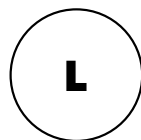




MI TERAPEUTA LADRA

Convenientemente entrenados y dirigidos por un experto, algunos animales **pueden contribuir a tratar problemas psicológicos**. Los sanitarios recurren cada vez más a ayudantes de cuatro patas.



Los terapeutas de un creciente número de hospitales, residencias de ancianos y centros para alumnos con necesidades especiales se llaman Laica, Tobi o Sam. Y ladran. Incluso relinchan. La prueba de que la terapia animal funciona se remonta a los años sesenta, cuando el psiquiatra Boris M. Levinson confirmó los efectos positivos que producían los animales en niños con alteraciones psíquicas y físicas. Una eficacia que confirma la psicopedagoga Ana Villalobos, de la Asociación Española de Terapias Asistidas con Animales y Naturaleza (Aetana): “Pueden hacer sonreír a quienes no lo hacen y el paciente responde mejor porque el animal nunca le juzga”. Estos tratamientos, presentes en Estados Unidos desde hace 40 años y en España desde hace 25, resultan beneficiosos para abordar problemas de muy distinta índole. En concreto, pueden ayudar a ancianos con **falta de comunicación**; personas con **trastornos del espectro autista**, **síndrome de Down** o **patologías mentales** (depresión, esquizofrenia, bipolaridad); individuos en **riesgo de exclusión social**, como víctimas de violencia de género, sin hogar y adolescentes tutelados; o pacientes con **adicciones** (alcohol, drogas). Además, según un estudio realizado por el Hospital de Torrejón (Madrid), la terapia asistida con animales, especialmente con perros, puede lograr que las personas con **depresión leve o moderada**, **trastorno por déficit de atención e hiperactividad** (TDAH) o discapacidad psíquica leve, reduzcan las dosis necesarias de medicamentos.

1

TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES (TAA)



¿En qué consiste?

La terapia asistida con animales (TAA) es un complemento (y no una alternativa) para el trabajo de médicos y terapeutas de cualquier ámbito. Los animales motivan a los enfermos o participantes y ayudan al psicólogo o terapeuta humano a hacer mejor su trabajo. Se trata de una intervención orientada a un objetivo concreto; un proceso analítico, documentado y evaluado.

¿Cómo funciona? Un experto coordina sesiones de ejercicios en las que intervienen animales de asistencia, entrenados para interactuar con el paciente. Se diseñan a medida y el objetivo depende del destinatario.

¿Para qué sirve?

Las TAA favorecen la autoestima, ya que los usuarios no se sienten prejuzgados por un animal y ven que son capaces de ocuparse de un ser vivo o de aprender a adiestrarlo, lo que fortalece su autoimagen y resulta beneficioso para, por ejemplo, personas que han sufrido abusos. También mejoran la comunicación en pacientes con trastorno mental que tienden a encerrarse en sí mismos. Trabajar en equipo con un perro para enseñarle a que se siente o a que haga alguna pirueta, favorece el diálogo, la empatía y

la apertura, además de propiciar la expresión de emociones y sentimientos que resultan difíciles de exteriorizar con humanos. Además, contribuyen a tolerar la frustración y a reducir la agresividad. Alguien que debe esperar su turno para interactuar puede aprender a controlar su ansiedad o apreciar que la paciencia tiene recompensas.

¿Qué tipos de tratamientos existen? Los animales participan en dos grandes tipos de terapias: sociales o sanitarias. Las primeras se utilizan normalmente en residencias de mayores para romper la rutina en las actividades cognitivas que realizan a diario, mientras que las segundas abordan casos de depresión, conductas disruptivas o de falta de comunicación, autismo, discapacidad intelectual, esquizofrenia, parálisis cerebral o situaciones psicosociales y educativas.

¿Cuánto dura una sesión? Los ejercicios suelen prolongarse durante 50 o 55 minutos, y se repiten una o dos veces por semana. El número de sesiones, como en psicoterapia, es flexible.

¿Quién puede dirigirla? Las actividades deben estar monitorizadas por profesionales sanitarios o del ámbito de la psicología. Además, el equipo trabaja junto con logopedas, edu-

cadore y el técnico de TAA, experto en comportamiento animal. Los ejercicios se transmiten a la familia del usuario para que siga trabajando los aspectos aprendidos.

¿Cómo sé que son buenos profesionales? Las terapias están diseñadas por médicos, psicólogos o pedagogos capacitados en el área específica que precise el paciente. A la hora de escoger, conviene fijarse en la experiencia del equipo y en los proyectos en los que ha trabajado. También hay que comprobar si tiene un seguro de responsabilidad civil y la documentación de sus animales en regla. La empresa o asociación que trabaja con los perros debe de estar además dada de alta y estar en posición de poder acreditar su experiencia y formación específica.

¿Cómo encontrarla? Lo mejor es hablar con un psicólogo o psiquiatra y solicitarle referencias. Hasta la fecha, todo el sector en España es privado.

¿Dónde se desarrolla? Algunas veces las terapias son colectivas, en residencias de personas mayores, hospitales, asociaciones, centros especiales o colegios. También se pueden recibir de forma individual a domicilio, como en el caso de ancianos solos o niños con necesidades especiales.

Favorecen la autoestima o la tolerancia a la frustración.

Dónde formarse

En España no hay una normativa que regule el sector de las terapias asistidas con animales, por lo que cada institución puede enseñar de la manera que considere más apropiada. Hasta la fecha, el **Máster Universitario en Intervención Asistida con Animales** (Universidad Nacional de Andalucía) es el único de carácter oficial, pero existen otras formaciones, como el **Máster en Intervención Asistida con Animales** (Universidad de Valencia), **Máster en Terapia Asistida con Animales** (Instituto Superior de Estudios Psicológicos), **Experto en Intervención Asistida con Perros** (UDIMA), **Terapia Asistida con Animales** (Complutense) o **Técnico y/o Experto en Intervenciones Asistidas con Animales** (Fundación Bocalán).

Direcciones de interés

- **Centro de Terapia Asistida con perros.** www.ctac.cat
- **Asociación Española de Terapias Asistidas con Animales y Naturaleza (Aetana).** facebook.com/asociacion.aetana
- **Fundación Bocalán.** www.bocalan.eu
- **Asociación Hydra.** www.asociacion-hydra.org
- **Asociación Yaracan.** www.yaracan.com
- **Asociación Equican.** www.asociacionequican.org
- **Cátedra Fundación Affinity.** www.fundacion-affinity.org
- **International Association of Human-Animal Interaction Organizations.** www.iahaio.org
- **Assistance Dogs Internacional.** www.assistedogsinternational.org

2 ESPECIES CON POTENCIAL

• **Perros y caballos.** Los animales terapeutas son fundamentalmente perros y caballos, que deben estar muy bien entrenados y ser predecibles. Sin embargo, no todos sirven para desempeñar esta labor. Los mejores ayudantes caninos son los que aprenden más rápido y se concentran mejor. Más que la raza, lo que cuenta es la personalidad del animal. En este sentido, la asociación Hydra, por ejemplo, hace terapias con mascotas rescatadas que han sido abandonadas. Así, además de hacer una labor social, ayuda a los animales sin hogar.

• **Gatos.** Los gatos nos hacen más felices y contribuyen a disminuir la tensión arterial en adultos mayores, según demostró un estudio de la Universidad de Maryland (EE. UU.) y Waltham Centre for Pet Nutrition. Pese a ello, no estamos ante unos buenos terapeutas profesionales, ya que son animales muy territoriales, que llevan fatal los cambios. Por este motivo, trasladarlos de un sitio a otro para estar con los pacientes, como se hace con los perros, les estresa y sienta mal. Aun así, estos animales participan en programas educativos de lectura con niños. En este caso son los pequeños quienes acuden al centro de adopción felino, donde se realiza la actividad. Los escolares se sienten motivados a leer y los gatos tienen compañía y aprenden a disfrutar de la gente. Un beneficio mutuo.

• **Aves y conejos.** Algunas terapias admiten también animales más curiosos, como las aves, conejos y cobayas. Sin embargo, hay que entrenarlos muy bien y desde muy pequeños, porque se estresan con facilidad.

• **Delfines y leones marinos.** Aunque a veces se utilizan, los expertos en ética animal cuestionan su participación en estas terapias, ya que son animales salvajes que no deberían estar en cautividad ni someterse a ejercicios.

¿Cómo se escoge al psicólogo peludo? Lo habitual es entrevistar al paciente o afectado, así como a su familia, para determinar el método y animal más adecuados. Tampoco conviene olvidar que el animal debe disfrutar durante las sesiones.



3 LOS PERROS, ALIADOS DE LOS NIÑOS

Los perros son asistentes en terapias con niños que padecen alguna alteración intelectual en mayor o menor grado, como los trastornos del espectro **autista**; **discapacidades físicas** como **la ceguera o la sordera**, e incluso con **dificultades de comunicación**. Los animales consiguen que los pequeños se sientan tranquilos y seguros. Para ellos, resulta muy estimulante saber que el perro no les juzga aunque se equivoquen ni se ríe de ellos. Eso hace que los niños se relajen y, por ejemplo, empiecen a leer o hablar de forma más fluida.

Perros y Letras-RE.A.D. España es la única entidad autorizada para desarrollar el programa de lecturas infantiles asistidas por perros en nuestro país, y está avalada por Intermountain Therapy Animals. Sus terapias las realizan, sobre todo, en **centros escolares y bibliotecas**. Acariciar al perro, cepillarle o jugar con él son algunas de las actividades que se plantean. La interacción con estos animales **favorece la atención de los niños y les permite expresar sus emociones, además de mejorar su autoestima.**

Por otro lado, existe un mensaje importante que se enseña a los niños y niñas mediante las terapias: el animal no es un juguete. Los pequeños también aprenden a **crear un vínculo** e incluso una relación de amistad con el perro, una enseñanza que les acompañará en la vida diaria.



4 DE PASEO HASTA EL HOSPITAL

En Bélgica, el 80% de los hospitales públicos cuenta con programas de terapia asistida con animales, pero en España, y pese al creciente interés que este tema suscita, se trata todavía de una tendencia incipiente. El hospital **San Juan de Dios (Santurtzi, Bizkaia)**, **Puerta del Mar (Cádiz)**, el **hospital de Torrejón (Madrid)** o **Sant Joan de Déu (Barcelona)** son algunos de los centros sanitarios que ofrecen hoy en día esta posibilidad. En el último de ellos, Sant Joan de Déu, existen programas con perros dirigidos a menores hospitalizados. Allí, los médicos han estudiado los beneficios que aportan los canes en los jóvenes pacientes. Su informe concluye que la presencia de estos animales ayuda a “tranquilizar y distraer a los niños en los momentos críticos”. Por ejemplo, cuando hay que colocar una vía.

La experta

Alba Dorda

“Los perros deben ser pacíficos, muy sociables y recibir un entrenamiento específico”



¿Qué hay que hacer para participar como voluntario en un programa de terapia asistida con animales?

Cualquier persona interesada puede contactar con una asociación que trabaje estos programas. Le realizarán una entrevista para ver en qué área concreta del programa puede aportar más. Si desea participar en las intervenciones necesitará una mínima formación en el área sanitaria y/o en terapias asistidas con animales, pero también hay otras formas de ayudar. Entre ellas, crear materiales formativos. Todas las asociaciones suelen tener un email de contacto para este fin. El nuestro es intervenciones@bocalan.eu.

¿Cualquier persona puede participar con su perro en una terapia asistida con animales?

No, esto no es aconsejable. La terapia asistida con animales precisa años de estudios y de experiencia. Y, además, no cualquier perro sirve. No obstante, algunos de los voluntarios con

formación y experiencia, y cuyos perros han sido entrenados y son sociables, sí participan en nuestras intervenciones.

Entonces, ¿qué requisitos tendría que cumplir el dueño del perro para participar?

Resulta esencial tener formación socio-sanitaria específica en intervenciones asistidas con animales. Además, los profesionales evaluarán cómo el voluntario se desenvuelve en las sesiones. Eso sí, no recomendamos en absoluto que cualquier asociación acuda con sus mascotas de forma voluntaria a los hospitales, a no ser que sus miembros tengan amplia formación y experiencia; que los perros sean muy sociables, no muestren ninguna conducta agresiva y estén apropiadamente entrenados.

¿Cuáles serían sus labores durante la terapia? Participar en el diseño de las sesiones y en su desarrollo. También encargarse del entrenamiento del perro, que participará activamente en ellas.

¿Qué pasos debe seguir una familia que desee aplicar una TAA con un familiar? Hay que contactar con la asociación o fundación y explicar el caso concreto. De este modo, el equipo podrá evaluar cuáles son las necesidades y diseñará la intervención más adecuada.

¿Cuándo aconseja recurrir a la terapia asistida con animales?

En el caso de los perros, estos programas son recomendables cuando el usuario muestra un gran interés por ellos.

¿Y cuándo no? Se desaconsejan en caso de miedos y alergias.

*Psicóloga en terapias asistidas con animales de la Fundación Bocalán.