

# Terapia asistida por animales de compañía. Bienestar para el ser humano

M. P. ZAMARRA SAN JOAQUÍN

*Diplomada Universitaria en Enfermería. EAP Aranjuez  
II. Sector XI. Insalud.*

## Introducción

En la actualidad, a pesar de vivir en zonas superpobladas, el ser humano sufre graves problemas de aislamiento, sin pararnos a realizar una sola respiración consciente. No cumplimos con la adaptación al medio de las modernas definiciones de salud. Asistimos a lo que varios autores denominan "el divorcio de la Naturaleza". Quedó atrás el hombre que compartía su tiempo con otros seres, animales y plantas en perfecta armonía. Existían unos lazos de comunicación que iban más allá de la relación de ayuda basada en el beneficio por ser recolectores y pastores.

Somos una especie evolutivamente superior, pero, por suerte, eso no nos hace omnipotentes. Se acepta que el hombre primitivo que vivía hace más de un millón de años tenía una unidad con la Naturaleza, que sus ritmos biológicos se sincronizaban con los de la Naturaleza o no podría haber sobrevivido. El hombre moderno, tú y yo, somos similares al hombre primitivo biológicamente, físicamente, psicológicamente y socialmente. El hombre en todas partes parece haber tenido necesidades creativas y psicológicas similares, basándose en mitos y leyendas parecidas. No importa dónde haya vivido el hombre, ha estado preocupado por problemas filosóficos y existenciales (1) (Figura 1).

La alienación es el origen de la enfermedad de la civilización. El fracaso en los canales de comunicación provoca enfermedad en la integridad humana. La gente hoy tiene

más posesiones y menos amigos. El hombre esperaba que la mecanización, la ciencia y la tecnología resolviera sus problemas existenciales y le hiciera todopoderoso. Pero la ciencia no ha simplificado la existencia del hombre, sino que ha incrementado su perplejidad y sus dudas. El hombre encuentra que la tecnología de la revolución industrial, que presumía una aliada, lo ha ayudado a levantar un muro entre él y la Naturaleza. Su desapego es un reflejo de su alejamiento de la Naturaleza y su propio interior, esto produce dificultades en la comunicación con la Naturaleza y con él mismo (1).

La historia de cualquier y de cada cultura en cualquier lugar del mundo es rica en su relación con los animales, muchos de ellos entrenaban mascotas, aparecen en el arte y el folklore como símbolos de vida, fuerza, paz, etc. Las mascotas protegían al hombre de los espíritus diabólicos. ¿Ha sido el hombre el que ha domesticado animales, o fueron los animales domésticos los que pacificaron al hombre? Posiblemente su ancestral amigo, el animal, puede resultar un aliado que ayude a establecer el equilibrio exacto. Todos necesitamos un amigo con el que poder comunicarnos, al que poder revelarnos a nosotros mismos en todas nuestras debilidades sin ningún miedo u objeción. Tan importante es tener un amigo con el que podamos intimar, como ser aceptado y no juzgado por lo que hacemos. No muchos de nosotros somos afortunados en contar con un amigo, tampoco en nuestras familias ni en nuestro entorno. Una mascota bien elegida puede suplir parcialmente esa necesidad. No sólo necesitamos dialogar con gente, sino una relación activa con la Naturaleza. Cuando estamos irritados y estresados, necesitamos un rincón tranquilo: Cuando estamos solos, sin intrusos presentes, respiramos aire puro, admiramos el cielo azul y escuchamos el sonido de las olas (1) (Tabla 1).

**Tabla 1.**

"El hombre blanco deberá tratar a los animales de esta Tierra como a sus hermanos... ¿Qué sería del hombre sin los animales? Si todas las bestias fueran exterminadas, el hombre moriría de una gran soledad en el espíritu; porque lo que le sucede a los animales también le sucederá al hombre. Todas las cosas están relacionadas" FRAGMENTO DE LA DECLARACIÓN DEL JEFE INDIOS SEATTLE AL PRESIDENTE DE LOS ESTADOS UNIDOS FRANKLIN PIERCE, 1855.

El 86% de los dueños de mascotas los trata como a personas o a miembros humanos de la familia. El 97% habla con ellos y la mitad de los adultos y más del 70% de adolescentes les hacen confidencias. Las mascotas son más importantes que los amigos, vecinos, trabajo, deportes o funciones sociales. El 96% tienen mascota por el placer que su compañía ofrece. El 69% buscan el confort de su mascota cuando están deprimidos. El 80% están más divertidos y se ríen más desde que tienen mascota (2). Si el estilo de vida es el mayor determinante de salud, hay que tener en cuenta que vivimos con mascotas.

Buscando una alternativa a las terapias tradicionales para prevenir y resolver distintos problemas de salud, nos vemos en la necesidad de retomar esa conexión a través de un vínculo cotidiano con los habitantes no humanos del Planeta: Se trata de los animales domésticos (3). Hablamos entonces de la Terapia Asistida por Animales de Compañía (TAAC) (Tabla 2).

### Historia de la TAAC

La primera vez que se tiene constancia de la utilización de animales en terapia fue en Inglaterra en el Retreat de York, fundado en 1792 por la "Society of Friends". William Tuke, pionero en el tratamiento de enfermos mentales sin métodos coercitivos, intuyó que los animales podían propiciar valores humanos en estos enfermos, aprendiendo autocontrol mediante refuerzo positivo.

En 1867, los animales de compañía intervinieron en el tratamiento de epilépticos en Bethel, Bielfield, en Alemania. Hoy en día, es un sanatorio que atiende a 5.000 pacientes aquejados de trastornos físicos y mentales en el que varios tipos de animales forman parte activa del tratamiento, y en el que cuidarlos es una parte importante del programa.

En Estados Unidos, la *US Army Veterinary Medicine Branch of the Health Services Command* ha usado animales "terapeutas" para el confort del personal hospitalizado y sus familias desde la Segunda Guerra Mundial. Y en el estado de Nueva York, entre 1944 y 1945, se utilizaron los

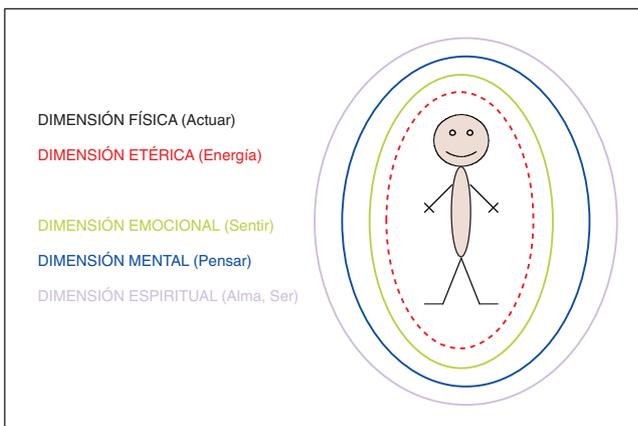


Figura 1. Universalidad del ser humano

### Tabla 2. Definiciones

En la literatura anglosajona:

*Animal Assisted Therapy (AAT)*: Intervenciones en las que un animal es incorporado como parte integral del proceso de tratamiento, con el objetivo directo de promover la mejoría en las funciones físicas, psicosociales y/o cognitivas de las personas tratadas. Son dirigidas por un especialista en AAT. Ej.: autismo, depresión, problemas de conducta...

*Animal Assisted Activities (AAA)*: Intervenciones con animales sobre la motivación, culturales y recreativas, en las que se obtienen beneficios para incrementar la calidad de vida de las personas. Se da en diversos ambientes por un entrenador especializado en AAA, que puede ser un profesional o un voluntario que posea y aplique conocimientos sobre la interacción entre animales y humanos. Ej.: ancianos, niños institucionalizados, pacientes terminales, ciegos, sordos, minusválidos, paraplejas, ACVA, amputaciones, esclerosis múltiple, distrofias musculares, Alzheimer, demencias, cáncer, sida, retraso mental, alteraciones emocionales...

(Definitions Development Task Force. *Handbook for animal-assisted activities and animal-assisted therapy*. Renton, Wash: Delta Society 1992).

También existe el término *Animal Facilitated Therapy (AFT)*: uso terapéutico de los vínculos entre el hombre y los animales para mejorar la salud física y emocional del paciente.

En España empleamos la denominación Terapia Asistida por Animales de Compañía (TAAC).

animales para la rehabilitación de aviadores del *Army Air Force Convalescent Center* en Pawling, en un programa patrocinado por la Cruz Roja estadounidense.

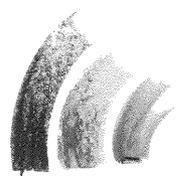
En 1948, el Dr. Samuel B. Ross fundó en las cercanías de Nueva York el centro Green Chimneys, una granja para la reeducación de niños y jóvenes con trastornos del comportamiento mediante el trabajo con los animales (2).

En 1953, Jingles, el perro del psiquiatra Boris M. Levinson le sugirió su potencial como coterapeuta. El Dr. Levinson, en los años 60 fue pionero al emplear *Pet Facilitated Psychotherapy (PFP)* con niños con trastornos del comportamiento, déficit de atención y problemas de comunicación (4).

En 1966, Erling Stordahl, músico ciego, fundó el Centro Beitostolen, en Noruega, para la rehabilitación de invidentes y personas con discapacidad física, en donde perros y caballos intervinieron en el programa para animar a los pacientes a hacer ejercicio. Muchos de ellos aprendieron a esquiar, montar a caballo y a disfrutar de una vida más normalizada que incluyera una cierta actividad deportiva.

En 1973, Elizabeth Yates trabajó con un perro que ayudaba a los niños en un Hospital Mental en Michigan.

Samuel y Elisabeth Corson, en 1974, realizaron un pro-



grama para evaluar la viabilidad de la TAAC en un entorno hospitalario, obteniendo excelentes resultados. Emplearon perros con 50 pacientes en el hospital psiquiátrico que no respondían al tratamiento tradicional, obteniendo aumento de la comunicación, aumento de la autoestima, independencia y capacidad de asumir responsabilidad para el cuidado de los animales.

En el Centro Médico Forense de Dakwood (Ohio) David Lee, un asistente social del Hospital Psiquiátrico, una instalación para enfermos mentales peligrosos, introdujo animales (entre ellos aves), que actuaron de catalizadores de interacciones sociales entre el personal y los pacientes, entre los mismos pacientes y se redujo significativamente la violencia de estos enfermos (2).

En 1981 la prisión de mujeres de Purdy, en Washington, comenzó a entrenar perros rescatados de perreras y cuyo destino era el sacrificio, para realizar TAAC con personas discapacitadas. Esto da la oportunidad a las reclusas de cuidar de un ser vivo (muchas son madres y están alejadas de sus hijos), aumenta su autoestima (el animal no las juzga por el motivo por el que las hayan encarcelado), aprenden un oficio y se sienten reinsertadas al ofrecer luego estos perros a las personas con minusvalía que los necesitan. Han adiestrado ya más de 500 perros.

Erika Friedman, James Lynch y S. Thomas, en 1980 publican su estudio realizado con 92 pacientes "Animales de compañía y supervivencia en pacientes un año después de salir de una unidad de cuidados coronarios" (Public Health Rep 95: 307-312). Según explica el Dr. Lynch, la ausencia de apoyo social, el creciente aislamiento y la soledad humanas son factores importantes que contribuyen al riesgo creciente de morbilidad prematura en todas las naciones post-industrializadas, especialmente por enfermedades coronarias. Recientemente se están identificando mecanismos fisiológicos centrales que relacionan la soledad con un riesgo aumentado de hipertensión, enfermedades coronarias, apoplejía y arritmias. Distingue la Fisiología de la Exclusión (lucha/huida, alienación) y la Fisiología de la Inclusión (relajación, menor inquietud autonómica y longevidad aumentada). Esto último lo propician las mascotas, aumentan la comunicación y la persona deja de vivir separada del entorno y forma parte del mundo viviente (5).

Dos años antes, el Dr. Aaron Katcher, profesor de Psiquiatría de la Universidad de Pensilvania, ya había realizado un estudio similar con buenos resultados.

Anderson y col. en 1991, sigue esta misma línea de investigación y publica "Proprietarios de mascotas y factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares" (Medical Journal of Australia 157 (5): 298-301). Realizó un estudio en 6.000 pacientes. Los que tenían mascotas mostraban menores cifras de tensión arterial, colesterol y triglicéridos (sobre todo en mujeres de más de 40 años).

También en 1991, en el estudio de James Serpell en el Reino Unido "Efectos beneficiosos en los propietarios de mascotas en varios aspectos de la salud y comportamien-

tos humanos" (Journal of the Royal Society of Medicine 84 (12): 717-720), evidenciaba que hay menos problemas de salud en el primer mes después de adquirir una mascota (coincidiendo con varios autores), y esto se mantiene hasta 10 meses. Entre otras cosas, aumenta la autoestima y se realiza más ejercicio.

En EE.UU., la Sociedad para la Prevención de la Crueldad en Animales tiene en marcha un programa de AAT desde 1981 y visita 20.000 pacientes al año. Se realiza con entrenadores voluntarios que realizan un promedio de una a tres visitas al mes y tienen lista de espera.

En 1993 ya había 7.000 perros terapeutas en el Reino Unido (6).

En 1995, Ian Robinson afirma que estar con mascotas tiene influencias significativas en los indicadores psíquicos de estrés, como la HTA o la ansiedad, disminuyéndolos (7).

En septiembre de 1998, se celebró la 8ª Conferencia Internacional de Interacción entre Hombre y Animales en Praga, con la intervención de la Dra. Karen Allen, de la Universidad de Nueva York.

El 32% de los psiquiatras en Estados Unidos, utilizan animales de compañía como complemento en sus terapias psicológicas.

En España, en diciembre de 1987, se creó la Fundación Purina (<http://www.fundacionpurina.org>) a partir de una iniciativa para promover el papel de los animales de compañía en la sociedad, mediante la campaña antiabandono de animales y el apoyo para implantar programas de TAAC colaborando con la Sociedad Española de Psiquiatría. Estos programas se dirigen principalmente a personas marginadas por: la edad (ancianos), la delincuencia (animales de compañía en centros penitenciarios), sus capacidades (niños autistas, hipoacúsicos, disminuidos), o por la enfermedad (sida, pacientes psiquiátricos). A cambio de la ayuda, la Fundación Purina pide a los centros que midan los resultados de la intervención con animales y que compartan sus descubrimientos en los Congresos de la Fundación Purina que se han celebrado en 1991, 1993, 1995, 1998 y 2001. Presiden y componen el Comité Organizador Catedráticos de Psiquiatría, Psicología y Veterinaria de las Universidades de Barcelona, Madrid, Navarra, Sevilla y Valencia. Además, la Fundación dispone de un fondo editorial distribuido en las Bibliotecas de Facultades de diversas Universidades y en la del Museo de Ciencias Naturales de Madrid, además de publicar la revista Amigos.

La Fundación ONCE del perro-guía se creó en 1990, pertenece a la Federación Internacional de Escuelas de Perros Guía, e inauguró la escuela de perros-guía de la ONCE el 26 de mayo de 1999 en Boadilla del Monte. Es el mayor centro de adiestramiento de perros para invidentes en Europa, con una capacidad de adiestramiento de más de un centenar de perros al año. Pueden preguntar a cualquier propietario de uno de estos perros lo que para ellos significan estos animales, no sólo son sus ojos, también les abren las puertas a la vida.

La Coordinadora Nacional de Asociaciones de Animales de Asistencia y Terapia (CONAT) (<http://humano.ya.com/conat2000/comision>), incluye la Asociación Nacional de Terapias y Actividades Asistidas por Animales (ANTA), la Asociación Española de Perros de Asistencia (AEPA) y la Asociación Proyecto Animal. ANTA trabaja con perros de servicio para personas con discapacidades psicológicas, físicas y/o sensoriales y para personas mayores.

La Fundación Caballo Amigo utiliza la rehabilitación ecuestre (hipoterapia) en niños con problemas como: Síndrome de Down, parálisis cerebral o espina bífida.

La terapia con delfines, instaurada desde hace años en Escocia (Dr. Horace Dobbs), Florida (Dr. David Nathanson), o Italia, también se realiza en España con buenos resultados en casos de personas con depresión, trastornos de la comunicación y autismo (Fundación Delfín Mediterráneo en Gerona, Delfinario Octopus en Tenerife).

Se emplean incluso pequeñas mascotas (pájaros, pequeños mamíferos), trabajos en granjas, o los conocidos acuarios en las salas de espera de las consultas de Odontología para producir un efecto relajante en los pacientes. En los últimos años, los programas de TAAC han gozado de un gran impulso también en nuestro país (2).

## **Beneficios para la salud humana y campos de actuación**

Como acabamos de ver, hay evidencias sobre los beneficios de la TAAC y también estudios científicos que confirman que esta intuición de trabajar con animales es una buena medicina que se puede usar con gran variedad de personas.

*Beneficios para niños y adolescentes:* Estimulación para el desarrollo psicomotor y del lenguaje. Mejor comunicación no verbal y más altos niveles de autoestima, popularidad y competencia social. Menos miedo y más sentimientos positivos en niños que han crecido con animales. Hay un claro papel educacional para algunos animales, ayudan a los niños a desarrollar juegos fantásticos y a guardar confidencias que de otro modo no dirían. Aprenden gracias a los animales sobre la vida, reproducción, nacimiento, enfermedad, accidentes, muerte, y otros acontecimientos que los niños viven por primera vez (6). Puede engendrar una empatía para todas las cosas vivientes, y deseos de preservar la vida salvaje y de entender que todos somos compañeros en la vida (1). La suavidad y la textura de algunos animales ofrecen beneficios a los niños (seguridad, elemento de transición, como señalaba el Dr. Levinson). Los niños que demuestran crueldad con animales dan indicios de que ellos están siendo víctimas de abuso y harán otras actividades violentas de adultos si no se actúa (6). Ventajas para niños discapacitados físicos y psíquicos, con trastornos emocionales, jóvenes delincuentes, autistas, alumnos con necesidades educativas especiales (incluyendo contenidos del Aula de Naturaleza), o retraso

mental límite (potencia la autoestima, responsabilidad y lazos afectivos cuando se les enseña a cuidar animales) (5).

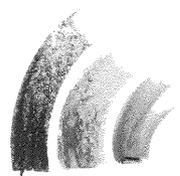
*Beneficios para personas mayores:* La compañía de los animales ofrece una alternativa para proteger a las personas de los estados de soledad. Para algunos, reemplazan a sus hijos que ya han crecido y se han independizado, o quizás los hijos que no pudieron tener; para otros proporcionan innumerables oportunidades de hacer nuevos amigos (5). Son compañeros de juego. Necesitamos jugar. Cuando paramos de jugar, morimos. Tenemos que aprender a jugar como aprendemos a caminar (1). Proporcionan risa e incrementan la actividad física y el desarrollo muscular. Además, se sienten útiles por tener ellos alguien a quien cuidar. Las mascotas permiten a los mayores ser independientes sin sentirse solos. Optimizan la atención y la percepción, mejoran la comunicación verbal y aumentan las expresiones faciales positivas (5). Los animales estimulan el sentido de la vista, olfato, oído y tacto. Satisfacen la necesidad humana de tocar y ser tocado, difícil para los pacientes institucionalizados (por ejemplo, el gato es un animal de contacto. Acariciar a un gato disminuye la presión arterial, resulta tranquilizador y relajante) (6).

*Beneficios para la salud mental:* Además de los relatos sobre la TAAC en unidades psiquiátricas, en adultos con depresión hay disminución del número de suicidios y disminución del tiempo de ingreso en hospitales psiquiátricos (2). Respecto a las personas adultas con retraso mental, se observa aumento del vocabulario oral comprensible, comunicación no verbal más rica, y mayor motivación (5).

*Beneficios para enfermos crónicos:* Hasta ahora, lo más estudiado se relaciona con las enfermedades cardiovasculares, como vimos en el capítulo anterior. Están en investigación la capacidad de algunos perros para prever crisis epilépticas y la intervención en hipoglucemias (8). La estimulación sensorial es muy importante en enfermos en coma, y en EE.UU. se emplean animales en algunos centros con estos pacientes.

*Beneficios para minusválidos físicos:* Posiblemente sean los más conocidos, sobre todo en discapacitados sensoriales. Para una persona confinada a una silla de ruedas, tener un perro adiestrado para que le coja el teléfono, las cosas que se le caen al suelo... y que le acompañe y facilite las relaciones sociales, es algo cada vez más habitual.

*Beneficios en centros penitenciarios:* Reducción de la violencia y otros comportamientos antisociales, suicidios y adicción a drogas, y mejor relación entre los internos y con los funcionarios de la prisión. Mejora la autoestima, desarrollan sentimientos de compasión, paciencia y confianza, y facilita la reinserción mediante cursos de formación ocupacional para internos. También en granjas (con menores), en centros penitenciarios con enfermos que tienen problemas psiquiátricos, y problemas de desintoxicación. En casos de víctimas de abusos y maltrato, y en el caso de jóvenes que maltratan animales, se trabaja TAAC para frenar ese aumento de generación de la violencia (2).



## Posibles riesgos y precauciones

*Zoonosis:* Sobre las zoonosis, la WHO/WSAVA *Guidelines to Reduce the Human Health Risks Associated with Animals in Urban Areas* (Edney ATB, ed. Geneva: WHO, 1981: 6), decía: "Mientras que actitudes irresponsables fácilmente dan como resultado problemas de superpoblación y animales vagabundos, contaminación ambiental y un incremento en el riesgo de enfermedades por zoonosis, los animales de compañía que están cuidados apropiadamente ofrecen inmensos beneficios a sus propietarios y a la sociedad y no son un peligro para nadie". Por ética, los animales de compañía requieren controles veterinarios periódicos y cuidados para prevenir (y/o tratar) enfermedades, tanto transmisibles al hombre, como las que sólo pueden afectarles a ellos. En pacientes con sida, los cuidadores debemos garantizar el acceso a información de calidad sobre zoonosis y comunicarles esta información de manera efectiva para mantener mínimos los riesgos de infección (9).

*Agresiones (mordeduras, arañazos):* Para evitarlas, además de entrenar al animal, existen programas de socialización para niños y adultos en los que se explica por qué el perro o el gato pueden sentirse amenazados, ofreciendo conocimientos básicos sobre comportamiento y psicología animal (6). Muchas veces los problemas aparecen por desconocimiento, o por caer en el antropomorfismo. Es deseo de todos los amantes de los animales, promover dueños de mascotas responsables.

*Alergias:* Ya hay estudios que señalan los efectos psicológicos negativos de separar al paciente asmático de su mascota, cuestionando esta medida y ofreciendo alternativas. Recordemos el fuerte componente somático del asma, y lo traumático que es para muchas personas apartarse de un animal que se ha convertido en un miembro más de la familia (10, 11). Resulta desconsiderado no contemplar cada caso particular en toda su dimensión y limitarse a decir, por ejemplo, a los padres de niños asmáticos "su hijo o el gato". Las cosas tampoco son así, ya que con otros alérgenos se adoptan medidas parciales (es inevitable salir a la calle en primavera, hay padres que no dejan de fumar pero procuran no hacerlo delante de sus hijos...) Si es cierto que hay que extremar las medidas higiénicas en el hogar (como en la alergia a ácaros) y no permitir que el animal entre en el dormitorio del paciente asmático. Si es posible ubicar al animal en otro hogar, evitar adoptar a continuación otra mascota aunque sea de una especie distinta, porque puede aparecer alergia por sensibilidad cruzada, y tener que pasar de nuevo por el trauma de la separación. Con el debido asesoramiento médico y el control mediante autocuidados del paciente, éste puede realizar actividades como, por ejemplo, ir de excursión a una granja escuela. Como pasa con los pacientes con sida, no podemos vetarles el contacto con animales aunque muchos profesionales sanitarios se echen las manos a la cabeza,

porque el amor no da zoonosis ni alergias. Es imposible.

*Duelo por la mascota:* Ya hemos comentado los beneficios que ofrecen las mascotas para las personas mayores. Pero existen inconvenientes a tener en cuenta: 1) El animal tiene una vida relativamente corta. Cuando la mascota muere, puede causar un trauma, especialmente en ancianos solos. A menudo les recuerda la muerte de su pareja, hermanos, amigos y la suya propia. 2) O no son capaces de ocuparse de los cuidados de un animal anciano y enfermo. 3) Cuando muere la mascota, tampoco puede el anciano adoptar un nuevo cachorro, por los cuidados que exige. 4) Si el anciano ingresa en el hospital, es frecuente que nadie quiera hacerse cargo del animal. 5) O si su estado de salud empeora, tanto a nivel físico como mental, no podrá cuidar del animal sin ayuda, lo que supondría una carga adicional en familias en conflicto. 6) Y si el anciano es el primero en morir, el animal queda solo. Por todo ello es importante contar con algún otro apoyo, familiares, amigos o asociaciones (12).

*Costes económicos:* Si, como hemos visto, la mascota puede mejorar la salud de sus dueños, éstos necesitarán menos apoyo de otro tipo que resulta más caro (menor consumo de fármacos, menos tiempo de estancia en hospitales...). Por otra parte, está el gasto que supone mantener las necesidades del animal (sanitarias, alimenticias...). Muchas asociaciones en sus programas de TAAC contemplan este problema y lo subvencionan, por ejemplo la Fundación Purina en su campaña de adopción de mascotas para mayores de 65 años. En cuanto a los costes de los programas de TAAC, que también suelen estar subvencionados, existen manuales de evaluación para valorar tanto su calidad científica y técnica, como la relación coste - beneficio (en España, editados por la Fundación Purina. El primero es sobre Gerontología y evalúa: salud física, autonomía funcional, deterioro cognitivo, estado de ánimo, bienestar psicológico y funcionamiento social) (5).

*Animales en los hospitales:* A pesar de tantos argumentos a favor sobre la salud humana en relación con los animales, a causa de las zoonosis, costes (tiempo - espacio - dinero) y "molestias" (olores, ruidos, excrementos), los animales no entran en los hospitales de agudos. Pueden jugar una parte importante en la medicina pero su manejo en el hospital necesita un plan cuidadoso y coordinado entre todas las disciplinas sanitarias. En algunos casos puede ser impracticable mantener animales en las unidades, pero el contacto con ellos debería estar permitido y, si es aplicable, fomentarlo, sobre todo en Pediatría. Puntos importantes a tener en cuenta para tener animales en los hospitales: 1) Elegir cuidadosamente al animal. 2) Chequeo de salud previo del animal. 3) Buen mantenimiento (comida, agua, excretas). 4) Higiene estricta. 5) Pedir ayuda experta si un animal enferma o se sospecha una zoonosis. Así se minimizan riesgos para los pacientes y para los trabajadores del hospital, aunque a pesar de todo hay personas que no quieren trabajar con animales debido a fobias o a alergias (13). Siendo realistas, en un Sistema

Nacional de Salud como el nuestro, con las dificultades de gestión y otros problemas en nuestros hospitales públicos, las mascotas tienen por el momento, la puerta cerrada. Aunque sería interesante considerar la iniciativa que se lleva a cabo en otros países, del voluntariado que visita a los enfermos con sus animales, cumpliendo los requisitos previamente estipulados. Una opción viable por el momento, y que también establece un nexo con otros seres vivos de este planeta, es cuidar de algunas plantas dentro del hospital.

*Requisitos generales:* Cada vez están más establecidos por las distintas asociaciones los requisitos que debe reunir un animal para participar en estos programas. La también llamada zooterapia requiere el trabajo interdisciplinar de veterinarios, psicólogos, médicos, enfermería, trabajadores sociales y terapeutas ocupacionales. Es aconsejable recurrir a las asociaciones protectoras de animales. 1) Elección del animal: actividad, docilidad, adiestramiento, necesidades alimentarias, necesidades de hábitat, cuidados e higiene, susceptibilidad a enfermedades, exámenes de salud. 2) Pautas para los profesionales que trabajen en programas de TAAC: formación en metodología de evaluación, control de calidad e investigación de resultados, conocimientos sobre Etología, necesidades sanitarias y de adiestramiento de las mascotas para garantizar su bienestar, control del hábitat en animales residentes.

### Conclusiones

Así como el terapeuta humano no puede curar un problema, tampoco pueden los animales. Sin embargo, ambos pueden actuar como catalizadores para que aflore la capacidad natural de una persona de resolver sus problemas psicológicos, ya que en esta vida todo depende de nuestro propio trabajo personal. No hablamos de un remedio mágico, sino de una tarea larga y constante (Tabla 3).

La búsqueda de comunicación entre especies se extiende a la relación con uno mismo, con los demás y con el planeta que todos compartimos. Cuando hay lágrimas y penas profundas, los animales no salen corriendo, como suelen hacer los seres humanos, cerrándose al dolor ajeno

(3). Cuando notan que su amo está triste, perros y gatos se acercan para apoyar su cabeza en sus rodillas o acurrucarse encima. "La sensibilidad es la ventana por la que los animales se asoman al mundo" (14). La fidelidad de algunos animales nos muestra uno de los más claros ejemplos sobre el amor incondicional que existen.

Respecto a los animales más empleados como terapeutas, unas últimas reflexiones:

Si asimilamos tranquilamente cómo reaccionan con nosotros los perros, sin interpretar sus reacciones o intentar justificar las nuestras, los perros llegan a reflejar exactamente la conciencia de que hemos de conocernos mejor a nosotros mismos (3).

Más de una vez nos relajamos por la simple y honesta relación con el gato. No se trata sólo del toque, por importante que éste pueda ser. Es también asunto de relación psicológica, de una clase que carece de las complejidades, traiciones y contradicciones de las acciones humanas. Todos quedamos marcados por ciertas relaciones humanas de vez en cuando, algunos de manera más aguda, otros de forma más somera. A los que les hayan quedado graves cicatrices mentales puede resultarles difícil creer de nuevo en alguien. Para ellos, un nexo con un gato puede proporcionar recompensas tan grandes que hasta les devolverá la fe en las relaciones humanas, destruirá su cinismo y su suspicacia, y curará a la vez sus cicatrices ocultas (15).

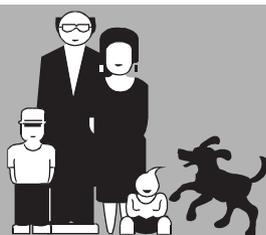
Por primera vez en la historia humana, no necesitamos de la fuerza física equina. Lo que sí necesitamos, tal vez más que nunca, es el potencial espiritual del caballo. Lo necesitamos para resolver conflictos dentro de nosotros y entre nosotros, y para reconciliarnos con nuestro maltrecho planeta. Entre los grandes dones que los caballos ya nos han regalado, éste puede ser el más grande (16).

Todos somos seres "latientes", lo primero que percibimos y más nos tranquiliza es el latido del corazón materno. Nos hace saber que no estamos solos en la vida. Sin embargo, la especie humana tenemos la capacidad de sentir vacío existencial, difícil tanto de explicar como de entender. La medicina para el alma humana se encuentra en la Naturaleza. Según las palabras del Doctor Levinson: Yo sé que los animales pueden seguir caminando sin el hombre ¿Puede el hombre seguir caminando sin los animales?

Tabla 3.

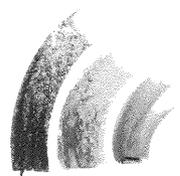
"El ser humano debe permanecer en contacto con la Naturaleza a lo largo de toda su vida para poder mantener una buena salud mental"

BORIS M. LEVINSON, 1969.



### Bibliografía

1. Levinson BM. Man, animal, nature. Modern Veterinary Practice 1972: 35-41.
2. Estivill S. La terapia con animales de compañía. Tikal Ediciones. Barcelona, 1999.
3. McElroy SC. Los animales: maestros y sanadores. RBA Editores. Barcelona, 1998.
4. Levinson BM. Psicoterapia infantil asistida por animales (1969). Fundación Purina. Barcelona, 1995.



- 
5. Varios autores. Resúmenes del 5º Congreso Internacional "Animales de Compañía, Fuente de Salud". Fundación Purina, 2001.
- 
6. Andrew TB, Edney BA. Companion animals and human health: an overview. *Journal of the Royal Society of Medicine*. 1995; 88: 704-708.
- 
7. Robinson I. *The Waltham Book of Human-Animal Interaction: benefits and responsibilities of pet ownership*. Oxford: Pergamon Elsevier Science Ltd. 1995.
- 
8. Lim K, Wilcox A, Fisher M, Burns-Cox C. Type 1 diabetics and their pets. *Diabetic Med* 1992; 9 (suppl. 2): 53-54.
- 
9. Conti L, Lieb S, et al. Pet ownership among persons with AIDS in Three Florida Countries. *American Journal of Public Health* 1995; 85 (11): 1559-1561.
- 
10. Coren S. Allergic patients do not comply with doctor's advice to stop owning pets. *BMJ* 1997; 314: 517.
- 
11. Tubiolo VC, Beall GN. Dog allergy: understanding our "best friend"? *Clinical and Experimental Allergy* 1997; 27: 354-357.
- 
12. O'Donovan S. Death in the family: helping with pets bereavement. *Nursing Times* 1997; 93 (20): 62-64.
- 
13. Cooper JE. Pets in hospitals. *BMJ* 1976, 1: 698-700.
- 
14. Mosterin J. ¡Vivan los animales! Editorial Debate. Madrid, 1998.
- 
15. Morris D. *Observe a su gato*. Plaza & Janés Editores. Barcelona, 1988.
- 
16. Irwin C. *La magia de susurrar a los caballos*. Ateles Editores. Madrid, 1999.
-