



Posizione della SVK-ASMPA

L'esercizio fisico del cane in crescita

Ottobre 2018

Un sufficiente esercizio fisico è molto importante per il giusto sviluppo e la salute del cane in crescita. I cuccioli sono già di per sé molto motivati a muoversi e a scoprire il mondo che li circonda. Grazie al gioco, fanno rapidamente dei progressi motori e applicano le nuove funzioni motrici con i loro compagni di gioco.

Come nei bambini, ai cuccioli manca una buona coordinazione, la forza e la resistenza, perciò sono più sensibili agli infortuni rispetto ai cani adulti, infatti il 50% delle fratture si riscontrano in giovani cani in crescita.

Nei cuccioli l'elevato rischio d'infortuni è anche dovuto alla debolezza del loro giovane apparato motorio.

Lo scheletro dei cuccioli inizialmente è composto per la maggior parte di cartilagine che nell'arco dei primi tre – quattro mesi viene successivamente sostituita da materiale osseo. Di cartilagine rimangono solo le superfici delle giunzioni e la cartilagine di accrescimento (o fisi), le quali si trovano ad entrambe le estremità dell'osso in crescita vicino alle articolazioni. Le cellule della cartilagine che formano le fisi sono molto



attive e creano nuovo materiale osseo, che porta alla crescita in lunghezza. Queste fisi sono molto sensibili agli infortuni:

Visto che le fisi sono composte solamente da cartilagine, sono la parte debole dello scheletro. Il rischio che l'osso durante un incidente si rompa in tali punti è molto alto. A causa di un infortunio, che in un cane adulto potrebbe portare a una rottura di un legamento, in un giovane cane si può arrivare ad una frattura della fisa e dunque dell'osso.

Oltretutto contusioni e/o compressioni della cartilagine dei fisi possono provocare danni irrimediabili delle cellule della cartilagine con conseguenze che possono compromettere la crescita dell'osso, fermando addirittura quest'ultima. Nel peggiore dei casi si può arrivare ad una malformazione dell'osso a causa di una crescita ricurva e ad una malposizione dell'arto o a sollecitazione errata dell'articolazione adiacente.

Con l'arrivo della pubertà si chiudono le fisi, cioè la cartilagine viene sostituita da materiale osseo. Non tutte le fisi si chiudono contemporaneamente quelle che rimangono attive più a lungo sono quelle che circondano il ginocchio. Più grande è un cane e più a lungo le fisi rimarranno attive. Infatti, mentre la crescita delle ossa di un cane a taglia piccola si completa nei sei mesi di vita, in un cane di



taglia grossa si può prolungare fino ai 11 – 12 mesi di vita.

Ai cani che vengono castrati prima della chiusura dei fisi, viene a mancare l'influsso inibente degli ormoni sessuali, e le fisi rimarranno aperte più a lungo e sensibili agli infortuni.

Nei giovani cani la cartilagine delle articolazioni è, a differenza dei cani adulti, più spessa e molle e dunque vulnerabile agli infortuni.

Il maggiore rischio di infortunio dei cani in crescita è inoltre dovuto al fatto che le varie componenti del loro apparato motorio, cioè la muscolatura, i tendini e i legamenti, non si sviluppano con la stessa velocità delle ossa. Nonostante la crescita delle ossa si concluda tra gli 8 e i 12 mesi, la muscolatura ha bisogno di altri 6 fino a 12 mesi per raggiungere una sufficiente forza in grado di poter ammortizzare i colpi che agiscono sullo scheletro e proteggere le articolazioni da movimenti eccessivi. Questa assenza di sincronizzazione è nuovamente per i cani di taglia grande e pesanti accentuata. Come degli adolescenti in crescita sono i cani di taglia grossa spesso maldestri e goffi.

Tutto ciò suona molto angosciante, è però importante capire per quale motivo dobbiamo prendere delle precauzioni con un cane in crescita. Però nessuna paura: se si comporta e fa muovere il suo cane correttamente, il rischio di infortunio è basso.

Inoltre è importante ricordare che inizialmente non sappiamo se il giovane cane è completamente sano o se soffre di un problema della crescita, come la displasia delle anche o del gomito. Cani con un alto grado di displasia svilupperanno, purtroppo, i

sintomi, nonostante un impeccabile cura e attenzione per la loro crescita. Tuttavia, per i cani con un minimo disturbo, il giusto movimento sarà decisivo per lo sviluppo clinico della patologia.

COME POSSO OCCUPARMI AL MEGLIO DEL MIO CANE IN CRESCITA E COME EVITARE I DANNI?

La risposta alla domanda è più facile di quello che si pensi: lasciamo decidere al cucciolo! un movimento giocoso autonomamente regolato e dei periodi di pausa sono due punti essenziali.

Un gruppo di cagnolini giocano assieme (il gioco a volte può essere "la lotta") e esplorano dettagliatamente ciò che li circonda. Quando sono stanchi, approfittano tutti insieme di una lunga pausa di riposo. I cuccioli, dunque, riconoscono da soli cosa gli fa bene e regolano il proprio ritmo nelle attività. Ciò presuppone però che noi non glielo impediamo.

Le passeggiate con i cuccioli e giovani cani fino a 4 mesi non devono essere un'escursione, ma una piacevole camminata per esplorare il mondo. Queste "passeggiate" sono in un primo tempo un giro all'aria aperta e possono durare una mezz'ora. Lasci che il cucciolo annusi tutto intorno a sé e che in tranquillità esplori l'ambiente. Egli troverà il suo ritmo. Quando sarà stanco, si siederà maggiormente, si sdraierà e perderà l'interesse per le cose nuove. Così le indicherà chiaramente, che è arrivato il tempo di tornare a casa in tranquillità. Pianifichi le passeggiate



in modo che il cucciolo possa tornare velocemente e senza troppa fatica a casa.



Ben presto può iniziare ad abituare il cucciolo al guinzaglio o a insegnarli dei facili comandi come seduto, terra, aspetta, vieni, ecc. Con l'aumento dell'età le passeggiate devono diventare più lunghe. Non esiste una regola precisa di quanto lunga e quale distanza lei e il suo giovane cane possiate percorrere. Un whippet di quattro mesi anche dopo 20 minuti non sentirà fatica, mentre un terranova della stessa età avrà raggiunto il bisogno di movimento nello stesso lasso di tempo e avrà bisogno di riposare. Osservi dunque il suo cane e agisca di conseguenza: quando lui dà segni di stanchezza, ha raggiunto il suo limite. Quando si sente insicura/o, domandi al suo veterinario, all'allevatore o a altre persone con esperienza con la stessa razza.

È inoltre assolutamente importante che il cane abbia in casa un luogo dove possa trovare tranquillità e in cui possa riposarsi regolarmente e sufficientemente durante la giornata, è dunque importante che si preoccupi di trovare un luogo adatto.

Anche nell'appartamento o in casa per un giovane cane è tutto nuovo e interessante e la tentazione è forte di seguire ovunque il suo

compagno (cioè voi, la sua famiglia o altri animali domestici). Perciò trova difficilmente l'adeguato riposo.

Per tanto si consiglia di abituare i cuccioli da subito ad un box (il box per il trasporto è ideale), dove può rimanere indisturbato per due fino a tre ore, così che possa trovare il necessario riposo e si riprenda. Dopo qualche iniziale protesta si abituerà molto velocemente al rifugio sarà felice di fare una pausa obbligata. Se inizialmente gli viene anche dato da mangiare nel box, si abituerà ancora più facilmente. Successivamente si ritirerà di sua volontà nel suo box, quando cercherà un po' di tranquillità. Compri perciò un box abbastanza grande, nel quale il cane una volta cresciuto



avrà comunque sufficiente spazio.

Giocare

Passeggiate (e corsi per i cuccioli) sono un'importante e divertente possibilità di incontrare altri cani e imparare il comportamento sociale. Inoltre è una possibilità di gioco con altri cani. Consideri però i seguenti punti:

Il suo cucciolo dovrebbe giocare con cani che corrispondono alla sua taglia e che non lo



affaticano. La grandezza non è necessariamente decisiva. Meglio un mansueto gigante che si rotola con il vostro cucciolo amorevolmente nell'erba che un eccitato e irruento terrier, che spintona e corre dappertutto. Se il gioco diventa rozzo bisogna intervenire. I cani durante il gioco spesso non conoscono limiti. Quando nota che i cani diventano stanchi (si sdraiano più frequentemente e ansimano), è il tempo per un "time out". Meglio fermarli però prima che siano stremati. Quando i muscoli si stancano il rischio di infortunio è maggiore.



Saltare

Saltare dal letto, dal divano o dal grembo del proprietario sono tra i motivi principali per una frattura nei giovani cani. Specialmente cani di taglia piccola sono a rischio. In confronto alla loro taglia, un salto dal letto è molto alto, inoltre hanno spesso una predisposizione propria della razza per particolari fratture.

Fino a un'età di sei mesi, si dovrebbero evitare, in generale, i salti più alti della giunzione del carpo (articolazione del braccio che corrisponde all'articolazione della nostra mano). Dai sei mesi fino ai 12 mesi sono permessi salti non più alti del gomito del cane.

Scale

I cuccioli mancano spesso di coordinazione e forza per dominare senza pericoli le scale. Per evitare capitomboli, dovrebbero stare lontani dalle scale finché non sono abbastanza agili. Particolare attenzione deve essere prestata per le scale scivolose.

Quando il giovane cane salirà e scenderà le scale lentamente e in modo controllato, non saranno più necessarie precauzioni.

Gioco con la palla

Già da cuccioli i cani amano rincorrere palle e altri oggetti-preda. Si dimenticano completamente di tutto e inseguono la palla fino allo sfinimento. Questi giochi sono dunque da evitare, così che anche le brusche frenate e partenze che mettono le articolazioni a dura prova, saranno scongiurate. Visto che i giovani cani si stancano velocemente, il rischio di infortunio è considerevole. Chi vuole giocare con il proprio cucciolo, dovrebbe al massimo far rotolare la palla sul pavimento o ancora meglio giocare al tiro alla fune. Anche qui si deve prestare attenzione che il cane tiri il gioco mantenendo tutte e quattro le zampe sul pavimento.

Per evitare danni alla colonna vertebrale, si deve evitare che il cane tiri il gioco, se non lungo il pavimento e si deve evitare che scuota la testa. Lasci vincere al tiro alla fune il cucciolo, ciò aumenta il divertimento nel gioco e aiuta la suo autostima.





Schweizerische Vereinigung für Kleintiermedizin
Association Suisse pour la Médecine des Petits Animaux
Associazione Svizzera per la Medicina dei Piccoli Animali
Swiss Association for Small Animal Medicine

Nuotare

Anche i cani devono abituarsi all'acqua e imparare a nuotare. Già da cuccioli possono sguazzare nell'acqua bassa, attività che provoca spesso grande gioia. In modo che imparino a nuotare, dai 4 fino ai sei mesi possono immergersi fino ad un'area più profonda. Se il suo cane si sente insicuro in acqua, gli lasci il tempo che ha bisogno e non lo spinga in acqua. Il possibile spavento provocato da questo gesto può rovinare il suo rapporto con l'acqua per sempre. I giovani cani dovrebbero indossare in acque profonde un giubbotto di salvataggio.

Jogging

Chi vuole andare a correre con il proprio cane, dovrebbe aspettare fino ai 10-14 mesi di età del cane e la fine del suo periodo di crescita. Il sistema cardio-circolatorio del giovane cane fino a questo punto non è ancora sufficientemente maturo per sopportare lo stress di una lunga corsa.

La corsa dovrebbe inizialmente limitarsi a 20 minuti, può però essere ripetuta due o tre volte alla settimana. Quando il cane è sufficientemente allenato, si possono prolungare sia le distanze che la durata. Una volta adulto e ben allenato, sono per il cani – a differenza di molti proprietari – dieci chilometri di corsa facilmente raggiungibili. Se la temperatura dell'aria sale sopra i 18 – 20°C si dovrebbe evitare di andare a correre con il cane

Bicicletta

Per i cani adulti correre al fianco della bicicletta è un eccellente allenamento e molti cani amano questo abbondante movimento. Questa esperienza non è però consigliata per cani sotto i 14 mesi.

Chi con il proprio cane vuole lavorare intensamente o a livelli sportivi, dovrebbe far visitare il futuro atleta a proposito delle sue capacità fisiche. Una visita ortopedica è importante per verificare lo stato delle articolazioni e per testare la robustezza dell'apparato motorio. Inoltre si consiglia di fare una radiografia alle articolazioni sensibili come gomiti e ginocchia.

Una volta adulti, tutti i cani hanno bisogno di molto movimento. Il movimento è la loro ragione di vivere. Vale la pena prendere qualche precauzione durante la loro crescita, così che nulla si opponga a questo piacere.

DR. MED. VET. RICO VANNINI

Dipl. ECVS

Bessy's Kleintierklinik
8105 Watt-Regensdorf

Traduzione: med. vet. L. Olgiati