



GUIDE

IL CANE RESTA SOLO IN CASA



GUIDA PRATICA
PER EVITARE STRESS
E ANSIA DA SEPARAZIONE



CAPIRE
LE EMOZIONI
DEL TUO CANE



PREPARARE
LA CASA



COSTRUIRE
UNA ROUTINE
SERENA



SOLUZIONI
PRATICHE E
PROGRESSIVE



AMICI A 4 ZAMPE
CONOSCERE • EDUCARE • AMARE





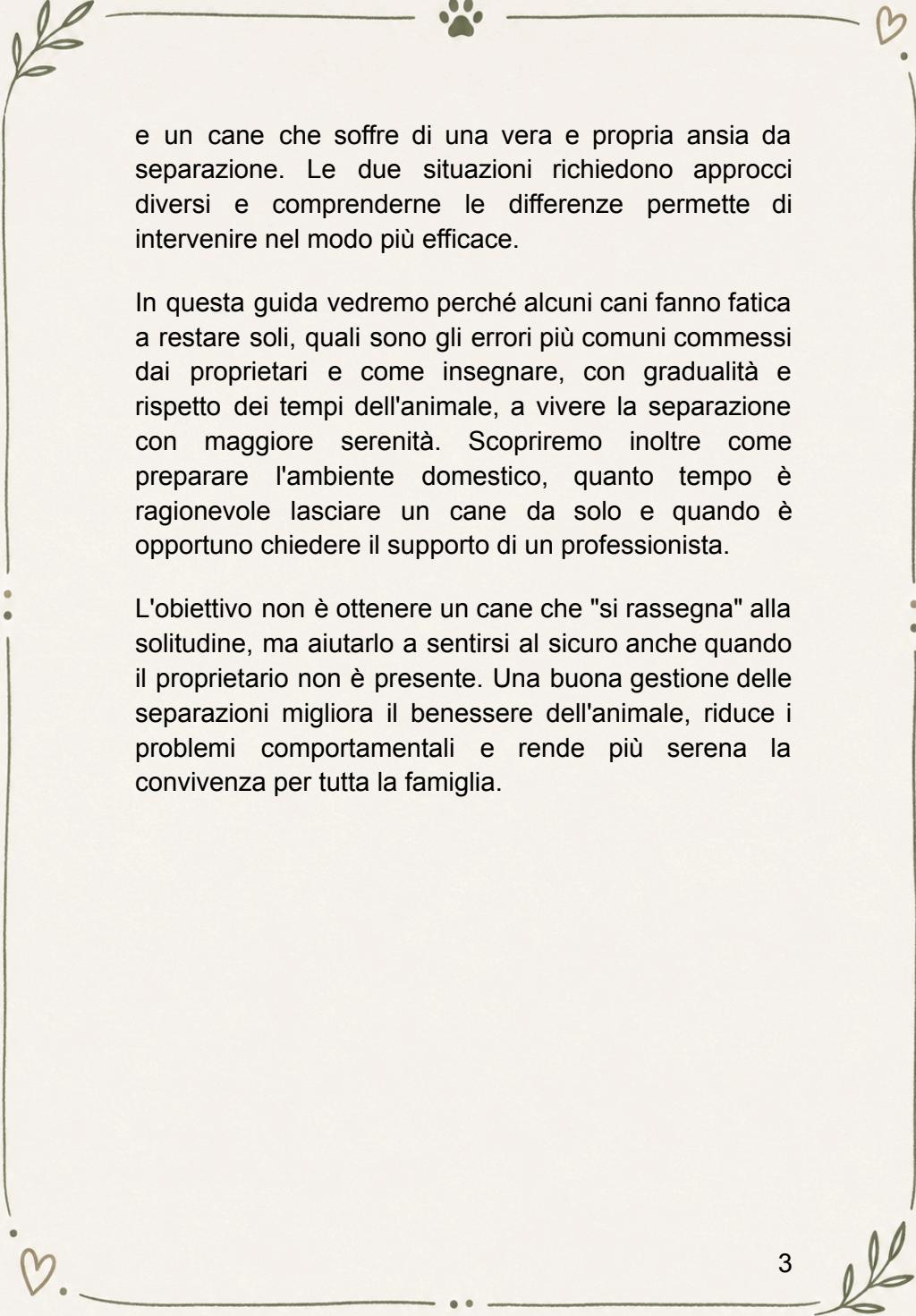
Il cane resta solo in casa: guida pratica per evitare stress e ansia da separazione

Introduzione

Per molti proprietari arriva prima o poi il momento in cui il cane deve restare da solo in casa. Il lavoro, la scuola, una visita medica o anche una semplice commissione rendono inevitabile allontanarsi per qualche ora. Se alcuni cani affrontano questi momenti con tranquillità, altri vivono ogni separazione come un evento estremamente stressante, manifestando comportamenti che possono mettere in difficoltà tutta la famiglia.

Abbaire senza sosta, piangere, graffiare porte e finestre, distruggere oggetti o sporcare in casa non sono quasi mai dispetti. Nella maggior parte dei casi rappresentano il modo con cui il cane esprime disagio, paura o incapacità di gestire la solitudine. Punirlo al rientro, oltre a essere inutile, rischia soltanto di aumentare il suo stato di ansia.

È importante distinguere tra un cane che si annoia perché ha poche occasioni di sfogare le proprie energie



e un cane che soffre di una vera e propria ansia da separazione. Le due situazioni richiedono approcci diversi e comprenderne le differenze permette di intervenire nel modo più efficace.

In questa guida vedremo perché alcuni cani fanno fatica a restare soli, quali sono gli errori più comuni commessi dai proprietari e come insegnare, con gradualità e rispetto dei tempi dell'animale, a vivere la separazione con maggiore serenità. Scopriremo inoltre come preparare l'ambiente domestico, quanto tempo è ragionevole lasciare un cane da solo e quando è opportuno chiedere il supporto di un professionista.

L'obiettivo non è ottenere un cane che "si rassegna" alla solitudine, ma aiutarlo a sentirsi al sicuro anche quando il proprietario non è presente. Una buona gestione delle separazioni migliora il benessere dell'animale, riduce i problemi comportamentali e rende più serena la convivenza per tutta la famiglia.



Capitolo 1

Perché alcuni cani non riescono a restare soli

Per comprendere perché alcuni cani soffrono quando rimangono da soli è utile partire dalla loro natura. Il cane è un animale sociale: i suoi antenati vivevano in gruppi e la collaborazione era fondamentale per sopravvivere. Anche se oggi vive nelle nostre case, conserva ancora questo bisogno di relazioni e di vicinanza con il proprio gruppo familiare.

Per lui, la famiglia umana rappresenta il suo punto di riferimento. Condivide con noi gran parte della giornata, osserva le nostre abitudini e costruisce routine che gli trasmettono sicurezza. Quando queste routine vengono interrotte improvvisamente, alcuni soggetti possono vivere la separazione come un evento difficile da gestire.

Non tutti i cani reagiscono allo stesso modo

Ogni cane possiede un carattere diverso. Alcuni sono naturalmente più indipendenti, altri instaurano un



legame molto intenso con il proprietario e possono avere maggiori difficoltà ad affrontare i momenti di solitudine.

Diversi fattori possono influenzare questo comportamento:

- esperienze vissute nei primi mesi di vita;
- mancanza di una graduale abitudine alla solitudine;
- adozioni recenti;
- cambiamenti improvvisi nella routine familiare;
- traslochi;
- perdita di una persona o di un altro animale convivente;
- predisposizione individuale.

Anche l'età può avere un ruolo. Un cucciolo ha bisogno di imparare gradualmente che restare da solo per brevi periodi non rappresenta un pericolo, mentre un cane anziano può diventare più dipendente dalla presenza del proprietario a causa di problemi legati all'età, come la diminuzione della vista, dell'udito o della sicurezza in sé stesso.

Noia e ansia non sono la stessa cosa

Uno degli errori più frequenti consiste nel confondere la noia con l'ansia da separazione.



Un cane annoiato cerca semplicemente qualcosa da fare. Potrebbe mordicchiare un oggetto, esplorare la casa o inventarsi un passatempo, soprattutto se ha accumulato molta energia durante la giornata.

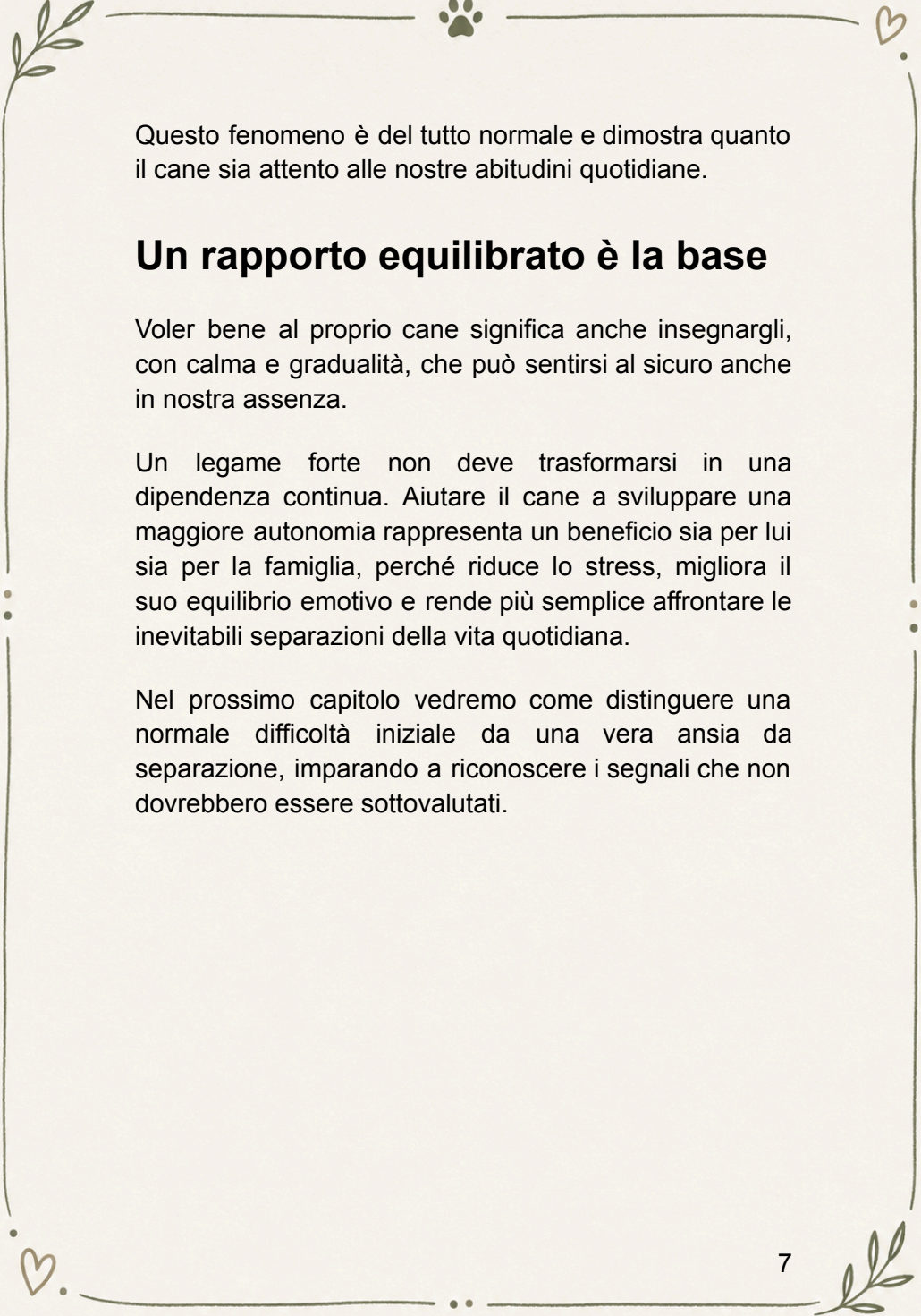
Un cane che soffre di ansia da separazione, invece, manifesta un vero stato di disagio emotivo. I suoi comportamenti non hanno lo scopo di attirare l'attenzione o di "vendicarsi", ma rappresentano una risposta allo stress provocato dall'allontanamento del proprietario.

Comprendere questa differenza è fondamentale, perché le soluzioni sono completamente diverse.

Il cane percepisce i rituali della partenza

Molti proprietari non se ne accorgono, ma il cane impara rapidamente ad associare alcuni gesti all'imminente uscita di casa.

Prendere le chiavi, indossare le scarpe, mettere la giacca o preparare la borsa sono segnali che il cane osserva ogni giorno. In alcuni soggetti l'ansia inizia addirittura prima che il proprietario esca dalla porta: basta vedere questi gesti perché inizino agitazione, affanno o vocalizzazioni.



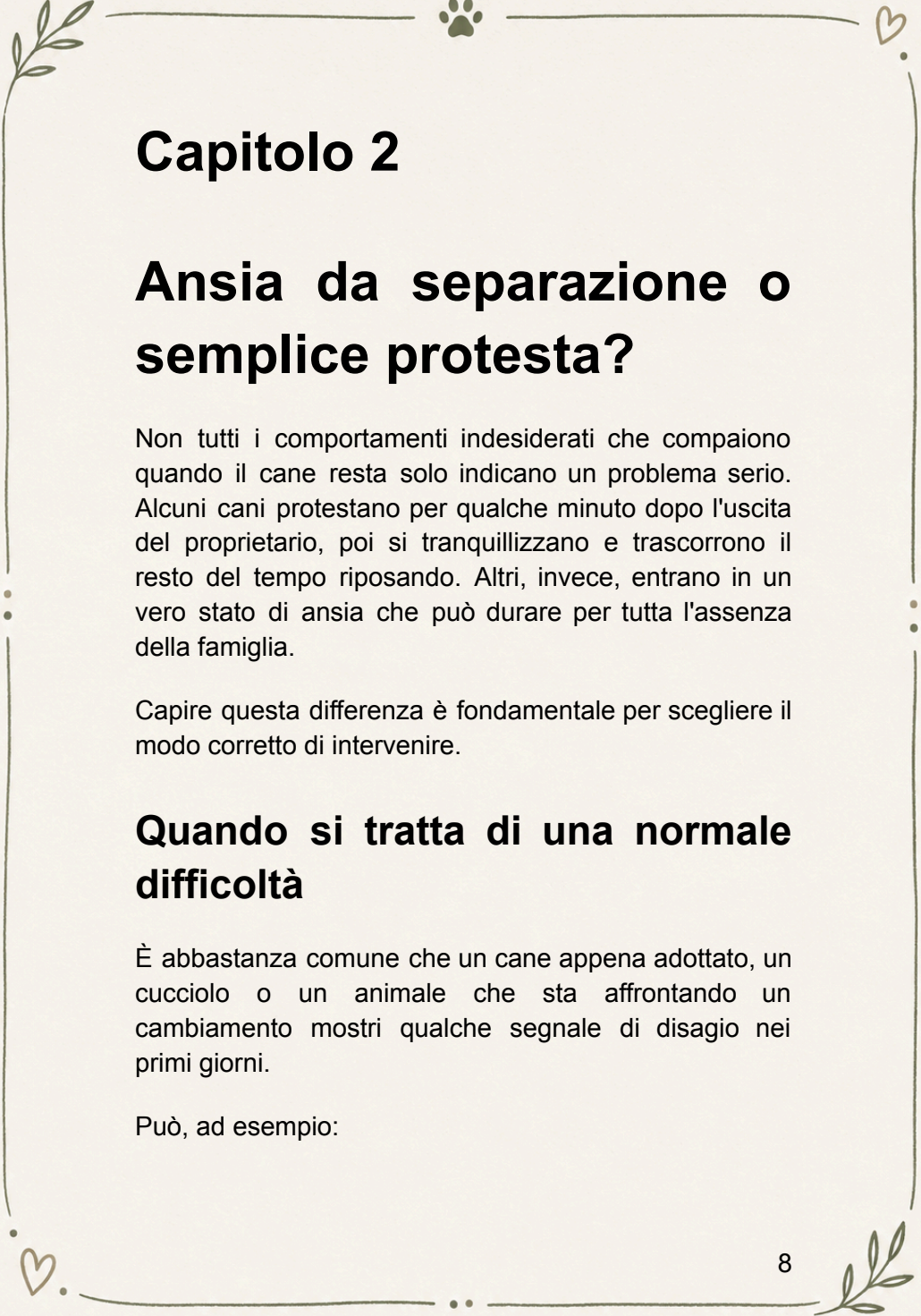
Questo fenomeno è del tutto normale e dimostra quanto il cane sia attento alle nostre abitudini quotidiane.

Un rapporto equilibrato è la base

Voler bene al proprio cane significa anche insegnargli, con calma e gradualità, che può sentirsi al sicuro anche in nostra assenza.

Un legame forte non deve trasformarsi in una dipendenza continua. Aiutare il cane a sviluppare una maggiore autonomia rappresenta un beneficio sia per lui sia per la famiglia, perché riduce lo stress, migliora il suo equilibrio emotivo e rende più semplice affrontare le inevitabili separazioni della vita quotidiana.

Nel prossimo capitolo vedremo come distinguere una normale difficoltà iniziale da una vera ansia da separazione, imparando a riconoscere i segnali che non dovrebbero essere sottovalutati.



Capitolo 2

Ansia da separazione o semplice protesta?

Non tutti i comportamenti indesiderati che compaiono quando il cane resta solo indicano un problema serio. Alcuni cani protestano per qualche minuto dopo l'uscita del proprietario, poi si tranquillizzano e trascorrono il resto del tempo riposando. Altri, invece, entrano in un vero stato di ansia che può durare per tutta l'assenza della famiglia.

Capire questa differenza è fondamentale per scegliere il modo corretto di intervenire.

Quando si tratta di una normale difficoltà

È abbastanza comune che un cane appena adottato, un cucciolo o un animale che sta affrontando un cambiamento mostri qualche segnale di disagio nei primi giorni.

Può, ad esempio:

- 
- 
- 
- guaire per pochi minuti;
 - attendere vicino alla porta;
 - cercare il proprietario nelle stanze;
 - agitarsi all'inizio dell'assenza.

Se, dopo poco tempo, riesce a rilassarsi, si sdraia, dorme oppure si dedica a un gioco, generalmente non si parla di ansia da separazione vera e propria.

I segnali che meritano attenzione

Quando invece il cane non riesce mai a rilassarsi e manifesta comportamenti intensi o prolungati, è possibile che stia vivendo un disagio più importante.

Tra i segnali più frequenti troviamo:

- abbaio continuo o ululati per lunghi periodi;
- pianto insistente;
- tentativi di scavare o graffiare porte e finestre;
- distruzione di mobili, infissi o oggetti;
- salivazione abbondante;
- respiro affannoso senza motivo apparente;
- perdita di urina o feci pur essendo normalmente educato;
- tentativi di fuga che possono provocare ferite.

Questi comportamenti non rappresentano una punizione nei confronti del proprietario, ma il sintomo di uno stato emotivo difficile da controllare.



Non lo fa per dispetto

Una delle convinzioni più diffuse è che il cane distrugga casa per "vendicarsi" di essere stato lasciato solo.

In realtà non esistono prove che il cane organizzi questo tipo di comportamento con l'intenzione di punire il proprietario.

Se al rientro troviamo un cuscino distrutto o una porta graffiata, è molto probabile che il cane abbia cercato un modo per gestire lo stress, scaricare tensione oppure tentare di raggiungere chi è uscito.

Punirlo ore dopo l'accaduto non gli farà capire il motivo del rimprovero. Anzi, potrebbe soltanto associare il ritorno del proprietario a un momento di tensione.

Come capire cosa succede davvero

Molti proprietari rimangono sorpresi quando scoprono che il proprio cane, una volta uscito, si addormenta serenamente dopo pochi minuti.

Altri, invece, osservano comportamenti completamente diversi da quelli immaginati.

Per questo motivo, se si sospetta un problema, può essere utile utilizzare una piccola telecamera domestica



o una videocamera temporanea. Non serve per controllare continuamente il cane, ma per capire:

- quanto dura l'agitazione;
- quali comportamenti mette in atto;
- se riesce a rilassarsi;
- in quale momento inizia a stare tranquillo.

Queste informazioni sono molto utili anche nel caso sia necessario chiedere il parere di un educatore cinofilo o di un veterinario esperto in comportamento.

Ogni cane comunica a modo suo

Non tutti esprimono il disagio nello stesso modo.

C'è chi vocalizza molto, chi rimane immobile vicino alla porta, chi cammina continuamente per casa e chi manifesta segnali molto più discreti, come ansimare, sbadigliare frequentemente o leccarsi in modo compulsivo.

Imparare a osservare questi comportamenti senza interpretarli come "capricci" permette di comprendere meglio lo stato emotivo del proprio cane e di intervenire prima che il problema diventi più difficile da gestire.

Nel prossimo capitolo vedremo gli errori più comuni che, spesso senza volerlo, i proprietari commettono prima di uscire o al rientro, contribuendo ad aumentare l'ansia del cane anziché ridurla.



Capitolo 3

Gli errori più comuni

Quando un cane fatica a restare da solo, la reazione più naturale è cercare di rassicurarlo. Tuttavia, alcune abitudini adottate con le migliori intenzioni possono ottenere l'effetto opposto, aumentando l'agitazione invece di ridurla.

Conoscere gli errori più frequenti aiuta a creare un ambiente più sereno e a favorire un percorso di autonomia graduale.

Trasformare l'uscita in un momento drammatico

Molti proprietari, poco prima di uscire, iniziano a parlare al cane con tono malinconico:

"Faccio presto..."

"Non ti preoccupare..."

"Torno subito..."

Oppure lo riempiono di carezze e abbracci come se stessero per affrontare una lunga separazione.



Per quanto siano gesti dettati dall'affetto, il cane percepisce che sta accadendo qualcosa di insolito e importante. Questo può aumentare la sua agitazione ancora prima che la porta si chiuda.

L'ideale è vivere l'uscita con naturalezza, senza creare rituali particolarmente emotivi.

Fare grandi feste al ritorno

Anche il rientro merita attenzione.

Se ogni volta che si torna a casa si trasformano i primi minuti in una vera festa, il cane può iniziare ad attribuire ancora più valore alla presenza del proprietario e vivere la sua assenza come qualcosa di eccezionale.

È perfettamente normale salutarlo con affetto, ma può essere utile aspettare qualche istante, permettere al cane di calmarsi e poi dedicargli attenzioni in modo tranquillo.

In questo modo il ritorno diventa parte della normale routine quotidiana.

Punire il cane

È probabilmente l'errore più dannoso.



Entrare in casa e trovare un divano rovinato o una pozzanghera sul pavimento può far perdere la pazienza. Tuttavia, rimproverare il cane a distanza di tempo non gli permette di collegare la punizione al comportamento che ha avuto durante la nostra assenza.

L'unica cosa che può imparare è che il proprietario, al ritorno, è arrabbiato.

Questo può aumentare ulteriormente l'insicurezza e peggiorare il problema.

Lasciarlo solo troppo a lungo fin da subito

Un cane che non è mai rimasto solo difficilmente riuscirà ad affrontare diverse ore di solitudine da un giorno all'altro.

Come molte competenze, anche questa si costruisce gradualmente.

Saltare direttamente a periodi molto lunghi rischia di creare esperienze negative che renderanno ancora più difficile il percorso di apprendimento.

Non soddisfare i suoi bisogni prima di uscire



Un cane pieno di energie, che non ha avuto modo di passeggiare, annusare o fare attività fisica, avrà molte più difficoltà a rilassarsi.

Prima di lasciarlo solo è consigliabile offrirgli una passeggiata adeguata alle sue esigenze, permettendogli di esplorare l'ambiente con calma e di svolgere anche attività olfattive, molto importanti per il suo equilibrio.

Naturalmente ogni cane ha necessità diverse in base all'età, alla razza, allo stato di salute e al livello di attività.

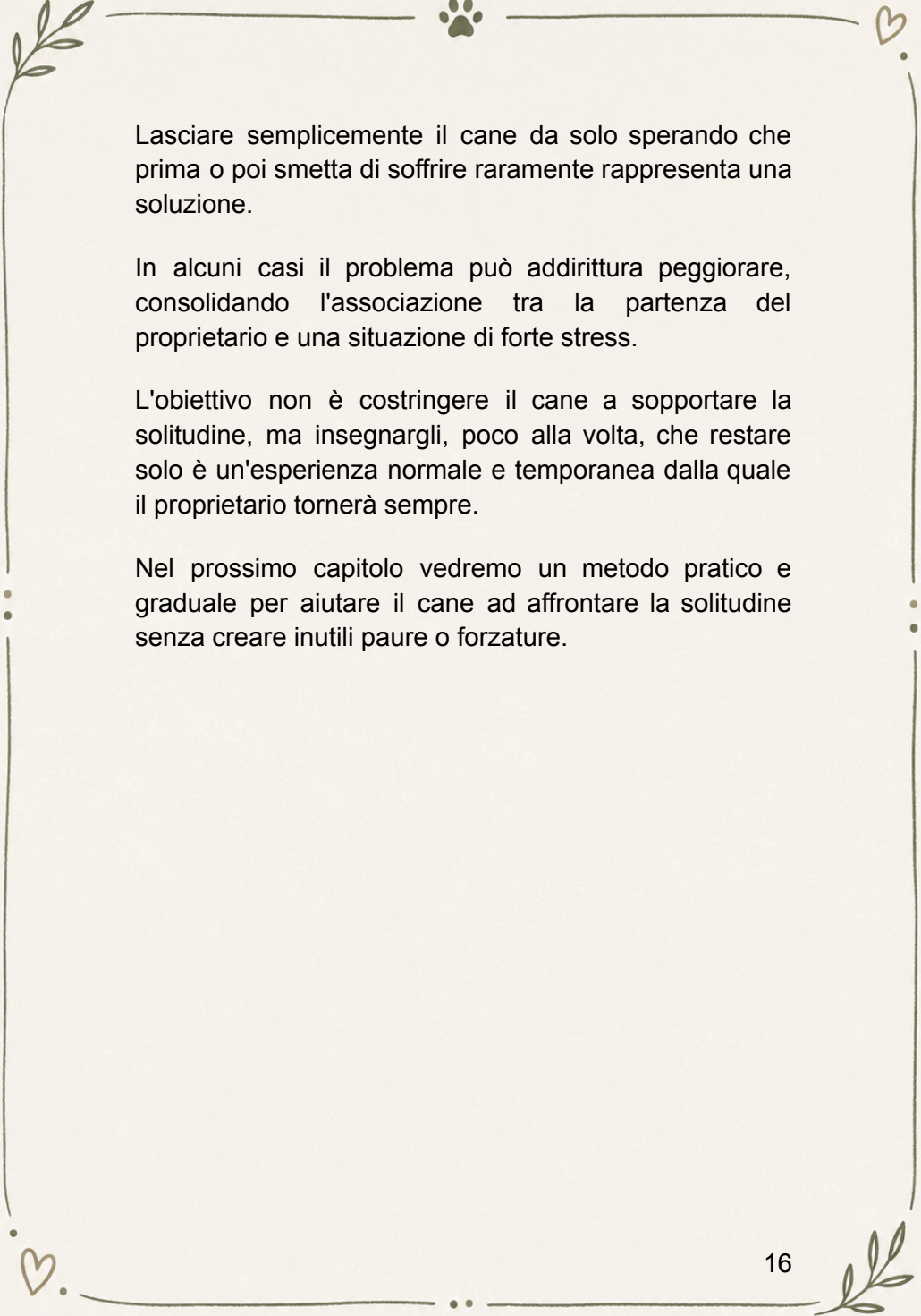
Cambiare continuamente le abitudini

I cani traggono sicurezza dalla prevedibilità.

Orari completamente diversi ogni giorno, uscite improvvise e routine sempre differenti possono rendere più difficile capire cosa aspettarsi.

Quando possibile, mantenere una certa regolarità negli orari dei pasti, delle passeggiate e delle uscite di casa aiuta molti cani a vivere le separazioni con maggiore serenità.

Pensare che "si abituerà da solo"



Lasciare semplicemente il cane da solo sperando che prima o poi smetta di soffrire raramente rappresenta una soluzione.

In alcuni casi il problema può addirittura peggiorare, consolidando l'associazione tra la partenza del proprietario e una situazione di forte stress.

L'obiettivo non è costringere il cane a sopportare la solitudine, ma insegnargli, poco alla volta, che restare solo è un'esperienza normale e temporanea dalla quale il proprietario tornerà sempre.

Nel prossimo capitolo vedremo un metodo pratico e graduale per aiutare il cane ad affrontare la solitudine senza creare inutili paure o forzature.



Capitolo 4

Come insegnare gradualmente a restare da solo

Abituare un cane a rimanere solo richiede pazienza, costanza e gradualità. Non esiste un metodo che funzioni in poche ore e ogni animale ha tempi diversi, ma nella maggior parte dei casi è possibile ottenere ottimi risultati evitando fretta e forzature.

L'obiettivo non è "resistere" alla solitudine, ma imparare che il proprietario esce e torna sempre, senza che questo rappresenti un motivo di preoccupazione.

Iniziare con tempi molto brevi

Se il cane manifesta già disagio, è meglio partire da separazioni di pochi secondi o pochi minuti.

Ad esempio:

- uscire dalla porta;
- attendere qualche secondo;
- rientrare con naturalezza;

- ripetere più volte durante la giornata.

Quando il cane affronta questi brevi momenti con tranquillità, si può aumentare gradualmente il tempo di assenza.

È importante procedere solo quando il livello precedente è stato superato senza particolari difficoltà.

Aumentare il tempo poco alla volta

Passare da due minuti a due ore è uno degli errori più comuni.

Meglio aumentare in modo progressivo:

- pochi minuti;
- dieci minuti;
- quindici;
- trenta;
- un'ora;
- e così via.

Se durante una fase il cane torna a mostrarsi agitato, conviene ridurre temporaneamente la durata dell'assenza e riprendere con maggiore gradualità.

Fare un passo indietro non significa aver fallito: significa rispettare i tempi dell'animale.



Evitare rituali troppo evidenti

Come abbiamo visto, molti cani iniziano ad agitarsi ancora prima che il proprietario esca.

Per ridurre questa associazione può essere utile, durante la giornata:

- prendere le chiavi senza uscire;
- indossare la giacca e poi sedersi sul divano;
- aprire la porta e richiuderla;
- mettere le scarpe senza lasciare la casa.

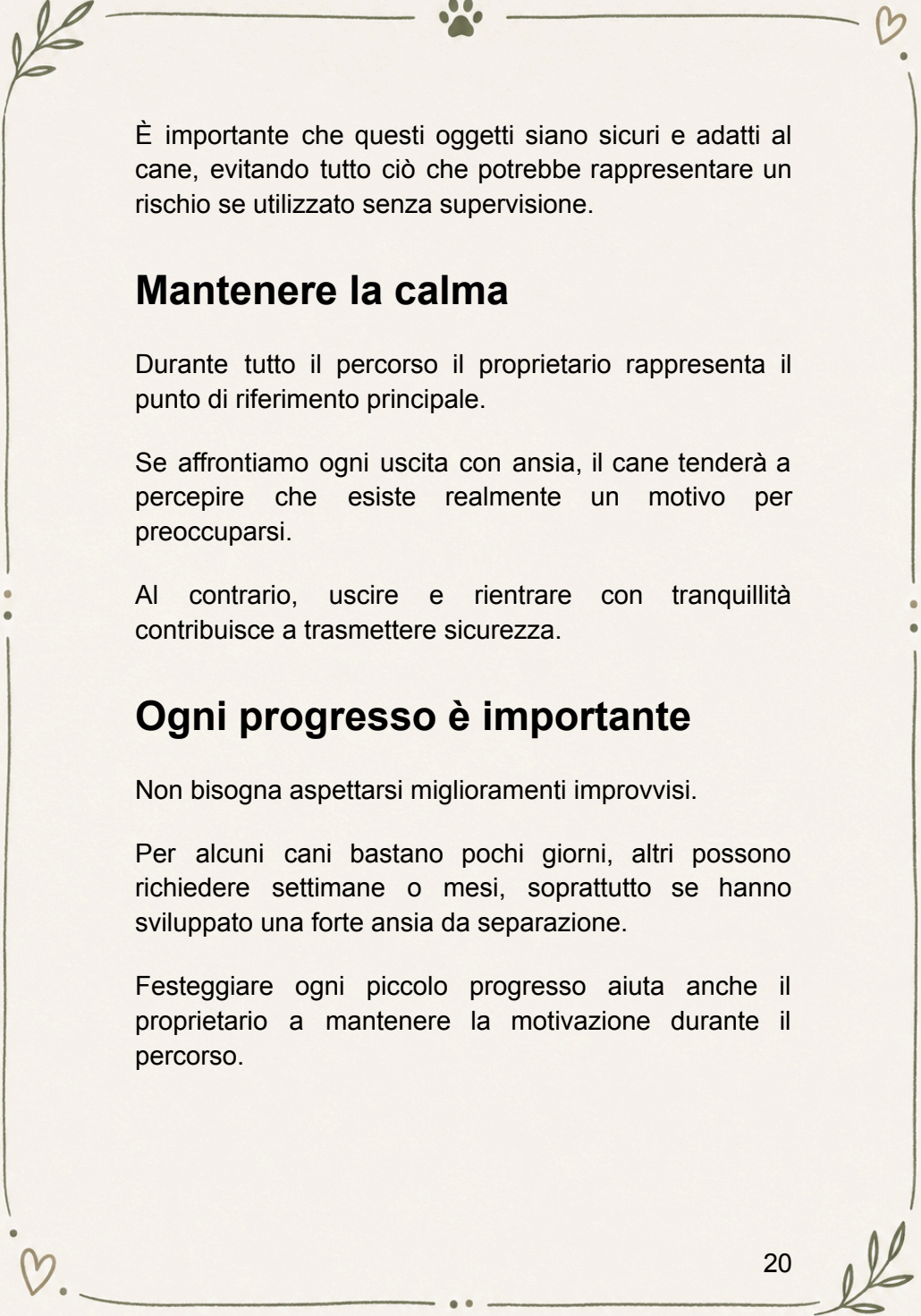
In questo modo questi gesti perdono, almeno in parte, il loro significato di "abbandono imminente".

Lasciare qualcosa di piacevole

Per molti cani può essere utile associare la partenza del proprietario a un'attività positiva.

Ad esempio:

- un gioco interattivo;
- un tappetino olfattivo;
- un gioco da masticare adatto alle sue caratteristiche;
- un alimento sicuro da consumare lentamente, se consigliato dal veterinario e compatibile con la sua dieta.



È importante che questi oggetti siano sicuri e adatti al cane, evitando tutto ciò che potrebbe rappresentare un rischio se utilizzato senza supervisione.

Mantenere la calma

Durante tutto il percorso il proprietario rappresenta il punto di riferimento principale.

Se affrontiamo ogni uscita con ansia, il cane tenderà a percepire che esiste realmente un motivo per preoccuparsi.

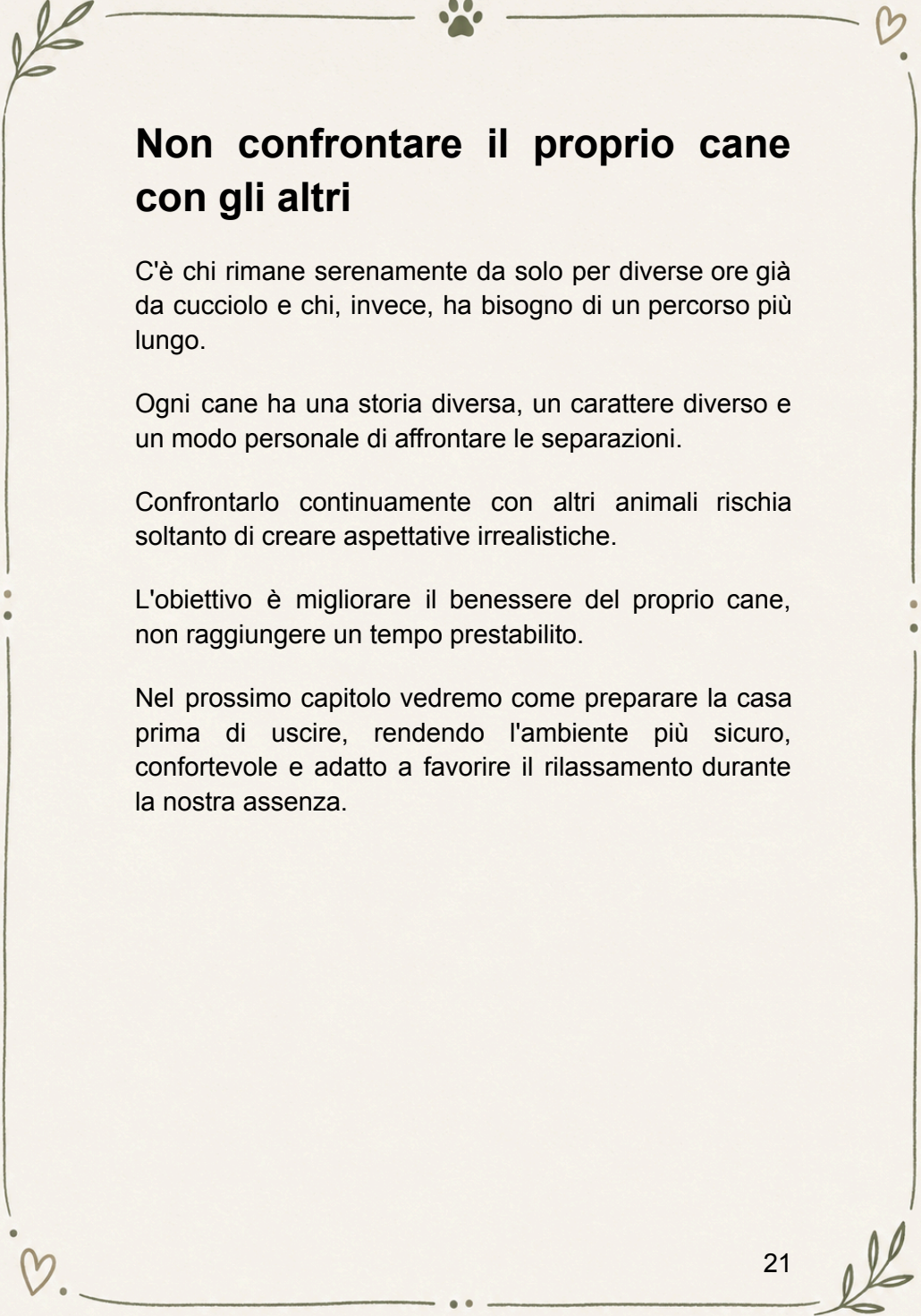
Al contrario, uscire e rientrare con tranquillità contribuisce a trasmettere sicurezza.

Ogni progresso è importante

Non bisogna aspettarsi miglioramenti improvvisi.

Per alcuni cani bastano pochi giorni, altri possono richiedere settimane o mesi, soprattutto se hanno sviluppato una forte ansia da separazione.

Festeggiare ogni piccolo progresso aiuta anche il proprietario a mantenere la motivazione durante il percorso.



Non confrontare il proprio cane con gli altri

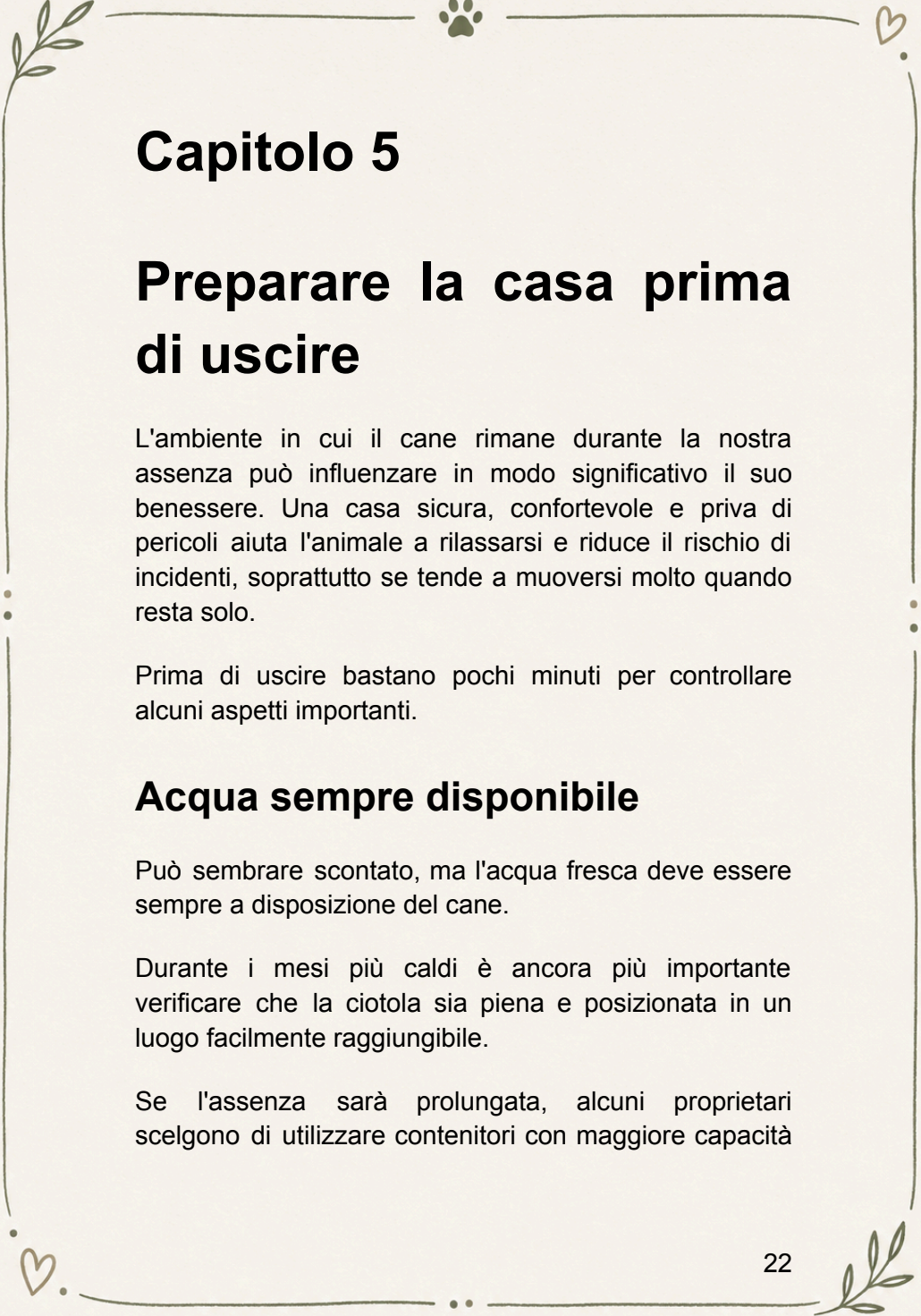
C'è chi rimane serenamente da solo per diverse ore già da cucciolo e chi, invece, ha bisogno di un percorso più lungo.

Ogni cane ha una storia diversa, un carattere diverso e un modo personale di affrontare le separazioni.

Confrontarlo continuamente con altri animali rischia soltanto di creare aspettative irrealistiche.

L'obiettivo è migliorare il benessere del proprio cane, non raggiungere un tempo prestabilito.

Nel prossimo capitolo vedremo come preparare la casa prima di uscire, rendendo l'ambiente più sicuro, confortevole e adatto a favorire il rilassamento durante la nostra assenza.



Capitolo 5

Preparare la casa prima di uscire

L'ambiente in cui il cane rimane durante la nostra assenza può influenzare in modo significativo il suo benessere. Una casa sicura, confortevole e priva di pericoli aiuta l'animale a rilassarsi e riduce il rischio di incidenti, soprattutto se tende a muoversi molto quando resta solo.

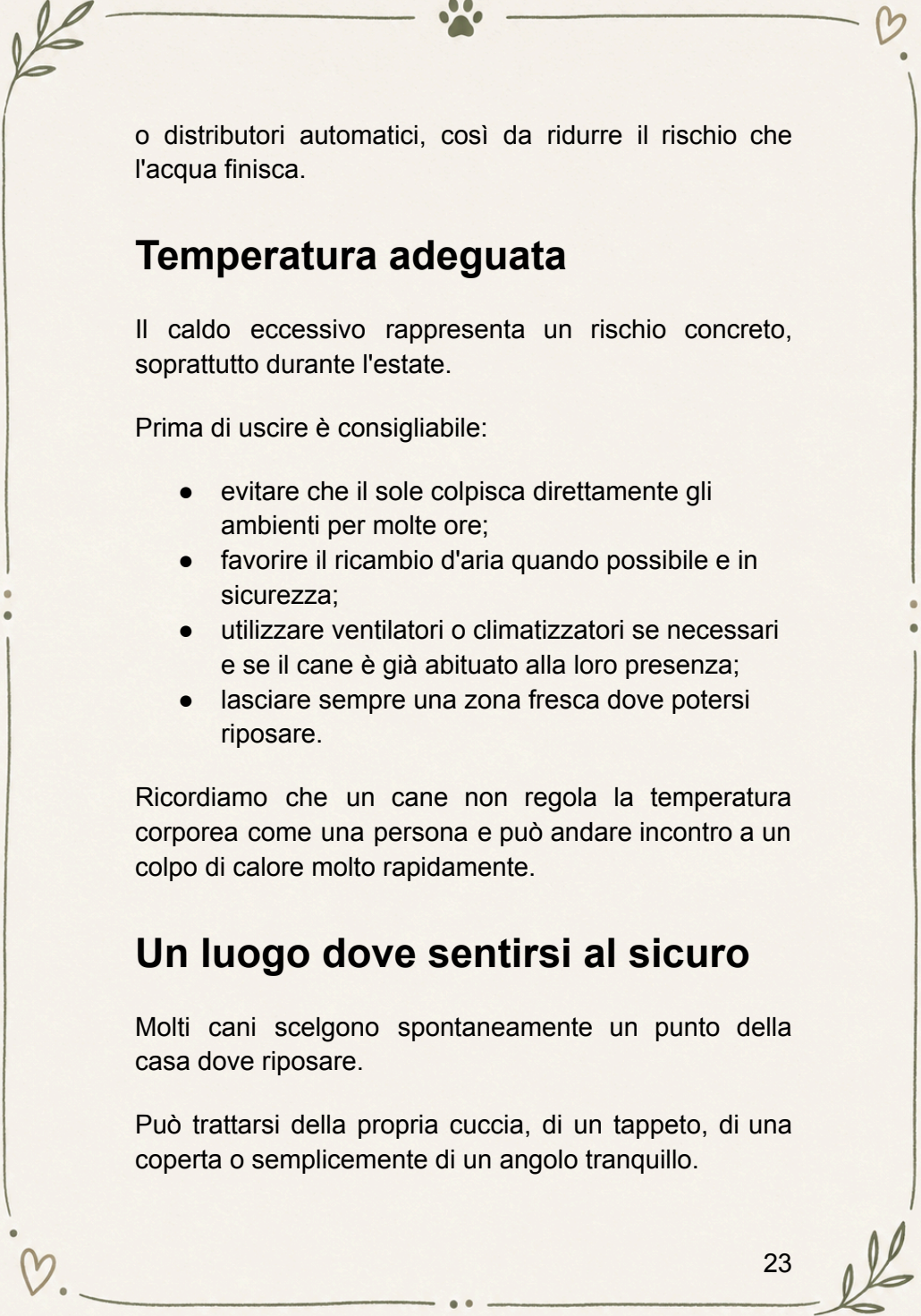
Prima di uscire bastano pochi minuti per controllare alcuni aspetti importanti.

Acqua sempre disponibile

Può sembrare scontato, ma l'acqua fresca deve essere sempre a disposizione del cane.

Durante i mesi più caldi è ancora più importante verificare che la ciotola sia piena e posizionata in un luogo facilmente raggiungibile.

Se l'assenza sarà prolungata, alcuni proprietari scelgono di utilizzare contenitori con maggiore capacità



o distributori automatici, così da ridurre il rischio che l'acqua finisca.

Temperatura adeguata

Il caldo eccessivo rappresenta un rischio concreto, soprattutto durante l'estate.

Prima di uscire è consigliabile:

- evitare che il sole colpisca direttamente gli ambienti per molte ore;
- favorire il ricambio d'aria quando possibile e in sicurezza;
- utilizzare ventilatori o climatizzatori se necessari e se il cane è già abituato alla loro presenza;
- lasciare sempre una zona fresca dove potersi riposare.

Ricordiamo che un cane non regola la temperatura corporea come una persona e può andare incontro a un colpo di calore molto rapidamente.

Un luogo dove sentirsi al sicuro

Molti cani scelgono spontaneamente un punto della casa dove riposare.

Può trattarsi della propria cuccia, di un tappeto, di una coperta o semplicemente di un angolo tranquillo.



È importante che questo spazio rimanga sempre disponibile e che il cane possa raggiungerlo liberamente.

Alcuni animali preferiscono luoghi leggermente raccolti perché trasmettono una maggiore sensazione di protezione.

Eliminare i possibili pericoli

Prima di uscire è bene fare un rapido controllo dell'ambiente.

Ad esempio:

- rimuovere piccoli oggetti che potrebbero essere ingeriti;
- mettere al sicuro farmaci e prodotti per la pulizia;
- evitare fili elettrici facilmente raggiungibili;
- chiudere balconi o finestre se rappresentano un rischio;
- verificare che il cane non possa accedere a sostanze tossiche o alimenti pericolosi.

La sicurezza deve sempre avere la priorità.

Offrire qualcosa da fare



Se il cane ama masticare o utilizzare giochi interattivi, lasciare un'attività adatta può aiutarlo a trascorrere il tempo in modo più sereno.

Naturalmente ogni oggetto deve essere:

- resistente;
- sicuro;
- della dimensione corretta;
- già conosciuto dal cane.

Non è consigliabile lasciare giochi nuovi senza aver prima verificato come li utilizza quando siamo presenti.

Rumori e ambiente

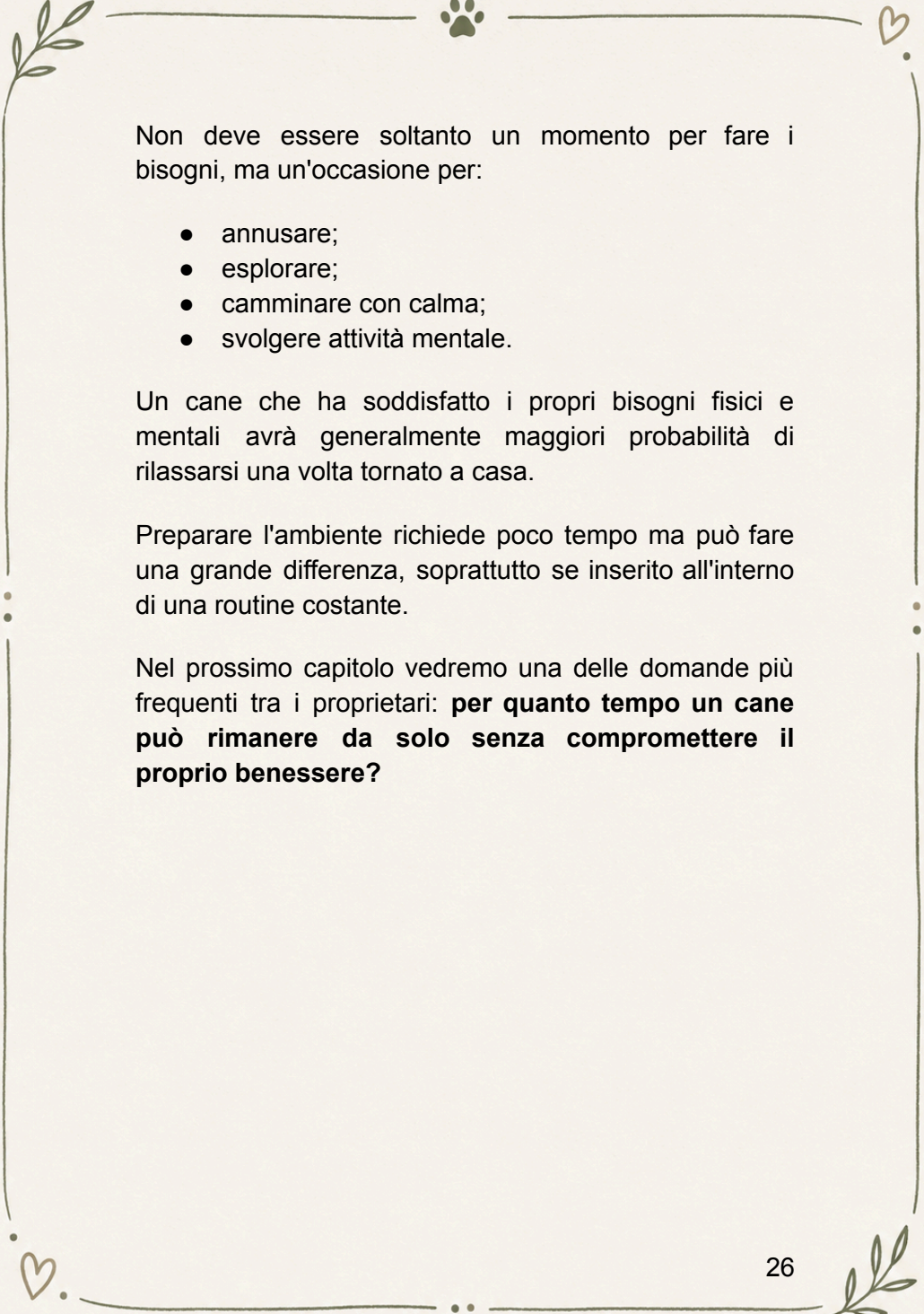
Alcuni cani si rilassano con un leggero rumore di fondo, come una radio a basso volume o i normali suoni della casa.

Altri preferiscono il silenzio.

Non esiste una regola valida per tutti: osservare il proprio cane permette di capire quale situazione lo fa sentire maggiormente a suo agio.

Prima di uscire... una passeggiata

Uno degli strumenti più efficaci rimane una buona passeggiata.



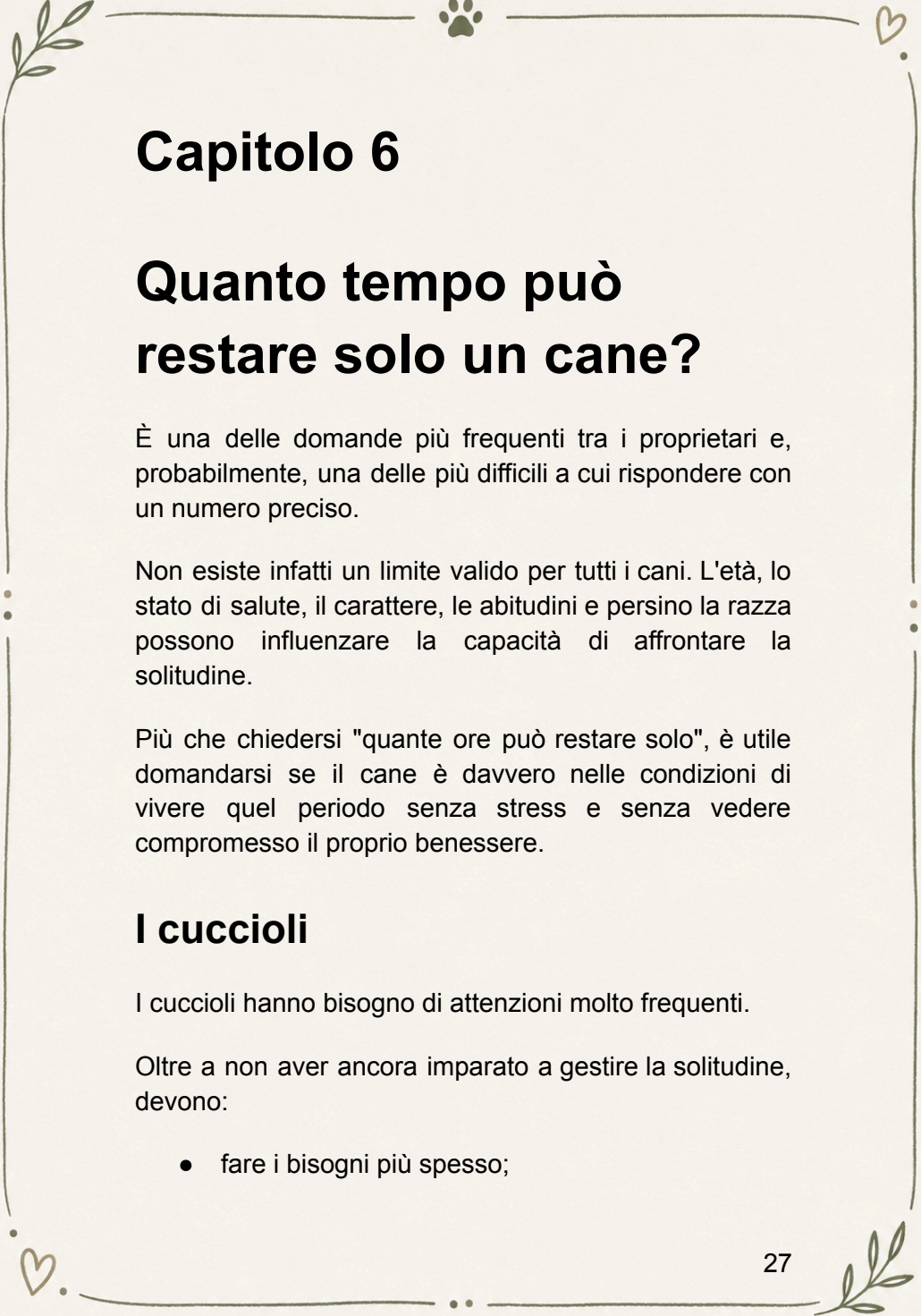
Non deve essere soltanto un momento per fare i bisogni, ma un'occasione per:

- annusare;
- esplorare;
- camminare con calma;
- svolgere attività mentale.

Un cane che ha soddisfatto i propri bisogni fisici e mentali avrà generalmente maggiori probabilità di rilassarsi una volta tornato a casa.

Preparare l'ambiente richiede poco tempo ma può fare una grande differenza, soprattutto se inserito all'interno di una routine costante.

Nel prossimo capitolo vedremo una delle domande più frequenti tra i proprietari: **per quanto tempo un cane può rimanere da solo senza compromettere il proprio benessere?**



Capitolo 6

Quanto tempo può restare solo un cane?

È una delle domande più frequenti tra i proprietari e, probabilmente, una delle più difficili a cui rispondere con un numero preciso.

Non esiste infatti un limite valido per tutti i cani. L'età, lo stato di salute, il carattere, le abitudini e persino la razza possono influenzare la capacità di affrontare la solitudine.

Più che chiedersi "quante ore può restare solo", è utile domandarsi se il cane è davvero nelle condizioni di vivere quel periodo senza stress e senza vedere compromesso il proprio benessere.

I cuccioli

I cuccioli hanno bisogno di attenzioni molto frequenti.

Oltre a non aver ancora imparato a gestire la solitudine, devono:

- fare i bisogni più spesso;

- 
- 
- 
- mangiare con maggiore frequenza;
 - dormire molte ore;
 - imparare gradualmente le regole della casa.

Lasciarli soli per lunghi periodi non è consigliabile, soprattutto nei primi mesi di vita.

L'abitudine alla separazione deve essere costruita poco alla volta, attraverso brevi esperienze positive.

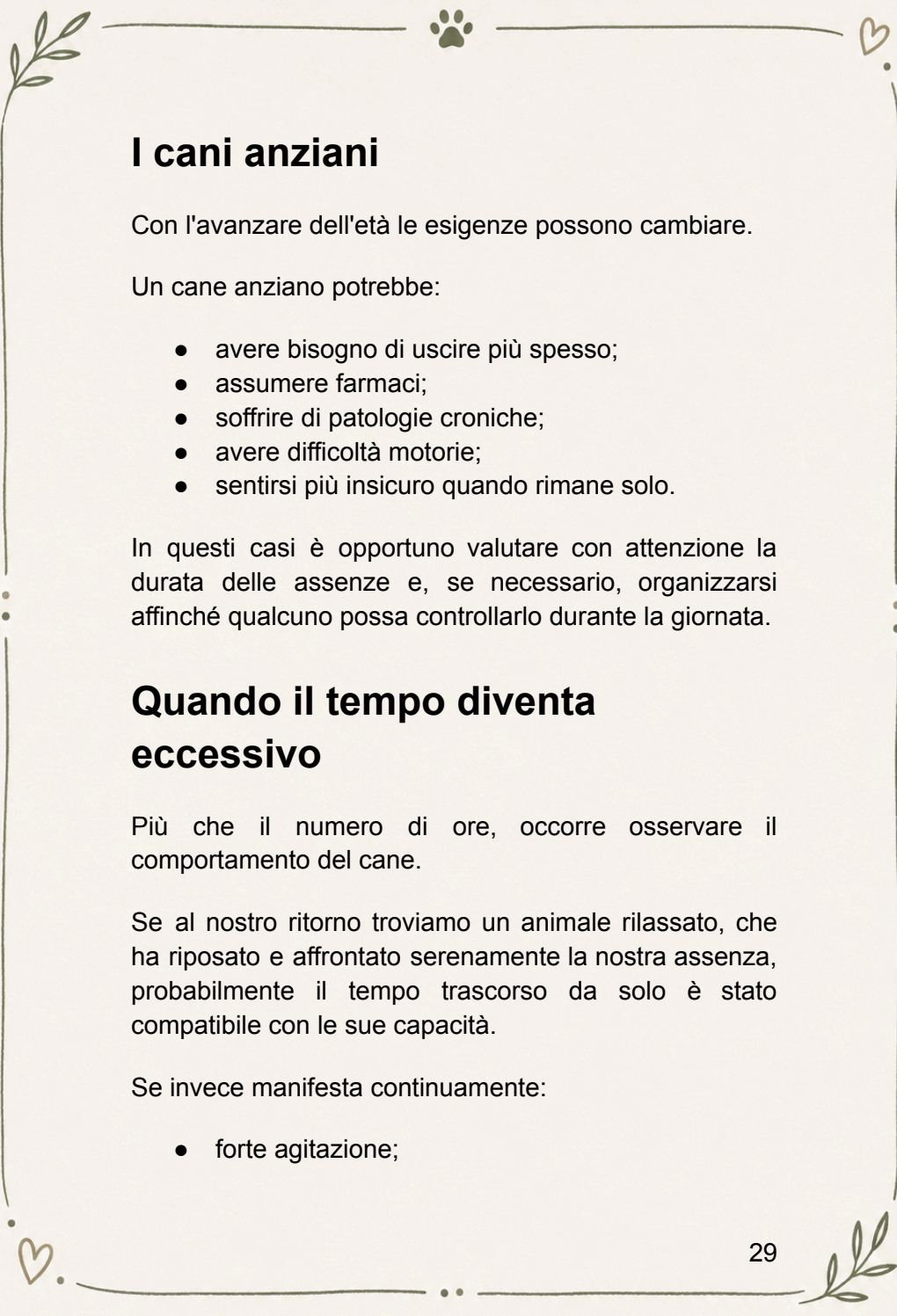
I cani adulti

Un cane adulto, in buona salute e abituato gradualmente alla solitudine, può generalmente affrontare alcune ore da solo senza particolari problemi.

Naturalmente questo presuppone che:

- abbia svolto una passeggiata adeguata;
- abbia acqua sempre disponibile;
- disponga di un ambiente sicuro;
- non soffra di ansia da separazione;
- possa fare i bisogni prima e dopo il periodo di assenza.

Lasciarlo abitualmente solo per molte ore ogni giorno, però, non rappresenta una situazione ideale. Anche il cane più equilibrato ha bisogno di interazione sociale, movimento, stimoli e momenti di condivisione con la propria famiglia.



I cani anziani

Con l'avanzare dell'età le esigenze possono cambiare.

Un cane anziano potrebbe:

- avere bisogno di uscire più spesso;
- assumere farmaci;
- soffrire di patologie croniche;
- avere difficoltà motorie;
- sentirsi più insicuro quando rimane solo.

In questi casi è opportuno valutare con attenzione la durata delle assenze e, se necessario, organizzarsi affinché qualcuno possa controllarlo durante la giornata.

Quando il tempo diventa eccessivo

Più che il numero di ore, occorre osservare il comportamento del cane.

Se al nostro ritorno troviamo un animale rilassato, che ha riposato e affrontato serenamente la nostra assenza, probabilmente il tempo trascorso da solo è stato compatibile con le sue capacità.

Se invece manifesta continuamente:

- forte agitazione;

- 
- distruzione dell'ambiente;
 - vocalizzazioni prolungate;
 - evidente stress;

è importante chiedersi se la durata dell'assenza sia davvero sostenibile per lui o se sia necessario modificare la gestione quotidiana.

Esistono soluzioni alternative

Quando gli impegni costringono ad assenze molto lunghe, esistono alcune possibilità che possono migliorare il benessere del cane.

Ad esempio:

- chiedere aiuto a un familiare o a una persona di fiducia;
- affidarsi a un pet sitter qualificato;
- valutare un servizio di asilo diurno, se compatibile con il carattere del cane;
- organizzare una passeggiata durante la giornata.

Non tutti i cani apprezzano le stesse soluzioni, ma in molti casi questi piccoli accorgimenti possono ridurre notevolmente il tempo trascorso completamente soli.

La qualità del tempo conta più della quantità



Un aspetto spesso sottovalutato riguarda il tempo condiviso.

Non basta essere fisicamente presenti in casa. Il cane ha bisogno di passeggiate, attività, gioco, esplorazione, contatto e momenti dedicati esclusivamente a lui.

Una giornata ricca di esperienze positive può aiutarlo ad affrontare con maggiore serenità anche qualche ora di solitudine.

Nel prossimo capitolo parleremo di uno strumento sempre più diffuso: le telecamere domestiche. Possono essere davvero utili per capire come si comporta il cane quando resta solo oppure rischiano di aumentare l'ansia del proprietario?





Capitolo 7

Telecamera sì o no?

Negli ultimi anni sempre più proprietari hanno scelto di installare una telecamera domestica per osservare il proprio cane quando resta solo. Questi dispositivi sono diventati economici e semplici da utilizzare e possono offrire informazioni molto utili, soprattutto quando si sospetta un problema comportamentale.

Tuttavia, come ogni strumento, anche la telecamera va utilizzata nel modo corretto.

Perché può essere utile

Molte persone immaginano che il proprio cane trascorra tutta l'assenza abbaiando o soffrendo. Altre, al contrario, sono convinte che dorma serenamente per ore.

La realtà, spesso, è diversa.

Osservare il comportamento del cane permette di capire:

- quanto tempo impiega a calmarci;
- se dorme oppure rimane agitato;
- se abbaia continuamente o solo nei primi minuti;

- 
- 
- 
- quali sono i momenti più difficili della giornata;
 - se utilizza i giochi lasciati a disposizione;
 - se manifesta comportamenti che il proprietario non avrebbe mai immaginato.

Queste informazioni aiutano a valutare la situazione con maggiore obiettività.

Uno strumento utile anche per i professionisti

Se il cane presenta una forte ansia da separazione, i video possono essere molto utili anche a un educatore cinofilo o a un veterinario esperto in comportamento.

Osservare direttamente ciò che accade durante l'assenza consente di individuare dettagli che sarebbe difficile descrivere soltanto a parole e permette di impostare un percorso più adatto alle esigenze dell'animale.

Evitare di controllare continuamente

La telecamera dovrebbe servire a comprendere il comportamento del cane, non a osservare ogni suo movimento per ore.



Controllare continuamente le immagini può aumentare l'ansia del proprietario, portandolo a interpretare come preoccupanti anche comportamenti del tutto normali.

Un cane che cambia posizione, si alza, beve o cammina per casa non sta necessariamente vivendo una situazione di disagio.

Parlare attraverso la telecamera è una buona idea?

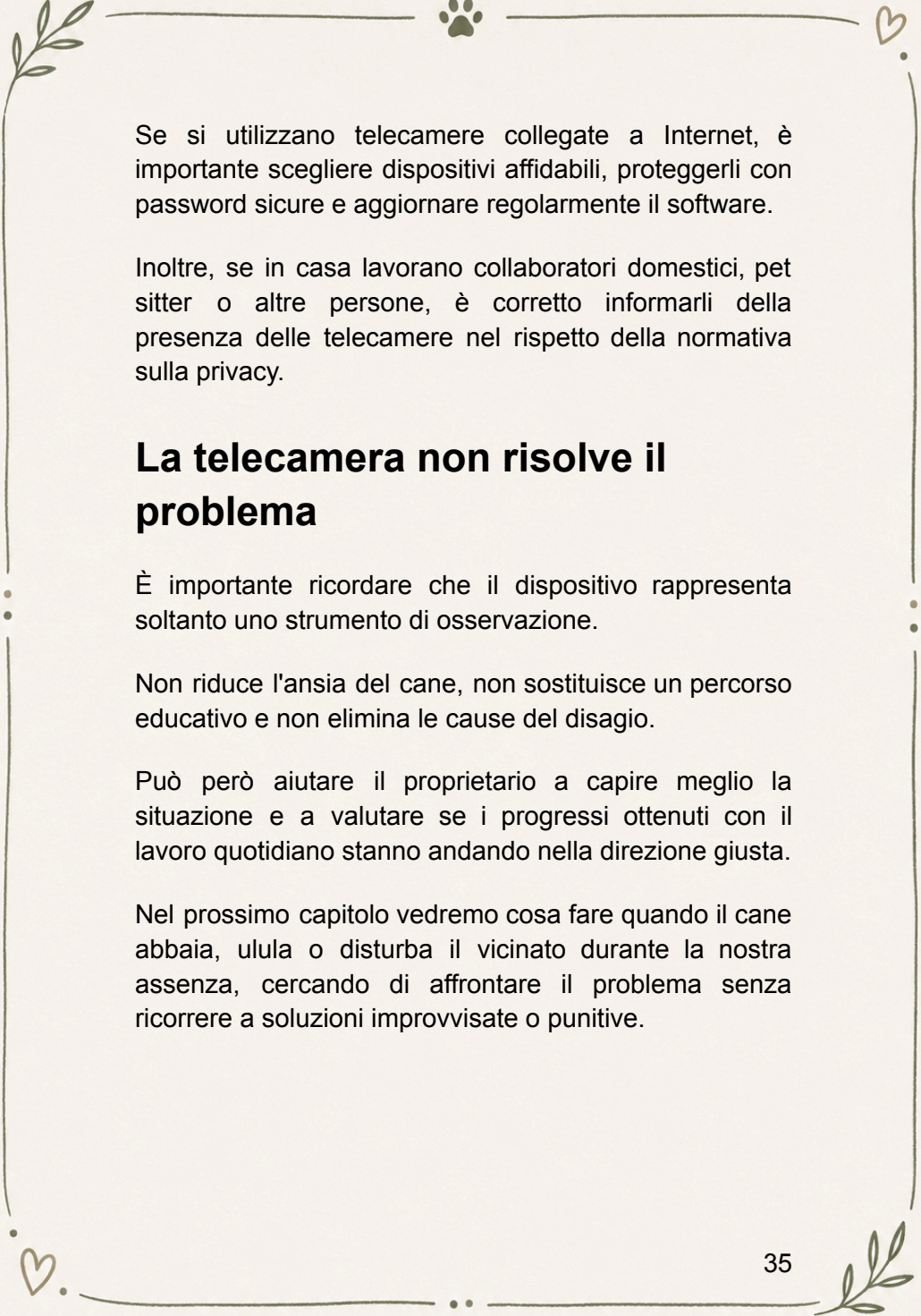
Alcuni dispositivi permettono di parlare al cane a distanza.

Anche se può sembrare rassicurante, nella maggior parte dei casi non è consigliabile utilizzare questa funzione senza il supporto di un professionista.

Sentire improvvisamente la voce del proprietario senza vederlo potrebbe confondere alcuni cani, aumentare la ricerca della persona o rendere ancora più difficile rilassarsi.

Ogni soggetto reagisce in modo diverso e non esiste una regola valida per tutti.

Attenzione alla privacy



Se si utilizzano telecamere collegate a Internet, è importante scegliere dispositivi affidabili, proteggerli con password sicure e aggiornare regolarmente il software.

Inoltre, se in casa lavorano collaboratori domestici, pet sitter o altre persone, è corretto informarli della presenza delle telecamere nel rispetto della normativa sulla privacy.

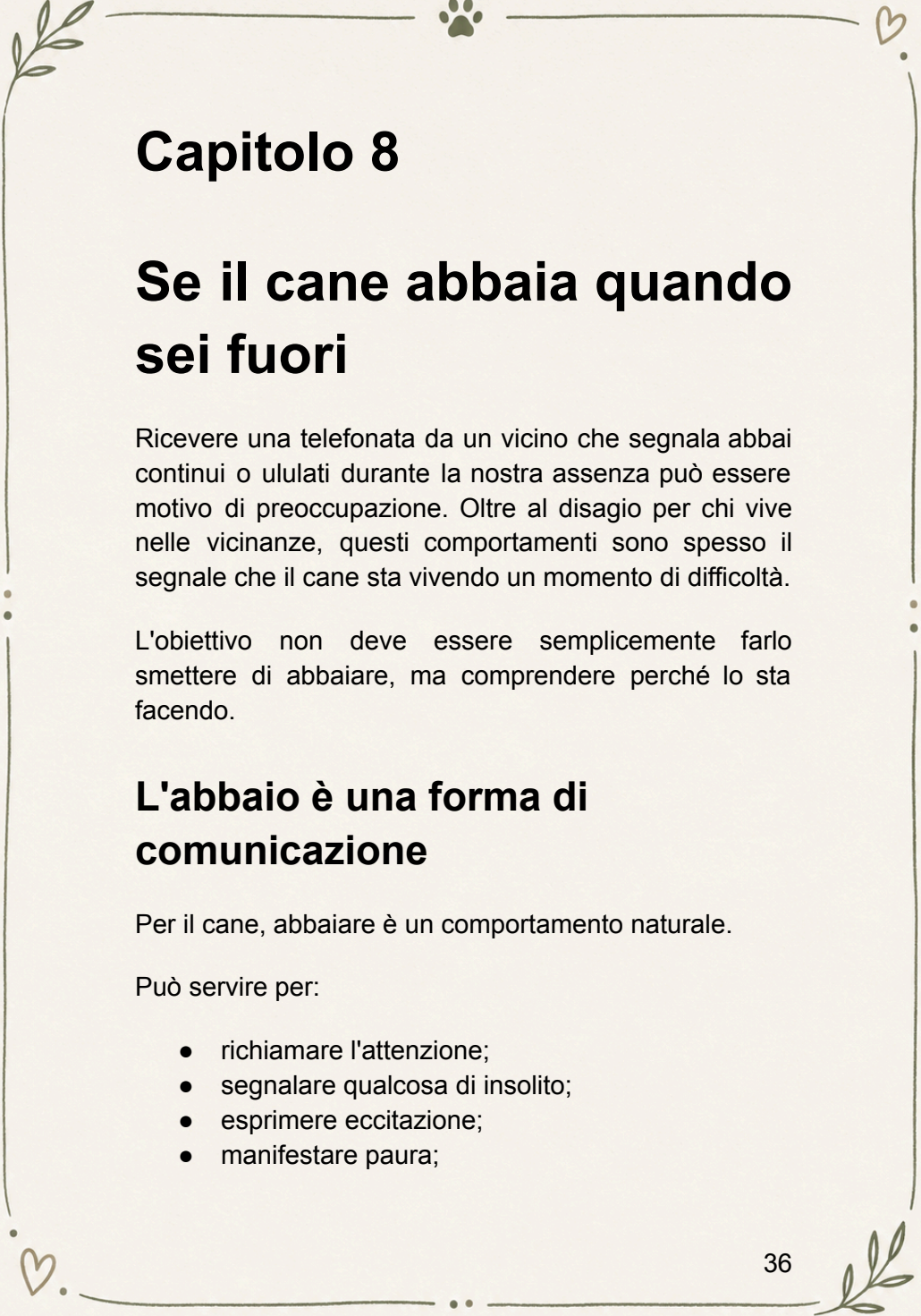
La telecamera non risolve il problema

È importante ricordare che il dispositivo rappresenta soltanto uno strumento di osservazione.

Non riduce l'ansia del cane, non sostituisce un percorso educativo e non elimina le cause del disagio.

Può però aiutare il proprietario a capire meglio la situazione e a valutare se i progressi ottenuti con il lavoro quotidiano stanno andando nella direzione giusta.

Nel prossimo capitolo vedremo cosa fare quando il cane abbaia, ulula o disturba il vicinato durante la nostra assenza, cercando di affrontare il problema senza ricorrere a soluzioni improvvisate o punitive.



Capitolo 8

Se il cane abbaia quando sei fuori

Ricevere una telefonata da un vicino che segnala abbai continui o ululati durante la nostra assenza può essere motivo di preoccupazione. Oltre al disagio per chi vive nelle vicinanze, questi comportamenti sono spesso il segnale che il cane sta vivendo un momento di difficoltà.

L'obiettivo non deve essere semplicemente farlo smettere di abbaiare, ma comprendere perché lo sta facendo.

L'abbaiato è una forma di comunicazione

Per il cane, abbaiare è un comportamento naturale.

Può servire per:

- richiamare l'attenzione;
- segnalare qualcosa di insolito;
- esprimere eccitazione;
- manifestare paura;

- comunicare disagio.

Quando il cane resta solo, l'abbaio può rappresentare uno dei modi con cui esprime l'ansia legata alla separazione oppure la frustrazione dovuta alla mancanza di stimoli.

Capire quale sia la causa è il primo passo per trovare una soluzione efficace.

Quando abbaia?

Osservare il momento in cui iniziano le vocalizzazioni è molto utile.

Ad esempio:

- solo nei primi minuti dopo l'uscita;
- a intervalli durante tutta l'assenza;
- quando sente rumori sul pianerottolo;
- al passaggio di persone o altri animali;
- in determinati orari della giornata.

Una telecamera domestica può aiutare a raccogliere queste informazioni senza basarsi soltanto sulle segnalazioni dei vicini.

Evitare le punizioni



Utilizzare collari che provocano dolore, scariche elettriche, spray o altri metodi coercitivi non affronta la causa del problema e può peggiorare il benessere del cane.

Anche rimproverarlo una volta rientrati non serve: il cane non collega la punizione all'abbaio avvenuto ore prima.

La soluzione passa sempre attraverso la comprensione del motivo che lo porta a vocalizzare.

Ridurre gli stimoli che lo agitano

In alcuni casi l'abbaio non è dovuto alla separazione, ma a ciò che il cane vede o sente.

Se tende ad agitarsi osservando continuamente l'esterno, può essere utile limitare la visuale verso la strada o verso zone particolarmente trafficate.

Allo stesso modo, ridurre rumori improvvisi o fonti di disturbo può contribuire a mantenere un ambiente più rilassante.

Più attività prima di uscire

Un cane che ha trascorso parte della giornata esplorando, annusando e svolgendo attività fisica e



mentale ha generalmente maggiori probabilità di rilassarsi una volta rimasto solo.

Una passeggiata di qualità, svolta senza fretta e rispettando i suoi tempi, rappresenta spesso uno degli strumenti più efficaci per favorire il benessere emotivo.

Coinvolgere i vicini

Se il problema è temporaneo e si sta lavorando per risolverlo, può essere utile parlarne con i vicini.

Spiegare che si è consapevoli della situazione e che si sta seguendo un percorso per aiutare il cane può favorire un clima di maggiore comprensione e collaborazione.

In alcuni casi saranno proprio loro a fornire informazioni preziose sugli orari e sulla durata delle vocalizzazioni.

Quando serve un aiuto esterno

Se il cane continua ad abbaiare per lunghi periodi nonostante il lavoro svolto, è opportuno chiedere il supporto di un professionista.

Un educatore cinofilo o un veterinario esperto in comportamento potrà valutare l'origine del problema e proporre un percorso personalizzato, evitando soluzioni improvvisate che rischiano di aggravare la situazione.



Ricordiamo che l'abbaio è un sintomo, non la causa. Concentrarsi esclusivamente sul rumore significa trascurare il disagio che il cane sta cercando di comunicare.

Nel prossimo e ultimo capitolo vedremo quando è il caso di rivolgersi a un professionista e quali segnali indicano che il cane potrebbe aver bisogno di un supporto specifico per superare l'ansia da separazione.





Capitolo 9

Quando chiedere aiuto a un professionista

Molti cani imparano gradualmente a restare soli grazie a una gestione corretta, a una routine stabile e a un percorso costruito con pazienza. In alcune situazioni, però, il disagio è così intenso da richiedere il supporto di un professionista.

Rivolgersi a una figura competente non significa aver fallito come proprietari. Al contrario, è una scelta responsabile che permette di affrontare il problema prima che diventi ancora più difficile da gestire.

I segnali da non sottovalutare

È consigliabile chiedere una valutazione professionale se il cane:

- manifesta forte agitazione ogni volta che rimane solo;
- abbaia o ulula per periodi molto lunghi;
- tenta di fuggire rischiando di ferirsi;
- distrugge sistematicamente porte, finestre o mobili;

- 
- 
- 
- si provoca lesioni mordendosi o grattandosi;
 - perde il controllo di urine o feci pur essendo normalmente educato;
 - non mostra alcun miglioramento nonostante settimane di lavoro graduale.

Questi comportamenti possono indicare un livello di ansia che difficilmente si risolve senza un intervento mirato.

A chi rivolgersi

Non tutti i professionisti si occupano delle stesse problematiche.

A seconda della situazione può essere utile consultare:

- **il veterinario**, per escludere eventuali problemi di salute che potrebbero influenzare il comportamento;
- **un educatore cinofilo qualificato**, che aiuti a impostare un percorso pratico e personalizzato;
- **un veterinario esperto in comportamento**, nei casi più complessi, dove potrebbe essere necessario un approccio clinico più approfondito.

Spesso la collaborazione tra queste figure rappresenta la soluzione migliore.



Diffidare delle soluzioni miracolose

Quando si cerca una risposta rapida, è facile imbattersi in promesse poco realistiche.

Frasi come:

- "Risolviamo tutto in una seduta."
- "Il cane non abbaierà più."
- "Metodo garantito al 100%."

dovrebbero far riflettere.

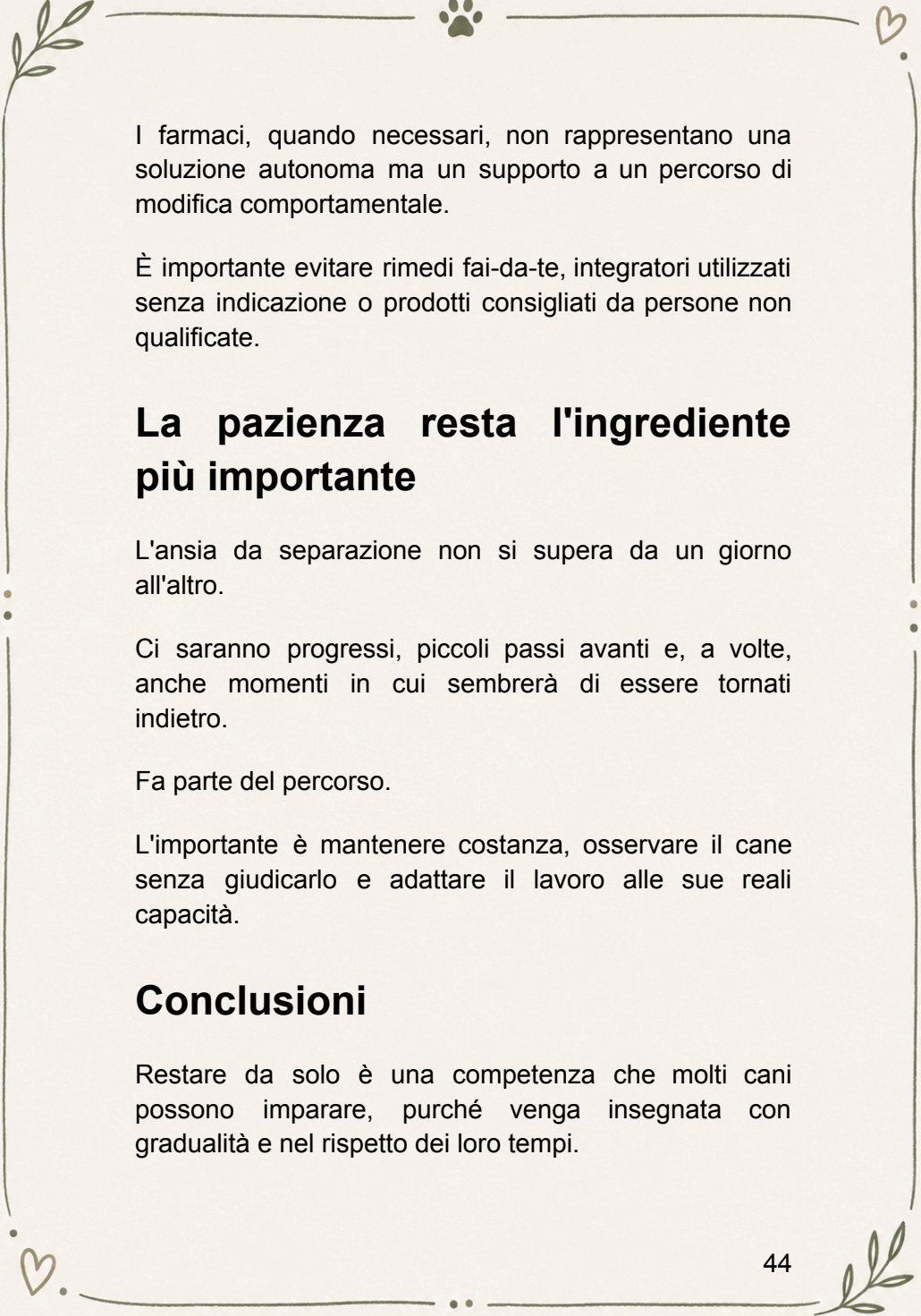
Ogni cane è diverso e nessun professionista serio può garantire risultati identici per tutti in tempi prestabiliti.

Il percorso richiede sempre osservazione, adattamento e collaborazione da parte della famiglia.

Farmaci: solo se prescritti

In alcune situazioni particolarmente gravi il veterinario potrebbe valutare l'utilizzo di una terapia farmacologica.

Questa decisione spetta esclusivamente al medico veterinario e viene presa solo dopo una visita approfondita.



I farmaci, quando necessari, non rappresentano una soluzione autonoma ma un supporto a un percorso di modifica comportamentale.

È importante evitare rimedi fai-da-te, integratori utilizzati senza indicazione o prodotti consigliati da persone non qualificate.

La pazienza resta l'ingrediente più importante

L'ansia da separazione non si supera da un giorno all'altro.

Ci saranno progressi, piccoli passi avanti e, a volte, anche momenti in cui sembrerà di essere tornati indietro.

Fa parte del percorso.

L'importante è mantenere costanza, osservare il cane senza giudicarlo e adattare il lavoro alle sue reali capacità.

Conclusioni

Restare da solo è una competenza che molti cani possono imparare, purché venga insegnata con gradualità e nel rispetto dei loro tempi.



Ogni cane ha una storia diversa, un carattere diverso e bisogni diversi. Alcuni avranno bisogno di pochi giorni per sentirsi tranquilli, altri richiederanno settimane o mesi di lavoro. Non esistono scorciatoie, ma esiste un approccio basato sulla comprensione, sulla pazienza e sul rispetto dell'animale.

Ricordiamo sempre che un cane non sceglie di soffrire né mette in atto determinati comportamenti per fare un dispetto al proprietario. Quando manifesta disagio sta cercando di comunicarci un bisogno.

Ascoltare questi segnali, costruire una routine rassicurante e chiedere aiuto quando necessario rappresentano il modo migliore per migliorare il benessere del cane e rendere più serena la convivenza.

Box pratico – Prima di uscire di casa

Prima di lasciare il cane da solo, verifica rapidamente questi punti:

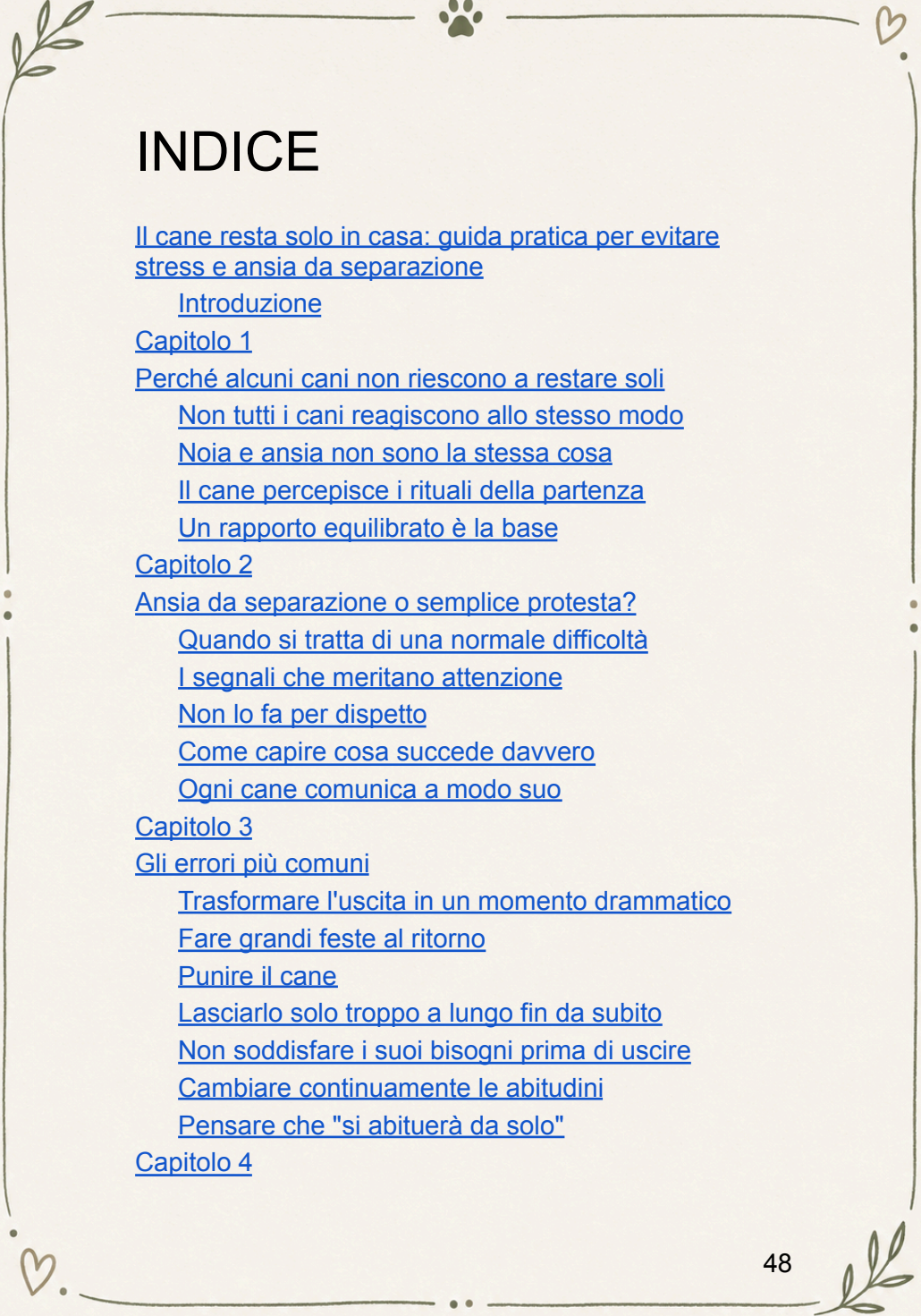
- ☐ Ha fatto una passeggiata adeguata.
- ☐ Ha acqua fresca a disposizione.
- ☐ La temperatura della casa è confortevole.



- ☐ Non ci sono oggetti pericolosi a portata di muso.
- ☐ Ha un luogo tranquillo dove riposare.
- ☐ Può svolgere un'attività sicura, se gradita.
- ☐ Esci con naturalezza, senza saluti eccessivamente emotivi.
- ☐ Al ritorno salutalo con calma, senza punizioni né eccessiva enfasi.



Se questa guida ti è stata utile, sostieni AnimalISOS con una libera donazione. Il tuo contributo ci permette di continuare a realizzare guide gratuite e progetti dedicati alla tutela e al benessere degli animali. Grazie per il tuo supporto. 🐾



INDICE

[Il cane resta solo in casa: guida pratica per evitare stress e ansia da separazione](#)

[Introduzione](#)

[Capitolo 1](#)

[Perché alcuni cani non riescono a restare soli](#)

[Non tutti i cani reagiscono allo stesso modo](#)

[Noia e ansia non sono la stessa cosa](#)

[Il cane percepisce i rituali della partenza](#)

[Un rapporto equilibrato è la base](#)

[Capitolo 2](#)

[Ansia da separazione o semplice protesta?](#)

[Quando si tratta di una normale difficoltà](#)

[I segnali che meritano attenzione](#)

[Non lo fa per dispetto](#)

[Come capire cosa succede davvero](#)

[Ogni cane comunica a modo suo](#)

[Capitolo 3](#)

[Gli errori più comuni](#)

[Trasformare l'uscita in un momento drammatico](#)

[Fare grandi feste al ritorno](#)

[Punire il cane](#)

[Lasciarlo solo troppo a lungo fin da subito](#)

[Non soddisfare i suoi bisogni prima di uscire](#)

[Cambiare continuamente le abitudini](#)

[Pensare che "si abituerà da solo"](#)

[Capitolo 4](#)

Come insegnare gradualmente a restare da solo

Iniziare con tempi molto brevi

Aumentare il tempo poco alla volta

Evitare rituali troppo evidenti

Lasciare qualcosa di piacevole

Mantenere la calma

Ogni progresso è importante

Non confrontare il proprio cane con gli altri

Capitolo 5

Preparare la casa prima di uscire

Acqua sempre disponibile

Temperatura adeguata

Un luogo dove sentirsi al sicuro

Eliminare i possibili pericoli

Offrire qualcosa da fare

Rumori e ambiente

Prima di uscire... una passeggiata

Capitolo 6

Quanto tempo può restare solo un cane?

I cuccioli

I cani adulti

I cani anziani

Quando il tempo diventa eccessivo

Esistono soluzioni alternative

La qualità del tempo conta più della quantità

Capitolo 7

Telecamera sì o no?

Perché può essere utile

Uno strumento utile anche per i professionisti
Evitare di controllare continuamente
Parlare attraverso la telecamera è una buona idea?
Attenzione alla privacy
La telecamera non risolve il problema

Capitolo 8

Se il cane abbaia quando sei fuori

L'abbaio è una forma di comunicazione
Quando abbaia?
Evitare le punizioni
Ridurre gli stimoli che lo agitano
Più attività prima di uscire
Coinvolgere i vicini
Quando serve un aiuto esterno

Capitolo 9

Quando chiedere aiuto a un professionista

I segnali da non sottovalutare
A chi rivolgersi
Diffidare delle soluzioni miracolose
Farmaci: solo se prescritti
La pazienza resta l'ingrediente più importante
Conclusioni

 Box pratico – Prima di uscire di casa