

¿La Terapia Asistida con Animales influye de una manera positiva en los pacientes que padecen de una enfermedad terminal?

María Luisa López Arango

Asesor: Gustavo Adolfo Arango

Colegio Marymount

Proyecto de Grado

Medellín

2013

## Contenido

Resumen .....	3
Introducción .....	4
¿La Terapia Asistida con Animales influye de una manera positiva en los pacientes que padecen de una enfermedad terminal? .....	5
Objetivo general .....	5
Objetivos específicos .....	5
1. PACIENTES TERMINALES .....	6
1.1 Definición.....	6
1.2 Aspectos psicológicos .....	6
1.2.1 Proceso de adaptación a la enfermedad terminal .....	7
2. TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES (TAA).....	8
2.1 Historia.....	8
2.2 En qué consiste.....	9
2.2.1 Beneficios Psicológicos.....	10
2.2.2 Beneficios Fisiológicos .....	10
2.2.3 Aspecto científico.....	11
3. TAA PARA LOS PACIENTES TERMINALES.....	13
3.1 Salud Mental .....	13
3.1.1 Beneficios para la salud mental.....	14
3.1.2 La TAA y el modelo de Kübler-Ross.....	14
3.2 Apoyo al final de la vida .....	15
4. CONCLUSIONES .....	16
5. BIBLIOGRAFÍA.....	17

## Resumen

El trabajo se plantea desde la pregunta: ¿La Terapia Asistida con Animales influye de una manera positiva en los pacientes con una enfermedad terminal? Y este se desarrolla desde tres objetivos esenciales, la investigación sobre la terapia, su descripción y resultados verídicos. Los estudios sobre la Terapia Asistida con Animales demuestran los beneficios que esta brinda a los pacientes con enfermedades como Alzheimer, Autismo, enfermedades mentales, Síndrome de Down, enfermedades terminales etc. Esta terapia se caracteriza por el contacto positivo entre el paciente y el animal (más comúnmente el perro) y a partir de esta interacción el paciente se beneficia física y psicológicamente. Esta ayuda enormemente a los pacientes con enfermedades terminales al final de su vida, pues los animales les transmiten a estos la confianza, seguridad, apoyo y tranquilidad que tanto necesitan al estar en una situación crítica y emocionalmente inestables. Existen varios estudios que demuestran la efectividad de la Terapia Asistida con animales, todos ellos concuerdan en que la terapia induce beneficios mutuos tanto en el animal como en el hombre. Es interesante la propuesta que se plantea desde la Terapia Asistida con Animales para el beneficio de la salud mental de las personas, pues indudablemente esta es un soporte complementario a los medicamentos tradicionales.

Palabras clave: enfermo terminal, animales, emociones, endorfinas, cortisol, terapia.

## **Introducción**

Desde hace muchísimo tiempo los animales han sido parte de programas terapéuticos con el fin de ayudar a las personas. Estos son seres que transmiten a las personas sensaciones de paz, tranquilidad y amor. Este trabajo fue realizado con el fin de profundizar en un tema de interés personal relacionado con la psicología. El tema escogido combina varios intereses en una sola pregunta: los animales y el ser humano.

En el marco teórico se encuentra la información recopilada tras haber investigado a fondo la Terapia Asistida con Animales, sus beneficios para los enfermos terminales desde el punto de vista psicológico y fisiológico y los resultados de los estudios realizados sobre esta misma. La Terapia Asistida con Animales es un tema muy interesante que ha sido estudiado durante las últimas décadas y cuyo estudio permite comprender el lazo tan estrecho que ha existido desde hace muchos años entre el hombre y los animales, y como estos pueden traer beneficios a pacientes con enfermedades terminales.

## **¿La Terapia Asistida con Animales influye de una manera positiva en los pacientes que padecen de una enfermedad terminal?**

### **Objetivo general**

- Identificar en que aspectos influye de manera positiva el tratamiento con animales en los pacientes que padecen de una enfermedad terminal e investigar acerca de esta terapia.

### **Objetivos específicos**

- Investigar sobre los efectos positivos y benéficos que se producen al interior del ser humano cuando se está en contacto con animales.
- Describir la terapia y los animales que tengan mayores resultados
- Investigar casos reales y resultados de la Terapia Asistida con Animales

## **1. PACIENTES TERMINALES**

### **1.1 Definición**

El término “paciente terminal” hace referencia a la situación del paciente más que a una patología. Para que un paciente pueda ser clasificado como terminal se deben cumplir las siguientes condiciones:

- Ser portador de una enfermedad o condición patológica grave, que haya sido diagnosticada en forma precisa por un médico experto.
- La enfermedad o condición diagnosticada debe ser de carácter progresivo e irreversible, con pronóstico fatal próximo o en un plazo relativamente breve.
- En el momento del diagnóstico, la enfermedad o condición patológica no es susceptible de un tratamiento conocido y de eficacia comprobada que permita modificar el pronóstico de muerte próxima; o bien, los recursos terapéuticos utilizados han dejado de ser eficaces.(Rev. Méd. Chile, 2000)

Es importante resaltar que la edad avanzada no es un aspecto que se pueda tomar en cuenta para catalogar como terminal a un paciente y que sobre el plazo en que se produce la muerte hay diversas opiniones, desde menos de un mes, hasta seis meses.

### **1.2 Aspectos psicológicos**

“La percepción de la muerte inminente produce en quien la sufre un gran impacto emocional, a este se le denomina como el conjunto de respuestas fisiológicas, cognitivas y conductuales más o menos intensas que la persona manifiesta ante la percepción de la muerte inminente, y los problemas que ocasiona esta situación como resultado de apreciarla como amenazadora y también desbordante de los propios recursos” (Celso, 2013)

La muerte genera todo tipo de actitudes siendo el miedo, la depresión, la angustia y la ansiedad las respuestas más comunes. Debido a la duración habitualmente larga de su

enfermedad, el paciente tiene consciencia de la gravedad de esta, pues no solo experimenta complicaciones en el tratamiento, además percibe cambios físicos y en los hábitos cotidianos. Por otro lado la hospitalización y la escasa posibilidad de movimiento, aíslan al paciente de tener interacciones sociales facilitando una mayor propensión a estados depresivos.

### **1.2.1 Proceso de adaptación a la enfermedad terminal**

El modelo de Kübler-Ross (1969), mejor conocido como las 5 etapas del duelo, describe el proceso por el cual las personas lidian con la tragedia, especialmente cuando es diagnosticada con una enfermedad terminal o una pérdida catastrófica. Estas son

- Negación (frente al diagnóstico de la enfermedad y el pronóstico de muerte)
- Ira, enfado, cólera (se da cuenta que su situación es realmente grave y se vuelve una persona irascible)
- Pacto o negociación (El paciente se abre a una serie de promesas de cambiar, de mejorar, estas promesas suelen hacerse con Dios o con las distintas deidades)
- Depresión (surge la desesperanza al ver que las promesas no funcionan y no mejora su situación)
- Aceptación (La depresión deja de ser un problema y el enfrentamiento de la muerte podrá sobrevenir en calma y tranquilidad)

## **2. TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES (TAA)**

### **2.1 Historia**

Los términos vínculo hombre-animal y Terapia Asistida con Animales son relativamente nuevos, sin embargo a lo largo de la historia se ha reconocido la importancia de los animales, en especial los perros, en la vida de los hombres.

El primer caso documentado de Terapia Asistida con Animales en el cual se usó animales en un entorno terapéutico es el de William Tuke en el año 1792 en el Asilo de York, en Inglaterra. William Tuke utilizó animales de granja en su entorno natural y estimulaba a sus pacientes a que los cuidaran: el psiquiatra intuyó que los animales podían propiciar valores humanos y autocontrol en estos enfermos, mediante refuerzo positivo. (Fine A.H., 2003) (Cusack O., 2008)

Durante el siglo 19 se incorporaron animales en las instituciones mentales en Europa. Se podía observar cómo los animales proporcionaban una atmósfera más tranquila y libre para los pacientes. En 1919 la terapia con animales fue documentada en Estados Unidos. Entre 1944 y 1945 se utilizó a los animales como ayuda terapéutica para recuperar las secuelas psicológicas de la guerra en el Hospital para Convalecientes de la Fuerza Aérea del Ejército de Pawling, en Nueva York.

En 1953, el psiquiatra Boris M. Levinson descubrió el potencial como coterapeuta de su perro, al ver cómo un niño con problemas de retraimiento reaccionaba de forma positiva ante la presencia de su perro. El psiquiatra decidió entonces incorporar al perro a las sesiones terapéuticas y descubrió un mejoramiento en el estado mental del niño, pues la presencia del perro le ayudaba a tranquilizarse y expresar sus emociones.

A partir del descubrimiento de Levinson, se empezaron a efectuar estudios sobre los beneficios de los animales de compañía en la salud física y mental de los seres humanos.

En los campos de enfermería, medicina y psicoterapia la Terapia Asistida con Animales ha venido recibiendo cada vez una mayor atención como una forma aplicable de ayudar a los



pacientes. Existen evidencias recientes de que el contacto con animales ayuda a la recuperación de enfermedades vasculares y que además puede ayudar a prevenirlas.

Actualmente se ha incrementado de manera significativa el interés por el vínculo hombre-animal y en la Terapia Asistida con Animales gracias a los múltiples estudios que muestran cómo esta aporta grandes beneficios a la salud mental y física de los pacientes. Las investigaciones sobre este tema avanzan notablemente y se está tratando de normalizar el uso de animales como parte de las terapias. (Sisteró, Mrixtell et all, 2012).

## **2.2 En qué consiste**

La Terapia Asistida con Animales (TAA) es definida por la Delta Society como “una modalidad de tratamiento terapéutico en la cual un animal que cumple determinados criterios forma parte del proceso”. La TAA es un tratamiento formal, documentado y evaluado. Esta terapia está dirigida por un profesional de la salud quien marca los objetivos específicos del tratamiento. El propósito de esta es el de fomentar la mejoría en los aspectos emocionales, sociales, físicos y cognitivos de los pacientes. Los animales más utilizados para este tipo de terapias son los perros, caballos y delfines, siendo los perros los más utilizados para este tipo de terapia. Los objetivos generales de la TAA son:

- La restauración y el mantenimiento de las funciones físicas, cognitivas y sociales.
- El apoyo de las capacidades y habilidades mediante la realización de actividades y tratamientos.
- El apoyo de la inclusión en la situación particular de la vida.
- El mejoramiento del bienestar subjetivo

(Fundación Regálame Tu Sonrisa, Terapia Asistida por Animales)

La terapia consiste en la realización de un programa de rehabilitación, en la cual el animal (más comúnmente el perro) actúa como una herramienta más en los tratamientos psicológicos o físicos ya establecidos por el médico o profesional de la salud. Esta terapia

es un soporte poco convencional pero eficaz. La interacción paciente-animal, aporta a ambas partes una serie de beneficios. Para esta investigación nos centraremos en los beneficios que le aporta el animal al paciente.

### **2.2.1 Beneficios Psicológicos**

Al llevar a cabo esta terapia se pueden apreciar numerosos beneficios psicológicos, que aunque son difíciles de medir y calcular, son demostrados por los estudios. Algunos estudios han demostrado como la TAA es un método útil para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, estimular el contacto social, mejorar el estado anímico, aumentar la autoestima y reducir comportamientos agresivos. Esta terapia, además, permite que el paciente se enfoque lejos de la enfermedad y el dolor y que se disminuya la sensación de soledad, pues con la presencia de animales hace que las personas se sientan protegidas, confiadas y seguras.

Se produce, además, un mayor estímulo mental, pues los animales evocan recuerdos del paciente y proporcionan un ambiente más alegre. Estas distracciones positivas pueden ayudar a disminuir las sensaciones de aislamiento que sienten los pacientes internados en hospitales. Un estudio reciente realizado en Veterans Affairs Medical Center, St. Louis, Missouri; demostró que al estar 30 minutos con un perro cada semana se redujo la sensación de soledad en los residentes de atención a largo plazo. Esto demuestra cómo los perros y demás animales influyen en las personas de forma positiva.

### **2.2.2 Beneficios Fisiológicos**

Sostener y acariciar a un animal puede servir como un bienestar físico y brindar sensación de alivio. Existen estudios que demuestran que el contacto físico con un animal (en especial los perros) puede disminuir la presión arterial y mejorar la tasa de supervivencia de quienes hayan sido víctimas de ataques cardíacos.

Un estudio realizado por Odendaal (2000) en Sudáfrica encontró que puede ocurrir una disminución significativa en la presión arterial después de haber una interacción positiva entre el hombre y el perro durante un corto tiempo. También se ha demostrado que los perros pueden ayudar a disminuir la presión arterial durante actividades estresantes para las personas mayores que son hipertensas. Algunos investigadores como Katcher, Friedmann, Beck & Lynch han demostrado cómo al acariciar o hablarle a un perro se produce una disminución a corto plazo en la presión arterial y la frecuencia cardíaca. Se sugiere entonces que debido a su influencia positiva sobre los niveles de presión arterial, los perros pueden ser capaces de prevenir o al menos disminuir el riesgo de enfermedad cardíaca coronaria. (Jones, 2007)

### **2.2.3 Aspecto científico**

El estudio realizado por Odendaal (2000) en el cual se logró una eficaz interacción entre el hombre y el perro demostró que entre los 5-24 min de interacción los niveles de endorfinas, oxitocinas, dopaminas y prolactinas se duplicaron en el hombre, generando una sensación de tranquilidad y el cortisol (hormona que se libera en respuesta al estrés) disminuyó también de manera significativa: estos cambios fisiológicos están entonces ligados a una sensación de bienestar y relajación. Por otro lado se descubrió que estos efectos fisiológicos también le suceden al perro.

El sistema límbico de nuestro cerebro es el encargado de regular el componente emocional de nuestra conducta. El contacto con los animales genera la liberación de unas hormonas llamadas endorfinas en nuestro Sistema Nervioso Central, las cuales

generan sensaciones de tranquilidad, relajan y estimulan de forma positiva nuestros procesos mentales.

Es por esto que las Terapias Asistidas con Animales tienen unos efectos positivos en los pacientes pues al liberar endorfinas (las endorfinas son las hormonas que el cuerpo libera en respuesta al estrés o el dolor. Son opiáceos naturales del cuerpo, que se unen a los receptores en el cerebro para aliviar el dolor) facilita la superación de las enfermedades al proporcionar situaciones de alegría, optimismo y tranquilidad.(Hargreavens et al.)

Todo lo anterior nos lleva a concluir que la terapia con animales induce a una rápida eficacia en el tratamiento y demuestra resultados positivos en la evolución del paciente.

### **3. TAA PARA LOS PACIENTES TERMINALES**

#### **3.1 Salud Mental**

Los pacientes cuando son diagnosticados con una enfermedad terminal suelen reaccionar ante esta con actitudes de miedo, depresión, tristeza y angustia. Estos sentimientos encontrados hacen de la enfermedad del paciente una más tortuosa. Además el hecho de haber sido diagnosticados con una enfermedad terminal implica un proceso de adaptación, y muchos de estos pacientes experimentan un trastorno de adaptación que se caracteriza por cambios de ánimo, perturbaciones del sueño y ansiedad.

Es completamente normal que el paciente experimente una gran tristeza hasta cierto punto, como consecuencia del dolor, la proximidad de la muerte y la pérdida de fe en que va a mejorarse. La imposibilidad de llevar a cabo las actividades cotidianas y el sufrimiento físico pueden resultar en una depresión clínica que terminará de bloquearles del todo. (Holland, 2000)

En recientes estudios se ha demostrado la importancia de la salud mental y estabilidad emocional del paciente, imparcialmente de la etapa o estadio de su enfermedad, para el logro de su recuperación, el cumplimiento de sus tratamientos y para tener una mejor actitud ante la enfermedad. Es por esto que la Terapia Asistida con Animales (TAA) juega un papel importante en el bienestar mental de los pacientes terminales al ser una terapia complementaria del tratamiento médico.

### **3.1.1 Beneficios para la salud mental**

La Terapia Asistida con Animales permite que el enfermo olvide temporalmente su situación para centrarse en la compañía del animal. Esta ayuda a que los pacientes se sientan menos solos y deprimidos, proporciona además un cambio positivo en sus rutinas y, como consecuencia, comienzan a ser más activas y sensibles antes, en el transcurso y después de la terapia. No solo les permite entretenerse un rato; además, se distraen y se relajan porque enfocan su atención en el animal en vez de en su propia enfermedad. Es importante mencionar que la relación con los animales contribuye también a que el paciente se vuelva más sociable con las demás personas y mejore su estado anímico.

Resultados de un estudio realizado en la Facultad de Veterinaria de la Universidad de Buenos Aires revelan los efectos de la Terapia Asistida con Animales en el final de la vida: “modifica significativamente el estado de ánimo y reduce la ansiedad del paciente” (Brizi, Mariela. Estudio de la Facultad de Veterinaria de la UBA). Además el contacto con los perros les aumenta la sensación de bienestar, les trae recuerdos de momentos placenteros y el contacto directo estimula la salud emocional y espiritual.

### **3.1.2 La TAA y el modelo de Kübler-Ross**

Los animales pueden ayudar a reducir los sentimientos de soledad, estrés desesperación, miedo y aislamiento. Como anteriormente se mencionó, los pacientes terminales atraviesan un proceso de adaptación al diagnóstico de su enfermedad, el cual se conoce mejor como las cinco etapas del duelo.

Estas etapas se atraviesan de mejor manera si las personas que rodean al paciente lo apoyan y son un soporte emocional. Sin embargo, enfrentarse a familiares en esta situación genera en los pacientes sentimientos encontrados y puede transmitirle a los pacientes ansiedad y miedo.

Para los pacientes terminales que experimentan los cinco estadios descritos por la Doctora Elizabeth Kübler-Ross (rechazo, ira, negociación, depresión y aceptación) se ha demostrado que la Terapia Asistida con Animales les ayuda a superarlos más rápidamente, lo cual significa que esta terapia ayuda a que los pacientes se adapten a su condición terminal más fácilmente y les proporciona sensaciones de tranquilidad y bienestar. (Brizi, 2005)

Los animales ayudan al enfermo a lidiar con todos estos sentimientos encontrados, pues los aceptan incondicionalmente y sin prejuicios a diferencia de las personas. A un animal no le importa si la persona tiene un aspecto desgastado, si no tiene dientes o si su enfermedad lo ha consumido hasta los huesos, siempre será un apoyo sin importar qué apariencia se tiene.

### 3.2 Apoyo al final de la vida

Los animales no solo transmiten sensaciones de bienestar y tranquilidad, son considerados además un apoyo para el paciente al final de su vida. Cuando un paciente está en su fase terminal lo que más necesita es un apoyo emocional para poder atravesar el final de su vida con más serenidad. Los animales como mencioné anteriormente son unos seres que inspiran tranquilidad, amor, paz, confianza y seguridad. Son seres que no les importa el mal aspecto que tenga la persona, siempre serán leales a esta.

Está comprobado que la Terapia Asistida con Animales (TAA) es una terapia complementaria a los tratamientos tradicionales que efectivamente mejora el ánimo del paciente, le brinda unas horas a la semana de serenidad y tranquilidad que lo alejan de sus preocupaciones y de su dolorosa rutina. Además de ser un apoyo, los animales ayudan a que el paciente enfoque su atención en contemplarlos y acariciarlos, alejándose de pensamientos negativos que puedan afectar su salud mental. Es por estas razones que la TAA es un recurso importante que sin lugar a dudas optimizará la salud emocional del paciente y brindarle un final digno.

#### 4. CONCLUSIONES

Después de realizar este trabajo se concluye que la Terapia Asistida con Animales es una herramienta útil y efectiva al ser usada como complemento del tratamiento médico del paciente. Esta terapia trae consigo múltiples beneficios físicos y mentales; estos hacen del tratamiento del paciente uno más provechoso y menos doloroso.

En el caso de los pacientes terminales, esta terapia es de gran ayuda en lo que respecta a la salud mental y emocional del paciente, pues le brinda espacios de tranquilidad, serenidad, confianza, seguridad y felicidad al estar en contacto con los animales. Es importante resaltar que la TAA no es la cura para la enfermedad que tenga el paciente y mucho menos si es un paciente terminal, es simplemente una terapia de apoyo que ayuda a la persona a adaptarse más fácilmente a su enfermedad y que le proporcionará tranquilidad y alivio al final de sus días.

La TAA es uno de los múltiples cuidados paliativos disponibles para hacer del final de la vida uno menos doloroso, y esta sin lugar a dudas refuerza la creencia en el estrecho vínculo que une a los hombres con aquellos seres que poseen poderes terapéuticos, los animales.

Aunque no existan muchos estudios sobre la TAA, se ha demostrado que esta puede ser muy positiva para la salud del paciente, y este trabajo demuestra que esta terapia debería ser más utilizada hoy en día para reforzar los tratamientos médicos ya establecidos en pro de un final digno.



## 5. BIBLIOGRAFÍA

Rev. méd. Chile v.128 n.5 Santiago mayo 2000

Iglesias, Celso. (2013, 2 de abril) Tesis Aspectos psicológicos ante la enfermedad y la muerte.

Kubler-Ross, Elisabeth. (1969). On Death and Dying.

Canals Sisteró, Meritxell & Buil Martínez, Irene. (2012, 20 de enero). Terapia Asistida con Animales. Consultado el día 10 de septiembre de la World Wide Web: <http://ddd.uab.cat/pub/trerecpro/2011/85707/terasiani.pdf>

Jackson, Justine (2012). Animal- assisted therapy: The human-animal bond in the relation to human health and wellness. Consultado el día 10 de septiembre de la World Wide Web: [http://www.winona.edu/counseloreducation/images/justine\\_jackson\\_capstone.pdf](http://www.winona.edu/counseloreducation/images/justine_jackson_capstone.pdf)

Fundación Regálame Tu Sonrisa. Terapia Asistida por Animales. Consultado el día 10 de septiembre de la World Wide Web: <http://www.regalametusonrisa.org/home/fundacion-bocalan>

Jones, Melany. (2007) Lead the Way. Consultado el día 11 de septiembre de la World Wide Web: <http://www.ltw.com.au/benefits.php>

Cuerpo canino terapéutico Lincoln. Terapia y actividades asistidas con animales. Consultado el día 11 de septiembre de la World Wide Web: <http://www.terapiaconperros.com/default.asp?webpage=Beneficios2>

Odendaal, Johannes (2000). Animal-Assisted therapy: Magic or Medicine?. Sudáfrica.

Hargreavens, Rodrigo & Retamal, Patricio. Zoo terapia: Animales que curan. Consultado el día 11 de septiembre de la World Wide Web: <http://www.petsalud.cl/articulos/zooterapia.htm>

Holland, Jc (2000). Principles of psycho-oncology. 5ta ed. Hamilton, Ontario.

Brizi, Mariela. Estudio de la Facultad de Veterinaria de la UBA.

Brizi, Mariela. 2005. Terapias Asistidas con Animales (TACA) en una Unidad de Cuidados Paliativos