

CANI E ANZIANI

La naturale socialità e la spiccata e prepotente fisicità tipiche del cane ne fanno un interlocutore privilegiato non solo per i bambini, ma anche per le persone anziane, che combattono giorno dopo giorno con la paura della rassegnazione e dell'inaridimento spirituale.

"L'irresistibile comicità di un terrier Sealyham, come osserva Lorenz, unita al suo amore fedele per il padrone, può offrire un vero sostegno psichico a una persona incline alla malinconia".

L'età che avanza predispone facilmente le persone a sentimenti del genere, che sconfinano con la depressione, con l'apatia e con la perdita di fiducia in se stessi. Il principale fattore condizionante è la solitudine e il senso di vuoto assoluto in cui si sprofonda quando ci si allontana definitivamente dagli affetti familiari e si perde la propria funzione sociale e lavorativa. Se poi lo stato di sofferenza psicologica si traduce in malessere fisico i problemi si complicano.

Il cane: un'ancora di salvezza

In questa situazione il cane può diventare un'ancora di salvezza: la sua semplice presenza può riempire tanti vuoti. Per cominciare chi adotta un cane non è più solo e questo è un dato certo. Diciamo poi che l'esistenza di questo nuovo compagno non è mai passiva ma riempie la casa: lui non sopporterebbe mai di passare inosservato e farà di tutto per farsi notare. Questa sua inclinazione naturale a riempire lo spazio è così disarmante che non può non invitare al buon umore anche la persona più scorbutica.

A chi poi si sente relegato in una posizione marginale, un cane da accudire offre l'opportunità di riprendere le vesti dell'autorità parentale dismesse con l'allontanamento dei figli.

Per non parlare dell'avventura affettivo-emozionale che il confronto con un essere unico e irripetibile prospetta.

Risultati

Volendo dare ascolto a Lorenz, nessuno può "trattenersi dal sorridere vedendosi venire incontro quel buffo coso traboccante di gioia di vivere, che rotola sulle gambette troppo corte e, con la sua aria da finto tonto, la testa inclinata e una pantofola in bocca, fissa lui, il suo padrone, con sguardo impaziente invitandolo a giocare?"

Ma ci sono anche testimonianze concrete a dimostrazione del fatto che questa

convivenza procura un effettivo benessere. Basta guardare i risultati di alcuni studi sperimentali che si sono svolti in case di riposo per anziani in Australia.

I rapporti sociali si sono intensificati, la capacità di comunicazione ha registrato un miglioramento e, da quando i cani sono stati introdotti nella casa di cura, i pazienti hanno vissuto con più entusiasmo e interesse la quotidianità. Insomma l'animale, quale essere vivente, incoraggia l'individuo a prendersi cura di lui, a nutrirlo, a mantenerlo pulito, ad accettare il suo gioco e, così facendo, lo mette in condizione di migliorare l'immagine che ha di se stesso e lo aiuta a prendersi maggiore cura della propria persona. Ma oltre a generare questi benefici di natura sociale e psicologica è stato dimostrato che il cane esercita addirittura un effetto terapeutico sul suo padrone anziano. Alcuni studi svolti dall'Università di Pensilvania ci dicono per esempio che l'amicizia con un cane è una vera salvezza per i cardiopatici. I benefici per il padrone cominciano al solo guardarlo, quando poi accarezza il suo fedele compagno avviene il miracolo: il contatto affettuoso riduce infatti la pressione arteriosa e abbassa la frequenza cardiaca. Le passeggiate quotidiane rappresentano poi un esercizio fisico salutare per un soggetto che soffre di cuore.

Basi chimiche e fisiologiche

In tutti i casi, secondo una teoria recente, il benessere derivato dalla presenza di un cane è generale ed ha basi chimiche e fisiologiche: le sue manifestazioni di affetto stimolerebbero infatti l'organismo a produrre endorfine, inducendo uno stato di tranquillità e rilassatezza. Un'ultima curiosità riguarda la cosiddetta catarsi della carezza da cui deriva la produzione di ceruleina che agisce beneficamente sull'attività intestinale ed ha effetti positivi sulla salute della pelle.

Da queste constatazioni si è arrivati alla realizzazione delle cosiddette AAA (Attività Assistite con gli Animali), coordinate da esperti e professionisti (psicologi, medici e veterinari) in particolari contesti, come le case di riposo, per sanare situazioni di disagio psicologico.