

# Pon un animal en tu vida, tu salud te lo agradecerá



***Además de fomentar la sociabilidad de las personas, el desarrollo de la actividad física, paliar la soledad y, en el caso de los niños, promover la responsabilidad, la convivencia con los denominados “animales de compañía” sirve para cubrir algunas de nuestras necesidades. Y no solo las lúdicas o afectivas, sino también, y en mayor medida de lo que pensamos, la salud física y mental.***

**T**anto es así que esta relación especial existente entre los seres humanos y los animales es una de las más exclusivas y duraderas del mundo a través de la historia y que va más allá de un simple compañerismo.

Así lo demuestra el informe titulado *“El papel del animal de compañía en el ámbito familiar y socio-sanitario”*, realizado por CEVE (Confederación Empresarial Veterinaria Española), y que pone de manifiesto, entre otras cuestiones, que las personas ven a sus mascotas como miembros importantes de su familia, por lo que pasan a ser amigos, compañeros y protectores. Asimismo, estudios recientes demuestran una serie de descargas bioquímicas (sobre todo, oxitocina y arginina vasopresina), en la creación de estos lazos entre los seres humanos y los animales. Una conexión que protege, a largo plazo, de los efectos debilitantes del estrés. Junto a evidencias científicas que revelan que las mascotas ayudan a mejorar la actividad física y psicológica de los dueños, protegen contra las enfermedades cardiovasculares, ayudan a mantener e incrementar la funcionalidad de las personas mayores o proporcionan un respaldo emocional en una amplia serie de contextos de la vida.

Un estudio realizado en España por la Fundación Affinity, en el año 2013, demostró los beneficios de los animales de compañía para la salud física y emocional de las personas. Así, algunos datos certifican que los dueños de animales de compañía acuden un 15% menos al médico (hasta un 30% en Estados Unidos); que las personas que comparten su hogar con animales de compañía tienen respuestas psicológicas al estrés más saludables; que los animales desempeñan un rol importante en cuanto al control del peso y la realización de actividad física; o que la convivencia con las mascotas mejora la respuesta del sistema inmunitario frente a las enfermedades, disminuyendo la incidencia de afecciones respiratorias infantiles o la aparición de alergias. En este contexto, no es de extrañar la importancia que otorgan los profesionales a la conexión entre los animales de compañía y el desarrollo saludable de los menores. Fundamentalmente, porque las mascotas enseñan el sentido de la responsabilidad, desarrollan la empatía y promueven el interés de los más pequeños tanto por los animales, en general, como por la naturaleza, en particular. Incluso existen indicios de que los animales ayudan en el desarrollo cognitivo de los niños, en aspectos como la percepción, la capacidad de tomar decisiones, la atención, la memoria o el razonamiento. Además de numerosos estudios que revelan los beneficios educativos de incluir animales en las aulas, tales como un mejor desempeño de las tareas cognitivas, mejoras en la comunicación entre los alumnos y éstos con el profesor, o un mayor desempeño de las habilidades motrices de los niños en preescolar.

Aun así, a pesar de todos estos beneficios, del hecho de que los animales de diferentes especies se han instalado, en la actualidad, en casi la mitad de los hogares españoles (un 48,7%), y de una mayor sensibilización hacia los animales por parte de las jóvenes generaciones, la integración del animal de compañía en la vida diaria *“aún deja mucho que desear”*, según el informe de CEVE. La confederación de veterinarios subraya la can-

tidad de barreras sociales y legales que el ciudadano tiene a la hora de acceder con un animal de compañía a determinados lugares. Léase playas, establecimientos públicos, residencias, hospitales, albergues o medios de transporte.

### **Paliar la soledad**

Otro apartado destacable del informe de CEVE pone el énfasis en las personas mayores. Aquí, la tenencia de un animal de compañía toma especial importancia debido a la definición de envejecimiento saludable, que tiene que ver *“con el mantenimiento de la independencia y la calidad de vida, preservando el bienestar físico, mental y social”*; según apunta el informe *“El papel del animal de compañía en el ámbito familiar y socio-sanitario”*. Por lo que concluye que la compañía de los animales ofrece una alternativa para *“proteger a los mayores de la soledad”*, además de proporcionar oportunidades de *“hacer amigos, divertirse o jugar”*. En otro orden de cosas, la relación entre ambos tiene que ver con el hecho de que a los mayores les crea un sentimiento de *“utilidad”* por tener a alguien a quien cuidar; optimiza la atención y la percepción, mejorando la comunicación verbal; y provoca tasas más altas de contacto social entre adultos.

---

### ***El informe concluye que la compañía de los animales ofrece una alternativa esencial para proteger a los mayores de la soledad***

---

Por el contrario, el informe critica las barreras sociales con que se encuentran las personas de la tercera edad que tienen una mascota, ya que en España no existen muchas residencias de ancianos que acepten animales de compañía. En estos casos suele ser un episodio muy traumático para los mayores tener que desprenderse de su compañero y, en ocasiones, único apoyo emocional. De ahí que desde CEVE manifiesten la trascendencia de prestar atención a los beneficios sociales, emocionales y sanitarios de la convivencia de las personas mayores con animales. Y, sobre todo, la necesidad de elaborar planes adecuados y profesionales que se materialicen en el uso y asistencia de los animales en las residencias de ancianos, de tal manera que se incremente su bienestar sin poner en riesgo la salud de los usuarios.

También resulta interesante en el informe el capítulo dedicado a los animales en el contexto terapéutico y de asistencia. En este punto se define la terapia asistida con animales como *“una terapia complementaria en la que se utiliza un animal como herramienta psicoterapéutica para establecer un nexo entre paciente y profesional”*. De tal manera que el animal forma parte integral del proceso y ayuda a fomentar mejoras en el funcionamiento físico, emocional y cognitivo del paciente. Por lo que CEVE lleva a cabo una clasificación, teniendo en cuenta los diversos tipos de intervenciones con los animales, que podríamos resumir en tres puntos:

## Un perro para cada necesidad asistencial

Teniendo en cuenta las distintas patologías del paciente o las necesidades médicas de éste, los perros desempeñan una determinada labor o ayuda en el programa de terapia.

- **Perro de asistencia:** es un animal seleccionado y adiestrado para dar apoyo físico y psicológico a personas con alguna discapacidad (ej.: perro guía).
- **Perros detectores de crisis o patologías:** los perros detectan los llamados “compuestos orgánicos volátiles” presentes en el organismo de los pacientes. Tanto es así que en las crisis epilépticas pueden detectar futuros ataques hasta 45 minutos antes de que se produzcan.
- **Perros escolta para víctimas de violencia de género:** son especialmente entrenados para proteger a las víctimas. Aparte de protección ayudan a subir la autoestima y el empoderamiento, entre otros aspectos.

- **Terapia asistida con animales (TAA):** se trata de un programa de intervención dirigido, evaluado y desarrollado por un profesional de la salud. Aquí el animal reúne condiciones físicas y etológicas adecuadas, y forma parte del proceso terapéutico.
- **Actividades asistidas por animales (AAA):** de contenido espontáneo y sin una duración determinada son actividades no programadas que se llevan a cabo por un paraprofesional o por voluntarios.
- **Intervención asistida con animales (IAA):** una combinación de las dos anteriores. Normalmente, el animal reside en el centro de forma permanente y las actividades tienen por objetivo mejorar aspectos de la salud de la persona, gracias al vínculo que se crea con el animal.
- Según el contexto actual en nuestro país, en el que no existe una formación obligatoria reglada que capacite a ningún profesional para aplicar IAA o TAA, ni donde los animales de terapia o de asistencia pasan una certificación oficial ni control sanitario o etológico que garantice su salud y bienestar, CEVE reclama un plan de preparación de estos animales, así como financiación para su entrenamiento, ya que cada vez son más demandados por las distintas instituciones. Asimismo, solicitan desarrollar una formación reglada de los adiestradores profesionales que les permita garantizar los derechos, la salud y la seguridad de los usuarios de estos perros utilitarios, a la vez que se salvaguarda el bienestar, la integridad y la salud de los animales participantes del programa sanitario. 🐾

**CEVE reclama un plan de preparación de los animales de terapia, así como financiación para su entrenamiento**

