



SCHWEIZERISCHE TIERÄRZTLICHE
VEREINIGUNG FÜR VERHALTENSMEZIN
ASSOCIATION VÉTÉRINAIRE SUISSE
POUR LA MÉDECINE COMPORTEMENTALE



SVTPT
FSFA
FSFB

SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR TIERPHYSIOTHERAPIE
FÉDÉRATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE POUR ANIMAUX
FEDERAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA PER ANIMALI
FEDERAZIUN SVIZRA DELLA FISIOTERAPIA PER BES-CHAS

Di quanto esercizio hanno bisogno i cani in crescita?

Un cucciolo trascorre le prime tre settimane principalmente dormendo e bevendo. Solo a partire dalla quarta settimana di vita il cucciolo inizia a esplorare l'ambiente e ad ampliare continuamente la sua gamma di movimenti. Per il normale sviluppo del cervello, gli stimoli provenienti dal movimento sono essenziali, oltre alle impressioni dell'ambiente e alle interazioni con la madre, i fratelli e le persone. Maggiore è il numero di impulsi che l'apparato motorio innesca nel cervello, migliore sarà il suo sviluppo.

Con l'aumentare dell'età, i movimenti diventano più coordinati e vari. Il cucciolo si muove finché non è stanco e poi dorme fino alla fase successiva di veglia e movimento. All'età di otto settimane, i cuccioli sono attivi per circa 6-7 ore al giorno senza essere limitati dalla madre. Le fasi di gioco, distribuite nell'arco della giornata, durano 30-40 minuti ciascuna, ma possono durare un'ora o più due volte al giorno. In mezzo, dormono per 1-2 ore. Il riposo notturno è di circa otto ore. I cuccioli decidono da soli quanto muoversi e quando sono stanchi.

Sono necessarie ossa dense e muscoli forti

Affinché lo scheletro possa sostenere il peso del corpo in crescita, dopo la nascita deve essere mineralizzato, il che viene stimolato sollecitando le ossa. Allo stesso modo, le placche di accrescimento delle epifisi e delle apofisi devono essere sottoposte a pressione e tensione per evitare che si chiudano prematuramente, compromettendo la normale crescita. L'articolazione si svilupperà correttamente in termini di forma e funzione solo se tutte le strutture ossee coinvolte in un'articolazione sono sottoposte a questi carichi di compressione e trazione. Inoltre, i muscoli devono essere sviluppati in modo da poter trasferire il peso dalla pianta del piede alle dita, il che è un prerequisito per una locomozione veloce.

Un movimento vario e diversificato è necessario per lo sviluppo del cervello

L'attività fisica favorisce l'afflusso di sangue al cervello, supporta la formazione e la messa in rete delle cellule nervose e stimola il metabolismo cerebrale. L'esercizio fisico è estremamente importante per il controllo delle emozioni e per le prestazioni di memoria e apprendimento nei cuccioli e nei cani giovani. Vengono stimulate e sviluppate le diverse aree cerebrali della percezione, della consapevolezza spaziale, della consapevolezza del corpo, della coordinazione e dell'equilibrio. Le sequenze di movimento complesse possono essere apprese solo attraverso la pratica ripetuta.

Il gioco favorisce molte abilità

Il gioco esuberante - e giocare significa sempre che tutti i soggetti coinvolti si divertono - è particolarmente prezioso per lo sviluppo. La perdita di controllo durante i giochi e le zuffe favorisce la capacità di reagire agli eventi improvvisi. Queste abilità acquisite attraverso il gioco rendono il cane più adattabile alle situazioni che possono presentarsi inaspettatamente in futuro. Inoltre, vengono apprese e promosse la competenza sociale, il controllo degli impulsi e delle emozioni, la tolleranza alla frustrazione e l'assunzione di rischi.

Se tutti si divertono, sono invitati a giocare "selvaggiamente".

Giocando, il giovane cane impara a rispettare le regole e l'importanza della correttezza, ma anche a spaventarsi o a sentirsi frustrato durante il gioco e impara a gestire queste emozioni. I cani a cui viene spesso permesso di scatenarsi con altri cani sono generalmente meno aggressivi e più equilibrati nelle loro interazioni con gli altri cani.

Libera scoperta del mondo insieme ai loro umani

Non limitare il bisogno di muoversi del cucciolo significa anche farlo correre molto all'aperto e spesso senza guinzaglio, cosa che di solito è possibile senza problemi grazie all'istinto innato del cucciolo di seguire. Il cucciolo manifesta questo istinto fino a circa quattro mesi di età e questa fase dovrebbe essere sfruttata per esercitare il richiamo in modo giocoso. Infatti, il guinzaglio è restrittivo e spesso causa frustrazione nei cani giovani. Inoltre, il cane può camminare o trottare solo al guinzaglio e queste andature non stimolano sufficientemente lo sviluppo del sistema muscolo-scheletrico. Il cane impara anche a camminare al guinzaglio più tardi nella vita, quindi è meglio sfruttare la pubertà per costruire un legame sicuro e una fiducia reciproca.

Dopo le varie attività, il cucciolo di solito dorme per 1-2 ore da solo. Soprattutto, è importante che la notte possa dormire in modo sicuro e tranquillo in un ambiente protetto.

La crescita ha bisogno di forza muscolare

Lo sviluppo muscolare è particolarmente importante per i cuccioli di taglia grande o pesante, perché crescono molto rapidamente e devono spostare molto peso fin da piccoli. Occorre evitare sia il sovrappeso che il sottopeso. Una muscolatura ben sviluppata è necessaria affinché il cucciolo sia abbastanza forte da stabilizzare il sistema muscolo-scheletrico nelle varie andature. Con i cuccioli attivi, questo avviene di solito attraverso le attività che scelgono da soli, ma con i cuccioli più pigri può essere una sfida trovare la giusta motivazione per farli muovere a sufficienza.

Raccomandazione: più esercizio possibile e vario

L'esercizio fisico libero e vario per i cuccioli dovrebbe essere incoraggiato fin dall'inizio e dovrebbero avere anche molte opportunità di giocare con conspecifici adatti. Perché nei cuccioli sani non esiste un'attività fisica troppo intensa. Quanto lontano e per quanto tempo portare a spasso il cucciolo e quando ha bisogno di una pausa dipende dalla resistenza del cucciolo stesso. L'iperprotezione e le passeggiate costanti al guinzaglio ostacolano il normale sviluppo fisico e mentale.

Dr. Marianne Furler

Specialista in medicina comportamentale STVV, Fisioterapista veterinaria SVTPT, 2024

Bibliografia

- „Gait development of the dog“, Prof. Martin Fischer und Dr. Daniel Koch, SVTPT-Kongress 2024
 - „Hunde in Bewegung“, *Martin S. Fischer und Karin E. Lilje, 2011*
 - „Die Apophyse – in Theorie und Praxis unterschätzt.“ *Heimkes, B. (2016)*
 - „How Play Makes for a More Adaptable Brain“, *Sergio M. Pellis, Vivien C. Pellis, Brett T. Himmler, 2014*
 - „Adaptation of canine femoral head articular cartilage to long distance running exercise in young beagles“, *Lammi M, Hakkinen TP, Parkkinen JJ, et al, 1993.*
 - „Moderate running exercise augments glycosaminoglycans and thickness of articular cartilage in the knee joint of young beagle dogs“, *Kiviranta I, Tammi M, Jurvelin J, et al, 1988*
- Tradotto con www.DeepL.com/Translator