

DAMON CLUB

Club Amatori Cinofili

Corso Istruttori 2010/2011

IL SONNO DEL CANE

Il sonno del cane non pensiamolo come a qualcosa di statico, perché così come nell'uomo, anche negli animali ha un ruolo importante. È un comportamento istintivo, caratterizzato da una fase preparatoria che consiste nel ricercare un luogo o posizione adatti allo scopo, e una fase consumatoria, vale a dire il sonno vero e proprio.

I cani dormono circa la metà del giorno (12 ore), indispensabili all'animale per il suo equilibrio psicofisico, stanno in piedi almeno un quarto, ed il resto stanno seduti o sdraiati. Nei mammiferi c'è una stretta correlazione tra imprinting e sonno (buon sonno – buon imprinting), es gli erbivori sono svantaggiati essendo prede, e l'imprinting avviene in un tempo breve, anche di poche ore, dormendo meno dei predatori.

CICLI DEL SONNO

Il sonno si compone di cicli: IL SONNO PROFONDO LENTO, dove si azzerava l'attività cerebrale, dopo di che al termine di questa fase sopraggiunge IL PARADOSSALE O RAPIDO (SONNO REM, è l'acronimo che sta per Rapid Eye Movements, che in italiano significa rapidi movimenti degli occhi. Infatti, durante il sonno REM i globi oculari hanno movimenti veloci), è definito rapido perché in questa fase il cervello ha un'attività simile allo stato di veglia.

L'80% del sonno è leggero (SONNO DELLA MENTE), mentre il sonno REM, copre solo il 20%, e questo sonno rifornisce i neurotrasmettitori del cervello.

L'IMPORTANZA DEL SONNO

Il sonno era considerato un fenomeno passivo, una sospensione dello stato di veglia, fino a quando annunciarono la scoperta del sonno REM. Nei laboratori del sonno, la registrazione del movimento oculare a palpebre abbassate, combinata con quella del tono muscolare, rivela una complessa architettura del sonno, si intende appunto il

sonno REM. Una paralisi del corpo accompagnata da un'attivazione del sistema visivo in assenza di stimoli esterni.

Alle tradizionali funzioni del sonno come risparmio energetico, regolazione del sistema endocrino e dei livelli di neurotrasmettitori, si affianca l'ipotesi di un ruolo centrale del sonno e del sogno nell'apprendimento, inteso come consolidamento della memoria, l'ipotesi che il sonno REM abbia un ruolo nel programmare il comportamento, è sostenuta dalla sua maggiore durata nelle prime fasi di vita; in fatti i cuccioli hanno una fase REM più lunga rispetto agli adulti. L'attività fondamentale del cucciolo è rappresentata dal sonno, la percentuale del tempo di sonno nel cucciolo neonato è del 96%, e a 7 giorni di vita il sonno REM occupa circa l'85%. Essi sono ammassati gli uni sugli altri, ed è probabile che le stimolazioni tattili che causano questi contatti, giochino un ruolo nella maturazione sensoriale. I primissimi mesi di vita sono i più importanti e delicati per lo sviluppo corretto del suo comportamento, si sviluppa secondo tappe ben precise, in relazione con lo sviluppo NEURO – SENSORIALE. Un apprendimento intensivo si associa a un cambiamento nell'architettura del sonno; aumenta proprio la fase REM.

Un ormone chiamato serotonina, è un neurotrasmettitorie che induce il sonno sotto il controllo del ritmo corporeo, i cani che sono privati del sonno REM, soffrono di disturbi del comportamento e accumulano bisogno di sonno, il comportamento non tornerà normale finché non recupereranno il sonno REM, dunque questo sonno svolge un ruolo di riprogrammazione genetica dei comportamenti innati e di fissazione della memoria, mentre quello profondo ha la funzione di recupero sull'organismo.

Il sonno è una fase importante e delicata, che necessita il completo svolgimento, quindi non bisogna disturbare il sonno del cane, perché oltre ad assumere atteggiamenti nervosi, potrebbe diventare anche aggressivo, gli si deve permettere di dormire nei momenti di bisogno. Per chi ha più cani deve garantire il rispetto gerarchico anche nel sonno, dando modo agli animali di decidere da sé il luogo in cui riposare, c'è da dire che il sonno, anche se non è un vero e proprio comportamento, subisce profonde modifiche durante i disturbi emotivi.

La scelta del luogo di riposo rappresenta un aspetto importante per valutare la qualità del distacco e il carattere del cane, ma anche dopo la pubertà, per situare il cane nella gerarchia. I cani dominati preferiscono dormire in luoghi di passaggio, per tenere sotto controllo tutte le zone della casa.

DURATA DEL SONNO

La durata del sonno varia nel corso della vita dei cani, va da 16-18 ore al giorno a 0-3 settimane di vita, a 10-12 ore dalle 8 settimane fino all'età adulta. La durata globale del sonno viene valutata prendendo in considerazione sia l'aspetto quantitativo che qualitativo. Se il cane resta molto da solo durante il giorno, può essere che dorma tanto anche quando dovrebbe stare sveglio, spesso per noia e frustrazione. È importante quindi conservare sempre almeno alcuni momenti di gioco durante le ore diurne, ed è importante per mantenere un buon rapporto cane – padrone oltre al suo equilibrio psicofisico.

Anche le posizioni in cui dorme sono significative, se dorme a pancia in su con le zampe in aria, è perché si sente al sicuro nel suo ambiente, sa che non deve difendersi da nessuno; implica che tutti i muscoli sono rilassati. Mentre in giardino o in ambienti non familiari, sarà più facile vederlo dormire raggomitato, è una posizione che lascia i muscoli in tensione pronti a scattare al minimo stimolo.

Imparando ad interpretare il linguaggio del corpo dei nostri cani, saremo in grado di comprendere sempre di più le loro esigenze e bisogni, migliorando notevolmente la convivenza insieme.

I DISTURBI DEL SONNO

Le patologie dei disturbi del sonno sono: IPERSONNIE, IPOSONNIE e INSONNIE.

Le ipersonnie si classificano in due gruppi:

- IPERSONNIE SENZA MODIFICHE QUALITATIVE: in cui la sequenza delle fasi non viene modificata, inoltre, non si rileva un aumento significativo della durata di un tipo di fase rispetto alle altre. I soggetti classificabili in questo gruppo dormono più a lungo del 50-60%. Negli animali con questo tipo d'ipersonnia, sono spesso presenti anche problemi legati all'alimentazione (quali iporessia e anoressia).
- IPERSONNIE CON AUMENTO DEL SONNO REM: questo tipo, corrisponde al quadro clinico della narcolessia.

Anche le insonnie si classificano in due gruppi:

- INSONNIE A CICLI REGOLARI: i cani si risvegliano alla fine dei cicli completi, al risveglio i soggetti presentano una fase d'agitazione, a questa fase succedono talvolta minzioni o comportamenti esplorativi più o meno controllati, che possono comprendere anche distruttività. Durante il sonno i cani sono tranquilli, generalmente queste insonnie sono associate a stati ansiosi; infatti, si riscontrano principalmente nell'ansia da separazione.
- INSONNIE CON INVERSIONE DEL CICLO: sono caratterizzate da una diminuzione della durata del sonno, e da un addormentamento in sonno REM, il cane in questa fase manifesta i movimenti corporei del sonno REM. I risvegli improvvisi che avvengono all'inizio del sonno, si presentano durante la fase REM.
- IPOSONNIE: in questo caso, vi è una diminuzione della durata globale del sonno, i cani affetti da iposonnia non presentano né alterazioni dei cicli, né risvegli durante il corso del sonno. In pratica, questi soggetti dormono molto meno rispetto a quanto dovrebbero, l'iposonnia si riscontra nella sindrome d'ipersensibilità – iperattività, si parla di iposonnia nel cane che dorme meno di 6 ore.

Molto spesso anche lo STADIO DEPRESSIVO della sindrome da privazione sensoriale può causare disturbi del sonno, che rappresentano un grave problema. Il cane si sveglia continuamente, si agita prima di andare a dormire, sembra cercare sempre il luogo adatto, insofferente. Alla fine il cane non riuscirà più a dormire perché continuerà a risvegliarsi sempre più frequentemente.

Anche l'invecchiamento può causare modifiche nel sonno; es può aumentarlo, o alterare i cicli, svegliando ripetutamente il padrone durante la notte, specialmente con

vocalizzi persistenti. Altri si agitano e mostrano intensa tendenza al moto che può peggiorare di notte, altri ancora sviluppano un ciclo alterato, per cui dormono durante il giorno mentre sono attivi ed irrequieti durante la notte.

Altra causa dei disturbi del sonno è il distacco effettuato precocemente dei cuccioli dalla madre.

LA NARCOLESSIA

La narcolessia è un'alterazione nella fisiologia del sonno, caratterizzata da attacchi ricorrenti di sonnolenza abitualmente di breve durata, causati da stimoli emozionali; es per alcuni cani gli attacchi sopraggiungono in presenza di cibo, per altri alla vista di giochi tipo pallina, salsicciotto o qualsiasi cosa desti il loro interesse.

Nel cane la sindrome narcolettica assume rilevanza clinica, quando compaiono gli attacchi cataplettici, possono durare da un paio di secondi fino a diversi minuti, e possono coinvolgere l'intera muscolatura (attacchi completi), oppure solo alcuni muscoli (attacchi parziali); in quest'ultimo caso risultano più colpiti i muscoli degli arti posteriori, che manifestano una progressiva debolezza: l'animale si siede lentamente, diventa immobile e guarda fisso davanti a sé, con espressione spenta.

Gli attacchi completi sono caratterizzati da una perdita totale del tono muscolare, il cane può giacere indifferentemente sul fianco oppure sull'addome ed appare incapace di muoversi. Se durante l'attacco ha in bocca o vicino ad essa un pezzo di cibo, il cane può muovere periodicamente la lingua o avere lievi movimenti masticatori o di deglutizione. Gli occhi rimangono di solito aperti, e possono seguire il movimento di un oggetto nel loro campo visivo, la crisi cataplettica può risolversi nel giro di alcuni minuti, oppure può essere interrotta da un forte rumore o scuotendo l'animale.

Le razze canine nelle quali è stata segnalata più frequentemente la patologia sono: Dobermann, Labrador, Barboncino nano, Bassotto, Beagle, Basset – Hound, Rottweiler ed incroci. Quindi può avere una trasmissione ereditaria, sono state selezionate delle linee familiari di cani narcolettici di razza Dobermann e Labrador, in cui è emerso che nel cane, la narcolessia è trasmessa da un gene denominato Canarc-1. I cani narcolettici presenterebbero delle anomalie nella regione cromosomica dov'è situato il Canarc-1.

La sindrome narcolettica non è una patologia a rischio di morte per l'animale, ma rende i soggetti da lavoro non idonei per la loro attività; per i cani da compagnia l'insorgenza di attacchi cataplettici, è motivo di apprensione per il proprietario, e richiede la somministrazione protratta nel tempo, di farmaci. Nel cane il controllo della sonnolenza eccessiva, non viene considerato di primaria necessità, dal momento che in molti casi l'ipersonnia non influisce negativamente sul comportamento del cane, mentre la terapia è mirata al controllo degli attacchi cataplettici.

La narcolessia viene considerata una malattia a carattere familiare e più frequentemente ad insorgenza giovanile, è consigliabile suggerire ai proprietari di eliminare dalla riproduzione gli animali affetti.