

IL CHECK UP NEL CANE ATLETA

È necessario mantenere la salute, programmare alimentazione e allenamento

Il cane che svolge un'attività agonistica, qualunque essa sia, va visto come un vero e proprio atleta. Come tale bisognoso di attenzioni e cure utili a conservare il suo stato di salute e forma.

In realtà il cane che svolge un'attività agonistica non deve essere sottoposto ad un'eccessiva cura per migliorare la sua prestazione o per estremizzarla, ma è necessario seguirlo e curarlo per consentire un utilizzo sportivo piacevole e non dannoso per la sua salute. Visto in questa ottica, ogni intervento terapeutico è finalizzato non all'aumento della performance, ma al mantenimento dello stato di salute messo a dura prova dall'impegno agonistico, che non è poi sempre e solo un divertimento.

All'esordio dell'attività agonistica è necessaria e sufficiente la semplice visita clinica del veterinario per sgombrare il campo dai dubbi più grossolani che possiamo avere in merito all'uso agonistico. Dopo la visita stabiliremo un piano di alimentazione ed allenamento, soprattutto in base alle proprie esperienze ed esigenze. A questo punto è molto importante, a mio avviso, approfondire gli esami clinici per creare una base sulla quale poter valutare, in futuro, lo stato di salute del cane.

È consigliato fare un vero e proprio "check-up" con scadenza annuale. Questo comprende gli esami del sangue, delle urine ed esami strumentali del cuore (facoltativi).

Tra questi non è necessario eseguire una quantità enorme di determinazioni, ma bastano alcuni tra i più importanti, poiché si spera che il nostro atleta sia un cane in perfetta salute. Sono effettivamente consigliati i seguenti elencati.

1-A) Esame emocromocitometrico con formula. E' l'esame fondamentale della clinica medica, riassume un numero d'informazioni enorme. Di fondamentale importanza anche per la pratica sportiva (per es. neutrofilia e linfopenia nel superlavoro). Assioma fondamentale dello sport: "Il sangue trasporta l'ossigeno, più ne porta e più la prestazione psicofisica è migliore". Non occorre dilungarsi oltre su quest'argomento, notissimo a tutti i veterinari. Da questo esame ricaviamo anche il numero di globuli rossi che sono il veicolo dell'ossigeno, il famoso "valore ematocrito" di cui tanto si è parlato in temadi doping.

1-B) Esami ematochimici: indagano sugli enzimi che circolano nel sangue. Alcuni ci danno informazioni sullo stato di salute dell'atleta ed anche sul suo stato di forma (superallenamento per esempio). Tra i tanti possibili quelli necessari sono:

a) ASAT-(GOT), ALAT-(GPT), BILIRUBINA diretta ed indiretta: dopo il cuore, l'organo più importante di un atleta è il fegato. Affermazione che pare un po' eccessiva, ma con una grande verità di base. Molti dei fenomeni biochimici di produzione e trasformazione dell'energia, nonché lo smaltimento dei prodotti tossici della fatica (tra cui il famoso acido lattico e l'ammoniaca), avvengono nel fegato (oltreché nel muscolo). Un fegato a posto significa utilizzazione ottimale delle proprie potenzialità ed un rapido recupero post-gara. La valutazione di questi enzimi ci informa sulle condizioni di salute di cuore e fegato. L'enzima GOTAST è utile anche nella diagnosi di danni al muscolo. La bilirubina è un passaggio del metabolismo dell'emoglobina del sangue.

b) GammaGT: è un enzima che trasporta gli amminoacidi nella cellula dall'interno all'esterno. Un suo aumento è sempre in relazione ad un danno epatico, dopo la guarigione è l'ultimo enzima a rientrare nella norma, la sua determinazione è un parametro assai importante, un punto fisso per poter diagnosticare lesioni pregresse.

c) ALD (aldolasi): è un enzima ad alta specificità muscolare. Ci interessa soprattutto a riposo, momento in cui deve essere molto basso. E' indicativo nei sospetti di stress, di superlavoro o nella mioglobinuria (una patologia da troppo sforzo). E' molto presente nel muscolo e nel cuore, poco nel fegato.

d) Altri enzimi, cosiddetti "muscolari" (CPK, LDH), sono utili ma non indispensabili nel check-up pre-agonistico perché, nel cane in questione, non ci dovrebbe essere una situazione di patologia. Sono inoltre enzimi ubiquitari (presenti dappertutto nell'organismo) poco specifici per indicare lo stato di salute o di forma (è un'importante eccezione l'isoenzima CPKmb per indicare una lesione al cuore). Anche i valori del famoso Acido Lattico (Lattato) non sono utili perché suscettibili di ampie variazioni anche a riposo, sia in cani allenati che non allenati.

e) Glicemia: la sua determinazione è importante non tanto per la diagnosi del classico diabete ma per indagare su un eventuale "Pseudodiabete da stress o da superlavoro". Il metabolismo del glucosio è multifattoriale ed è influenzato da ormoni ed enzimi assai importanti. Questo sistema si può alterare nella pratica agonistica eccessiva o mal gestita. Se lo stress è più forte o non controllabile o duraturo, se queste cause stressanti sono continue o troppo intense, o tutt'e due, subentrano nel cane un vero quadro di malattia. Vengono rilasciati ormoni tra cui i corticosteroidi (cortisolo, cortisone), questi producono effetti complessi che possono esitare in una vera patologia con immunodepressione, iperglicemia, osteoporosi, miopatie, ritardo nella cicatrizzazione. Si crea una sorta di "pseudodiabete", con iperglicemia appunto e

tutto quello che ne consegue.

f) *Azotemia B.U.N.-Creatininemia: esami importantissimi per la funzione renale, non interessano il check-up preagonistico. Nel cane sportivo si può verificare una proteolisi da sforzo con aumento dei valori dell'azoto ematico. La creatininemia è normalmente alta (ma non troppo) nei soggetti nutriti con molte proteine o con aminoacidi essenziali o con masse muscolari molto sviluppate.*

g) *Macro e Microelementi: l'indagine sui macro e microelementi e sugli elettroliti come il Sodio (Na, valore normale=150 mEq) ed il Potassio (K, valore normale=5mEq) è poco utile, ai fini pratici, perchè si verifica una scarsissima variazione nel soggetto ben allenato e nutrito. Ed è, comunque, poco indicativa di particolari condizioni legate all'attività sportiva che non abbiano risvolti patologici.*

2) *Esame delle urine: è un esame pratico e poco costoso, che conviene sempre effettuare. Il campione ideale deve essere prelevato con il cane a digiuno da almeno 8 ore ed a riposo da almeno 24.*

Nell'urina si possono reperire proteine da stress, da superlavoro, da eccessiva alimentazione proteica. Anche l'eccesso dell'albumina non deriva da una nefropatia diabetica, ma da quella situazione di pseudodiabete da stress di cui sopra abbiamo accennato. Stesso discorso vale per il glucosio e per i chetoni.

3) *E.C.G.(elettrocardiogramma): la pompa cardiaca è l'organo principale dell'attività sportiva.*

E' importante, all'inizio della carriera agonistica, eseguire un elettrocardiogramma a riposo per evidenziare disturbi della conduzione, del ritmo o altre situazioni al limite della patologia che, in attività sportiva, possono determinare un calo della prestazione o situazioni di pericolo.

Uso del cardiofrequenzimetro

La possibilità di controllare la frequenza cardiaca a riposo ed in movimento ci consente di valutare lo stato di forma del cane. Inoltre alcuni soggetti mostrano a riposo un'ampia variabilità della frequenza cardiaca, che alcuni autori indicano come predittiva di lesioni cardiache.

Sfruttando gli studi e l'esperienza della medicina sportiva umana, è stato possibile sviluppare, attraverso alcuni anni di esperienze empiriche, un metodo di valutazione dello stato di forma del cane, del suo livello di allenamento, della sua situazione fisiologica di adattamento o meno alla pratica sportiva. In pratica è possibile ottenere un preciso riferimento sul quale lavorare ed osservare miglioramenti o peggioramenti della prestazione. Un metodo sviluppato, ad esempio, consiste nella rilevazione della frequenza cardiaca e nella sua correlazione alla velocità di corsa relativa. Attraverso un software adeguato possiamo correlare questi due valori ed utilizzarli come "indice della performance" o "indice dell'allenamento" che dir si voglia. Anche nel cane, così come nel cavallo e nell'uomo, la frequenza cardiaca fornisce un preciso segnale di allenamento: scadente, adeguato, eccessivo. Naturalmente le razze canine sono tra loro assai differenti ed infatti non possiamo, per ora, confrontare un pastore tedesco con un levriero, ma soltanto con un cane di identica razza.

Come si vede, le possibilità che l'odierna Medicina Veterinaria indirizzata allo sport ci offre sono tante ed articolate. Sta a noi saperle utilizzare al meglio.

ARTICOLO PRESO

DA I NOSTRI CANI OTTOBRE 2006