

3 ore fa

CONDIVIDI QUESTA STORIA

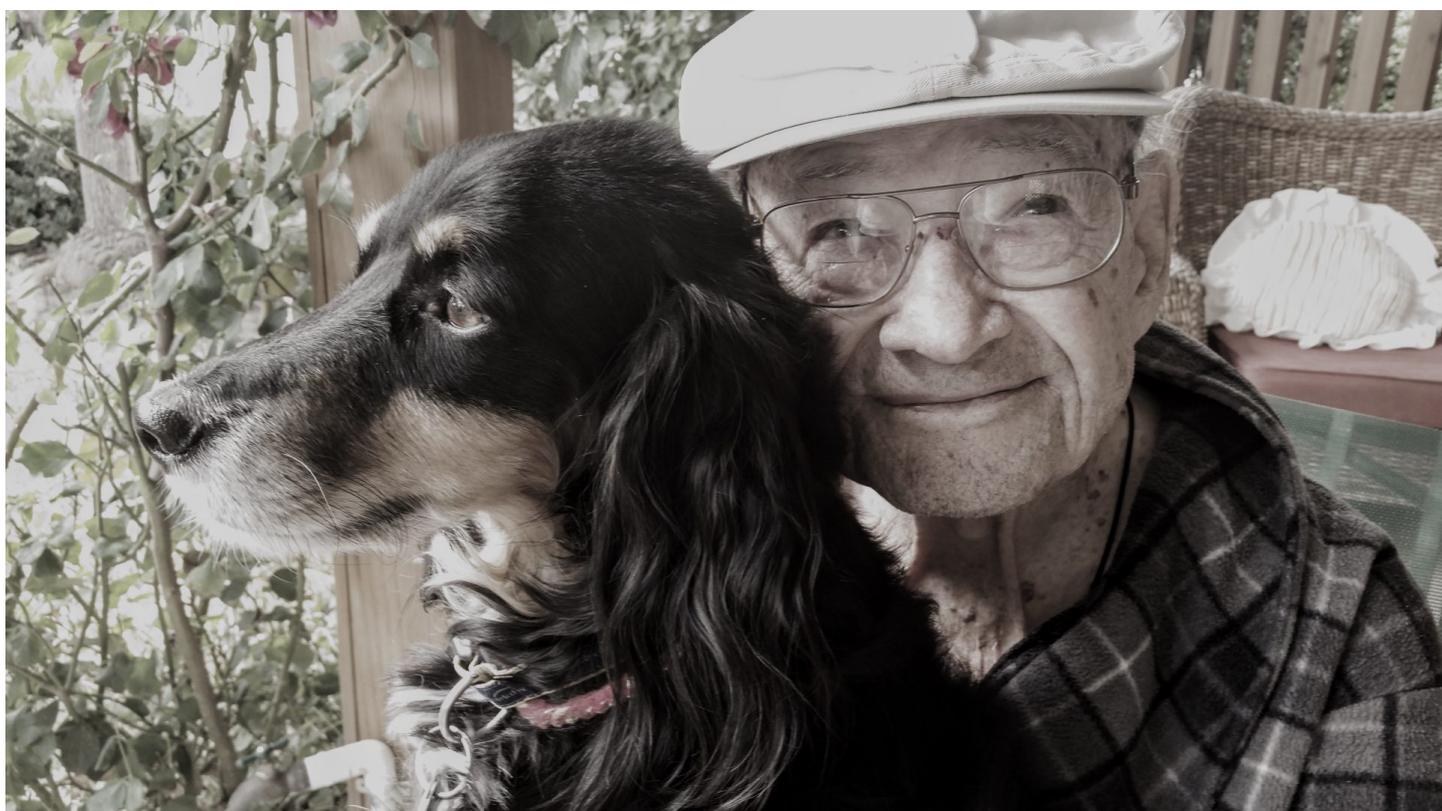


Salute&Benessere

Adotta un amico a quattro zampe e trova la salute

Parte la campagna indirizzata agli over 65: adottare un trovatello è una buona azione con importanti effetti psicofisici su chi la compie. A beneficiarne sono tutti, tranne forse le tasche degli anziani. Le associazioni stanno lavorando alla riduzione dell'Iva sui prodotti per animali

di NICLA PANCIERA



Parte oggi, giornata della festa dei nonni, la campagna di Senior Italia FederAnziani “Adotta un cucciolo, ritrova la salute” con l’obiettivo di facilitare gli over 65 nell’adozione di buoni stili di vita attiva attraverso l’adozione di un animale



pratica dell'attività fisica da parte di tutte le persone con diabete e ipertensione porterebbe a un risparmio di circa tre miliardi di euro, cui si aggiungerebbe quello della riduzione dell'affollamento delle strutture dedicate come i canili.

Secondo i dati del Centro studi Sic-Sanità, il risparmio di tre miliardi di euro sarebbe da attribuire proprio alle minori complicanze associate a diabete e ipertensione in chi abbandona la sedentarietà, come ha spiegato **Roberto Messina, Presidente Senior Italia FederAnziani**, annunciando una importante soluzione per promuovere le adozioni: «Ci stiamo battendo per ottenere una riduzione dell'Iva sui prodotti, come il cibo, per gli animali, perché un animale domestico non è un bene di lusso. Le prime interlocuzioni lasciano ben sperare». La lista dei canili e gattili è sui siti delle associazioni proponenti «Adotta un cucciolo» [Senior Italia](#), Associazione sportiva italiana Asi e Vitattiva.

La convinzione è che l'adozione di un animale domestico possa migliorare due aspetti alla base della salute, ha osservato **Filippo Anelli, presidente della Federazione nazionale degli ordini dei medici chirurghi e degli odontoiatri Fnomceo**: «Da un lato, c'è la solitudine, con il progressivo ritiro tra le mura domestiche e che porta a depressione, e dall'altro lo stile di vita. Il movimento è fondamentale per la prevenzione e porta benessere sotto il profilo cardiovascolare e generale».

Quanto bene faccia il movimento, come vi abbiamo raccontato [qui](#), e quanto nociva risulti la solitudine per il benessere mentale e fisico, come vi abbiamo spiegato [qui](#), è ormai accertato. Altrettanto evidente è la difficoltà a cambiare, e far cambiare, gli stili di vita in particolare agli anziani, dalle abitudini ormai sedimentate. Forse un amico peloso può arrivare laddove medici e parenti non riescono.

«In Italia quasi 8 milioni di over 65 soffrono di ipertensione. Per migliorare questa situazione è necessario maggiore movimento» **afferma Giovambattista Desideri della Società italiana ipertensione arteriosa Siia**, ricordando la disastrosa situazione del nostro paese dove si evidenzia «una quota di sedentari del 42%, che si alza al 67% negli over 85. Le donne svolgono ancora meno attività fisica. Camminare è sicuramente l'esercizio più consigliato per la terza età e portare a spasso il proprio cane o occuparsi delle necessità del proprio gatto può risultare davvero un toccasana».

«Praticare attività fisica è molto importante per i diabetici, soprattutto quando anziani» spiega **Raffaele Scalpone, presidente dell'Associazione italiana per la difesa degli interessi dei diabetici**. «L'esercizio contribuisce a diminuire il peso e la glicemia, riduce la pressione e aumenta il cosiddetto 'colesterolo buono'. Basta camminare 30 minuti al 

Plaude all'iniziativa anche **Fabio Valente, vicesegretario Federazione italiana medici di medicina generale Fimmg**, tanto da proporre un'analisi dei benefici: «Se i medici di famiglia, che vedono i loro anziani assistiti anche settimanalmente, raccogliessero dei dati di salute su chi adotta un animale, vedremmo dei risultati chiari in poco tempo».

Per evitare ulteriori nuovi abbandoni, che quest'anno hanno fatto registrate numeri record, oltre a pensare al problema economico legato agli elevati costi di mantenimento e di visite mediche dell'amico a quattro zampe, c'è da affrontare quello della capacità di un anziano di prendersi adeguatamente cura di un animale. «Adottare un pet significa toglierlo dai rifugi, garantire anche a lui una vita migliore. È compito del veterinario aiutare nella visita pre-adozione, per dare tutte le informazioni e indicare come è meglio procedere, considerando che la vita media di un cane, di cui si diventa responsabili, è sui 10-15 anni» ha spiegato **Raimondo Colangeli, Vicepresidente Associazione nazionale medici veterinari italiani Anmvi**. «Oltre all'uscire di casa, camminare e respirare aria fresca, c'è anche un importante aspetto psicogeriatrico legato all'accudimento di un animale, che può favorire anche una maggior attenzione verso se stessi e una regolarizzazione delle abitudini, con l'adozione di orari e routine».

«Riconosciamo la grande importanza del mondo animale in campi come la pet therapy, nei cosiddetti interventi assistiti con animali, e anche nelle attività sportive come le discipline integrate che vedono gareggiare insieme atleti disabili e non» aggiunge **Fabio Salerno, dirigente generale Associazione sportiva italiana Asi** che da tempo «ha sviluppato modelli di formazione d'eccellenza conscio di quanto il rapporto uomo-animale sia prezioso e da stimolare ulteriormente».

Photo by Donna Cecaci on Unsplash

I più letti >

