



# Pet therapy e anziani: un legame di mutuo beneficio

*La relazione che si instaura tra uomo e animale rappresenta un'opzione terapeutica efficace e inclusiva per gli over 65. Con i suoi numerosi benefici fisici, mentali e sociali, la terapia con cani e gatti offre un'opportunità unica per migliorare la qualità della vita e promuovere il benessere complessivo delle persone senior, dimostrando ancora una volta come la salute e il benessere umani siano profondamente legati a quelli dei quattro zampe.*

di **Roberto Cavazzoni**, direttore **Federchimica Aisa**, **Associazione Nazionale Imprese della Salute Animale**

**F**ederchimica AISA, associazione che raggruppa e rappresenta le aziende produttrici di farmaci veterinari per animali domestici e da allevamento in Italia, fa il punto sui vantaggi derivanti dalla relazione tra l'uomo e gli animali da compagnia; tassello fondamentale dell'approccio one health, per il quale la salute del pianeta è strettamente connessa a quella dell'uomo e degli animali.

Un legame di mutuo beneficio che si manifesta chiaramente nella pratica della pet therapy. Conosciuta anche come terapia assistita dagli animali, è un approccio terapeutico che vede gli animali domestici come parte integrante del trattamento. Introdotta nel 1964 dallo psichiatra infantile Boris M Levinson, la pet therapy ha dimostrato di avere un impatto significativo sulla salute e sul benessere delle persone di tutte le età, rivelandosi particolarmente efficace nei più piccoli come negli anziani ospiti delle case di riposo, dove gli animali possono agire come catalizzatori sociali, incoraggiando la comunicazione e le relazioni. Durante le sessioni di pet therapy, spesso realizzate con cani e gatti per il loro temperamento socievole e la capacità di instaurare legami emotivi, gli anziani sono spinti all'interazione attraverso attività strutturate come la passeggiata, il gioco e la cura, beneficiando così di un'esperienza terapeutica coinvolgente e rilassante.

## **ATTIVITÀ FISICA /**

L'interazione tra l'uomo e gli animali domestici porta poi una serie di benefici sia fisici che mentali che spaziano dall'aumento dell'attività fisica alla stimolazione mentale, contribuendo al miglioramento della qualità della vita. Una delle prime e più evidenti conseguenze di questa interazione



è proprio l'incremento dell'attività fisica. Prendersi cura di un animale richiede movimento, che può essere incoraggiato attraverso attività come portare a passeggio un cane o nutrire gli animali. Questo stimola la mobilità e la flessibilità, con benefici sulla salute delle ossa e del sistema cardiovascolare.

Ma non è solo l'aspetto fisico a beneficiare dell'interazione con cani e gatti. Gli anziani che si prendono cura di un animale domestico sono spesso coinvolti in una serie di attività quotidiane che li aiutano a mantenere la mente attiva, contribuendo al mantenimento della memoria e all'aumento della sensazione di utilità e benessere. Questo può includere la cura e la pulizia dell'animale e degli spazi circostanti. Inol-

tre, passare del tempo con un animale da compagnia può alleviare lo stress, ridurre i sentimenti di solitudine e depressione e migliorare l'umore complessivo.

## **SALUTE UNICA /**

La pet therapy si conferma pertanto come un'opzione terapeutica efficace e inclusiva per gli anziani. Con i suoi numerosi benefici fisici, mentali e sociali, questa pratica offre un'opportunità unica per migliorare la qualità della vita e promuovere il benessere complessivo degli individui anziani, dimostrando ancora una volta come la nostra salute e il nostro benessere siano profondamente legati a quelli dei nostri amici a quattro zampe.

