



fischia  
Marco Savona



SCIENZA  
30 agosto 2014

Cani, gatti, pesci... quando gli animali ci aiutano a vivere meglio

## Cani, gatti, pesci... quando gli animali ci aiutano a vivere meglio

**Il rapporto con gli animali domestici ha un impatto benefico sulla nostra struttura psichica e fisica. La presenza di un animale ha valenza terapeutica ma ogni specie a un suo effetto sulla nostra psiche. Ecco come cani, gatti, pappagalli e altri animali possono salvarci la vita**

DI BRUNELLA GASPERINI, PSICOLOGA

### Rubriche

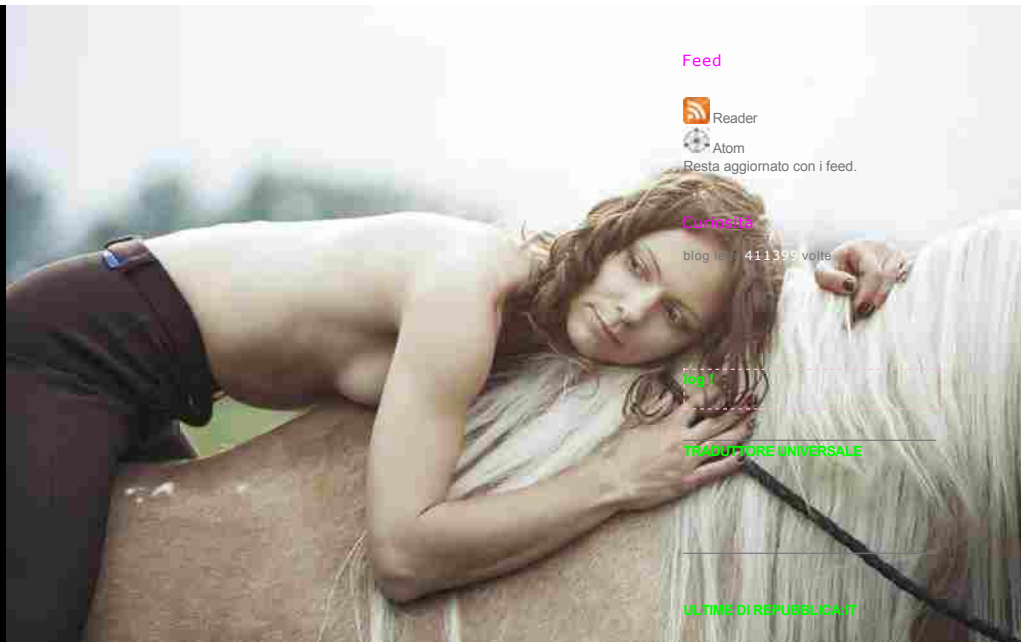
- Musica
- Politica
- Le malefatte dei politici
- Poesia
- Tecnologia & Scienza
- Vignette & fotomontaggi
- Fotografia
- RADIO
- Giornalismo
- Giustizia & Legalità
- Salute

### Link

- Faebi's
- Paulo Coelho
- IL Fatto
- <http://scegliere.ilcannocchiale.it/?TAG=informazione>
- IL Banditore
- cuore-magico.

### Cerca

in questo blog in tutti



Feed



Reader



Atom

Resta aggiornato con i feed.

Curiosità

blog letto 411399 volte

log

TRADUTTORE UNIVERSALE

ULTIME DI REPUBBLICA.IT

*Di quanto e come questi esseri diventino indispensabili, riescano a capirci, siano veri compagni di vita, lo può confermare chiunque nella vita abbia incontrato un animale-amico. Non una presenza passiva ma incoraggiante e terapeutica, come dimostrano Nicolas Guéguen e Serge Ciccotti nel libro **Cani, gatti e coccole** (Franco Angeli editore) basandosi su numerosi esperimenti di psicologia scientifica, biologia animale ed etologia. Il rapporto con gli animali domestici ha un impatto benefico sulla nostra struttura psichica e fisica. In relazione a caratteristiche individuali, però, alcune specie possono essere più indicate di altre.*

*Un cane per stare tranquilli, un gatto per imparare il sex appeal, una tartaruga per stimolare la voglia di chiacchierare. Sembra che per alcuni aspetti di noi, per particolari bisogni, per specifici disagi, esista un amico a quattro – o due – zampe più indicato.*

*Il valore terapeutico della relazione con gli animali è del resto ormai noto, dimostrato e riconosciuto. Numerosi studi hanno scientificamente provato che interventi condotti con l'aiuto di animali si rivelano efficaci per la persona dal punto di vista sociale, emotivo e fisico. Gli animali da compagnia stanno anche varcando le porte delle corsie di ospedale. La Regione Emilia Romagna ha regolamentato l'accesso dei "familiari a quattro zampe" negli ospedali con una recente normativa ma non mancano altre esperienze, come quella dello scorso anno al policlinico universitario Gemelli di Roma, dove per la prima volta in Italia nella cura di una bimba ricoverata in terapia intensiva pediatrica è stato coinvolto un cucciolo di golden retriever.*

*Ma i poteri straordinari delle relazioni con gli animali agiscono anche in contesti informali. Perché sono rapporti che riescono a soddisfare i nostri bisogni di affetto e sicurezza, spronare parti non del tutto "riuscite" nelle interazioni umane, suscitare tenerezza, ammorbidirci su alcuni aspetti, potenziare competenze sociali, "addomesticarci" alle relazioni. Insegnarci leggerezza e gioco ma anche profondità e sensibilità. Smorzare tensioni a livello familiare. Realizzando uno scambio comunicativo ed emotivo speciale che viaggia attraverso codici emotivi*

Feedjit Live Blog Stats

**DISCLAIMER** Questo blog non rappresenta una testata giornalistica in quanto viene aggiornato senza alcuna periodicità. Non può pertanto considerarsi un prodotto editoriale ai sensi della legge n° 62 del 7.03.2001. L'autore non è responsabile per quanto pubblicato dai lettori nei commenti ad ogni post. Verranno cancellati i commenti ritenuti offensivi o lesivi dell'immagine o dell'onorabilità di terzi, di genere spam, razzisti o che contengano dati personali non conformi al rispetto delle norme sulla Privacy. Alcuni testi o immagini inserite in questo blog sono tratte da Internet e, pertanto, considerate di pubblico dominio; qualora la loro pubblicazione violasse eventuali diritti d'autore, vogliate comunicarlo via email. Saranno immediatamente rimossi. L'autore del blog non è responsabile dei siti collegati tramite link né del loro contenuto che può essere soggetto a variazioni nel tempo.

ARTICOLO 21

Articolo 21 Tutti hanno diritto di manifestare liberamente il proprio pensiero con la parola, lo scritto e ogni altro mezzo di diffusione. La stampa non può essere soggetta ad autorizzazioni o censure. (Costituzione della Repubblica Italiana, Articolo 21)

autentici e immediati.


*Il miglior amico dell'uomo, il cane, si rivela ad esempio un buon alleato per la salute del cuore. Secondo alcune ricerche i proprietari di cani (proprietari o compagni?) godono di una migliore regolarità del battito cardiaco, mantengono livelli di trigliceridi e colesterolo più bassi, sono esposti a rischi cardiovascolari minori rispetto a chi non frequenta questi animali. Hanno anche bisogno di meno visite mediche e soffrono in misura minore di disturbi psicosomatici. Insomma il cane si rivela un vero e proprio terapeuta. Inoltre, con la presenza di questo animale in camera da letto, si dorme di più. Anche gli incontri galanti sembrano favoriti: il cane funziona da antidoto alla timidezza, facilita le interazioni e gli "abbordaggi".*


*L'effetto contagiante, aggregante e ammorbidente tra estranei funziona anche con il gatto. La presenza discreta del gatto permette inoltre di rilassarsi, agisce da antistress, tranquillizza, riducendo sensibilmente i parametri della tensione nervosa (pressione, ritmo cardiaco,...). Dal gatto possiamo apprendere probabilmente anche un certo sex appeal, data la loro innata e inconsapevole sensualità.*

*Anche i pennuti agiscono da stimolo per nuove relazioni. Uno studio condotto in residenze per anziani ha evidenziato che occuparsi di pappagallini rende più aperti e disponibili verso gli altri, riduce l'agitazione, incrementa l'affettività. Il cavallo, con le sue straordinarie doti di sensibilità, di adattamento, di intelligenza è considerato da sempre una vera "medicina". L'ippoterapia ha infatti origini antiche. Si rivela particolarmente adatto per chi soffre di disturbi psichiatrici, difficoltà relazionali, bambini con deficit motori o vittime di violenza.*

*La presenza di un acquario, per quanto i pesci non parlino, sembra indurre buonumore e stranamente anche appetito. Sicuramente tranquillità. Per i suoi effetti ansiolitici e ipnotici, dicono alcuni studi, si rivela particolarmente indicato ad esempio in un ambulatorio dentistico. Andare a passeggio con un coniglio o una tartaruga facilita il contatto tra estranei, facilita le conoscenze. Un esperimento ha dimostrato che la presenza di questi animalotti stimola chiacchierate piacevoli tra persone che non si conoscono. Gli esperti suggeriscono che chi si occupa di un animale trasmette un'immagine positiva di sé: sensibile, generosa, calma, socievole, fattore trainante per risultare simpatici e attraenti.*

**Da Repubblica.it**

 Cani gatti pesci... quando gli animali ci aiutano a vivere meglio

permalink | inviato da Fischia@ il vento il 30/8/2014 alle 10:10 |  commenti (0) | 

sfoglia

#Cannocchiale



Con solo 30 centesimi  
al giorno puoi salvarli dal dolore,  
sofferenza, isolamento.

**DONA ORA**

Partecipazione  
**Operation Smile**  
World Bank