

**Lettori 1.326.601**

29-09-2023

## Over 65, un cucciolo può aiutare a ritrovare la salute



In Italia sono 14,5 milioni gli over 65 e tra loro il 20% è diabetico, il 54% iperteso.

Moltissimi, anche a causa della solitudine, soffrono di depressione.

Il cambiamento degli stili di vita, in particolare un moderato esercizio fisico quotidiano, come quello praticato per portare a spasso un cane, potrebbe migliorare significativamente le loro condizioni di salute, con effetti positivi anche sul Sistema sanitario nazionale. Da uno studio del Centro studi SIC-Sanità è emerso che sarebbe possibile risparmiare 3 miliardi di euro sulla spesa sanitaria se tutti gli anziani avessero un animale domestico. A sottolinearlo è Senior Italia FederAnziani, che per sensibilizzare sull'importanza della compagnia di un pet ha lanciato la campagna 'Adotta un cucciolo, ritrova la salute', con l'obiettivo di realizzare 10mila adozioni in 6 mesi.

L'iniziativa è sostenuta tra gli altri da Federazione nazionale degli ordini dei medici, Associazione nazionale medici veterinari italiani, Federazione italiana Medici di Medicina Generale, ed è stata presentata alla Camera dei Deputati, in occasione della Festa dei Nonni del 2 ottobre.

"Scegliere la compagnia di un animale domestico significa molto anche per gli anziani meno autosufficienti - afferma Alessandra Locatelli, ministro per le Disabilità -. Spesso l'età avanzata impone limiti fisici che con l'aiuto di un pet possono essere risolti, come nei casi dei cani guida per persone con difficoltà visive. Ampliano molto le possibilità di relazione con il mondo esterno, aiutano nello svolgimento delle attività quotidiane e domestiche, riducono la solitudine." Per Roberto Messina, presidente Senior Italia FederAnziani "i problemi di salute più comuni tra le persone anziane sono spesso causati o peggiorati da stili di vita scorretti e poco attivi. Questo si traduce anche in ingenti costi per la sanità pubblica, che si trova ad affrontare spese per terapie e visite per milioni di persone".

"Il peggioramento delle condizioni di salute e la solitudine portano gli anziani a trascorrere più tempo a casa, muoversi poco e lasciare che muscoli, articolazioni e apparato circolatorio invecchino più rapidamente - sottolinea Filippo Anelli, Presidente Fnomceo -. Per questa ragione, uno stimolo esterno a fare esercizio è fondamentale, come la consapevolezza di doversi prendere cura di qualcuno".