

## PERROS DE TERAPIA Y ESTRÉS.

**Miguel Ángel Signes Llopis.**

Sabemos que el *Canis Familiaris* dentro de la Terapia es una “herramienta” al servicio del Terapeuta o Educador que es utilizada para alcanzar los objetivos de forma más rápida. Pero es importante recalcar que al animal “como herramienta”, no debe ser tratado como una máquina o robot ya que es un ser vivo y resulta imprescindible, para poder sacar el máximo rendimiento posible en las sesiones de Terapia/Educación Asistida con Animales, el velar por su bienestar y proporcionarle en todo lo posible la ausencia de estrés.

### **Estrés.**

El estrés es un indicador fisiológico de bienestar animal y Álvarez (2007) lo define: *“como la respuesta de un organismo a una demanda que le obliga a cambiar o adaptarse. La manera en la que un animal responda a estas demandas determinará su conducta. Cualquier estímulo recibido causa estrés y éste es el determinante que hace que un organismo se adapte”*.

El estrés dificulta el aprendizaje ya que produce una falta de atención y concentración en los animales que lo padecen. Un perro estresado en una sesión podría fallar a la hora de realizar los ejercicios que se le piden, dificultando el buen desarrollo de la sesión.

### **Signos de Estrés.**

Los perros cuando están estresados suelen mostrar unos signos específicos o realizar determinados comportamientos. Entre otros, tenemos:

- Bostezar: El bostezo no debe presentarse en un contexto en el que el animal esté muy relajado o veamos que vaya a dormirse. En cualquier otra situación es estrés, sobre todo si no para de bostezar metiendo la barbilla en el pecho. También el bostezo es una señal de calma (ver más adelante).
- Lamerse los belfos: Este lamido es rápido y puede ir de un lado a otro de la boca u hacia arriba.
- Sobreactividad: Los animales cuando están estresados tienen un aumento en la actividad locomotora. O’Heare (2.006) dice: *“Es la muestra de activación de estrés por excelencia. Los perros no pueden mantenerse mucho tiempo en este estado antes de que el sistema se quede sin recursos y pase a un estrés por desactivación en el que el perro se apaga”*.
- Estirarse: A no ser que el perro se estire después de haber estado durmiendo es bastante posible que sea por estrés.

- Sacudirse: Cuando un perro se sacude (si no está mojado) lo hace por estrés. Se suele ver mucho en perros que han tenido situaciones tensas como después de la aplicación de un castigo positivo por parte del propietario o algún “revolcón” en una discusión/pelea con otro perro.

- Salivar/Babear: Algunos perros cuando están estresados salivan. Aunque debemos tener en cuenta el contexto, ya que si se le está adiestrando con comida la salivación vendrá a causa de ésta y no por estrés.

- Rascarse: Cuando un perro se rasca puede ser por estrés. Pero también tenemos que ver el contexto en que lo hace, ya que puede resultar ser una señal de calma o un rascado por una causa orgánica. El otro día vi a un Pastor Alemán en un parque dándole un pequeño revolcón a un cachorro de Labrador de tres meses bastante pesadito (educación pura y dura) y al levantarse del suelo se rascó. En este contexto, el que el cachorro se rascara fue debido a la subida de estrés que tuvo por el susto que le dio el Pastor Alemán. Sería una señal de calma cuando llamas al perro en tono fuerte o lenguaje corporal ofensivo y antes de acudir a la llamada se rascara.

- Jadear: Puede ser rápido y leve o profundo y forzado; y no tiene nada que ver con la temperatura ambiente (que haga calor) o porque acaba el animal de hacer ejercicio físico o mental (este tipo de ejercicio también cansa). Es la típica antropomorfización de la sonrisa en el perro, habiendo una retracción de los bellos que provocan arrugas debajo de los ojos y la frente del animal. O’Heare (2.006) dice: *“Si el estrés es la causa, en muchos casos la lengua se mostrará encaracolada en la punta en vez de estar lisa y relajada. Esto hay que verlo en el contexto junto con la situación y otros signos de estrés”*. A mi Pastor Alemán le suelo dar la cena en un tubo de PVC con agujeros que previamente he rellenado con el pienso (para su estimulación mental) y cuando le da con el hocico o la pata, las bolitas caen poco a poco y se las come. El comer el pienso de esta forma y no poder tener acceso a todas las bolitas crea en mi perro un poco de estrés, manifestándolo con el jadeo con “sonrisa” incluida. Esta situación en una sesión de Terapia si el paciente antropomorfiza al perro puede creer que se lo está pasando muy bien con el juguete interactivo, cuando en verdad el animal no se lo está pasando tan bien.



*Jadeo: Siendo su causa la realización de ejercicio físico. Se puede comprobar cómo la lengua está lisa y relajada.*

### **Síntomas/Conductas del Estrés.**

*Según Manteca (2.003): “En algunos experimentos realizados recientemente sobre el efecto del estrés crónico en el perro indican que-además de los cambios hormonales propios de la respuesta de estrés-, se producen una serie de cambios de conducta. Estos cambios incluyen un aumento de la frecuencia de micción, en la conducta de acicalamiento y en la actividad locomotora, así como una mayor incidencia de coprofagia. Además, los perros sometidos a estrés crónico parecen reaccionar con una mayor agresividad cuando se enfrentan a un estrés agudo”.*

También Álvarez (2007) nos dice respecto al estrés crónico: “Si la situación se hace crónica pueden ocurrir varias cosas:

- *Los umbrales de la agresividad y el miedo disminuyen, con lo cual estas dos reacciones se desencadenarán más fácilmente y ante estímulos cada vez menos predecibles.*
- *Se llega a una sensación de ansiedad generalizada, ya que el coste biológico del mecanismo de emergencia ya no puede ser satisfecho, con lo que se utilizan otros recursos destinados a otras funciones orgánicas, como el crecimiento o la inmunidad.*
- *Se compromete el crecimiento, el sistema inmunológico, la capacidad de aprendizaje y la memoria, así como la capacidad de responder al dolor y el ciclo sueño- vigilia”.*

Aparte de lo anterior, un perro muy estresado puede mostrar un aumento en la defecación, tener vómitos, diarrea, temblores y padecer polifagia, pica, anorexia, polidipsia, conductas

anormales y estereotipias, lo que nos indicará que su bienestar se encuentra comprometido ya que todo lo anterior repercute en la capacidad del animal para poder competir o adaptarse.

Respecto al concepto de bienestar Mateos (2.003) dice: *“Hace referencia a la salud física y mental de los animales, a la necesidad de garantizar su eficacia biológica y su adaptación sin sufrimiento, y a la obligatoriedad de atender tanto a sus necesidades fisiológicas como etológicas”*.

Por otro lado, un perro muy estresado nos realizará con una frecuencia alta, conductas de desplazamiento y señales de calma.

### **Conductas de Desplazamiento.**

Estas conductas las suele hacer el animal cuando se encuentra en una situación de conflicto en la que quiere realizar una conducta pero también su “carácter” (tímido, miedoso) le impide realizarla. El animal tiene una motivación para demostrar dos conductas opuestas. Dar vueltas sobre sí mismo, marcar una farola, lamerse las patas, montar a un perro o persona suelen ser algunas de ellas y si se perpetúan en el tiempo y se hacen crónicas, pueden convertirse en estereotipias (ver más adelante).

### **Señales de Calma.**

Algunos autores también las denominan conductas de apaciguamiento. Las señales de calma nuestros perros las suelen utilizar para calmar o apaciguar alguna situación tensa o estresante y para evitar conflictos tanto a nivel intra como interespecífico.

Entre otras, tenemos las siguientes: lamerse los belfos, bostezar, rascarse, girar la cabeza a la derecha o la izquierda; sentarse dando la espalda a la persona u oponente; ponerse a oler el suelo; posición de juego.





Estas señales o conductas las podemos detectar en nuestro perro en una sesión de Terapia/Educación. Por ejemplo, si un paciente acaricia muy fuerte al animal el mismo se puede lamer los belfos, bostezar o bien girar la cabeza diciéndonos que el paciente lo está agobiando.

### **Conductas Anormales.**

En la naturaleza las situaciones de miedo, conflicto y frustración (sucede cuando el perro está motivado para realizar una conducta y se le impide hacerla por lo que el animal puede realizar acciones alternativas que den salida a esa motivación -más, si esa motivación es muy alta-) son muy frecuentes pero no suelen prolongarse en el tiempo (días, semanas o meses).

Mateos (2.003): *“El término anormalidad hace referencia a que la frecuencia de los movimientos, la intensidad de las acciones, el contexto en que se realizan y las consecuencias funcionales de las mismas difieren de lo normal, no tanto a que el comportamiento en sí mismo sea “raro”, fuera de la norma o nunca visto”*. Es normal que un perro se acicale; sin embargo, no lo es que dicho acicalamiento lo haga de forma persistente y continua provocándose alopecia y heridas (autolesionarse).

### **Estereotipias.**

Las estereotipias, también llamadas conductas compulsivas, son acciones repetitivas que siempre tienen la misma secuencia y se manifiestan fuera de contexto; a menudo son exageradas y sostenidas y no poseen ninguna función aparente. Las que se observan más frecuentemente son las conductas locomotrices, las orales, la agresión, la vocalización y la alucinación.

Las estereotipias pueden ser por causa orgánica o por causa no orgánica. Estas últimas se deben normalmente a un estado de estrés o ansiedad en el perro, provocado casi siempre por el ambiente en el que habita. También provienen del estado de frustración o conflicto al que el animal se ha visto sometido durante un tiempo, y esto le causa una incapacidad para saber lo que es correcto y cómo escapar de esa situación continuada de ansiedad.

### **Como bajar los niveles de Estrés.**

Los niveles de estrés del animal se pueden bajar aplicando lo siguiente:

- Utilizar el refuerzo positivo y los castigos negativos para su educación y adiestramiento. A un Perro de Terapia (o que se vaya a utilizar en Terapia) no se le puede aplicar castigos positivos y refuerzos negativos.

- Marcarle unas rutinas al animal para que pueda controlar y conocer su entorno. Hay que tener presente que la situación más estresante para un perro es aquella sobre la cual no tiene el control, y en la que no puede predecir qué es lo que va a pasar.

- La estimulación física es muy importante y sería conveniente la realización de paseos para que le baje el estrés. El ejercicio físico aumenta los niveles de serotonina en sangre y relaja al animal, a la vez que le permite desarrollar su conducta exploratoria, lo que los equilibra física y mentalmente. Cuando paseo a mi perro sin correa le dejo que se pare a oler donde el quiere, así también se estimula mentalmente.

- La estimulación mental se puede realizar proporcionándole juguetes interactivos como los kongs o los puzzles de Nina Ottosson. También el ponerle unas bolitas de pienso o bien trocitos de salchicha, queso u otra cosa que le guste al animal por las esquinas de la casa para que el perro se entretenga en buscarlas, es muy útil para estimularlos mentalmente. Aconsejo el visitar lugares nuevos durante los paseos ya que puede ser muy estimulante para el perro a causa de que el mismo encontrará nuevos olores, nuevos perros y nuevas personas. También es muy bueno estimularlos con el juego, sesiones de grupo con el propietario, con otras personas y otros perros.

- Darle una alimentación sana y equilibrada.

- Evitar la presencia de estados mentales o emocionales desagradables como el dolor, miedo, conflicto, frustración y sufrimiento (los mismos también provocan estrés y ansiedad).

- No privarle en lo posible de sus necesidades fisiológicas y etológicas.

## **Necesidades Fisiológicas y Etológicas.**

Nuestros perros, además de tener unas necesidades fisiológicas, como comer, beber, resguardarse del frío, marcar el territorio con orina y heces, entre otras, también tienen unas necesidades sociales (son gregarios) y de comportamiento, que deben satisfacerse siempre que sea posible. Sabemos que cada individuo es diferente a otro aún dentro de la misma raza y así como la misma camada y no tienen el por qué de desarrollar todos los comportamientos propios de su especie, sino que realizarán aquellos por los que sientan una motivación y esto dependerá de lo innato (filogenia), su experiencia previa y lo aprendido (ontogenia).

Por lo anterior y para valorar la importancia que un comportamiento o interacción social tiene para un animal, hay que ver el grado de motivación interno que presenta el mismo. Si esa motivación para realizar las conductas anteriores aumenta tras un periodo de privación, ello indica que aquella actividad o interacción probablemente es muy importante para el mantenimiento del bienestar animal. Los síntomas más frecuentes que muestra un animal ante una privación incluyen actividades de desplazamiento con una frecuencia anormalmente alta, automutilaciones o estereotipias.

Dentro de los comportamientos de la especie tenemos la conducta compleja de caza que incluye estos displays: busca y rastrea, (ve, oye y olfatea), persigue, muerde, mata, manipula (ingiere, porta, esconde) por lo que habría que satisfacer esa conducta mediante la utilización de pelotas, mordedores, aports, etc.; pero no todos los perros cumplen (ni tienen que cumplir) con todos estos displays. Habrá un individuo que no porte o esconda una pelota pero si puede que le guste mucho buscarla y perseguirla.

También, el perro como animal gregario en su comportamiento social tiene unas necesidades de relacionarse e interactuar tanto a nivel intraespecífico como interespecífico, por lo que el mismo no puede ser privado de esto.

Ambas conductas, tanto la compleja de caza como la social, han evolucionado por lo que las mismas son adaptadas y los perros domésticos las llevan en los genes; “solo lo que hay en los genes produce adaptación”.

## **Conclusión.**

Es imprescindible que el Técnico en Terapia Asistida con Animales detecte y actúe a tiempo contra el estrés que pueda sufrir el Perro de Terapia; ya sea reconociendo los síntomas precozmente, como evitando los comportamientos que lo producen. Primero para velar por su bienestar y segundo para poder obtener el máximo rendimiento en las sesiones de Terapia/Educación que realice. Todo ello encaminado a mejorar la calidad de vida y la integración social de las personas con discapacidad o necesidades especiales.

## **Agradecimientos.**

Este artículo se lo quiero dedicar a Francesc Ristol, Director Gerente del Centre de Teràpies Assistides amb Cans (CTAC) ya que sin él saberlo, me ha motivado a escribirlo.

## **Bibliografía**

Álvarez, R (2.007) en: “*Manifestaciones del estrés*” ([www.aepe.net](http://www.aepe.net)). Consultado el 23/10/09.

Manteca, J. (2003): *Etología Clínica Veterinaria del Perro y del Gato*. Multimédica Ediciones Veterinarias. 3ª Edición.

Mateos, C. (2003): *Bienestar Animal, Sufrimiento y Consciencia*. Universidad de Extremadura, Servicio de Publicaciones, Cáceres.

O’Heare, J. (2006): *Solo en casa. La ansiedad por separación canina*. Kns Ediciones. 5ª Edición.

Signes, M. A. (Febrero, 2009) en: *Etología Clínica: Estereotipias en el Canis Familiaris* ([www.ataaasafor.es](http://www.ataaasafor.es)). Consultado el 27/10/09.

## **Miguel Ángel Signes Llopis.**

Presidente de la Asociación de Terapias y Actividades Asistidas con Animales de la Safor ([www.ataaasafor.es](http://www.ataaasafor.es)). Experto en problemas de comportamiento, modificación de conducta, Asesor y Terapeuta canino certificado por AEPE en el Curso Máster de Etología Canina Avanzada. Trabaja en el Área de Etología Clínica y de Terapias de la Asociación para el Estudio del Perro y su Entorno de la que es socio ([www.aepe.net](http://www.aepe.net)). Curso de Etología Clínica y Bienestar Animal impartido en la UEX. Técnico en Terapia Asistida con Animales por la Fundación Bocalán. Autor de varios artículos científico-técnicos de Etología Clínica Canina y de Terapias Asistidas con Animales. Colaborador del Portal de Veterinaria Argos del Grupo Asís (<http://argos.portalveterinaria.com/>) y de la Revista “Especies”. Asociado de la Asociación Española de Terapias Asistidas con Animales y Naturaleza ([www.aetana.es](http://www.aetana.es)).