GUIDA GRATUITA · IL CANE A TAVOLA

IL CANE SENIOR: COSA CAMBIARE A TAVOLA

7 cambiamenti che il suo corpo sta già facendo, anche se la bilancia non li vede, e cosa mettere nella ciotola per accompagnarli



IL CANE LONGEVO
Un team di consulenti alimentari per cani

ilcanelongevo.it



LA BILANCIA NON SE N'È ACCORTA

Immagina Lucky, un labrador di 9 anni. Da quattro anni pesa sempre **30 chili**. Ogni volta che sale sulla bilancia del veterinario, il suo proprietario sorride: "Peso perfetto, come sempre".

Eppure qualcosa è cambiato. La mattina si alza dalla cuccia con calma, prima le zampe davanti, poi, piano, quelle dietro. Accarezzandolo, le cosce posteriori sembrano più sottili di una volta. Davanti all'auto si ferma e aspetta. "È l'età", pensa il suo proprietario. È l'età, sì. Ma non solo.

Un gruppo di ricercatori ha seguito **48 labrador per tutta la vita**, misurando ogni anno il loro corpo con la densitometria, lo stesso esame che si usa per le ossa delle persone.

CANI CHE MANGIAVANO A VOLONTÀ

muscolo in calo dopo i **9 anni**

CANI TENUTI MAGRI

solo dopo gli **11 anni**

La bilancia non distingue il muscolo dal grasso: lo stesso numero può nascondere **un cane diverso**. In questa guida trovi **7 cambiamenti** che succedono in silenzio, e per ognuno **cosa cambiare a tavola**, da oggi.

Il primo ti sorprenderà: al tuo cane servono meno calorie, ma non meno proteine. Anzi.

QUANDO DIVENTA SENIOR?

Non c'è un compleanno uguale per tutti

Si sente dire spesso "dopo i 7 anni". È una media, e come tutte le medie va bene per pochi. In uno studio su **oltre 580.000 cani** nel Regno Unito, i cani piccoli a muso lungo (come il bassotto nano) vivevano in media **13,3 anni**; quelli di taglia media a muso schiacciato, **poco più di 9**.

IL TUO CANE È…	DI SOLITO DIVENTA SENIOR…
piccolo (fino a 10 kg)	intorno ai **10 anni**
medio (10-25 kg)	fra gli **8 e i 10 anni**
grande (oltre 25 kg)	fra i **5 e gli 8 anni**
gigante (alano, terranova…)	anche **prima**

Fonte: FEDIAF, l'associazione europea dei produttori di alimenti per animali, 2017. Per la taglia media è un'indicazione di mezzo.

Le linee guida dei veterinari americani (AAHA) usano una regola semplice: il cane è senior nell'**ultimo quarto della vita** che ci si aspetta per lui.

COME USARE QUESTA GUIDA

Alla fine di ogni cambiamento trovi una casella. Spuntala solo se è vero: alla fine conterai le spunte e scoprirai **il punteggio della sua ciotola**.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

Fai attenzione a questi riquadri: sono le cose che nessuna guida può decidere al posto tuo, perché dipendono dal **tuo** cane.

1 BRUCIA MENO: LA STESSA RAZIONE DI PRIMA LO FA INGRASSARE

Il suo motore gira piano, la ciotola no

LA SCOPERTA

Con l'età un cane si muove meno e il suo metabolismo rallenta. Il risultato: il suo fabbisogno di energia cala di circa il **20%** rispetto a quando era un giovane adulto. Se continua a mangiare **gli stessi grammi** di quando aveva 4 anni, è come se ogni cinque giorni mangiasse **una giornata intera in più**.

PERCHÉ CONTA

Un gruppo di ricercatori ha seguito **39 labrador** dalla mezza età fino alla fine della loro vita. Il peso a 10 anni contava: **ogni chilo in più** era legato a un rischio di morte **del 19% più alto**.

DA OGGI

- **Pesalo una volta al mese**, sempre alla stessa ora, e annota il numero.
- Fai il **test delle costole**: si devono sentire facilmente sotto un sottile strato, come il dorso della tua mano.
- Se si muove meno di prima, **la razione va rivista**. Non "a occhio": in grammi.

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

"Togli il 20%" non è una regola per tutti. Dopo i **12 anni** molti cani rischiano il contrario: **dimagrire troppo**, perché mangiano meno, per i denti o per altri acciacchi. Quanto dargli si calcola sul **suo** corpo, non con una percentuale. È uno dei lavori che facciamo in consulenza.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Lo peso ogni mese e la sua razione è stata ricalcolata da quando è senior.

2 MENO CALORIE, MA NON MENO PROTEINE

Il paradosso del cane anziano

LA SCOPERTA

Già nel 1966 un esperimento lo aveva mostrato: i cani anziani avevano bisogno di circa il **50% di proteine in più** dei giovani per mantenere le riserve del loro corpo. Una revisione veterinaria del 2008 ha tirato le somme: per un senior sano, almeno **un quarto delle calorie** dovrebbe arrivare dalle proteine.

PERCHÉ CONTA

Le proteine sono i mattoni dei muscoli. Se ne arrivano poche, il corpo **va a prenderle dai muscoli stessi**. È proprio quello che succede in silenzio a tanti cani anziani (lo vediamo nel cambiamento 3).

IL MITO DA SFATARE

"Le proteine affaticano i reni"

Gli studi sui cani anziani **sani** non hanno trovato danni ai reni dovuti alle proteine. E la stessa revisione è chiara: togliere proteine a un senior sano **non solo non serve, può fare danni**, perché accelera la perdita di muscolo. Se invece il tuo cane ha **già una malattia renale**, l'alimentazione si decide con il veterinario.

DA OGGI

- Non passare in automatico a un alimento "light" o povero di proteine **solo perché è invecchiato**.
- Controlla che le proteine vengano da **carni o pesce indicati con il nome** dell'animale (nella nostra guida CIOTOLA ti spieghiamo come leggerlo in etichetta).

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

Meno calorie ma più proteine: non basta "dargli un po' meno dello stesso cibo". Serve un equilibrio diverso, e quello giusto dipende da lui: peso, muscolo, salute, cosa mangia oggi. Trovarlo è il cuore della consulenza.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**

Il suo alimento ha proteine da carni o pesce con il nome, e non le abbiamo ridotte "per l'età".

3 IL MUSCOLO SE NE VA IN SILENZIO

La bilancia non lo vede. Le tue mani sì.

LA SCOPERTA

Nei 48 labrador seguiti per tutta la vita, la combinazione **muscolo in calo e grasso alto** era il segnale che più anticipava il peggioramento della salute, soprattutto nell'anno prima. Nei 39 labrador seguiti dalla mezza età è successo il contrario: i cani che fra gli 8 e i 10 anni avevano **guadagnato muscolo e perso grasso** sono vissuti **più a lungo**.

COSA SIGNIFICA

Un cane può essere **in sovrappeso e perdere muscolo nello stesso momento**. Il peso resta uguale, ma dentro il muscolo lascia il posto al grasso. Le zampe posteriori che si assottigliano sono spesso il primo segnale.

DA OGGI: IL TEST DEL MUSCOLO IN 30 SECONDI

1. Passa la mano lungo la **schiena**: senti un "cuscinetto" di muscolo ai lati della colonna, o le vertebre sporgono?
2. Tocca **scapole** e **ossa del bacino**: sono coperte o le senti a spigolo?
3. Prendi tra le mani le **cosce posteriori**: sono piene come una volta?

Fallo una volta al mese: se qualcosa sporge più di prima, segnalo. E poi **movimento**: il muscolo si mantiene usandolo. Meglio **più uscite brevi** al giorno che una lunga, qualche salita dolce, giochi tranquilli.

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

Peso e muscolo vanno letti **insieme**: è quello che facciamo all'inizio della consulenza. Poi li seguiamo nel tempo con il **protocollo di controllo**, per vedere come risponde il suo corpo.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Faccio il test del muscolo ogni mese e lo porto fuori ogni giorno, anche per poco.

4 ARTICOLAZIONI: IL PESO CONTA PRIMA DI TUTTO

Sei anni di differenza

LA SCOPERTA 1

Torniamo ai 48 labrador. Metà mangiava a volontà, metà il **25% in meno**, sempre lo stesso alimento. I primi segni di artrosi all'anca sono comparsi in media a **6 anni** nei cani che mangiavano a volontà; in quelli tenuti magri, a **12 anni**.

SEI ANNI DI DIFFERENZA, CON LA STESSA CIOTOLA, SOLO ALLEGGERITA.

LA SCOPERTA 2

In uno studio su **38 cani con artrosi**, metà ha mangiato per 90 giorni un alimento arricchito con **omega-3 da olio di pesce**. Con una pedana, i ricercatori hanno misurato quanto peso i cani appoggiavano sulla zampa malata: è migliorato nell'**82%** dei cani con gli omega-3, contro il **38%** dell'altro gruppo.

DA OGGI

- **Peso giusto prima di tutto**: ogni etto in meno è un etto che le sue articolazioni non devono portare.
- **Tappetini antiscivolo** sui pavimenti lisci e una **rampa** per l'auto o il divano.
- **Movimento regolare** tutti i giorni, non "tutto il sabato".

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

Nello studio gli omega-3 non erano un integratore aggiunto a parte: erano **già dentro l'alimento**. È la strada giusta anche per il tuo cane: niente integratori fai-da-te, ma un alimento completo che li contenga già, per esempio con **olio di pesce o di fegato di merluzzo** fra gli ingredienti. Quale scegliere per lui lo vediamo in consulenza. Se zoppica o ha dolore, prima di tutto il veterinario.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
È nel suo peso ideale e in casa ha appoggi sicuri.

5 IL CERVELLO INVECCHIA, E SI NUTRE ANCHE DALLA CIOTOLA

"È l'età" non è una risposta

LA SCOPERTA 1

Il Dog Aging Project, il grande progetto americano sull'invecchiamento del cane, ha valutato **15.019 cani**. La probabilità di declino cognitivo **cresceva del 52% per ogni anno di età**, ed era **6,5 volte più alta** nei cani poco attivi che in quelli molto attivi.

LA SCOPERTA 2

In Australia, il **14,2%** dei cani sopra gli 8 anni aveva segni di declino cognitivo. Ma solo l'**1,9%** aveva una diagnosi. Quasi sempre si pensa: "è l'età".

LA SCOPERTA 3

87 cani con segni di declino cognitivo sono stati divisi in gruppi. Quelli che per 90 giorni hanno mangiato un alimento arricchito con **grassi a catena media, omega-3, antiossidanti e vitamine del gruppo B** sono migliorati in **tutte e 6 le aree osservate**, tra cui orientamento, rapporto con la famiglia e pulizia in casa. E già nel 2005, nei beagle anziani, cibo ricco di antiossidanti e stimoli per la mente **insieme** avevano funzionato meglio di ciascuno da solo.

DA OGGI

- **10 minuti al giorno di giochi di olfatto**: nascondi in casa qualche crocchetta della sua razione e lascialo cercare.
- **Routine prevedibili**: stessi orari per pasti, uscite e riposo.
- Se di notte **vaga, sembra confuso** o non riconosce posti familiari, **parlane col veterinario**: prima si interviene, meglio è.

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

I cani dello studio non prendevano integratori: mangiavano **un alimento completo** che conteneva già quelle sostanze. Aggiungere qualcosa a caso rischia solo di sbilanciare la ciotola. La differenza la fa **la scelta dell'alimento**, ed è quello in cui ti aiutiamo in consulenza.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Ogni giorno fa giochi di olfatto e la sua giornata ha orari regolari.

6 APPETITO, OLFATTO, ACQUA: QUANDO LA CIOTOLA NON LO CHIAMA

Piccoli gesti che fanno la differenza

LA SCOPERTA

Nei cani molto anziani gusto e olfatto possono indebolirsi: il cibo "chiama" meno. La FEDIAF consiglia, per i senior, di dividere la razione in **2-3 pasti a orari fissi**, e nota che **un po' d'acqua tiepida** sulle crocchette può renderle più gradite.

E l'acqua? Uno studio dell'**Università di Perugia** spiega che il corpo di un cane giovane è fatto per il **70-80% di acqua**; in un cane anziano si scende al **50-55%**. E con l'età **la sete si sente meno**: lo stimolo a bere scatta più tardi.

DA OGGI

- Se mangia svogliato, prova un po' d'**acqua tiepida** sulla razione: profumo e consistenza cambiano.
- Usa di più gli **alimenti umidi**: sono fatti in gran parte d'acqua, quindi lo aiutano a bere anche mangiando, e il loro profumo invoglia di più.
- Metti **più ciotole d'acqua fresca** in casa, nei posti dove passa la giornata.
- Guarda la sua **bocca**: un dente che fa male fa mangiare meno, e il cane non si lamenta.

QUANDO CHIAMARE IL VETERINARIO

Se **dimagrisce senza motivo**, se **beve molto di più** di prima o se **smette di mangiare**. Per i cani senior le linee guida veterinarie consigliano comunque un **controllo ogni 6 mesi**.

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

Quanti pasti e a che ora? La FEDIAF dice 2-3, ma forse hai letto (anche nella nostra guida LONGEVO) dello studio sui cani che mangiano una volta al giorno. Non c'è una regola valida per tutti i senior: dipende da taglia, salute e abitudini. Lo decidiamo per il **suo** caso.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Ha acqua fresca in più punti della casa e i pasti a orari fissi.

7 "SENIOR" SUL SACCO NON BASTA

Una parola, nessuna regola

LA SCOPERTA

All'Università Tufts, negli Stati Uniti, hanno analizzato **quasi 40 alimenti "senior"** per cani. Ti aspetteresti ricette simili. Invece:

246-408
calorie per misurino: oltre il 60% di differenza

×2,7
proteine: da 4,8 a 13,1 g ogni 100 calorie

×3
fosforo, fra un prodotto e l'altro

Ricordi la soglia minima di proteine consigliata per un senior sano, circa **7 g ogni 100 calorie**? Alcuni alimenti "senior" **non ci arrivavano**. Nello stesso studio, il **43%** dei proprietari dava al cane un alimento senior, ma solo **uno su tre** l'aveva fatto su consiglio del veterinario.

PERCHÉ SUCCEDE

Perché "senior" **non ha una definizione precisa**. Le linee guida europee fissano i valori nutritivi per i cani adulti, ma **non** quelli di un alimento "senior": ogni produttore lo interpreta a modo suo. Lo riconosce la stessa FEDIAF: sui fabbisogni dei cani anziani **mancano ancora dati sperimentali** sufficienti.

DA OGGI

- **Non scegliere per la parola "senior"**: scegli leggendo l'etichetta.
- Controlla le **proteine**: carni con il nome, in quantità.
- Se cambi alimento, **ricalcola i grammi**: ogni alimento ha le sue dosi.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Abbiamo scelto il suo alimento leggendo l'etichetta, non per la parola "senior".

7 CONTA ANCHE COME È FATTO IL CIBO

Quello che quasi nessuna etichetta dice

LA SCOPERTA

La cottura ad alte temperature crea la "crosticina dorata" del pane e della carne alla griglia: è la **reazione di Maillard**, che produce composti chiamati **AGE**.

- Su **67 alimenti industriali** per cani e gatti, i ricercatori hanno calcolato che un cane, in proporzione al peso, assume uno di questi composti in quantità **122 volte superiore** a una persona adulta.
- In un altro studio, gli stessi cani hanno mangiato a turno **la stessa ricetta** lavorata in modi diversi: cotta delicatamente a **40 °C**, lasciava nel sangue livelli di AGE **più bassi** che come umido sterilizzato a 123 °C.

PERCHÉ CONTA DI PIÙ IN UN CANE ANZIANO

Con gli anni questi composti **si accumulano nei tessuti**: misurati nella pelle di otto specie di mammiferi, cane compreso, crescono con l'età. Gli effetti a lungo termine di quelli che arrivano dal cibo si stanno ancora studiando. Ma se il corpo li accumula già da solo, ha senso **non aggiungerne più del necessario** a tavola.

DA OGGI

Crocchette tradizionali e umido sterilizzato si lavorano a **120-130 °C**; esistono alimenti **pressati o modellati a freddo**, a **35-42 °C**. Quando scegli:

- guarda **come è lavorato** l'alimento, non solo gli ingredienti;
- preferisci prodotti **naturali**, **senza coloranti, conservanti, OGM e additivi chimici**;
- cerca carni da **allevamenti estensivi**, con animali cresciuti all'aperto.

IL DETTAGLIO CHE CAMBIA TUTTO

A un cane anziano l'alimento si cambia **piano**: con l'età cambia anche la sua flora intestinale. Quale scegliere, come passarci e in quanti giorni lo decidiamo in consulenza, con **una persona dedicata** che lo segue nel passaggio. Consigliamo solo aziende **etiche e sostenibili, con prodotti naturali**.

☐ **LO FACCIAMO GIÀ**
Il suo alimento è naturale, senza additivi chimici, e sappiamo come è lavorato.

IL PUNTEGGIO DELLA SUA CIOTOLA

Conta le caselle "Lo facciamo già" che hai spuntato (da 0 a 8).

0–3
SPUNTE

È IL MOMENTO GIUSTO PER COMINCIARE

Non è una colpa: quasi nessuno ci dice che a un cane anziano serve una ciotola diversa. La buona notizia è che ogni cambiamento di questa guida si può iniziare **da oggi**, a qualsiasi età.

4–6
SPUNTE

SEI SULLA STRADA GIUSTA

Lo stai già accompagnando con attenzione. Ora la differenza la fanno i dettagli: **quanti grammi**, quante proteine, quale alimento per articolazioni e cervello. Proprio le cose che cambiano da cane a cane.

7–8
SPUNTE

IL TUO CANE È FORTUNATO

Pochi senior sono seguiti così. Resta una domanda: tutto questo è **calibrato su di lui**, o su un cane anziano "medio"? È l'ultimo pezzo, e il più personale.

QUALUNQUE SIA IL TUO PUNTEGGIO, GIRA PAGINA →



GLI ANNI D'ARGENTO
SI PREPARANO A TAVOLA

Rileggi i riquadri verdi: grammi, proteine, muscolo, l'alimento giusto per articolazioni e cervello, pasti, passaggio graduale. **Nessuna guida può deciderli al posto tuo**, perché dipendono dal **tuo cane**. **Immagina cosa può fare un piano costruito solo per lui.**

LA CONSULENZA GRATUITA

- Analizziamo **cosa mangia oggi** e **come vive**.
- Se vuoi cambiare, ti aiutiamo a scegliere un'alimentazione **naturale, lavorata a bassa temperatura**, adatta alla sua età.
- Calcoliamo **la razione giusta per lui**, in grammi, e quanti pasti e quando.
- Ti guidiamo nel **passaggio graduale**.

E NON TI LASCIAMO SOLO

- **Una persona dedicata**, sempre la stessa, segue individualmente il tuo cane durante tutto il passaggio.
- Un **protocollo di controllo**: verifichiamo come risponde (peso, muscolo, energia, digestione) e aggiustiamo il piano se serve.
- **Tutto gratuito**, anche l'accompagnamento.

Prenota la tua consulenza gratuita →

ilcanelongevo.it/consulenza

Ogni settimana seguiamo un numero limitato di cani, per dedicare a ciascuno il tempo che merita.

Per arrivare pronto: età e peso di oggi (e di un anno fa, se lo sai), una foto del retro del sacco che usi ora, quanti grammi gli dai al giorno e in quanti pasti, premi compresi.

LE DOMANDE CHE CI FATE
PRIMA DELLA CONSULENZA

HA 12 ANNI: HA ANCORA SENSO CAMBIARE QUALCOSA?

Sì. Proprio nei cani molto anziani una razione sbagliata pesa di più, in un senso o nell'altro. Si va piano, e lo seguiamo passo dopo passo.

HA UN PROBLEMA DI SALUTE: POTETE AIUTARMI?

Noi ci occupiamo di alimentazione. Diagnosi e cure restano del tuo veterinario, e le sue indicazioni vengono prima di tutto: costruiamo il piano **rispettandole**.

MANGIA POCO: DEVO PREOCCUPARMI?

Se dimagrisce o smette di mangiare, prima di tutto il veterinario. Se è solo svogliato, spesso si lavora su pasti, consistenza e profumo: ne parliamo in consulenza.

DEVO COMPRARE QUALCOSA?

Nessun obbligo. Se ha senso per il tuo cane, ti consigliamo un'alimentazione adatta: scegliamo solo aziende etiche e sostenibili, con prodotti naturali.

DEVO PER FORZA CAMBIARE ALIMENTO?

No. Prima guardiamo insieme cosa mangia oggi e ti diciamo cosa va bene e cosa no. Se un cambio può fargli bene, ti spieghiamo perché, e decidi tu.

NON PUOI FERMARE IL TEMPO.
PUOI CAMBIARE COSA METTI NELLA CIOTOLA.

ilcanelongevo.it/consulenza

Fonti. Lawler D.F. et al., Br J Nutr 2008 · Smith G.K. et al., JAVMA 2006 · FEDIAF Scientific Advisory Board, Nutrition of senior dogs, 2017 · McMillan K.M. et al., Sci Rep 2024 · Creevy K.E. et al., 2019 AAHA Canine Life Stage Guidelines, JAAHA 2019 · Quimby J. et al., 2023 AAHA Senior Care Guidelines for Dogs and Cats, JAAHA 2023 · Harper E.J., J Nutr 1998 · Penell J.C. et al., Acta Vet Scand 2019 · Wannemacher R.W., McCoy J.R., J Nutr 1966 · Laflamme D.P., Top Companion Anim Med 2008 · WSAVA, Muscle Condition Score · Roush J.K. et al., JAVMA 2010 · Yarborough S. et al., Sci Rep 2022 · Salvin H.E. et al., Vet J 2010 · Pan Y. et al., Front Nutr 2018 · Milgram N.W. et al., Neurobiol Aging 2005 · Guelfi G. et al., Cells 2025 · Hutchinson D. et al., Intern J Appl Res Vet Med 2011 · van Rooijen C. et al., J Agric Food Chem 2014 · Bridglalsingh S. et al., J Anim Physiol Anim Nutr 2024 · Sell D.R. et al., PNAS 1996.
Immagini generate con l'intelligenza artificiale.