

Avoir un animal c'est bon pour la santé, bon pour le moral et bon pour la vie sociale !

Les animaux jouent un rôle primordial au quotidien auprès de l'être humain. Pour le démontrer, **Wamiz a enquêté et analysé pour vous les résultats d'études scientifiques et vous résume tous les bienfaits des animaux de compagnie au travers d'une infographie.**

Depuis notre naissance jusqu'à nos vieux jours, nos petits compagnons ont beaucoup à nous apporter tant en termes de santé physique ou psychique que d'un point de vue social. Les chiens et les chats sont nos véritables alliés !



Les animaux de compagnie, de vrais alliés pour la santé de toute la famille

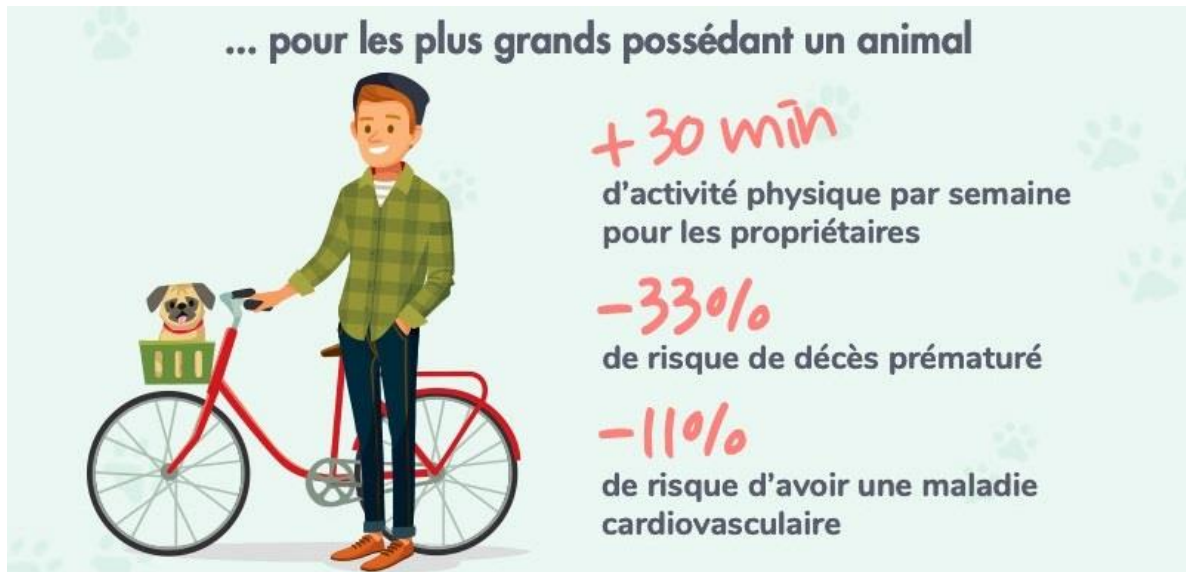
Ils renforcent la santé des tout-petits

La présence d'un animal à la maison est bénéfique pour toute la famille. Chez l'enfant, il joue plusieurs rôles. On le sait, ils aident à responsabiliser et sont également un bon ami qui leur donne confiance en eux.

Les études scientifiques suggèrent également que grandir en compagnie d'un chien ou d'un chat est très bénéfique pour la santé des tout-petits. Ainsi, les bébés qui sont en contact quotidien avec un chien ou un chat ont 33% moins de risques de développer des allergies, 30% moins de risques de souffrir d'infections respiratoires et 15% moins de risques de souffrir d'asthme.

Une étude suédoise a en effet révélé que la compagnie d'un chien au cours de la première année de vie renforce le système immunitaire, prévient ainsi les allergies et diminue les risques de développer de l'asthme en grandissant.

Évidemment, si l'enfant souffre déjà d'allergies, l'adoption d'un animal n'y changera rien et n'est pas une solution.



Ils protègent votre cœur

Posséder un chien, c'est mettre toutes les chances de son côté en réduisant les risques de décès prématuré de 33% et ceux d'avoir une maladie cardiovasculaire de 11%.

Avoir un animal - et surtout un chien - nous rend plus actif, et de ce fait, impacte largement et positivement notre santé physique. Les propriétaires font plus d'exercice physique, ils promènent leur chien, jouent avec lui et certains pratiquent même le cani-cross (15 000 adeptes en France).

L'acquisition d'un chien conduit à une augmentation de l'activité physique : 30 minutes de plus par semaine que les non propriétaires.

C'est le constat d'une étude américaine de l'American Heart Association qui a exploré la relation entre le fait d'avoir un animal et les MCV. Les Français sont eux aussi concernés puisque les maladies cardiovasculaires sont la première cause de mortalité dans le monde, la deuxième en France (première pour les femmes) juste après les cancers.

L'étude a ainsi révélé de nombreux effets bénéfiques, notamment une activité physique accrue, une pression artérielle plus basse, une amélioration du tonus et une diminution du stress. En conséquence, de multiples avantages cardiovasculaires.



Ils préservent les plus âgés

La compagnie d'un chien aiderait même les personnes de plus de 65 ans à rajeunir de 10 ans ! Selon une étude anglaise, avoir un animal de compagnie induit un niveau d'activité physique plus élevé, car les personnes âgées doivent promener leur chien régulièrement, s'en occuper, leur lancer la balle... Et ainsi solliciter tout leur corps et faire des efforts sans s'en rendre compte au quotidien.

Leur forme serait alors équivalente à celle d'une personne de 10 ans plus jeune (moins de maladies cardiaques, de problèmes osseux et musculaires). Les propriétaires de plus de 65 ans ont démontré qu'ils étaient 12% plus actifs que les non-propriétaires de chiens. Posséder un animal serait donc un bon remède pour prévenir les maladies.



Le compagnon idéal de toutes les rencontres / Le créateur de lien social

Avoir un chien mais également un chat, dans une moindre mesure, favorise et crée du lien social !

80% des propriétaires rencontrent des gens de leur quartier grâce à leur animal. Les propriétaires d'animaux de compagnie sont plus susceptibles de connaître les habitants de leur quartier. Et de façon assez logique, promener son chien permet de rencontrer facilement des personnes du voisinage et d'autres propriétaires.

Au cours des promenades, ce sont pas moins de 37% des propriétaires qui ont ainsi déjà fait une rencontre amoureuse grâce à leur chien ! Mais les propriétaires de chats ont aussi, pour 20% d'entre eux, fait une rencontre amoureuse grâce à leur chat. Dans une moindre mesure, le chat facilite également les rencontres et il n'est pas rare, par exemple, qu'un voisin s'occupe de le nourrir pendant les vacances de ses propriétaires.



Posséder un animal de compagnie fait du bien au moral

68% des personnes âgées se sentent mieux mentalement et physiquement grâce à leur animal de compagnie.

La présence de l'animal comme médiateur social en maison de retraite est d'ailleurs de plus en plus fréquente. La zoothérapie, de plus en plus développée en France, aide considérablement à réduire les troubles mentaux, physiques ou sociaux en réduisant le stress et en apportant de l'affection aux personnes qui se sentent seules.

Lorsqu'ils caressent leur animal, les humains produisent de l'ocytocine, ce qui leur permet d'être plus détendus et donc d'avoir une sensation de bien-être.

Selon une récente étude française, 40% des propriétaires interrogés disent avoir pris un animal car se sentent ainsi moins stressés.

Leur effet sur notre santé mentale est évident : ils nous portent de l'affection, sont capables de sentir lorsque nous allons mal et nous apportent du réconfort. Toujours de bonne humeur, ils accueillent leur maître chaleureusement après une dure journée de labeur.

Caresser un animal à poils procure à tous les amis des animaux un sentiment de bien-être qui les calme et les apaise.

C'est bénéfique pour la santé mais c'est aussi bénéfique pour le bien-être intérieur !

Avec toute l'affection et les bienfaits qu'ils nous apportent, pas étonnant alors que 62% des propriétaires déclarent avoir pris un animal parce que ça les rend plus heureux.

L'animal de compagnie est d'un soutien psychologique indéniable ! Il aide également les personnes en difficulté à ne pas se replier sur soi. Avoir un animal, c'est être en charge d'un être, il faut s'en occuper, le sortir et lui apporter de l'affection. Il responsabilise les propriétaires, les valorise et donne même un sens à leur quotidien, ce qui permet de lutter contre la solitude et la dépression chez certaines personnes.

Pour conclure, Isabelle Vixege, vétérinaire et rédactrice pour Wamiz :

“En tant que vétérinaire, je constate tous les jours à ma clinique l'attachement des propriétaires à leurs animaux de compagnie. Et c'est réciproque ! Comment douter que cet amour inconditionnel ne nous fasse pas du bien ? Dans notre monde hyper-compétitif, en mouvement perpétuel, le place du chien et du chat demeure immuable dans les foyers : celle du compagnon indéfectible. Quoi de plus agréable qu'un chien qui accourt pour vous accueillir ? Qu'un chat qui se frotte avec délectation contre vos jambes ? Saviez-vous que le ronronnement du chat était un puissant anti-stress ? En ronronnant, notre félin préféré émet des vibrations apaisantes qui sont également capables de faire baisser la tension artérielle et de booster les défenses immunitaires.

Pas de doute, les animaux de compagnie devraient être remboursés par la sécu !”

À PROPOS DE WAMIZ

Créé en Octobre 2009 par Adrien Magdelaine et Adrien Ducousset, Wamiz est le groupe media N°1 européen sur les animaux de compagnie avec plus de 19 millions de visites par mois. Wamiz.com, site de conseils et d'informations sur les animaux de compagnie, accompagne avec expertise les amoureux des animaux et propose également des services comme Conso Animo, Wamiz box, Vetclit et Adopte-Moi.

Le site est désormais disponible en [Italien](#), [espagnol](#), [allemand](#), [anglais](#) et [polonais](#).
www.wamiz.com

CONTACTS PRESSE

Alizee Dubaele : 06 51 89 47 18 - presse@be-rp.fr

Heloise Guillet : 07 62 58 36 06 - presse@be-rp.fr