOTERAPIA PER BES/CHAS

Quanto è importante il movimento per un cane durante la crescita?

Un cucciolo di cane trascorre i primi 10-14 giorni principalmente a dormire e bere. La sua attività fisica è limitata all'allattamento dal seno della mamma e a movimenti striscianti da e verso le fonti di calore. Durante il sonno, il cucciolo compie dei movimenti con il muso, le orecchie e le zampe.

A partire dalla terza settimana di vita, il cucciolo inizia a esplorare l'ambiente e il suo raggio di movimento aumenta progressivamente. Per il normale sviluppo del cervello, non sono indispensabili solo le percezioni dall'ambiente e le interazioni con la madre, i fratelli e gli umani, ma anche la stimolazione di muscoli e articolazioni attraverso il movimento. Quanti più impulsi il sistema muscolo-scheletrico innesca nel cervello, tanto meglio quest'ultimo si svilupperà.

Con l'avanzare dell'età, i movimenti diventano più coordinati e diversificati. Il cucciolo si muove finché non è stanco, quindi dorme fino alla fase di veglia e movimento successiva. Né il padrone né la mamma canina riescono a contenere la sua salutare voglia di muoversi.

Se un cucciolo viene improvvisamente limitato nella sua attività dopo essere stato affidato al nuovo padrone, se ha il permesso di muoversi liberamente solo per alcuni minuti ogni volta e se poi viene anche portato su e giù per le scale, tutto questo contraddice le ultime scoperte della ricerca sul cervello, che hanno evidenziato chiari collegamenti tra l'aumento dell'attività fisica e l'aumento dell'attività cerebrale.

L'attività fisica favorisce la vascolarizzazione cerebrale, sostiene la rigenerazione e l'interconnessione delle cellule nervose e stimola il metabolismo cerebrale. Tra l'altro, l'attività fisica è estremamente importante per il controllo delle emozioni, per la memoria e per i processi di apprendimento, tanto per i cuccioli quanto per i cani giovani. Inoltre, l'attività giocosa dopo una sessione di addestramento è decisamente funzionale ai fini del miglioramento delle prestazioni di un cane nell'apprendimento di nuove abilità.

Attraverso il movimento, le diverse aree del cervello responsabili della percezione, dell'esperienza spaziale, della consapevolezza corporea, della capacità di coordinamento e del senso di equilibrio vengono stimolate e ulteriormente sviluppate. Inoltre, l'esercizio favorisce il metabolismo e, di conseguenza, il rafforzamento delle ossa e lo sviluppo di muscoli e organi. Le sequenze di movimenti complessi possono essere apprese solo con l'esercizio ripetuto.

Al guinzaglio, il cane può solo camminare o trotterellare. Queste andature, tuttavia, non sollecitano sufficientemente il sistema muscolo-scheletrico. Per un sano sviluppo fisico ed emotivo, il cane ha bisogno, fin dall'inizio, di muoversi liberamente tutti i giorni. Ciò è possibile senza problemi grazie alla tendenza innata del cucciolo a seguirci. Il cucciolo dovrebbe anche poter salire e scendere dalle scale: questo esercizio promuove la capacità di coordinazione e rinforza i muscoli della coscia e una buona muscolatura protegge le articolazioni.

Il gioco libero con gli altri cani allena la muscolatura e il coordinamento motorio e promuove le abilità sociali, il controllo degli impulsi e delle emozioni come pure la tolleranza alla frustrazione e la capacità di riconoscere i pericoli. Inoltre scatenandosi e facendo giochi di lotta

viene perfezionata la capacità di reagire a situazioni improvvise. Questa capacità di adattamento aiuta il cane ad affrontare eventi inaspettati in futuro.

È importante che il cucciolo possa recuperare dopo le attività fisiche e mentali, dormendo da una a due ore. In particolare durante la notte il cucciolo dovrebbe poter dormire indisturbato in un luogo tranquillo e sicuro. Le ore di sonno sono indispensabili perché il corpo si rilassi e per consentire al cervello di elaborare le esperienze appena vissute, distinguere ciò che è importante da ciò che non lo è e consolidare quanto appena appreso. Ecco perché non è tanto importante per quanto tempo il cucciolo sia attivo, ma soprattutto che possa riposarsi a sufficienza prima dell'uscita successiva.

Un cucciolo di media taglia di otto settimane è attivo da 6 a 7 ore al giorno circa. Queste fasi attive durano 30-40 minuti ognuna, un paio di volte al giorno possono anche raggiungere un'ora o poco più. Nelle ore che intercorrono tra le due fasi attive quotidiane, il cucciolo dorme da 1 a 2 ore ogni volta. Il riposo notturno è di otto ore e di solito è interrotto da due defecazioni.

Raccomandazioni

Un cucciolo dovrebbe avere la possibilità di muoversi liberamente fino a quando non è stanco. È opportuno evitare di tenerlo occupato per un periodo più lungo o addirittura impedirgli di dormire. Le prime volte che lo si porta a spasso, non si devono percorrere lunghe distanze, bensì adattare il passo e il percorso alle sue energie. Con il passare del tempo la resistenza del cucciolo aumenterà. Queste uscite possono comunque durare sin dall'inizio 30-40 minuti, talvolta anche fino ad un'ora. Attività sportive svolte dal padrone insieme al cucciolo quali il lancio di oggetti, la corsa, andare in bicicletta, ecc. non sono raccomandate.

D'altra parte, il padrone dovrebbe rafforzare la sua relazione con il cucciolo esplorando con lui l'ambiente che li circonda. Inoltre, dovrebbe favorire il gioco libero con gli altri cani e l'apprendimento esperienziale permettendo al cucciolo di prendere decisioni in autonomia.

Man mano che il cane cresce, è possibile estendere la durata del movimento e la distanza percorsa, ma non appena il giovane cane manifesta stanchezza, gli dovrebbe essere concessa una pausa. La stimolazione eccessiva ha sul suo sviluppo lo stesso effetto negativo della mancanza di stimoli e va quindi evitata. A seconda della taglia della razza, i cani con un peso fino a 15 kg nell'età da 5 a 6 mesi, i cani fino a 30 kg da 7 a 8 mesi e i cani di taglia più grande da 9 a 10 mesi dovrebbero aver sviluppato una muscolatura e una costituzione tali da essere in grado di muoversi senza limitazioni.

Dr. Marianne Furler

Specialista in medicina comportamentale STVV, Fisioterapista veterinaria SVTPT, 2020

Bibliografia

„Hunde in Bewegung“, *Martin S. Fischer und Karin E. Lilje, 2011*

„How Play Makes for a More Adaptable Brain“, *Sergio M. Pellis, Vivien C. Pellis, Brett T. Himmler, 2014*

„Adaptation of canine femoral head articular cartilage to long distance running exercise in young beagles“, *Lammi M, Hakkinen TP, Parkkinen JJ, et al, 1993.*

„Dog–Human Play, but Not Resting Post-Learning Improve Re-Training Performance up to One Year after Initial Task Acquisition in Labrador Retriever Dogs: A Follow-On Study“, *Nadia Affenzeller, Animals 2020*

„Moderate running exercise augments glycosaminoglycans and thickness of articular cartilage in the knee joint of young beagle dogs“ *Kiviranta I, Tammi M, Jurvelin J, et al, 1988*