

Terapia Léistial



En la granja experimental Green Chimneys, el trato con mascotas es la parte básica de las terapias.

Curando y liberando a animales heridos, como esta tortuga, los niños ganan responsabilidad y autoestima.



Cómo nos curan los animales

Los más de 20 millones de perros, gatos, pájaros y peces que los españoles tienen en sus casas son algo más que animales de compañía: son médicos en potencia. Diversas investigaciones demuestran que el trato cotidiano con nuestros compañeros irracionales puede reducir el estrés, la ansiedad, la depresión, e incluso ayudar a la rehabilitación e integración social de delincuentes y disminuidos mentales.

David no conoció a su padre, y de su madre sólo recuerda fragmentos que le gustaría olvidar. Se crió en la calle, como tantos otros colegas del Bronx, y a los 12 años ya había conocido varios reformatorios y hospitales psiquiátricos. Ahora tiene 14, pero este niño curtido en las calles acaricia con toda delicadeza una de las llamas que tiene a su cuidado. En los

meses que lleva en la granja, su carácter ha mejorado, a la vez que se ha despertado su interés por todo lo que le rodea.

David es uno de los 102 niños que conviven en Green Chimneys, una granja fundada en 1947 por el doctor Samuel Ross en Brewster, a 100 kilómetros de Nueva York. Niños con problemas familiares o mentales han encontrado refugio en este centro, donde los animales hacen de paciente y médico. Los resultados han sido tan espectaculares que la idea está siendo imitada en otros lugares del mundo, incluida España.

Muchos animales que llegan aquí están heridos o maltratados. "Los niños se ocupan de ellos y creo que piensan: *si estos animales tienen unas ganas tan fuertes de vivir a pesar de su problema, yo también debería esforzarme*. Es maravilloso cuando soltamos a un pájaro para que vuelva a volar. Una vez un muchacho dijo: *creo que esto es lo que tratáis de hacer conmigo: rehabilitarme para que pueda volver a volar*", dice Samuel Ross.

Sustitutos de los fármacos

Las terapias asistidas por animales se han consolidado como una alternativa sólida junto a los fármacos, y algunos psiquiatras las aconsejan para alteraciones mentales como depresión, timidez aguda, autismo o síndrome de Down.

¿Curar acariciando un perro? Todavía muchos psiquiatras de la vieja escuela consideran esta idea extravagante y atrevida, pero ya en 1792, el cuáquero William Tuke fundó en Inglaterra el *Retreat of York*, un asilo que debía servir de alternativa a los truculentos manicomios de la época. El ejemplo no cundió, ya que hasta un siglo después no se abrió en Alemania la clínica Bethel, en la que se incluían tratamientos con animales. Aún hoy, hasta 5.000 pacientes siguen allí cada año estas terapias.

Hablar a un animal

En los años setenta, el psicólogo Boris Levinson descubrió que quienes mejor respondían a la terapia eran los niños jóvenes sin habla, los inhibidos, los autistas, los introvertidos, los obesos, y los que padecen desventajas culturales. Otro trabajo importante, que contribuyó a consolidar esta actividad terapéutica, lo llevó a cabo el matrimonio Samuel y Elizabeth Corson, que estudiaron cientos de experiencias y grabaciones de vídeo en las que se apreciaba la relación de los pacientes con las mascotas, tanto en psiquiátricos como en geriátricos, y sus conclusiones fueron definitivas: la recuperación era más rápida y eficaz si se complementaba el tratamiento con terapias de animales de compañía.

El profesor Aaron H. Katcher, psiquiatra de la universidad norteamericana de Pensylvania, publicó en 1982 que hablar y acariciar mascotas disminuye el ritmo cardíaco y la presión arterial de manera significativa, es decir, son elementos preciosos

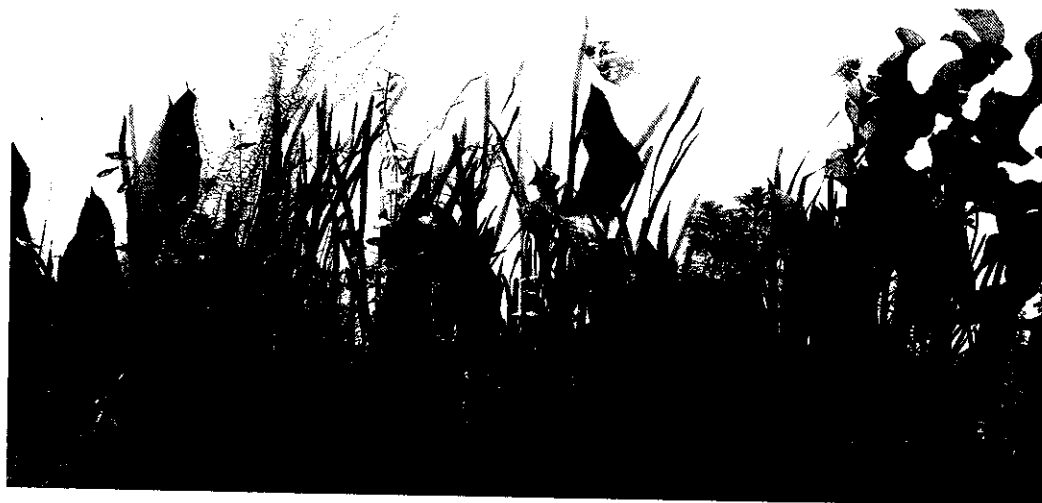


Algunos psiquiatras proponen terapias con animales para tratar alteraciones mentales, como la depresión o la timidez.



El contacto con animales hace más comunicativos y abiertos a los chicos con problemas.

Acariciar mascotas combate el estrés, ya que disminuye significativamente el rit



Según los especialistas, observar peces tropicales disminuye la presión sanguínea a niveles más bajos que reposar en una silla sin centrar la mirada en algo especial. Tener un hamster y cuidarlo también puede producir efectos relajantes en las personas.

para combatir el estrés. En un trabajo más reciente con Erika Friedman, demostró que "observar peces tropicales disminuye la presión sanguínea a niveles más bajos que reposar en una silla sin centrar la mirada en algo especial, y produce un estado de relajación". No es extraño que cada vez haya más peces, hamsters o cachorros en los despachos de altos ejecutivos.

A la vejez, mascotas

Los animales de compañía también contribuyen a mejorar la salud física y soportar la vejez. El geriatra estadounidense Leo K. Bustad cuenta un caso ocurrido en la residencia geriátrica donde realiza sus investigaciones con un anciano enfermo que se negaba a comer. Cuando entró en contacto con tres gatos en su habitación, empezaron a cambiar las cosas. "Cuando se los llevaban se animaba, así que creamos un sistema de recompensa en el que los gatos volvían si comía. Engordó 20 kilos y se relacionó con otros residentes. Los gatos fueron el puente que le devolvió a la realidad".

Un trabajo del Departamento de Psicología de la Universidad de las Islas Baleares sobre la calidad de vida de personas mayores con animales de compañía concluyó que las mascotas disminuían la ansiedad y depresión, aumentaban el bienestar y la vitalidad e incrementaban la actividad física. Otro estudio, dirigido en Málaga por el doctor Francisco Lara, ha constatado también que los ancianos asistidos por mascotas sobrellevan mejor el deterioro mental, la ansiedad, la depresión o la incapacidad funcional.

Los hijos que no tuvimos

Según una encuesta de la Universidad de Pensilvania, el 98% de los dueños de mascotas habla con ellas contándoles sus problemas y el 80% las trata casi como personas. Por desgracia, como expone el etólogo estadounidense Joel Savihinsky, "tener animales en Occidente, con sus cementerios y hoteles para animales de compañía, sus psiquiatras y peluqueros caninos, sus alimentos gastronómicos y su moda, sus seguros de vida y residencias de retiro, a menudo se convierte en una parodia de la domesticación, que transforma a las personas en sirvientes de sus bestias".

En ciertos casos, los animales de compañía actúan como sustitutos de los hijos que no se tienen o que ya han abandonado el hogar. Este fenómeno se conoce como *síndrome del nido vacío*, según el cual los animales se identifican con "niños perpetuos" eternamente inocentes y dependientes. Son más frecuentes de lo que parece los divorcios donde el matrimonio lucha por la custodia del animal de compañía como si de un hijo se tratase.

No obstante, las estadísticas aseguran que menos del 5% de la población canina y menos del 7% de la felina pertenecen a gente que vive sola, y menos del 9% de perros y 14% de gatos viven en familias sin hijos.

Mono enfermero

Jacqueline y el mono Pruneau forman parte de una experiencia piloto que se lleva a cabo en el hospital francés de Glace-le-Gars. A ella, una parálisis apenas le permite mover las manos. El mono, de la especie brasileña *Cepus Apella*, ha sido entrenado para ocuparse de ella. Le da de comer, le limpia la cara e incluso le enciende el video.



A sus 14 años, David ha conseguido superar sus problemas de comunicación, gracias a las llamas que tiene a su cuidado.



diaco y la presión arterial

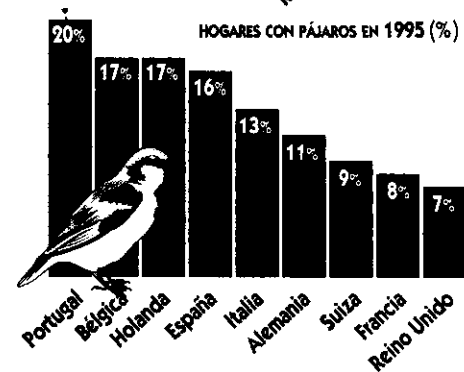
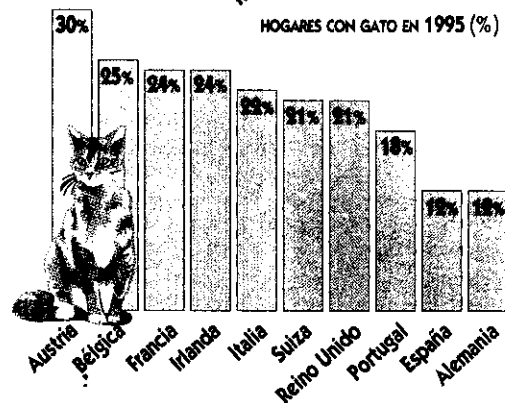
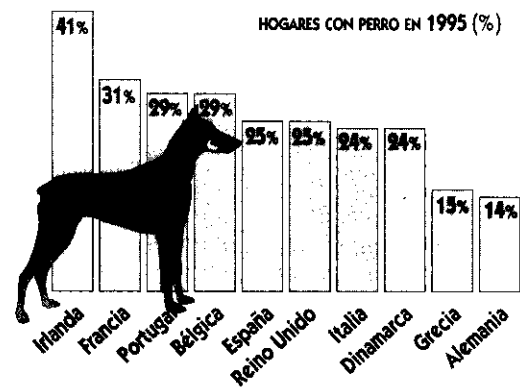


66 millones de perros

El 50% de los hogares norteamericanos posee animales de compañía. En Estados Unidos, hay nada menos que 70 millones de propietarios de animales, que se gastan al año más de 4.000 millones de dólares -casi medio billón de pesetas- en alimentar a sus más de 48 millones de perros, 27 millones de gatos, 250 millones de peces y 125 millones de una ingente y variada fauna de otros animales cautivos.

El país europeo con mayor cantidad de animales de compañía es Francia, donde se calcula que existen más de 8 millones de gatos y 10 millones y medio de perros de los 66 millones que parece haber en toda la Unión Europea, aunque son los alemanes y los ingleses los que más se gastan en alimentar a sus mascotas: una media de 17.000 pesetas por perro y año.

En España, las empresas de alimentos para animales domésticos facturan más de 40.000 millones de pesetas al año para dar de comer a los aproximadamente 5 millones de pájaros, 2 millones de gatos, 5 millones de perros y 10 millones de peces de peceras y acuarios. Además de esto, en España nos gastamos al año casi 20.000 millones de pesetas en clínicas veterinarias y productos zosanitarios.



Fuente: Fundación Purina

Sudáfrica y Australia. Entre los resultados está una reducción de la violencia y las lesiones autoinfligidas, mejora de las relaciones entre presos y funcionarios, una mayor autoestima en los delincuentes y una disminución de las reincidencias.

En España, el primer trabajo de rehabilitación con mascotas comenzó hace dos años gracias a una colaboración de la Fundación Purina y el Departamento de Justicia de la Generalitat de Cataluña. Los resultados han sido tan satisfactorios que están sirviendo de base para varios proyectos más en otras comunidades.

Igualmente original es el programa del Centro de Observación de Menores de Mollet de Vallés (Barcelona) para menores con problemas judiciales. Allí les enseñan a construir y cuidar un acuario. Cuando acaban el periodo de formación, los menores que han participado se sienten más válidos, responsables y satisfechos.

También se ha llamado la atención sobre su función educativa: muchos padres las usan para explicar a sus hijos los procesos comprometidos de la vida, como el coito, el embarazo o el nacimiento.

Animales tras las rejas

Hace poco más de 20 años, se descubrió la importancia de los animales domésticos en las prisiones tras los excelentes resultados documentados por hospitales psiquiátricos. Hoy existen programas de rehabilitación de delincuentes con mascotas en

Estados Unidos, Europa -incluida España-

La presencia de mascotas en las prisiones provoca una reducción de la violencia



Las mascotas disminuyen la ansiedad y depresión de las personas mayores e incrementan su vitalidad y actividad física.

El 98% de los dueños de mascotas les cuenta sus problemas, y el 80% las trata como si fueran personas

Un doctor llamado caballo

Los especialistas coinciden en que el caballo es el animal con el que puede efectuarse una terapia más efectiva para los problemas agudos. Esculapio, discípulo de Quirón, ya recetaba en la antigüedad la equinoterapia para tratar a los heridos, pero no fue hasta el siglo XVII cuando se empezó a considerar como instrumento terapéutico.

En España, Miguel Gallardo investiga con el caballo en la Associació Sac Xiroi de Castellví de la Marca (Barcelona) y ha descubierto que este animal posee valores emocionales que ayudan a combatir la apatía, y enseñan respeto tanto hacia el caballo como hacia los compañeros y uno mismo. También en Barcelona se está desarrollando un programa de equinoterapia dirigido por Monserrat Álvarez y Bárbara Roller en un centro de educación especial. Autistas, discapacitados físicos y niños con otras deficiencias se están beneficiando de su relación con los caballos.

En Madrid, los profesores asociados de la Universidad Autónoma Jesús Martínez y Roberto Jiménez han realizado avances con niños afectados de timidez patológica,

empleando caballos y otro tipo de mascotas. Según Pedro Ridruejo, "cuando un niño tímido se ve capaz de subirse a un caballo y saber que el animal y él están de acuerdo en una secuencia de paseo por muy sencilla que sea, finalmente pierde el miedo a los seres grandes."



También en Barcelona, en la granja El Garraf de Sitges, se está trabajando en un centro residencial para adolescentes con trastornos de conducta. Suelen acudir jóvenes problemáticos que encuentran en las cabras un excelente compañero. Los responsables del programa consiguen que los chavales desarrollen una conducta más abierta y comunicativa.

Vuelta a culturas ancestrales

Una de las ideas más originales en la terapia con mascotas la está desarrollando el matrimonio McCormick, en el Rancho de las Tres Águilas en California, con el caballo de paso peruano. Una nativa iroquesa, Jamie Sam, ha investigado el uso tradicional de los animales como fuente de salud mental por los antiguos indios. La observación cotidiana de los animales les permitía un mejor rendimiento en la caza y de ellos desarrollaban patrones de conducta que les enriquecían


espiritualmente. Esta antigua simbología ha servido para desarrollar modernos programas terapéuticos para drogadictos. Gatos, perros y caballos permiten a los jóvenes disminuir su ingestión de neurolépticos y el tiempo de hospitalización, así como el número de crisis que sufren durante el periodo de seguimiento.

Decía Boris Levinson, pionero en terapia con animales de compañía, que en principio el ser humano "vio al animal como un dios, después como un esclavo, más tarde como un trabajador y ahora empezamos a verlo como un compañero". En el futuro, quizá lo veamos como un médico.

SALVADOR HERNÁNDEZ

SI TE INTERESA:

 H. Katcher, Aaron y M. Beck, Alan. *LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN NUESTRA VIDA*. Ed. Fundación Purina, 1983. 3.950 ptas.

 Varios Autores. *EL HOMBRE Y LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA: BENEFICIOS PARA LA SALUD*. Editorial Fundación Purina. Barcelona, 1994.

PUNTO DE VISTA



PEDRO RIDRUEJO, catedrático y director del Departamento de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid.

"Los animales son terapeutas natos"

¿Cómo es posible que un animal sirva para curar trastornos psíquicos?

Los animales nos permiten ir destruyendo las autodefensas enraizadas en nuestro interior y reconocer nuestras necesidades más profundas. Como dice Janet Ruckert, son terapeutas natos, ya que dan a sus dueños una seguridad emocional equivalente a la que recibimos de nuestra madre en la infancia.


¿Es recomendable tener mascotas?

Si analizamos lo consignado en la literatura médica sobre el tema, comprobamos que existen beneficios fisiológicos como reducción del estrés; psicológicos como seguridad, constancia o intimidad; y sociales, pues la mascota pone bálsamo en algunas vidas problemáticas.


¿Acepta el cuerpo médico en general este tipo de terapias?

Hay que hablar de un cierto escepticismo, aunque este tipo de terapia tiene décadas de antigüedad. Un estudio realizado en los setenta en Estados Unidos aseguraba que un 5% de los centros clínicos y terapéuticos americanos usaba animales de compañía con fines curativos. Una década después, en 1982, P. Arkow habla de 75 programas con animales en sociedades protectoras y 44 proyectos de investigación en universidades. Hoy posiblemente serán muchísimos más.

DIRECCIONES ÚTILES:

 Fundación Purina. Paseo San Juan, 189. 08037 Barcelona. Tel. (93) 284 24 60. Fax. (93) 210 31 60.

 Asociación Delfín Mediterráneo. Cadaqués (Gerona). Tel. (972) 25 88 50.

 Associació Sac Xiroi. Castellví de la Marca (Barcelona). Tel. (93) 891 84 50.