



Cainele este cel mai bun remediu pentru stres

Petrecerea timpului liber in compania cainelui este cel mai bun remediu pentru stres, conform rezultatelor unui studiu recent. Cel mai bun prieten al omului este mai eficient in combaterea starii de supraincordare a organismului decat privitul la televizor sau consumul unui pahar cu vin.

Plimbarile in aer liber alaturi de patruped ii ajuta pe membrii unei familii sa se apropie mai mult unii de ceilalți, fata de o cina sau o vacanta petrecuta impreuna. In cadrul sondajului condus de Mindlab International, 55 la sută dintre respondenți au declarat ca se simt mult mai relaxați după ce stau o vreme cu animalele lor de companie, în timp ce 44 la sută au spus că necuvantatoarele ii ajuta să uite de problemele de la locul de munca și de cele financiare. De asemenea, 25 la sută dintre participanți au marturisit despre caini că sunt cei mai buni prieteni ai lor, iar 17 la sută dintre femei au afirmat că-si destințiuie cele mai profunde ganduri doar tovarasilor fara grai.

‘Interacțiunea cu un caine este o modalitate profundă și eficientă de reducere a stresului. Ea intensifică sentimentele de mulțumire, sufleteasca și relaxare’, a precizat dr David Lewis, psiholog în cadrul Mindlab. Cercetarea a fost realizată pe un esantion de 1.000 de proprietari de caini din Marea Britanie.

Cuvinte cheie: [international](#) [marea britanie](#) [petrecere](#) [moda](#)