

Lo stress nei cani: Strategie di gestione dello stress

Di Jacqueline Neilson, DVM, DACVB

Molti dei nostri cani hanno uno stile di vita in cui vengono viziati e coccolati con cucce confortevoli, pasti regolari e gustosi e affetto, eppure spesso subiscono stress (vedi “Lo stress nei cani: cause scatenanti e sintomi”). Gli eventi stressanti possono compromettere il loro benessere e causare malattie, tra cui gli importanti disturbi a carico del tratto digerente noti come “diarrea da stress” o “colite da stress”.¹

SEI STRATEGIE PER LA GESTIONE DELLO STRESS NEI CANI:²

1. **La sicurezza prima di tutto: garantire la sicurezza di tutti i soggetti coinvolti.**
 - a. Le precauzioni necessarie possono includere recinti protetti, isolamento, sorveglianza, ecc.
 - i. Un cane che tenta di allontanarsi o scappare durante un evento stressante deve essere tenuto al sicuro e se possibile sorvegliato.
 - ii. Un cane che esibisce una risposta aggressiva allo stress deve essere fisicamente separato dal bersaglio dell'aggressione.
2. **Punire i cani che mostrano segni di stress è sconsigliato.**
 - a. Punire un animale stressato o ansioso non solo è disumano, ma non farà che peggiorarne lo stato di stress.
3. **Identificare, eliminare o limitare i fattori di stress.**
 - a. L'ideale sarebbe eliminare completamente gli eventi che attivano lo stress, ma spesso non è possibile. Ad esempio, è impossibile impedire che scoppi un temporale.
 - b. Quando lo stress non può essere completamente evitato, alcune modifiche ambientali possono aiutare a ridurlo.
 - i. Se un cane ha paura dei tuoni, si può spostarlo in un ambiente della casa non esposto all'esterno e creare un sottofondo di rumore bianco.
 - ii. Se un cane è stressato dai bambini, si può evitare di portarlo nei luoghi che frequentano, come scuole o parchi giochi. Lo stress di un incontro inatteso può essere ridotto portando via il cane o aumentando la distanza dal bambino.



L'autrice, la dott.ssa Jacqueline C. Neilson, si è specializzata in Comportamento animale nel 1997. Per 14 anni è stata titolare e responsabile di una struttura specializzata in comportamento animale a Portland, Oregon. È stata presidentessa dell'American College of Veterinary Behaviour.

4. Intraprendere un programma di modifica comportamentale.

- a. Le due strategie più comunemente utilizzate nella terapia comportamentale sono la desensibilizzazione sistematica e il controcondizionamento.
 - i. Desensibilizzazione sistematica – È una tecnica che serve a ridurre la reazione del cane a uno stimolo (attivatore di stress) aumentando gradualmente l'esposizione allo stimolo stesso. Partendo da un livello di esposizione minimo e aumentando gradualmente l'intensità dello stimolo, si aiuta il cane ad abituarvisi.
 - ii. Controcondizionamento – Consiste nel condizionare il cane a provare, in presenza dello stimolo, lo stato emotivo opposto a quello che esso scatenava inizialmente (ad esempio rilassamento invece che stress). Di solito questo risultato si ottiene abbinando l'esposizione allo stimolo a qualcosa di particolarmente gradito al cane, come cibo o giocattoli, e la tecnica è spesso utilizzata insieme alla desensibilizzazione sistematica.

5. Raccomandare Hill's™ Prescription Diet™ i/d™ Stress per i cani al di sotto di 14 kg di peso con disturbi GI legati allo stress.

- a. i/d™ Stress è una soluzione nutrizionale altamente digeribile, formulata con proteine del latte idrolisate, fibre prebiotiche e zenzero, che aiuta a gestire lo stress e a ridurre il rischio di disturbi digestivi causati dallo stress. Per produrre risultati ottimali, l'alimento dovrebbe essere somministrato preventivamente, diverso tempo prima che si verifichi il previsto fattore di stress. L'alimento è formulato per il mantenimento nei cani adulti ed è quindi adatto alla somministrazione a lungo termine nei casi di stress cronico.

6. Consigliare attività, prodotti e servizi per la riduzione dello stress.

- a. Oggi sono disponibili in commercio numerosi prodotti per ridurre lo stress, ad esempio feromoni, terapie farmacologiche e speciali bendaggi elastici che esercitano una delicata pressione.
- b. Alcuni cani possono giovare di metodiche terapeutiche mirate alla riduzione dello stress come l'agopuntura o la touch therapy.
- c. L'attività fisica regolare può contribuire alla complessiva riduzione dello stress.

¹ Notari L. Stress in veterinary behavioural medicine. In Horwitz DF and Mills DS, editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine*. Gloucester, England: BSAVA, 2009:136-145.

² Palestrini C. Situational Sensitivities. In Horwitz DF and Mills DS, editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine*. Gloucester, England: BSAVA. 2009:169-181.

