

Animal de compañía y beneficios para la salud

Susana Pumarega, DVM

Clínica Veterinaria Draco y CEVETS

”

LA ASOCIACIÓN DEL SER HUMANO Y LOS ANIMALES SE REMONTA A LA PREHISTORIA Y ESTA AFIRMACIÓN QUEDA CONFIRMADA EN LAS PINTURAS RUPESTRES (ANIMALES Y HOMBRES CAZANDO JUNTOS), MILES DE GATOS MOMIFICADOS HALLADOS EN LAS PIRÁMIDES EGIPCIAS, LA PRESENCIA DEL PERRO CON EL CABALLERO MEDIEVAL SOBRE SU NOBLE MONTURA, ETC.

Sin embargo, ¿qué lugar ocupan nuestros animales domésticos en la época actual?

Niños autistas, ancianos con la enfermedad de Alzheimer, personas con discapacidad, personas que padecen cardiopatías, depresión, soledad, stress, marginamiento social, personas con penas de cárcel y un largo etc. tienen en los animales de compañía un poderoso aliado.

Se ha venido demostrando en esta última década a través de estudios numerosos y experiencias, que nuestros animales son fuente de salud y energía, aunque todavía exista gran escepticismo al respecto y se tome a broma lo de recetar un perro, gato o pajarito.

Si ahora mismo pudiéramos mirar hacia un paisaje verde, soleado, limpio y con un arroyuelo que lo cruzara, experimentaríamos 5 fuentes o mecanismos que funcionan para cautivar, agradar y relajar:

1. Reducción de la excitación psicológica por desviar la atención hacia fuera (no hay que pensar, ni escuchar, ni fijar nuestra atención en lo que nos están diciendo)
2. Fascinación por lo persistente y la novedad (observamos algo que se renueva constantemente pero con un fondo fijo, no fugaz)
3. Ausencia de la inhibición de “mirar”. Desde pequeños nos en-

señan a no mirar fijamente a las personas mayores, extraños, discapacitados o simplemente personas que por sus movimientos nos llaman la atención. A los animales los podemos mirar fijamente sin miedo a lo social.

4. Seguridad. Los animales evidencian la presencia de predadores cambiando de actitud (inquietud, huida, dispersión de la manada, etc.) pero siempre es igual, no existen cambios ni sorpresas
5. Sustitución de palabras de negación por imágenes libres. -El diálogo interno con palabras ha sustituido a las imágenes y todos tendemos a pensar con nuestras palabras y las de los demás. Esto conlleva a estados de depresión, disminución de la autoestima, cólera, ansiedad y en definitiva a un diálogo interno de negación contra el YO. Después de un paseo por una arboleda o después de contemplar un jardín lleno de flores o un montón de pájaros, el ser humano se encuentra más relajado ya que su pensamiento ha sido ocupado por otro proceso.

Existen evidencias abrumadoras que demuestran que los animales consi-



guen hacemos más sanos, sociales y felices.

En 1990 se realizó el primer informe epidemiológico en EEUU tras un año de seguimiento en pacientes hospitalizados por infarto de miocardio o angina de pecho grave. Se observó que la presencia de un animal de compañía en la casa aumentaba considerablemente la probabilidad de supervivencia independientemente si el enfermo bajaba o no al perro a la calle, lo que se podría asociar a la realización de un ejercicio físico carente en las personas que no tuvieran perro. Así mismo las personas con disfunciones cardíacas y animal de compañía, realizaron menor número de visitas médicas que las que no poseían un animal.

La presencia de un animal de compañía disminuye la presión arterial, y el diálogo que establecemos con ellos tocándolos, acariciándolos, se asocia a esta disminución. Por el contrario, el diálogo con otra persona suele tener por resultado un incremento de la presión arterial e incluso un incremento de la presión psicológica.

Este estudio reveló que la posibilidad de supervivencia de los enfermos cardíacos un año después de ser dados de alta era del 97 % en los que poseían animales de compañía frente al 72 % que carecían de ellos.

En los años 50, Boris Levinson observó grandes avances en la tera-

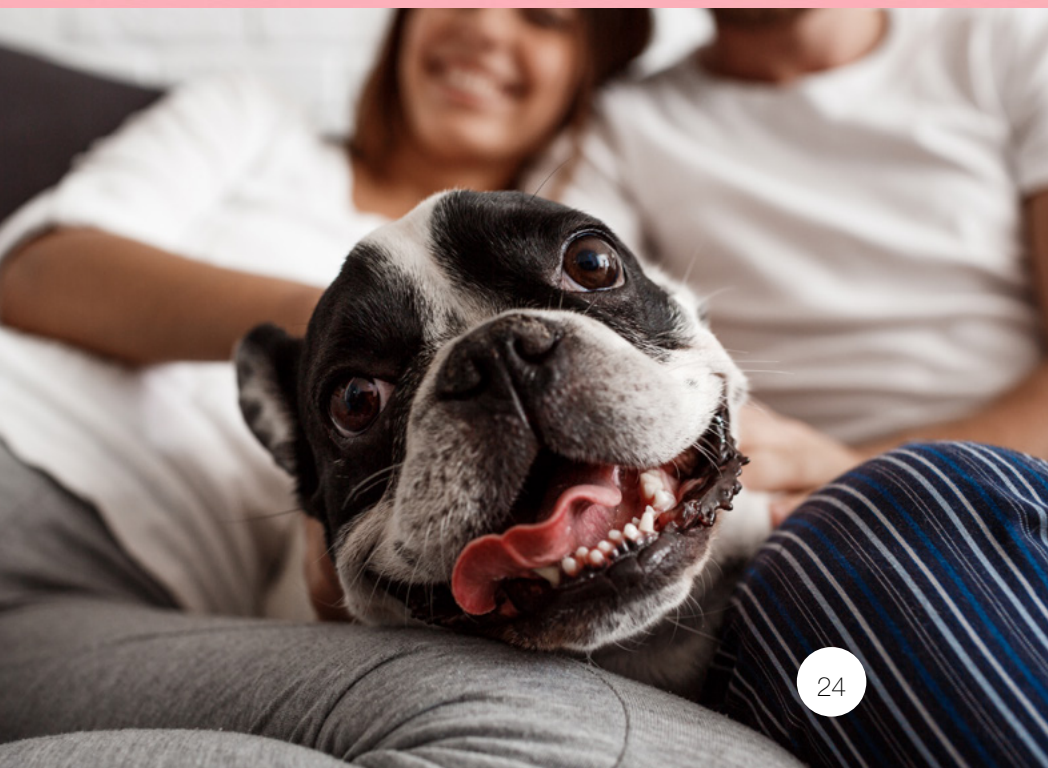
pia de niños autistas con animales de compañía, ya que reforzaban su contacto con la realidad. Este científico explicaba que estos niños ven en los animales seres que les aceptan y dependen de ellos, se sienten seguros y son capaces de expresar sentimientos que hasta entonces no habían sabido compartir con sus terapeutas humanos; de hecho la terapia con animales ha conseguido hacer hablar a niños autistas.

Desde 1989, la Fundación Aquathought en Florida, investiga los cambios psico, neuro o inmunológicos que acontecen en una persona cuando se relaciona con un delfín. Está demostrado que la inteligencia del delfín es superior a la del chimpancé y sus índices cefálicos son similares a los del ser humano. Se cree que estos animales tienen una sensibilidad especial para detectar áreas de discapacidad o de trauma

físico en el ser humano. Su asombrosa capacidad de eco localización y su carácter compasivo, les permite radiografiar a los humanos y actuar de manera diferente según las emociones que perciben.

Se han hecho electroencefalogramas y se han detectado cambios cerebrales mientras se está en el agua con los delfines, pero se desconocen los procesos neurológicos que entran en juego. Al parecer, las ondas sonoras que emiten provocan un refuerzo en el sistema inmunitario de las personas y afectan a neurotransmisores y sistema hormonal.

Los delfines se están utilizando para ayudar a niños que padecen autismo, síndrome de Down y parálisis cerebral. Hace 20 años tan solo existía en España la delfinoterapia en Tenerife y las listas de espera eran interminables. Actualmente existen



centros en Cataluña (Costa Dorada), en el Oceanogràfic de Valencia, en Benalmádena (Málaga).

También es evidente que la compañía de un animal puede ser especialmente beneficiosa en el caso de las personas mayores.

Está demostrado que las personas mayores que poseen animales, experimentan menos estrés y visitan al médico con menor frecuencia.

La mayoría reconocen que las mascotas les proporcionan compañía, seguridad y la oportunidad de estar ocupados, relajados o incluso de jugar.

Los animales les permiten experimentar una relación de afecto y unión.

En un reciente congreso organizado por la Fundación Purina, la profesora Mara M. Baun, de la Universidad de Nebraska, aseguró, después de estudiar el efecto de la intervención de animales en pacientes afectados por la enfermedad de Alzheimer, que los resultados de esta experiencia son muy positivos, ya que favorecen la socialización de los enfermos y reducen el "síndrome del atardecer".

Aunque especialmente indicado en niños y ancianos, la compañía de animales produce efectos beneficiosos prácticamente en todas las escalas sociales, como sucede con presidiarios que intervienen en programas de inserción. La presencia de perros y gatos en centros penitenciarios, proporciona un soporte afectivo que genera una mejora sustancial de las relaciones humanas de

los internos, no solo con sus propios compañeros sino también con el personal que allí trabaja.

Desde 1875 se conocen los beneficios terapéuticos de la equitación para disminuidos físicos como parapléjicos, ya que los movimientos del caballo mejoran la posición, el equilibrio y el control muscular y articular de los pacientes. Así mismo, al tratarse de un ejercicio de riesgo, incrementa la autoconfianza, el coraje y la motivación.

Según el psiquiatra Micheal McCulloch, el caballo permite a los niños confinados en sillas de ruedas sen-

tarse más arriba que sus semejantes, mirar al mundo desde arriba y poder controlar la dirección de sus movimientos sin depender de un semejante que les traslade. Actualmente existen programas y centros de terapia equina entre ellos cabe citar el Centro Ecuestre de Villanueva de la Cañada.

Cuidar animales permite demostrar afecto y sensibilidad.

Ellos siempre serán testigos mudos de nuestras vidas y compañeros incondicionales a lo largo de los siglos.

Ellos quizá siempre den todo a cambio de una simple caricia.

