

Nuevos téis
para la sobremesa

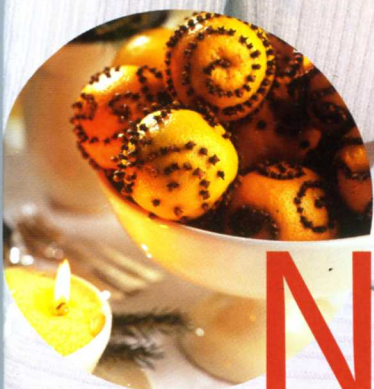
Animales
de "enfermería"

★ Pilates
contra las
lumbalgias

Feliz digestión
Las mejores plantas


El DNI de las
frutas exóticas

Belleza
Regalos naturales
Las UVAS de la salud



Navidad Zen

Cocina sana, adornos *feng shui*
y psicoastucias para unas fiestas en armonía



Caballos, delfines, perros..., los animales son un recurso terapéutico usado desde hace años para curar determinadas dolencias. Ahora se acaba de descubrir que los perros también pueden servir para la detección precoz de algún tipo de cáncer.

Texto: Juan R. Villaverde

Zooterapia **Animales** de “enfermería”

La terapia asistida con animales o zooterapia se encuentra enmarcada dentro de las nuevas corrientes holísticas y ecológicas que promueven un mayor contacto con la naturaleza, tanto vegetal como animal. Se trata de una terapia en la que participa directamente un animal, ya que la mayoría de personas reacciona de manera positiva al relacionarse con

animales de compañía. Puede ser una ayuda para la recuperación de personas que se encuentran en momentos de crisis, personas que han sufrido accidentes y para el ser humano en general tanto en la enfermedad como en la salud. Los estudios efectuados sobre este tema demuestran que lo que los terapeutas no han conseguido por los medios habituales se logra a

través de la relación del paciente con los animales.

■ Antecedentes históricos

Los primeros informes que hablan claramente de la utilización de animales en el tratamiento de enfermedades proceden del centro psiquiátrico York Retreat, fundado en 1792 en Inglaterra por la Society of Friends. Desde su fun-

dación, William Tuke, pionero en el tratamiento de enfermos mentales sin métodos coercitivos, observó que los pacientes podían aprender autocontrol si había criaturas más débiles que dependían de ellos. El centro proporcionaba conejos, gallinas y otros animales de granja, y representó una mejoría notable en una institución de ese tipo en su época, ya que los pacientes pudieron disfrutar de un entorno más humano. En 1867 los animales de compañía intervenían en el tratamiento de epilépticos en Bethel (Bielfield, Alemania), que actualmente es un sanatorio de pacientes aquejados por trastornos físicos y mentales, y donde cuidar a perros, gatos y caballos forma parte del tratamiento.

En 1944 la Cruz Roja estadounidense patrocinó un programa en el Army Air Force Convalescent en Pawling (Nueva York) mediante el cual empleaban a animales para rehabilitar a sus aviadores. En 1948 el doctor Samuel B. Ross fundó en las cercanías de Nueva Cork la granja Green Chimneys, la cual con los

años se ha constituido como la institución mundial más prestigiosa dedicada a la reeducación infantil y juvenil mediante actividades de terapias asistidas por animales. En la granja los chicos se involucran en el cuidado de los animales y han conseguido resultados espectaculares en niños con diversos trastornos del comportamiento. Pero es gracias a *Jingles*, el perro del doctor Boris Levinson, que hoy en día podemos disfrutar de la terapia asistida por animales. En su libro *Psicoterapia infantil asistida por animales*, Levinson relata las experiencias vividas junto a su perro y pacientes introvertidos que perdían todas sus inhibiciones y miedos gracias a la presencia del can en el consultorio, al favorecer la comunicación entre el psiquiatra y los pacientes. En 1966 Erling Stodahl, músico ciego, fundó el Centro Beitostolen, en Noruega, para la rehabilitación de invi-

dentos y minusválidos. Usó a perros y caballos para animar a los pacientes a hacer ejercicio; muchos de ellos aprendieron a esquiar, montar a caballo, y a disfrutar de una vida más normal que incluyera una actividad deportiva.

■ A quién puede ayudar

Los grupos de personas a las que se le puede aplicar la terapia con animales son múltiples, aunque quizás los niños y los ancianos sean los que experimentan un efecto terapéutico más notorio. No obstante, hay muchos más grupos de población que pueden resultar altamente beneficiados, como, por ejemplo, los enfermos terminales, los que presentan problemas psiquiátricos, los adictos a diferentes tipos de drogas, etc. Incluso se está utilizando para la reinserción de delincuentes.

Tercera edad

A los ancianos la compañía de los animales les anima y les revitaliza. Desde el punto de vista físico, tener un animal de compañía les obliga a tener una responsabilidad con el animal. Se ven forzados a salir a la calle para pasear con su mascota, e incluso las acciones más sencillas como darles de comer o jugar con ellos les suponen un ejercicio extra que mejora su salud física. Desde el punto de vista psicológico, la presencia de un animal supone una compañía importantísima en las vidas de los ancianos, ya que la mascota pasa a convertirse en un miembro más de la familia. En un estudio realizado por el doctor Aaron H. Katcher de la Universidad de Pensilvania, se demostró que el 98% de los entrevistados hablaba con sus mascotas como solían hacerlo con una persona y que el 81% creía que sus animales podían intuir sus estados de ánimo y actuar con empatía.

Según los estudios del doctor Aaron Katcher y Alan Beck, esta humanización afecta positivamente al sentido de la autoestima y la salud. Los animales son muy útiles para cambiar el foco del temor de personas angustiadas, al distraerlas y obligarlas a adoptar responsabilidades para cuidarlos.

Las mascotas dan a sus dueños una seguridad emocional que a menudo escasea en el mundo actual debido al ritmo rápido que vivimos y al gran número de cambios y situaciones nue-



Perros que diagnostican el cáncer de vejiga

Recientemente varios investigadores británicos, entre los que destaca Caroline M. Willis, directora de investigación del departamento de dermatología del Hospital Amersham, afirman que han enseñado a perros a detectar el cáncer de vejiga olfateando la orina del paciente. "Nuestra intención original era entrenar a los perros para detectar cáncer de piel, pero eso resultó muy difícil —explicó Willis—. Así que decidimos probar con los productos químicos anormales evacuados por el cáncer de vejiga en la orina, la cual es fácil de recolectar." A los perros se les enseñó a recostarse junto a una muestra de orina identificada como procedente de un paciente de cáncer. Cada vez que un perro elegía correctamente, se le daba un poco de comida como recompensa.

"Luego fuimos mucho más allá, y entrenamos a los perros para que aprendieran a reconocer el olor específico del cáncer, no sólo el olor asociado con efectos secundarios, como la inflamación —relató Willis—. Más tarde realizamos una serie de pruebas diseñadas para probar rigurosamente que estaban detectando un tipo específico de cáncer."

El resultado fue una tasa general de éxito del 41%, con 22 éxitos en 54 intentos. Es "un primer paso muy tentativo en esta área de la detección del cáncer por el olor", señaló Willis.

El hallazgo más interesante del estudio lo describe Tim J. Cole, profesor de estadísticas médicas en el Instituto de Salud Infantil de Londres. Se trataba de un paciente supuestamente sin cáncer cuya muestra de orina, sin embargo, fue consistentemente identificada como cancerígena por los perros. Aunque las demás pruebas resultaron negativas, "el médico de consulta se impresionó tanto con el trabajo de los perros que hizo otra prueba al paciente y encontró un carcinoma del riñón".

terapias alternativas



vas a los que estamos sometidos. Los animales de compañía constituyen una fuente inagotable de calor, seguridad y amor incondicional; tienen el don de hacernos sentir necesarios, dan un sentido de familia, nos animan a hacer ejercicio y nos ayudan a conocernos a nosotros mismos.

Niños

El efecto que producen las terapias animales en los niños tiene múltiples vertientes. Por ejemplo, hablaremos de la equinoterapia, dirigida a los niños con discapacidades en el habla. Esta terapia también se aplica a los niños en convalecencia o con enfermedades importantes. En estos casos el animal hace las veces de compañero, y evita que el niño se centre de forma exclusiva en su enfermedad, favoreciendo así una mejoría.

Para un niño, una mascota tiene un carácter mágico, ya que, aliado con el animal, superará todos los obstáculos. Éste se convierte en una herramienta de su pensamiento, que le ayuda en los malos momentos e impide que se sienta solo o inferior.

Niños y animales se convierten en inseparables por razones de identificación; los niños aceptan a los animales en sus juegos como sus iguales, creyendo que viven sus propias experiencias y

emociones. El cariño y el afecto hacia un animal de compañía puede ser el puente para mejorar las relaciones con las personas, aunque esta transferencia no es automática, sino que debe estimularse.

Entre los innumerables beneficios que aporta la relación niño-animal, podemos mencionar:

- Aprender a respetar la vida.
- Comprobar cuán gratificante resulta la experiencia de dar y recibir cariño.
- Ayudar a superar la separación de los padres.
- Experimentar sentimientos de control y confianza.
- Aumentar las habilidades sociales y de aprendizaje, y el dominio de la expresión verbal.
- Adquirir el sentido de la responsabilidad y la autodisciplina.
- Mejorar el sentimiento de autoestima.

Enfermos en general

Actualmente, la terapia asistida por animales se está usando en el sistema de visitas a enfermos. Esto consiste en

que el propietario hace una visita con su animal al enfermo, bien sea en el hospital o bien en su domicilio. Estas visitas son de gran ayuda, ya que el enfermo olvida temporalmente su situación para centrarse en la mascota que lo visita. Se ha demostrado que con esta terapia se producen grandes mejorías y se acelera el proceso de recuperación.

■ La equinoterapia

El National Center for Equine Facilitated Therapy (NCEFT) de Estados Unidos ha definido la equinoterapia como una forma especializada de terapia física que utiliza equinos en el tratamiento de problemas del movimiento asociados con

varias patologías neurológicas y neuromusculares, tales como parálisis cerebral, accidentes vasculares en el cerebro, esclerosis múltiple y traumatismos cerebrales. Los objetivos son normalizar el tono muscular y reforzar la musculatura postural, incrementando la habilidad para el desarrollo de las actividades funcionales cotidianas.

Asimismo y debido a la incondicional entrega del caballo, la experiencia se convierte en un gran factor motivacional para el paciente. Por lo mismo, niños con problemas de autismo y síndrome de Down también se han beneficiado de este procedimiento.

Esta modalidad se creó en Europa después de la Segunda Guerra Mundial, tras dos epidemias de poliomielitis, reconociéndose desde entonces como un tratamiento altamente exitoso.

En España existen varios centros dedicados a la equinoterapia. Nosotros hemos visitado uno de ellos llamado Sac Xiroi, situado en Castellvi de la Marca, en la comarca del Penedès, que se halla a 50 kilómetros de Barcelona.



La terapia con animales puede ayudar a jóvenes con problemas de adaptación social.

Se trata de un centro de recursos terapéuticos dependiente del Departament de Benestar Social de la Generalitat de Catalunya, fundado en 1986. A Miquel y Trinitat, responsables de Sac Xiroi, les gusta más el término "granja pedagógica", ya que su papel fundamental es el de ayudar a niños y jóvenes de entre 6 y 18 años con problemas de adaptación social (algunos de ellos de extrema conflictividad) a superar sus conflictos y recuperar la capacidad de establecer relaciones normales con su entorno. Desde 1997 Sac Xiroi incorpora la terapia asistida por animales al programa de Servicios Psiquiátricos Penitenciarios y ha obtenido unos resultados terapéuticos exitosos en el 42% de los casos, frente al 20% conseguido cuando no se utilizan animales. Según Trinitat Barceló, directora del centro, "cuando le dices a un chico que se encargue de cuidar un caballo, le estás diciendo que confías en él". Estos resultados se deben en gran medida a la gran calidad en la atención que se ofrece a los niños, ya que existen 17 empleados para 20 niños atendidos en el centro. Según el informe del Centro Psiquiátrico de Asistencia Primaria Infantil-Juvenil del Hospital de Sant Joan de Deu (CAPIP) de Barcelona, los niños atendidos en el Centro Sac Xiroi presentan trastornos de desarrollo de la personalidad con tendencias psicopáticas. Es decir, no se trata de una leve desestructuración de la personalidad, sino de un trastorno de personalidad incluido en la clasificación de los trastornos mentales.

■ La delfinoterapia

Los pioneros de lo que ya se conoce como "delfinoterapia" fueron Horace Dobbs en Escocia y el doctor David Nathanson en Florida, hacia 1978. En España, los primeros en emplear delfines en el tratamiento de pacientes con síndrome de Down, depresiones y autismo fueron los miembros de la Fundación Delfín Mediterráneo. Sus trabajos se llevaron a cabo en la cala Es Calders (en Cadaqués, Girona), donde cuatro delfines residían en una bahía. Esos delfines sirvieron para el tratamiento de niños con deficiencias psíquicas, y los resultados fueron realmente espectaculares. Todo funcionaba de maravilla hasta que algunas personas se

quejaron de que no se podía utilizar motores en ciertas áreas de la bahía para no perjudicar a los delfines.

Tristemente se tuvo que trasladar a los delfines a otro lugar, y esto supuso el final del proyecto.

Ahora, en Tenerife, un equipo dirigido por Marysol González Sterling está llevando a cabo nuevas experiencias.

En términos generales, esta modalidad es un procedimiento terapéutico basado en un trabajo dirigido al paciente, tanto dentro como fuera del agua, para que se relacione con los delfines, animales que poseen extraordinarias características de tolerancia y apertura. Niños y adultos logran incrementar su nivel de atención, como resultado del deseo de interactuar con los delfines. El propósito general de una delfinoterapia es motivacional, aunque se pueden lograr otros objetivos asociados con el lenguaje, la motricidad y el pensamiento conceptual. Tras mantener contacto con los delfines, se ha observado que las personas presentan una mayor sincronización entre los hemisferios cerebrales, además de un mayor grado de ondas cerebrales lentas en el espectro de alfa y theta. Esta situación activa el sistema inmune y autorregula los procesos corporales.

■ Terapias con perros

El programa de UCLA se inició en 1994, por iniciativa de Kathie Cole, enfermera de terapia cardiovascular y amante de los perros. Logró convencer a los directivos de su hospital de que los animales podrían alegrar a los pacientes a los que se les debe realizar un trasplante de corazón durante los meses que pasan en el hospital esperando un órgano.

Tanto éxito tuvieron los perros en su unidad que el programa se extendió a 26 de las 34 unidades de pacientes internos del hospital, y los beneficios de la compañía canina llegaron a más de 17.000 pacientes. En la actualidad poseen 40 perros que, antes de acompañar a los enfermos, pasan por una evaluación de una hora en que deben permanecer inmutables ante sillas de ruedas tambaleantes, desconocidos que

gritan y atemorizantes marañas de tubos.

Y no sólo en UCLA. En el hospital Mount Sinai de Nueva York incorporaron perros a los tratamientos de rehabilitación de pacientes con lesiones cerebrales y espinales. En el Colegio Médico de Virginia, en Richmond, Sandra Barker lleva a su propio perro para tranquilizar a los pacientes sometidos a terapias de electroshock que tiemblan antes del tratamiento. En Texas se usan perros para motivar a los niños que se recuperan de quemaduras, y para calmar a los pacientes en los pabellones de Alzheimer. ■



Para saber más:

Asociación Nacional de Terapias y Actividades Asistidas por Animales (ANTA): <http://sapiens.ya.com/infoanta>.
Asociación Española de Perros de Asistencia (EAPA): <http://www.ctv.es/USERS/aepa>.
Proyecto Animal: <http://www.humano.ya.com/proan>.
Sac Xiroi: <http://www.humano.ya.com/sac-xiroi/index.htm>.