

# LO STRESS

## **Definizione:**

Lo stress è la reazione fisiologica dell'organismo a sollecitazioni esterne che ne minano l'equilibrio. Queste possono variare per natura e intensità e il tipo di risposta è assolutamente individuale.

**Stress acuto:** reazione ad eventi improvvisi, spaventi, shock, eccessiva richiesta per l'organismo  
Laddove lo stress non è più solo la risposta a eventi improvvisi, spaventi e shock (stress acuto) ma si cronicizza, per la somma di piccole contrarietà vissute continuativamente e con frequenza tale da non consentire un adeguato recupero, può dare origine a particolari sintomi di stress cronico

**Stress cronico:** sofferenza dell'organismo causata da eventi stressanti frequenti (quotidiani) senza adeguato recupero

## **Cause più comuni:**

malattie che limitano il movimento o che causano dolore

ipersessualità (anche per chi la subisce) e estro

carenza di sonno e riposo (almeno 17 ore al dì)

stati di esaurimento da eccessive pretese o da incomprensione con il padrone (incoerenza nelle regole ecc..)

cambiamenti (trasloco, arrivo di un bimbo ecc..)

lutto

minacce, disappunto del padrone, metodi di addestramento che causano ansia/dolore, ira o aggressività nel contesto sociale

bambini o troppo trambusto nella sfera domestica

correre e rincorrere per troppo tempo (pallina)

sport e prove di lavoro fatte in maniera performativa (vd tipo di attività, frequenza degli allenamenti, aspettative e metodo), esposizioni cinofile,

puppy class troppo lunghe o mal gestite,

gioco troppo pesante o scatenato, iperstimolazione ambientale

fenomeni atmosferici

stare soli troppo a lungo (più di sei ore al dì)

eccessivo o scarso livello di attività fisica (media consigliata 2-3 ore al dì; vd anche tipo di attività))

conflitti con altri cani

abbinamento sbagliato cane-padrone o cane/altri animali in casa

visite veterinarie, viaggi in auto, ricoveri in pensioni/canili

## **Stress e malattia**

Lo stress riduce le difese immunitarie e causa malattia

Cani stressati si ammalano spesso: dermatiti, otiti, diarrea sono molto più frequenti nei cani stressati

La malattia causa stress: quando il cane ha comportamenti insoliti (aggressione, paura, iperreattività ad uno stimolo, apatia) cercare nello stato di salute: dolori? Patologie ormonali?

## **Segnali di stress acuto:**

Sbadigliare, grattarsi, sgrullarsi, mangiare l'erba, urinare, diarrea, distruggere, aprire la bocca per respirare, tremare, aumento salivazione, incapacità di stare fermo, rifiutare il cibo

## **Sintomi di stress cronico:**

Inquietudine, iperattività, apatia

Distruttività, aumento della vocalizzazione

Urinazione inappropriata, diarrea

Iperattività e aumento delle paure e reazioni di allerta, aggressività

Uso frequente di segnali calmanti  
Stereotipie, eccessivo lecca mento (fino alle autolesioni)  
Difficoltà di concentrazione e riduzione della performance nell' addestramento  
Pelo opaco e con forfora, dimagrimento  
Peggioramento del quadro comportamentale

## **SEGNI DI STRESS ACUTO NELLA SEDUTA DI PET THERAPY**

tremore, forfora, respiro ansimante e salivazione abbondante, pupille dilatate, sbadigli, battito accelerato delle palpebre, piagnucolii, iperattività, vocalizzi, ricerca frequente e intermittente dello sguardo del conduttore, vocalizzazioni eccessive, lecca mento prolungato di parti del corpo (es. zampa anteriore), tendenza ad allontanarsi dall' utente o mettersi dietro il conduttore, sudore attraverso i cuscinetti delle zampe, grattarsi frequentemente, diarrea, diuresi e defecazione anomale, riduzione dell' attenzione e della performance, rifiuto del cibo.

## **CAUSE DI STRESS NEGLI ANIMALI COINVOLTI NELLE AAA E AAT**

Rumori insoliti, spesso metallici (cade un oggetto/amplificazioni dei suoni in spazi chiusi), luoghi sconosciuti, addestramento e conduzione poco appropriati, conduzione aggressiva, coercitiva o incoerente o imprevedibile, affollamento di persone e/o animali (spazi stretti, tanti individui), persone che assumono comportamenti insoliti (barcollare, gesticolare, gridare, correre, allungare le mani bruscamente) o che toccano l' animale in maniera troppo irruenta, odori insoliti (disinfettanti, sudore, sangue, urine ecc), essere accidentalmente urtati o pestati, reazioni emotive anomale da parte del conduttore (ira, ansia, dolore), temperature estreme (in alcuni ambienti può fare molto caldo), camminare su superfici insolite (grate, stuoini di gomma ecc..)

## **COME PREVENIRE LO STRESS**

### **Prima della seduta:**

Selezionare l' ambiente, controllare che non vi siano superfici troppo fredde o troppo calde, proteggere sempre il cane da eventuali oggetti che possano cadere o su cui il cane possa urtare per evitare spaventi o traumi, mai far passare il cane su superfici non sicure, per i conduttori: valutare il comportamento dell'utente prima di avvicinarlo al cane, sempre avvalendosi del' aiuto di un operatore sanitario; per gli operatori: non andare a toccare il cane se non necessario e valutare preventivamente il comportamento dell' utente verso l' animale (eventualmente si possono usare dei peluche e fare delle simulazioni); assicurarsi che il cane abbia espletato i suoi bisogni fisiologici.

### **Durante la seduta:**

Pianificare il tempo: mai lavorare col cane più di 40 minuti, fare delle pause (brevi passeggiate), se si notano segni di stress del cane cambiare tipo di attività, cambiare o aumentare i rinforzi, aumentare le distanze o fare una pausa. Se necessario, sospendere la seduta. NB: perseverare nonostante segnali di stress del cane è infruttuoso nonché pericoloso per il cane e per l'utente.

### **Dopo la seduta:**

subito bisogni fisiologici, massaggi per rilassamento, riposo (mai altra visita senza adeguato riposo)

## LINEE GUIDA CSEN PER LA TUTELA DEL BENESSERE DEL CANE PER LA PET THERAPY

- ✓ I Cani devono essere di età non inferiore ai 18 mesi;
- ✓ Devono seguire uno specifico percorso educativo e formativo finalizzato all' acquisizione o allo sviluppo delle le abilità richieste dal tipo di intervento nel quale sono coinvolti
- ✓ È fatto divieto di ricorrere a metodi coercitivi nell'educazione e nella conduzione del cane
- ✓ Non sono ammesse le femmine in estro o che siano in gravidanza avanzata o in allattamento o animali che abbiano un' anamnesi di abbandono e/o maltrattamento recenti (nei sei mesi precedenti).
- ✓ *L' idoneità dei cani utilizzati nelle attività deve essere certificata mediante esame attitudinale e valutazione sanitaria. L' adeguatezza dell' animale coinvolto nei singoli interventi viene controllata dal responsabile dell' animale membro dell' EPP (Equipe prescrittiva). Nessun cane affetto da malattie acute o croniche (specie se comportano dolore) può essere ammesso in visita. Nessun cane può partecipare alle attività se vive in maniera non positiva le esperienze comunemente associate alla pet therapy.*
- ✓ L'animale coinvolto deve aver acquisito un livello istruttivo-esperenziale adeguato al grado di complessità richiesto dal progetto. In particolare, va monitorata ad intervalli regolari l'evoluzione psicologica sia dell'animale che della coppia pet-conduttore dell'animale, per valutarne l'adeguatezza.
- ✓ Ogni animale deve essere provvisto di due schede (diario di attività e scheda comportamentale del cane: sono nella Modulistica, saranno viste in seguito) che riportino: il tipo di intervento, il conduttore dell'animale, la sede dell'intervento, il numero di fruitori, l'intervallo intercoso tra due sedute, la durata di ciascuna di esse, il numero di sedute eseguite nell' arco del mese ecc. La puntuale compilazione della scheda è compito del conduttore dell'animale.
- ✓ **NB:** Il cane può essere coinvolto in queste attività per un massimo di 3 giorni la settimana, per non più di 40 minuti consecutivi, (un'ora con pause), per non più di 2 sedute al giorno e con almeno quattro ore di pausa tra l' una e l' altra.
- ✓ Gli animali anziani possono essere coinvolti nelle attività in misura "ridotta" (minore durata e frequenza delle visite, ambiente e tipo di attività ed utenti meno impegnativi) esclusivamente se non persistono malattie croniche e col parere favorevole del Responsabile del cane dell' Equipe Prescrittiva
- ✓ Secondo le specificità dell'intervento, l'équipe può decidere ulteriori limitazioni o esclusioni in base a esigenze o condizioni particolari degli animali coinvolti al fine di salvaguardarne il benessere e la salute