

Ora solare 2026, via al cambio dell'ora: i consigli degli esperti per cani e gatti

Descrizione

(Adnkronos) Nella notte tra sabato 24 e domenica 25 ottobre le lancette torneranno indietro di un'ora, segnando il passaggio dall'ora legale all'ora solare. Per le persone significa dormire sessanta minuti in più, ma per cani e gatti può tradursi in uno sfasamento dal loro ritmo biologico: il pasto sembra arrivare in ritardo, il buio cala prima durante la passeggiata e il ciclo sonno-veglia può cambiare improvvisamente.

Gli animali domestici non leggono l'ora, ma organizzano la giornata attraverso i ritmi circadiani e una successione di eventi prevedibili: la sveglia, le uscite, i pasti, il gioco e il rientro della famiglia. Quando questi riferimenti si spostano tutti insieme, alcuni animali possono mostrare impazienza, maggiore attivazione o comportamenti insoliti, perché il loro orologio biologico ha bisogno di tempo per adattarsi alla nuova routine. Non tutti, però, reagiscono allo stesso modo: alcuni possono risentire maggiormente del cambiamento, mentre per altri il passaggio al nuovo orario può avvenire senza particolari difficoltà.

Cani e gatti non associano il tempo a cifre numeriche, ma si basano sui ritmi circadiani e sulle routine che noi proprietari stabiliamo per loro. Quando spostiamo improvvisamente l'orologio di un'ora indietro, per noi la pappa viene servita alla solita ora, ma per l'orologio biologico del cane o del gatto è più tardi. Questo genera una reale sensazione di fame e può tradursi in frustrazione o ansia da attesa. Non è un capriccio, è una reale discrepanza biologica, spiega Manuela Michelazzi, medico veterinario comportamentista attivo presso AniCura Clinica Veterinaria San Siro.

Il cambio d'ora può incidere anche sul riposo e sull'attività dei gatti, animali crepuscolari i cui picchi naturali di attività si concentrano soprattutto all'alba e al tramonto. Con il ritorno all'ora solare il buio arriva prima rispetto alle abitudini costruite nei mesi precedenti e questo può modificare temporaneamente il ciclo sonno-veglia: alcuni gatti possono accumulare energia nel tardo pomeriggio e manifestarla nelle ore serali o notturne con corse improvvise e maggiore attività, mentre altri possono anticipare il risveglio mattutino.

Anche per i cani il calo anticipato della luce può avere conseguenze concrete. Una passeggiata che fino al giorno prima si svolgeva al crepuscolo può ritrovarsi improvvisamente al buio, modificando la percezione di ombre, rumori, persone e altri stimoli ambientali. Nei soggetti più sensibili, ansiosi o poco socializzati questo può aumentare lo stato di allerta e tradursi in reazioni di paura, abbaio o nel tirare maggiormente al guinzaglio. È fondamentale che il proprietario mantenga la calma, utilizzi una pettorina sicura e, se necessario, scelga percorsi più illuminati e familiari per i primi tempi, aggiunge Manuela Michelazzi.

La parola chiave è gradualità. Per rendere il cambiamento meno brusco, AniCura consiglia di distribuire l'ora di differenza su più giorni, intervenendo progressivamente sulle attività che scandiscono la quotidianità dell'animale:

- 1) Spostare poco alla volta gli orari: nei 4-5 giorni precedenti o successivi al cambio d'ora, posticipare o anticipare pasti, uscite e momenti di gioco di circa 10-15 minuti al giorno.
 - 2) Mantenere i rituali abituali: conservare le sequenze e i piccoli gesti che l'animale riconosce, come il modo di salutarlo, la preparazione della passeggiata o il rituale che precede il pasto.
 - 3) Offrire attività alternative durante l'attesa: giochi di attivazione mentale e masticativi possono aiutare a canalizzare l'impazienza e rendere più gestibile l'attesa del pasto.
 - 4) Scegliere passeggiate rassicuranti: per i cani più sensibili, preferire inizialmente percorsi conosciuti e ben illuminati, mantenendo un atteggiamento calmo e utilizzando una pettorina sicura.
 - 5) Osservare eventuali cambiamenti senza allarmarsi: lasciare all'animale il tempo di adattarsi e rivolgersi al medico veterinario di fiducia se i cambiamenti comportamentali nell'appetito, nel sonno, nell'attività o nell'interazione con la famiglia, sono intensi, persistenti.
- La prevedibilità della routine è un importante fattore di rassicurazione, soprattutto per gli animali più fragili o con esperienze complesse alle spalle. Anche quando l'orario cambia, mantenere riconoscibili i piccoli rituali quotidiani può aiutarli a ritrovare rapidamente un nuovo equilibrio, conclude Michelazzi.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Data di creazione

Ottobre 24, 2026

Autore

redazione