

Titulo.**TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES EN PSIQUIATRÍA.****Autores.**

Maria Ángeles Mota López.

Jenifer Alonso Martín.

Introducción.

La terapia asistida con animales (TAA) es una intervención directa y con objetivos prediseñados, donde participa un animal que reúne criterios específicos, como parte indispensable para el tratamiento.

Ha sido ideada para propiciar beneficios físicos, sociales, emocionales y cognitivos en una gran variedad de entornos, de manera individual o en grupo, valiéndose para ello de diferentes animales.

Esta terapia es dirigida por un proveedor de servicios de salud, que trabaja en el ámbito de su profesión y está diseñada para promover la mejora en el funcionamiento físico, social, emocional y / o cognitivo humano.

Todo el proceso de la intervención debe ser previamente diseñado y posteriormente evaluado.

Objetivos.

- Investigar y exponer la evidencia científica que sostiene el uso de terapias asistidas por animales en salud mental.
- Determinar las intervenciones que la enfermera especializada en Salud mental puede realizar en un programa de este tipo.

Metodología.

Revisión bibliográfica de la evidencia científica existente actualmente sobre los distintos tipos de Terapia Asistida por Animales y sus beneficios en salud mental mediante búsqueda bibliográfica en bases de datos como: Lilacs, Scielo, PubMed, Cochrane y Google Académico.

Desarrollo.

Los resultados que arrojan los diferentes estudios en cuanto a los diferentes beneficios de la Terapia Asistida por Animales son múltiples y variados, en este caso se exponen aquellos más relacionados con el ámbito de la Salud Mental.

Los beneficios se pueden resumir en los siguientes puntos:

Beneficios Físicos:

- Incrementa la actividad física y mejora las habilidades motoras, el equilibrio y la coordinación.
- Disminuye el estrés, la tensión arterial y la frecuencia cardíaca, previniendo y ayudando en una recuperación más rápida, tras intervención o enfermedades graves, sobre todo cardiovasculares.
- Acariciar a un animal es eficaz para aliviar el estrés y bajar la presión sanguínea, lo que reduce notablemente el riesgo a padecer enfermedades coronarias.
- Una mascota supone acusar menos problemas de salud, menos necesidad de medicación, y menos factores de riesgo a sufrir enfermedades cardiovasculares.
- En personas con limitaciones físicas, pueden servirles de estímulo para su rehabilitación.
- Apoyan a personas discapacitadas.

Beneficios Psicológicos:

- Orientación en la realidad
 - ▶ Los animales llaman la atención y por este motivo sirven como elemento de contacto con la realidad.
 - ▶ Sirven de punto focal para trastornos por déficit de atención.
 - ▶ Estimula la memoria, atención y concentración.
 - ▶ Estimula el lenguaje.

- Mejorar el estado de ánimo
 - ▶ Tienen efectos positivos sobre el estado de ánimo tanto de usuarios como del personal de las diferentes instituciones.
 - ▶ En situaciones tristes, la presencia de un animal sirve para alegrar el ambiente, aumentar la diversión, la risa y el juego. Estas distracciones positivas pueden ayudar a disminuir las sensaciones de aislamiento.
 - ▶ Reduce la ansiedad, el estado depresivo y el sentimiento de soledad.
 - ▶ Cuidar a un animal y observar cómo se desarrolla es un refuerzo potente para la autoestima.

- Colaboración
 - ▶ Se produce una mayor colaboración entre los usuarios y el personal de las instituciones cuando hay un perro presente.
 - ▶ Disminuye los comportamientos agresivos o manifestaciones de hiperactividad, mejorando el control de impulsos.

- Estímulo social
 - ▶ Los animales fomentan el contacto social; sirven de tema de conversación y facilitan las relaciones interpersonales.
 - ▶ Impulsa el desarrollo de la autonomía, responsabilidad, confianza, seguridad y sensación de sentirse útil.

- Necesidad de contacto físico

- ▶ Los animales de terapia satisfacen la necesidad de los seres humanos para el contacto físico.
- Incentivo
 - ▶ Sirven como motivación para las distintas modalidades de tratamiento.
- Combaten el aislamiento
 - ▶ Las interacciones con animales les pueden ayudar a centrarse más en su entorno, evitando que se concentren en sus problemas y preocupaciones.
- Apoyo al personal de las instituciones
 - ▶ Cuando hay una actitud de colaboración del equipo perro-guía con el personal de las instituciones, genera un ambiente positivo para los usuarios.
 - ▶ Es más rápido y sencillo conseguir los objetivos terapéuticos, ya que aumenta la motivación, implicación e iniciativa.
 - ▶ Facilita la intervención con pacientes muy resistentes y que antes no habían respondido con mejoría a otros tratamientos más convencionales.
- Empatía
 - ▶ Existen estudios que demuestran que los niños de hogares donde hay mascotas en que la mascota es considerado uno más de la familia, los niños desarrollan una mayor capacidad de empatía.
- Aceptación y vínculo
 - ▶ Se puede abrir una vía de comunicación emocionalmente segura entre el animal y la persona.
 - ▶ El establecimiento de un vínculo afectivo con un ser vivo, que proporciona afecto sin amenazas ni juicios, reforzará la autoimagen de los usuarios, su capacidad para asumir responsabilidades, la posibilidad de confiar en el otro, aumentará

su autoestima y su interés por cuidar y cuidarse, facilitará la interacción (intra y extragrupal), aumentará la integración y la motivación para relacionarse con los demás y con la sociedad.

Beneficios sociales:

- En un estudio realizado en los Estados Unidos sobre un programa de terapia asistida con animales en un centro penitenciario de adultos, la tasa de reincidencia de los que participaron en el programa fue del 13% comparado con el promedio nacional del 62,5%.
- Mayor tolerancia con los animales, las otras personas y con la propia persona.
- Enseña a las personas a apreciar los frutos de su esfuerzo. Hace ver que lo que hacen puede tener consecuencias gratificantes.
- Favorece la oportunidad de responsabilizarse de un trabajo propio.
- Ayuda en la reinserción sociolaboral.
- Desarrollo de hábitos y actitudes de responsabilidad, aprendizaje y enriquecimiento emocional.
- Permite aprender habilidades de comunicación eficaces para las interacciones sociales.
- Ayuda a desarrollar habilidades de comunicación que permitan mantener relaciones interpersonales saludables.
- Mejoras en: expresión emocional, abulia o apatía, alogia , estimulación cognitiva, anhedonia autoestima, sentimiento de soledad e incremento prosocial.

Hay diferentes tipos de terapia asistida con animales, podemos encontrarlas clasificadas por el ámbito en el que se llevan a cabo (institución, domicilio, residencia...), el tipo de terapia (individual, grupal...) o según el animal con el que se interviene.

En los múltiples artículos que se han revisado se han podido encontrar todas estas modalidades, aunque la más prevalente y la que en este caso concreto

se utilizará, es la clasificación según el animal con el que se realiza la intervención:

- ▶ **La terapia con caballos**, llamada hipoterapia o equinoterapia, utiliza principalmente el movimiento del caballo para la estimulación de los músculos y articulaciones de la persona. Se utiliza para trabajar patologías relacionadas con desórdenes del movimiento como la parálisis cerebral, los accidentes vasculares, la Esclerosis Múltiple, la Espina Bífida, las enfermedades neurodegenerativas, las enfermedades traumatológicas o los traumatismos cerebrales. También se trabajan problemas como el Síndrome de Down, el Autismo, la Anorexia o la Bulimia, y en problemas emocionales como la depresión y la ansiedad.

Este tipo de terapia utiliza diferentes técnicas de tratamiento: Hipoterapia, equitación terapéutica y equitación adaptada.

Al ser la equinoterapia una técnica física que moviliza el sistema articular y muscular está contraindicada en todos aquellos procesos en los que la movilización esté contraindicada.

Además existen unas contraindicaciones generales para cualquier tipo de Terapia Asistida con Animales:

- El paciente no debe tener conductas impredecibles o alteraciones conductuales que puedan dañar al animal o inducir una respuesta violenta por su parte.
 - Aquellos pacientes que presenten alergias o fobias a los animales.
 - Los pacientes que tengan heridas o quemaduras, salvo si éstas está debidamente cubiertas durante toda la sesión.
 - Pacientes inmunodeprimidos.
-
- ▶ **La terapia con delfines**, o delfinoterapia, se ha utilizado principalmente con niños autistas.

Hay estudios que sugieren que las ondas cerebrales del ser humano cambian en presencia de los delfines, provocando una armonización

entre los hemisferios izquierdo y derecho, promoviendo un estado de paz y tranquilidad, por lo que en la actualidad se trabaja con la hipótesis de que la interacción con estos animales provoca cambios a nivel neuroquímico y neuroeléctrico.

El propósito general de la terapia con delfines es motivacional, aunque se llegan a lograr otros objetivos relacionados con la mejora del lenguaje y la motricidad. También se utiliza en pacientes que han sido diagnosticados con discapacidades de desarrollo, físico y / o emocionales, tales como retraso mental y síndrome de Down.

El contacto con estos animales tiene lugar en delfinarios o en estanques y en espacios naturales delimitados donde se lleva a cabo el nado libre.

El problema actual de la delfinoterapia es que estos animales mantenidos en cautiverio viven menos tiempo y que la cautividad facilita que se presente agitación e incluso comportamientos agresivos que podrían ser peligrosos para las personas con las que se encuentren realizando terapia.

Las contraindicaciones básicas de esta terapia son las siguientes:
Epilepsia, enfermedad respiratoria acusada, no saber nadar y los pacientes oncológicos .

- **La terapia con animales de granja** es especialmente beneficiosa para pacientes con trastornos afectivos, ansiedad, esquizofrenia y trastornos de personalidad ya que tienen una influencia positiva fortaleciendo su autoestima y confianza, y aumentando su capacidad de calmar los propios miedos.

Otro de sus beneficios es la posibilidad de llevarse a cabo en instituciones residenciales de media o larga estancia sin que se necesiten grandes infraestructuras para ello.

- ▶ **La Terapia asistida con gatos** es un tipo de terapia que está cobrando popularidad actualmente. El gato común puede proporcionar una eficaz terapia física. El simple hecho de sostenerlo y acariciarlo a menudo, facilita la movilidad de los brazos y permite un mayor control muscular. El comportamiento silencioso, tranquilo e inalterable de este animal, transmite sosiego y relax a su cuidador, lo que contribuye a disminuir el nivel de estrés y ansiedad. Es especialmente apropiada para personas con movilidad reducida o en silla de ruedas, por su agilidad y facilidad para saltar al regazo a la llamada y para personas que toleran poco el exceso de actividad de otros animales.

En este caso la dificultad está en que los gatos de terapia no se pueden educar para ello como ocurre con otras especies, sino que debe ser un animal que ya muestre las características necesarias para ello. Debe ser tranquilo, aceptar la presencia de muchas personas cerca de él, aceptar caricias de buen grado y que reciba con gusto, todo tipo de demostraciones de afecto.

- ▶ **La terapia con perros o caninoterapia** es la más extendida actualmente. Los perros especialmente actúan como auxiliares en el tratamiento de patologías físicas, psicológicas y conductuales del ser humano, pudiendo ser orientadas en diferentes áreas de intervención clínica.

Para desarrollar las áreas de las emociones, la creatividad y las habilidades sociales en los usuarios, especialmente los de salud mental, es necesario trabajar con regularidad con el animal y la persona. Los ejercicios suelen ser muy sencillos al principio pero sirven para crear un hilo de conexión entre el perro y la persona, sirviendo como un trampolín hacia las relaciones con otros seres humanos.

En cuanto al profesional encargado de realizar la TAA debe ser una persona con la debida formación y acreditación por los organismos competentes. En el caso de la enfermería esta intervención está avalada por la *Nursing*

Interventions Classification (NIC) en su intervención, código NIC 4320:, Terapia Asistida con Animales; por lo que el profesional de enfermería debidamente formado es un adecuado proveedor de este tipo de cuidados tanto a los pacientes de salud mental como a cualquier otro paciente que lo necesite.

Conclusiones.

La evidencia científica sobre la TAA en el ámbito concreto de la psiquiatría es escasa, pero sí que se puede encontrar un número suficiente de artículos que, por separado, aplican la TAA a un determinado problema de salud mental o que observan resultados de las intervenciones en diferentes aspectos psicológicos.

Los estudios revisados presentaban muestras muy específicas, con criterios de inclusión y exclusión muy concretos, en la mayoría de los casos las muestras son pequeñas y carecen de grupo de control. También se han encontrado problemas a la hora de evaluar, ya que no se utilizan instrumentos estandarizados de evaluación para este tipo de terapias.

Por otro lado la eficacia de la TAA parece estar muy ligada a factores como el tipo de animal de terapia, la patología de la persona usuaria, el lugar de las sesiones, la duración de éstas, la frecuencia, la edad de los pacientes y el tipo de intervención, grupal o individual.

Además la existencia de otras terapias externas también puede modificar los resultados.

A pesar de esto el resultado de las intervenciones es generalmente positivo en todos los ámbitos desde un punto de vista objetivo, valorándose como “muy positivo” por las personas que reciben las intervenciones y sus familias. En cualquier caso sí que parece que las TAA no son perjudiciales para el tratamiento de los pacientes con algún tipo de trastorno mental, por lo que sí que es deseable que se lleven a cabo teniendo en cuenta las grandes limitaciones impuestas por los criterios de inclusión y exclusión de estos

estudios, utilizándose en aquellos casos en los que se cumplan unos determinados criterios para preservar el bienestar de los pacientes y de los animales implicados. El siguiente paso debe ir por la creación de instrumentos de evaluación fiables que se puedan utilizar para evaluar estas terapias arrojando resultados más definitivos y fiables que de los que hoy disponemos.

Bibliografía.

1. Muñoz Lasa S. Intervenciones asistidas por animales en neurorrehabilitación: una revisión de la literatura más reciente. El sevier [online]. [citado 18 abr 2015]. Disponible en: URL: <http://www.elsevier.es/es-revista-neurologia-295-articulo-intervenciones-asistidas-por-animales-neurorrehabilitacion-90378744>
2. Carmona Franc A. Los animales como terapeutas. [citado 18 abr 2015]. Disponible en: URL: <http://www.saludmental.info/Secciones/clinica/animalesterapeutasmarzo6.htm>
3. Elipe López I. La terapia asistida con animales: una nueva dimensión en la rehabilitación neuropsicológica. [citado 17 abr 2015]. Disponible en: URL: <http://www.aepccc.es/blog/item/la-terapia-asistida-con-animales-una-nueva-dimension-en-la-rehabilitacion-neuropsicologica.html>
4. Estivil S. La terapia asistida con animales de compañía. Barcelona. Tikal ediciones; 1999.
5. Fine A.H. Manual de terapia asistida por animales: Fundamentos teóricos y modelos prácticos. Barcelona. Fundación Affinity; 2003.
6. Martínez Abellán R. La Terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. Indivisa, Bol. Estud. Invest.; 2008.

7. Oropesa Roblejo P. Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador. MEDISAN [online] ; [citado 17 abr 2015]. Disponible en: URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192009000600015&script=sci_arttext
8. Ristol F. y Domènec E. *Terapia Asistida con animales. I Manual práctico para técnicos y expertos en TAA*. Barcelona. CTAC Ediciones, 2011.
9. Sams MJ. Occupational therapy incorporating animals for children with autism: a pilot investigation. *Am J Occup Ther.* 2006.
10. Anderson, J. Proprietarios de mascotas y factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares. *Medical Journal of Australia.* 1991.
11. Tellier M. , Vila M. Protocolos de actividades para usuarios con trastornos del “epectro autista” en un programa de Terapia asistida por Animales (TEAAC). Fundación affinity. Barcelona.
12. Tellier M. , Vila M. Protocolos de actividades para “trastornos de salud mental” en un programa de Terapia asistida por Animales (TEAAC). Fundación affinity. Barcelona.