

228
rej



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE PSICOLOGIA

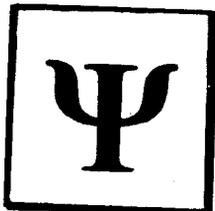
EL ANIMAL DOMESTICO COMO INSTRUMENTO
INNOVADOR EN MEXICO PARA LOS
PROFESIONALES EN SALUD

TESIS DOCUMENTAL
QUE PRESENTA:
PATRICIA DIANA SOTO TELLO
PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA

DIRECTOR DE TESIS:
JOSETTE BENAVIDES TOURRES

MEXICO, D. F.

MARZO DE 1995



FALLA DE ORIGEN



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A mis padres; Fernando y Patricia:

Agradeciéndoles todo su amor y apoyo durante mi vida, deseando que este trabajo sea un pequeño trofeo por su grandioso ejemplo de trabajo y lucha constantes.

A mis abuelos; Lolita, Alicia, Luis y en especial a la memoria de mi gran abuelo Adolfo:

A los que he tenido la dicha de conocer y la bendición de contar con su gran amor, paciencia e invaluable consejos.

A mis hermanos; Alicia, Fernando y Ricardo:

Que han sido grandes compañeros y amigos incondicionales en todas las empresas de mi vida.

A mis amigas; Lorena, Monica y Ana.

Por su gran apoyo y amistad que va más allá de las fronteras.

A mis tíos y primos.

Con alegría por ser parte medular en mi vida, una familia grande y bella que me ha aceptado con virtudes y defectos, deseando de corazón siga siempre siendo tan unida como siempre.

Agradecimiento especial a:

Lic. Fernando Daniel Gil Gutú por su ayuda y apoyo en la presentación e impresión.

Mvz. Ernesto Ávila Escalera por ser el primero en introducirme al tema.

Arq. Juan Escamilla Saut por su orientación y comentarios.

Y por su amistad incondicional sin la cual no hubiese sido posible la realización de este trabajo.

A todos aquellos que tengan la fortuna de contar con un amigo más, su mascota, ya que me han brindado grandes enseñanzas y amor, que por siempre vivirán en mi corazón.

CONTENIDO

CONTENIDO.....	3
RESUMEN.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
I PARTE : ANTECEDENTES.....	8
CAPITULO I. - EL HOMBRE Y EL ANIMAL.....	8
1.1. HISTORIA DE LA DOMESTICACIÓN.....	8
1.2. CRONOLOGÍA.....	11
1.3. LAS MASCOTAS MÁS COMUNES.....	12
1.3.1. EL PERRO.....	12
1.3.2. EL GATO.....	13
1.4. EL ANIMAL Y EL PENSAMIENTO MÍSTICO DEL HOMBRE.....	15
1.4.1. EN EL MUNDO.....	15
1.4.2. EN MÉXICO.....	17
II PARTE: MARCO TEÓRICO.....	20
CAPITULO II. - EL HOMBRE SALUDABLE.....	20
2.1. LA SALUD.....	20
2.1.1. DEFINICIÓN.....	20
2.1.2. SALUD MENTAL.....	21
2.2. LA IMPORTANCIA DE LA CALIDAD DE VIDA.....	23
CAPITULO III. - ENFOQUE HUMANISTA EXISTENCIAL.....	27
3.1. CARL ROGERS Y LA TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE.....	28
3.2. ABRAHAM MASLOW Y EL PRINCIPIO DE AUTORREALIZACIÓN.....	32
3.3. ROLLO MAY Y LA TERAPIA EXISTENCIAL.....	37
3.4. VICTOR FRANKL Y LA LOGOTERAPIA.....	41
III PARTE : CONOCIMIENTOS ACERCA DEL APROVECHAMIENTO DE LOS ANIMALES PARA LA SALUD DEL HOMBRE.....	46
CAPITULO IV. - PAPEL QUE JUEGAN LAS MASCOTAS EN EL INDIVIDUO Y EN LA SOCIEDAD.....	46
4.1. EL APOYO SOCIAL.....	46
4.1. FACILITADORES SOCIALES.....	51
CAPITULO V. - EL VINCULO HOMBRE - ANIMAL.....	53
5.1. DETERMINACIÓN DEL VINCULO , APEGO Y RELACIÓN CON LA MASCOTA.....	53
5.2. DIFERENTES CLASES DE DUEÑOS.....	56
CAPITULO VI. - APLICACIONES EN LA EDUCACIÓN Y EN LAS RELACIONES FAMILIARES.....	59
6.1. MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA.....	59
6.2. TERAPIAS EN NIÑOS EXPUESTOS A SITUACIONES CRÍTICAS.....	63
CAPITULO VII. - UTILIZACIÓN EN ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS INFANTILES.....	68
7.1. DELFINOTERAPIA Y AUTISMO.....	68
7.2. LA HIPOTERAPIA.....	70
CAPITULO VIII. - APORTACIONES RESPECTO AL ESTRÉS, ANSIEDAD Y PRESIÓN SANGUÍNEA.....	74
8.1. REDUCCIÓN DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD.....	74
8.2. ESTABILIZACIÓN DE PRESIÓN SANGUÍNEA.....	77
CAPITULO IX. - BENEFICIOS PARA MINUSVÁLIDOS, PERSONAS HOSPITALIZADAS Y EN CASAS DE ASISTENCIA.....	80
9.1. APLICACIÓN DE PERROS DE ASISTENCIA.....	80
9.2. MEJORAS EN ANCIANOS.....	83
CAPITULO X. - ALTERNATIVAS PARA PERSONAS QUE SE ENCUENTRAN AISLADAS.....	90
10.1. ENFERMEDADES CRÓNICAS Y DEGENERATIVAS.....	90
10.2. UTILIZACIÓN EN PRISIONES.....	92
10.3. ENFERMEDADES MENTALES.....	96
IV PARTE : PERSPECTIVAS DE APLICACIÓN Y CONCLUSIÓN.....	98
CAPITULO XI. - LA ELECCIÓN DE LA MASCOTA.....	98
11.1. EL SEXO (MACHO O HEMBRA).....	100
11.2. LA EDAD.....	101
11.3. DIFERENTES RAZAS.....	103
CAPITULO XII. - IMPLICACIONES DE POSEER UNA MASCOTA.....	106
12.1. EDUCACIÓN E HIGIENE.....	106
12.2. MARCO ÉTICO Y LEGAL.....	109
12.3. SEPARACIÓN DEL ANIMAL.....	112
CAPITULO XIII. - CONCLUSIÓN.....	116
13.1. CONCLUSIONES.....	116
13.2. LIMITACIONES.....	124
13.3. SUGERENCIAS.....	125
ANEXO 1.....	126
ANEXO 2.....	129
ANEXO 3.....	130
BIBLIOGRAFÍA.....	132

RESUMEN

Este trabajo es una descripción y un análisis crítico de alcance y profundidad de tipo documental, principalmente de artículos tomados de revistas especializadas y de reconocido prestigio, respecto a una innovadora alternativa para los profesionales en la salud y de manera más específica, para los profesionales en Psicología. La "terapia facilitada por animales" es un término nuevo que permite expresar la utilización de animales como perros, caballos, gatos, pájaros, etc. por parte de los especialistas en salud como psicólogos, médicos, veterinarios, terapeutas, etc. para la obtención de mejoras en la calidad de vida y en la salud de pacientes de muy diversas índoles, desde personas "normales", hasta personas con trastornos físicos y/o emocionales como; ancianos, minusválidos, niños con síndrome de Down, parálisis cerebral, autismo, personas con Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, (S.I.D.A.), cáncer y hasta personas que viven en prisiones. La utilización de los animales en la mejora de la calidad de vida y salud del hombre, hoy en día es una realidad; en el campo psicológico la literatura es limitada, sobre todo en nuestro país. Debido a esto es necesario ampliar más el campo del conocimiento y brindar información respecto a estos, los cuales se han obtenido como veremos por medio de investigaciones en todo el mundo, dirigidas por científicos serios, las experimentaciones respecto a las diferentes formas de implementación han brindado conocimientos interesantes y muy importantes ya que son de mucha ayuda para las personas a las que les agradan los animales, ayudándolas principalmente a sentirse motivadas a vivir.

INTRODUCCIÓN

Esta investigación documental tiene el propósito de describir los avances que se han suscitado en los últimos años a nivel internacional acerca de la utilización de los animales de compañía, también llamadas mascotas, en el ámbito de la salud del ser humano.

Los objetivos planteados para esta investigación documental son los siguientes:

1. Mostrar como los animales pueden influir en la salud y la calidad de vida del ser humano.
2. Crear conciencia e interés en los profesionales involucrados en la salud, acerca de la importancia del papel de las mascotas como auxiliares en la terapéutica humana para diferentes enfermedades y problemas sociales.
3. Brindar un panorama de las investigaciones que se realizan en otros países respecto a la utilización del animal como instrumento que ayuda en la salud del hombre.
4. Actualizar en lo posible los conocimientos que se tienen en esta área en la ciencia Psicológica.
6. Proponer una alternativa para el aprovechamiento de los animales en beneficio de la salud comunitaria en México.

El constante estudio realizado por instituciones e individuos que se preocupan por mejorar y encontrar alternativas efectivas, aplicables, económicas e innovadoras, que amplíen y enriquezcan los conocimientos que se tienen acerca de la salud del hombre, proporciona desde hace algunos años una nueva visión acerca de la relación del hombre con los animales, específicamente los llamados animales de compañía o mascotas, ya que por medio de investigaciones serias en todo el mundo se ha encontrado que pueden ser muy benéficas para la salud y bienestar del ser humano.

La literatura que se refiere a la relación de los animales con los humanos se puede dividir en dos partes; una que es la forma en que se ha relacionado el hombre con los animales desde tiempos prehistóricos hasta nuestros días, lo que se abordará en la primera parte de los antecedentes. En la segunda parte de marco teórico, se proporcionan las definiciones de salud, calidad de vida y su relación con los principales exponentes de la psicología humanista existencial. Por otro lado se encuentra la literatura que se refiere a los animales como proveedores de algún tipo de beneficio en la salud y la calidad de vida del hombre, que se abordará de manera más específica en la tercera parte, siendo su utilización de manera individual o institucionalizada (como en asilos, psiquiátricos o prisiones).

La salud pone en juego diferentes áreas de la vida de una persona, la herencia, el ambiente y las relaciones sociales todas ellas de suma importancia, el pensamiento holístico y humanista existencial toman en cuenta la estrecha relación existente entre el hombre y su mundo siendo su principal punto de partida y enfatizando, que la verdadera salud y bienestar del hombre no se encuentra de manera aislada en él, sino en la adecuada relación que existe entre el ser humano, el medio y todos los seres vivos que comparten el mundo.

Considerando la personalidad del hombre como un sistema bio-psico-social no se puede dejar de lado la influencia de la relación e interacción que tiene el hombre con la naturaleza y las modificaciones que causa ésta en el organismo.

El hombre tiene, aunque no se percate de ello, lazos fuertes que lo unen a las criaturas vivientes y a todo su medio ambiente, por ello su salud y vida dependen de la relación que entable con ellas.

En las grandes urbes, en muchas ocasiones la representación de la naturaleza está dada por las mascotas. El término es definido de la siguiente manera: "Persona, animal o cosa a los cuales se le atribuyen virtudes para alejar desdichas o atraer la buena suerte" (G.E.L. Tomo 15, 1991). No se sabe a ciencia cierta en que momento se comenzó a utilizar este término para designar a los animales que conviven más estrechamente con el hombre y con los cuales llega a tener sentimientos de amistad y cariño. El que se le designe este vocablo a un animal permite resaltar esas cualidades de algunos animales.

En la ciudad gozamos de muy pocas oportunidades para tener contacto directo con la naturaleza y el reino animal, ya sea por factores como: falta de lugares (suficientes áreas verdes, zoológicos y centros culturales), falta de tiempo (generalmente por las actividades laborales y por el tiempo que se pierde en trasladarse de un lugar a otro), y falta de espacios adecuados (existencia cada vez más reducida de casas habitación que permitan poder tener en ella jardín, plantas y animales). A pesar de lo anterior muchos diferentes tipos de mascotas son adquiridas por una considerable proporción de la población ya que algunos de los animales domésticos se pueden tener en ocasiones hasta en un pequeño departamento (como por ejemplo; tortugas, peces, pájaros, hámsters y hasta los pequeños perros llamados "toy" o miniatura) y la mayoría de estas personas encuentran satisfacción al poseerlas.

Las consecuencias de la falta de contacto con los animales en las generaciones más jóvenes son importantes, ya que no en raras ocasiones ni siquiera se conocen las principales especies que existen en nuestro país sino que además no se les enseña la importancia que tiene para el ser humano respetar toda forma de vida en el planeta. Los niños actualmente tienen cada vez menos oportunidad de tratar con organismos vivos y eso causa un gran peligro, ya que creen que todo puede ser hecho por el hombre disminuyendo con esto el respeto natural y la veneración que el hombre debe de sentir por la naturaleza, esto hace que se deba poner énfasis en la educación de la niñez con respecto a la convivencia del hombre con otros seres vivos.

Una manera de comenzar a mejorar este aspecto, es primeramente tomando conciencia de los animales que comparten nuestra vida tan cerca e íntimamente, como nuestras mascotas y segundo, el investigar y conocer los beneficios que hemos obtenido durante milenios de ellas, pero sobretodo las potencialidades que podemos y debemos aprovechar a partir de este momento para un mejor futuro. Quien mejor que la ciencia Psicológica para comenzar a hacerlo.

Se han realizado muchas investigaciones acerca de la relación del individuo con miembros de su misma especie pero desgraciadamente, debido al egocentrismo del ser humano no se ha investigado tan profundamente la relación de él con otros seres vivos, como se da esa relación (animales-hombre) y como se influyen mutuamente una especie a la otra. En este caso los animales que conviven y comparten con el hombre su vida diaria de manera íntima y emotiva como "las mascotas". He aquí la importancia de esta investigación.

Para finalizar se concluye enfatizando la importancia de tomar en cuenta a los animales como posibles instrumentos innovadores en México, que utilizados adecuadamente junto con otras formas de intervención logran funcionar como facilitadores en muchos tipos de intervención.

Los artículos que se utilizaron en esta investigación documental son resultado de una investigación profunda de varias personas que proporcionaron artículos los cuales no se encuentran en México y son de muy difícil acceso, las personas que han ayudado a la recolección a nivel mundial de estos artículos son el Medico Veterinario Ernesto Ávila y el Arquitecto Juan Escamilla, citados en este trabajo como asesores externos.

Para iniciar citaremos lo que el primer etólogo¹ de animales expresa acerca del trabajo con los animales:

"El hombre se siente conmovido por la realidad viva de la naturaleza y tanto más profundamente cuando mayores son sus conocimientos sobre ella... para poder escribir sobre la vida de los animales se ha de tener sensibilidad cálida y sincera hacia toda criatura viva... el amor que sabe ver, tanto en el comportamiento de los animales como en el del hombre, las relaciones que presenta". (Lorenz, 1975)

¹ Estudioso de las costumbres.

CAPITULO I.- EL HOMBRE Y EL ANIMAL

1.1. HISTORIA DE LA DOMESTICACIÓN

La relación entre los animales y el ser humano se ha venido dando desde tiempos muy remotos, reflejando continuos cambios en la actitud de las sociedades hacia el rol que han jugado los animales proporcionando alimento, transporte, status², protección, recreación compañía, simbolismos religiosos y bienestar, para comenzar es necesario definir los términos que reflejan la importancia de esta relación (según Young 1985).

Evolución.- es un proceso gradual de cambios significativamente diferentes que ocurre en los sistemas biológicos y socioculturales.

Amansamiento.- proceso de la eliminación gradual de la tendencia del animal de huir del humano, ocurre a nivel individual de la experiencia animal.

Mascota.- indica a un animal que es favorito o tratado con afecto y cariño, obteniendo alguna sensación grata por medio de las caricias o el juego con él, excluyendo a los animales que son utilizados para otras múltiples ocupaciones de trabajo, así como los que sirven de alimento o proporcionan productos utilizados por el ser humano.

Animal de compañía.- utilizada en la ampliación del termino mascota, refiriéndose a los animales que juegan el papel de acompañantes de todo tipo de personas, incluyendo los de asistencia o con alguna otra capacidad de ayuda "amigable".

Domesticación.- es un proceso implantado por el ser humano que involucra el cuidado de una especie animal y un cambio en el material genético en las generaciones siguientes, resultando con ello un cambio en la conducta, la morfología y las características fisiológicas.

Por otro lado, según Theodorson (1978) la domesticación es:

"La doma y la cría selectiva de animales realizada por el hombre con el objeto de obtener ciertas características deseadas como, por ejemplo la docilidad, la fuerza, un nivel elevado de producción de alimentos, una mayor resistencia a las enfermedades, etc. A menudo el termino también se aplica al cultivo y a la producción selectiva de plantas. La domesticación de animales y plantas permitió al hombre pasar de una economía de caza y recolección a una economía pastoril".

La domesticación de las plantas y animales señaló por lo tanto el comienzo de la producción de alimentos por el hombre, una etapa del desarrollo sociocultural humano a la que suele darse el nombre de periodo neolítico "nueva piedra".

² Consideración que se tiene a una persona desde el punto de vista económico y social.

Siempre ha sido difícil fijar la primera manipulación de especies vegetales ó animales que se desarrollara, en una dirección que condujese específicamente a la domesticación, los testimonios sugieren que fue un proceso muy lento y no parece resultado de cambios culturales repentinos o profundos.

El término domesticación denota generalmente aquella situación en la que los animales de una especie siguen reproduciéndose en condiciones de cautividad, donde además los cuidados y la alimentación están sometidos en cierto grado al control del hombre. La domesticación implica el establecimiento de una relación simbiótica de la que ambas especies extraen provecho. Esta práctica del hombre, afecta hondamente a la ecología y a los hábitos sociales de la especie animal, así como las propias pautas culturales del hombre. "El mantenimiento del control humano sobre una especie animal durante varias generaciones conduce generalmente una dependencia hacia los animales" (Enciclopedia de las Ciencias Sociales: Antropología. (E.C.S.A.) 1981, p.137).

El control provoca cambios en la morfología, en la fisiología y en la conducta de los animales de que se trate, promoviendo estos cambios acumulativos adaptación al hábitat doméstico, causando en muchas ocasiones una incapacidad para vivir independientemente en la naturaleza. Son pues los animales domésticos obra del hombre ya que su forma de existir ha sido configurada por el hombre.

"Al mantener varias generaciones el control humano sobre una especie animal, el bienestar cultural llega a depender de los animales. Estos se convierten frecuentemente en parte integrante del área habitada por el hombre, al menos durante parte del tiempo. Ese íntimo acomodamiento y control se justifica por el hecho de que los animales cumplen una o varias funciones en la vida en la comunidad. Entre estas funciones las más comunes son el servir de fuente de alimento, de combustible, de energía y de materia prima. Igualmente relevantes son las funciones que los animales desempeñan como símbolo de status, de prestigio o deidades religiosas, como fuente de placer estético y como medio de agresión y defensa. Del papel o de los papeles específicos que juega una especie dada en una sociedad determinada derivan múltiples efectos secundarios relativos a las formas de asentamiento, la arquitectura y el equipo, así como el valor atribuido a los animales y a la elaboración de normas que regulan los derechos de propiedad con respecto a ellos. A esto se añade el importante papel desempeñado por los animales en el simbolismo verbal, expresado en los mitos, en las canciones y en el vocabulario de la sociedad que los posee." (Dyson, 1977, p. 791-792).

Los análisis realizados sobre el motivo humano para domesticación especulan que son resultado de la interacción entre la conducta humana y el comportamiento animal. La doma³ debe haber sido el mecanismo inicial mediante el cual fueron introducidos los animales en el medio cultural humano. Puesto que los animales jóvenes pueden ser domados más eficazmente durante sus primeros periodos críticos de socialización y reconocimiento, se estima que la cría de tales animales jóvenes por los seres humanos produjo animales adultos domesticados. "En algunos casos es posible que ciertos animales adultos que no pudieran huir muy lejos del hombre se autodomesticarían en parte, para ser tolerados en el área ocupada por el hombre".(Ibid). Otra motivación puede ser la religiosa, incluyendo en este proceso a los animales totémicos que abordaremos posteriormente (V. Subcap. 1.4.).

³ Eliminar la tendencia en los animales de huir del hombre.

Los animales que poseen características favorables han sido potencialmente adaptables por sus pautas de comportamiento como son la capacidad de reproducción, la interacción entre los otros animales y sus crías, la respuesta al hombre, los alimentos y el hábitat característicos. La capacidad de los animales para satisfacer sus necesidades alimenticias en el medio del hombre o para vivir de los subproductos de la agricultura fue esencial para completar la domesticación.

1.2. CRONOLOGÍA

Es significativo que los principales centros de domesticación parezcan corresponder a los más importantes centros agrícolas: El cercano Oriente y Egipto (cultivo mediante semillas; domesticación de perros, ovejas, cabras, cerdos, ganado vacuno); en el Suroeste asiático (cultivo vegetativo; pollos, patos, gansos, perros, cerdos y ciertas clases de ganado vacuno); Perú (cultivo vegetativo; llamas, alpacas⁴, cobayas⁵, ánades⁶); México (cultivo mediante semillas; guajolotes). No se ha descubierto en ninguna parte del mundo pruebas de una domesticación anterior al final del Pleistoceno, acaecido hacia el año 10000 a. de J.C. (Dyson, 1977).

Los testimonios arqueológicos del cercano oriente, (los mas claros que se poseen) sugieren que el perro cropófago⁷, fue el primer animal domesticado; le siguen la oveja trashumante⁸ y la cabra; en tercer lugar el cerdo necrófago⁹ y en cuarto y último, el ganado vacuno.

Los primeros vestigios conocidos se remontan al séptimo milenio a. de J.C. en el Neolítico precerámico de Jericó con el **perro natufiense** (que ha sido identificado como un lobo) y en la cultura maglemosiense del norte de Europa, perteneciente a la misma época. La oveja **ovis orientaris**, descendiente de la oveja salvaje se encontró en Zai Chemi Shaniadar, en el norte de Irak. Hacia el año 6500 a. de J.C., Hacen su aparición las cabras domésticas que descienden de la **capra hircus aegagrus** salvaje en Jericó (Jordania), en Jarmo (Irak) y en Guran y Ali Kosh (Irán). Después hacia el año 6000 a. de J.C., se introdujo en Jarmo el cerdo doméstico, procedente de una zona aún no identificada. El vacuno doméstico de acuerdo con las pruebas actuales, apareció algo después, hacia el año 5500 a. de J.C., en Tepe Sabz, en el suroeste de Irán y en Banahilk Irak.

Hacia el año 2000 a. de J.C. es cuando se introdujo el caballo auténtico procedente del sur de Rusia; ciertas pruebas sugieren que en esta misma época se domesticó el dromedario en Arabia. El asno parece haber aparecido en Egipto en la época predinástica. Así pues, en general, los animales de carga parecen haber sido domesticados más tarde que los animales de consumo (Ibid.).

Según Zeuner (citado por Young, 1985), el probable orden en el cual las especies fueron domesticadas es el siguiente:

- 1.- Animales domesticados por la intervención de la agricultura; los que se alimentaban de los desperdicios del alimento del hombre como el perro, cerdo, pato, renos cabras y ovejas.
- 2.- Animales domesticados en la primera fase de la agricultura; vacas, búfalo, gallinas, avestruz, gato y hurón.

⁴ Mamífero rumiante de América cubierto de pelo rojizo, largo y fino.

⁵ Conejillo de indias.

⁶ Pato, ave que tiene patas palmeadas.

⁷ Que se alimenta de excrementos.

⁸ Que trashuma o cambia de pastos.

⁹ Que se alimenta de cadáveres.

3.- Animales domesticados después de la primera fase de la agricultura, de transporte y de labor; elefantes, camello y asno.

4.- Otros mamíferos; conejos, gacela, cabra montes, llama, y ratón.

5.- Los pájaros, peces e insectos no pueden ser clasificados cronológicamente, ya que no todas las especies han sido domesticadas. Las aves y los peces como mascotas principalmente se tuvieron por razones de alimento pero también por las estéticas y ornamentales, debido a su colorido y los sonidos que producen, siendo a partir de la edad media muy apreciados por esto.

En la **Tabla 9** se puede apreciar cronológicamente el desarrollo de los procesos de aprovechamiento del animal de manera paralela al avance de la industria en la civilización humana (V. Anexo 1).

1.3. LAS MASCOTAS MÁS COMUNES

1.3.1. EL PERRO

Los restos fósiles encontrados sugieren que hace 40 millones de años se encontraba en la tierra un pequeño carnívoro mamífero llamado **Miasis** que favoreció más tarde (aprox. 50 millones de años después) la aparición del **Cynodesmus** y **Tomarctus**, precursores de los perros en nuestros días. La evolución de estos continúa hasta hace aproximadamente 3 millones de años cuando hacen su aparición los lobos, zorros, chacales y coyotes (Ávila, 1993)

El perro es un mamífero carnívoro doméstico de tamaño, forma y pelaje muy diversos, según la raza que se trate, pero siempre con la cola de menor longitud que las patas posteriores (especie canis familiaris; familia de cánidos), su vida generalmente no sobrepasa los 20 años (Gran Enciclopedia Larousse (G.E.L.) 1991, tomo 18)

Se ha encontrado que cuatro tipos de lobos contienen información genética necesaria para poder desarrollar las razas modernas de perro, estas son:

- gris del norte (Canis lupus)
- patas claras asiático (Canis lupus pallipes)
- pequeño del desierto arábigo (Canis lupus arabs)
- lanudo del Tibet y el norte de la India (Canis lupus laniger). (Payro, 1981).

Existe la teoría por lo tanto de que el perro descende del lobo y el chacal (canis aureus) cruzados con algunas razas del norte como los perros esquimales¹⁰. (Lorenz, 1988).

Las etapas iniciales de la domesticación del perro datan desde hace aproximadamente 12,000 años a. p.¹¹, aunque es difícil trazar el proceso de domesticación por el hecho de no es posible distinguir entre el lobo "manso" de los primeros perros domesticados.

¹⁰ Samoyedos, Laikas de Siberia, etc.

¹¹ Antes del presente.

Evidencias de perros domesticados se han encontrado en sitios muy distantes entre sí como: Israel (12,000 a. p.), Idaho (10,400 a. p.), Inglaterra (9,500 a. p.), Anatolia (9,000 a. p.), Rusia (9,000 a. p.), Australia (8,000 a. p.), China (6,800 a. p.), Missouri (5,500 a. p.).(Young, 1985).

Todavía no existe un acuerdo respecto al propósito inicial de la domesticación del perro, Lorenz K. afirma que los hábitos de los cánidos de alimentarse de los restos de animales que dejaba el hombre prehistórico, después de atraparlos y consumirlos, junto con la habilidad del perro para cazar dio como consecuencia una "asociación libre" con el hombre, que proporcionó desde entonces beneficios a ambos.

"La antigua alianza entre el hombre y el perro se estableció voluntariamente por ambos contratantes sin coacción alguna. Todos los demás animales domésticos exceptuando el gato, en su proceso de domesticación han pasado por una fase durante la cual eran auténticos prisioneros" (Lorenz, 1975, p.211).

La primera clasificación zotécnica que se tiene del perro data del primer siglo d. de J.C. donde son divididos en los siguientes seis grupos de perros:

- 1)guardianes de la casa
- 2)de pastoreo
- 3)para deportes
- 4)belicosos o de guerra
- 5)que van tras las pistas
- 6)veloces que van tras la presa. (Young, 1985)

Se sugiere que la domesticación se da principalmente por razones utilitarias, aprovechando las cualidades del perro como: el defender el hogar humano adoptivo como su propia cueva y la capacidad de cazar por su velocidad y extraordinario olfato.

Otros estudiosos sugieren que la necesidad del hombre de tener una mascota a quien brindar cuidados y afecto (aparte de otros seres humanos) fue una de las causas que dieron pauta para la domesticación del perro "la tendencia de los niños y las mujeres para tener animales de compañía fue un incentivo para la domesticación del perro".(Ávila, ob.cit. p.6)

1.3.2. EL GATO

El gato, genero de mamífero carnívoro digitígrado¹² que difiere mucho de otras especies domésticas, se distingue por su espíritu de independencia, su asociación con humanos es relativamente reciente, fue domesticado más recientemente que el perro, la crianza de estos animales para su utilización económica se desarrolló apenas hace 100 años, por lo que ha sufrido menos en su evolución los efectos de la domesticidad a comparación de otros animales como el perro, el caballo, la vaca o el cordero, como lo prueban las momias de algunos de ellos que se han encontrado.

¹² Dícese de los mamíferos carnívoros que solo apoyan la parte de los dedos.

Se encuentran en nuestros días en casi todos los países en donde se ha establecido el hombre, a excepción de las regiones extremadamente frías. El tacto, la vista y el oído son los sentidos más desarrollados de este animal, mientras el olfato es el más imperfecto. Usa su vista excelente tanto en pleno día como en la penumbra; su pupila tiene la facultad de contraerse cuando la hiere una luz demasiado intensa y de dilatarse en la obscuridad. No obstante su notable vista le supera su oído. Posee gran facilidad para reconocer lugares.

Existen muchas razas de gatos entre los más apreciados se encuentran los *Angora*, el *Persa*, *Siamés*, también pueden citarse los gatos *Cumano* del Cáucaso, *pajarero* de la Patagonia, el de la *Pampa*, el *Salvaje* o *Montés* que vive en las alturas de Europa, el *Rojo* de Siberia, el *Azul* del Cabo de Buena Esperanza y el *Chino*. Cada una con patrones de comportamiento estereotipados ya que por raza se puede producir en cierto grado.

La representación de gatos en el antiguo Egipto datan de 2600 a. p., pero no existe evidencia de que en ese momento ya existía su domesticación. Restos de 190 gatos fueron encontrados en Gizeh, Egipto datan de hace 1000 años a. p. Otros 17 esqueletos de gatos fueron encontrados en la tumba de "Middle Kingdom" y tienen alrededor de 1900 años a. p., en el mismo lugar existen abundantes evidencias pictóricas que indican que su domesticación ya se efectuaba hace 1600 a. p.

El antecesor del gato es el gato salvaje africano *Felis libyca*, también conocido como el gato Egipcio y el gato Kaffir. Los gatos más antiguos son los egipcios y después los gatos salvajes africanos, que son más recientes; en Europa el gato salvaje se derivó de la cruce de crías de varios lugares para dar lugar al gato doméstico que se dispersó por toda ella.

Su introducción en Europa fue inicialmente bien valorada, pero durante la edad media, la popularidad del gato decreció por su relación con grupos de hechicería y en "religiones paganas", convirtiéndose el gato negro en símbolo de Satanás. Fueron objeto de persecuciones religiosas matándolos y torturándolos. Durante la etapa de inquisición las personas (particularmente mujeres) dueñas de gatos fueron acusados de hechicería. (Young, 1985)

Los gatos domésticos fueron introducidos en América en el siglo XVII, siendo compañero de los emigrantes hacia el nuevo mundo. El gato de nuevo incremento su popularidad después del descubrimiento de Pasteur acerca de los microbios, haciendo que la gente tuviera más asepsia y control de las enfermedades, aceptando al gato por considerarlo uno de los animales más limpios y menos propenso de contraer y transmitir la temida rabia. (Brown, 1985)

En el siglo XIX se desarrolló la cría selectiva de estos animales y desde entonces la cautividad fue rara.

1.4. EL ANIMAL Y EL PENSAMIENTO MÍSTICO DEL HOMBRE

1.4.1. EN EL MUNDO

El que una persona o grupo de personas tenga o no un animal el cual comparta con ella(s) su(s) vida(s) depende principalmente del uso que se le pueda dar y de los beneficios que pueden obtenerse. Una de las relaciones que más pueden llamar la atención en este sentido sobre todo en el área psicológica es la relación que se establece entre el hombre y el animal cuando no existe un beneficio de tipo "tangible", ya sea de materia prima, reducción de trabajo, o venta con la consecuencia natural de tipo monetario.

Las hipótesis actuales más frecuentemente avanzadas son de orden esencialmente especulativo. Se articulan en particular entorno a la "teoría del animal favorito" que se ve ilustrado por ejemplo con los indios en Brasil que crían lagartos por la distracción que éstos les procuran, y en África negra que crían pollos con fines de adivinación, leyendo el futuro en las entrañas del animal muerto y sin comer su carne o sus huevos" (E.C.S.A. ob.cit. p.138).

Podemos darnos cuenta por medio de la observación de muy diversos grupos étnicos que grupos de personas o individuos reciben beneficios, que son muy importantes para ellos, ya sea personal o colectivamente.

Se ha creído que uno de los propósitos más sobresalientes de la domesticación de los animales fue el de utilizarlos para ceremonias religiosas y místicas, siendo altamente venerados y en algunas se les consideraba hasta sagrados. "La presencia del perro en muchas religiones y ceremonias místicas, ciertamente fue uno de los factores principales que contribuyeron a la relación única entre los perros y el hombre" (Ávila, ob.cit. p.7)

El hecho de encontrar cementerios de perros en Israel (12,000 a. p.) nos indica el status y valor especial que ha tenido entre los seres humanos este animal, ya que desde hace 6,500 a. de J.C. el perro ha sido encontrado prácticamente en todos los lugares de nuestro planeta.

Por ejemplo en Egipto, el dios *Anubis*¹³ jugaba un papel importante en los ritos funerarios, siendo la deidad de las tumbas y el embalsamamiento, siendo construida en su honor la *Cynópolis*¹⁴. La prosperidad del bajo Egipto dependía de las tierras fértiles de alrededor del Nilo y la aparición de Sirio (estrella del perro, localizada en Canis Mayor), anunciaba el desbordamiento del río, por lo que simboliza la prosperidad.

En la mitología Griega, *Hades*¹⁵ era resguardada por un perro gigante de tres cabezas parecido a un mastín.

Los romanos también ofrecían sacrificios a *Anubis* y *Procyon* (la estrella más pequeña de la constelación Canis minor). (Dunbar, 1979)

¹³ Cabeza de chacal.

¹⁴ Ciudad del perro.

¹⁵ La casa de la muerte.

Existieron razas exclusivas de monasterios y templos en el Tíbet y China como los Pequineses (600 años d. de J.C.) que se tenían en honor a Buda. (Ibid.).

En particular la historia de la domesticación del gato muestra como estos animales no fueron utilizados económicamente, pero alcanzaron un importante desarrollo gracias a las creencias de tipo religioso.

Los gatos como vimos también fueron muy populares en Egipto desde 1600 (a. p.), siendo utilizados para los rituales fúnebres y considerados animales sagrados. Fueron identificados con el Dios *Bast*, que representaba la buena salud, la fertilidad en plantas y las mujeres, existiendo monumentos y estatuas en su honor. Existe la creencia Egipcia de que no se debe de controlar su descendencia ya que son sagrados, estas costumbres se extendieron también a Israel y Grecia. (Young, 1985)

La domesticación de la vaca en Egipto, Norte de África, Grecia, Irán y la India se desarrolló acompañada de un especial valor y reverencia hacia ellas. La importancia económica de la vaca contribuyó al incremento de su importancia en la religión, el arte, y la literatura, así como la vida diaria, siendo los pasos culturales caracterizados por la primacía de los elementos de sacrificio en rituales religiosos. (Brown, 1985)

La prominencia del caballo en los lugares agrícolas y conflictos bélicos, reflejan la contribución de este animal en términos de incremento de fuerza, labor, habilidades desarrolladas de transporte, comunicación y finalmente un importante papel y valor actuando como protagonista en muchas leyendas, en el arte y en las canciones.

El primer registro que se tiene de la utilización de animales terapéuticamente fué en el "York Retreat"¹⁶ en Inglaterra (1792) fundado por los "Quakers"¹⁷, fué uno de los primeros lugares donde los enfermos mentales fueron tratados más humanitariamente, contenía animales pequeños como conejos y aves de corral que los pacientes podían cuidar. En 1867 Bethel, introdujo en una casa Alemana para pacientes epilépticos la interacción y cuidado con pájaros, gatos y perros, agregando después caballos y otros animales. La experiencia de animales como agentes terapéuticos fué en los Estados Unidos en 1940 en el "Pawling Air Force Convalescent Hospital" en Pawling, Nueva York, veteranos convalecientes podían trabajar con animales en el centro y en el bosque cercano. En 1942 fué planeado un programa que involucraba perros en este mismo centro.

Después de la segunda guerra mundial, Levinson, psicólogo, accidentalmente descubrió el posible uso y valor del perro en las sesiones terapéuticas de niños con disturbios. El perro de Levinson, "Jingles", estaba con él cuando el niño y su madre llegaban; en la sesión anterior el niño había tenido pobre comunicación verbal pero en ésta el niño respondió inmediatamente a "Jingles" permitiendo a Levinson la posibilidad de reconocer los posibles beneficios del uso de un perro como "gancho" o "eslabón" entre el terapeuta y el niño. Después de este hecho realizó todo un plan para investigar las posibilidades de la "Terapia facilitada por animales" (P.F.T.).

¹⁶ Retiro de York.

¹⁷ Cuáquero; miembros de una secta religiosa esparcida principalmente en Inglaterra y los Estados Unidos.

Este tipo de terapias aumentaron durante los años 60's pero no fué hasta 1970 que la "American Humane Education Society" realizó un estudio para determinar cuantas instituciones en ese país utilizaban animales para facilitar los tratamientos de pacientes, cuarenta y ocho por ciento de todas las instituciones investigadas reportaron el uso de animales en alguna forma. (Netting, 1987)

La literatura respecto a la relación hombre- animal ha ido en aumento poco a poco desde la década pasada, han sido escritos diferentes artículos respecto a los beneficios que una mascota puede proporcionar a las personas y en especial a las que sufren de alguna carencia. La ciencia psicológica en nuestro país ha tenido poco desarrollo en esta área, sobre todo en las instituciones educativas, por ello es necesario dar a conocer lo que se ha encontrado en otros países en este campo (V. parte III).

El pensamiento místico del hombre que considera a los animales con diferentes facultades o poderes, podemos afirmar que existe desde la primera fase de desarrollo de los pueblos, de manera particular podemos ver como existieron manifestaciones importantes respecto a estas relaciones del hombre con el animal (o sus representaciones) en México.

1.4.2. EN MÉXICO

En México los pueblos primitivos que habitaron la zona, desde mucho antes de la conquista tenían relación con los animales de muy diferentes formas, ya que siguieron el mismo patrón que el resto de otros pueblos.

La población mestiza resultado de la mezcla de tres razas, principalmente, la nativa de América, la española y la negra; junto con otras como la Huasteca, la Maya, etc. que se han conservado hasta nuestros días, desarrollaron una serie de ritos y creencias que en ocasiones todavía podemos identificar en nuestro país.

En México se creyó que no existían perros sino hasta después de la conquista debido a su escaso pelaje y la falta del ladrado como el muy conocido Xoloxtcuintle¹⁸ (Blank, 1989).

La realidad es que estos perros existen desde la era Prehispánica y han sido rodeados de pensamientos mágicos y místicos que les atribuyen la facultad de influir positiva o negativamente en uno o varios individuos.

El poder de metamorfosis caracteriza a los dioses nativos, la mitología Mesoamericana esta llena de episodios fabulosos en que las deidades toman forma ó disfraz de diversos animales.

Una de ellas por ejemplo es la creencia de un sacerdote Nahuatl conocido como Nagual al cual se consideraba sabio y que tenía la facultad de convertirse por las noches en un determinado animal, obteniendo con esto poderes especiales. Este fenómeno es llamado "Nahualismo" y de él habla con todo detalle Aguirre Beltrán en su libro "Medicina y Magia", describiendo con detalle lo siguiente:

¹⁸ Perro de tipo muy diferente a los demás, lampiños y sin ladrado. No son exclusivos de México, existen en Cuba, las Antillas, Paraguay donde reciben el nombre de *Yagua*, en Perú se conocen como *Alco* y en Argentina los llaman *Pila*. También en África, el Congo y Etiopía se conocen y reciben el nombre de "perro de arena africana".

"La lluvia fecundante, el granizo y la helada destructiva, con sus pavorosas consecuencias de hambre y enfermedad, parecen los motivos fundamentales de la actitud del nagual, sacerdote que pasa la vida en la clausura del templo, en ayuno y abstinencia sexual permanentes...se transforma en búho ó mochuelo¹⁹ y en otras fieras, produciendo en tan insólita forma males y enfermedad sin cuento... las virtudes portentosas del nagual son de naturaleza divina y adquiridas inginitamente. Aquellos que nacen en el signo CE QUIAHUITL, lluvia, serian nigrománticos²⁰ embaudadores²¹ ó hechiceros y se transfiguraban en animales, según el calendario aruspicial". (Aguirre, 1980, p.99).

En la cultura precortesiana cada Dios tenia su nagual y la manifestación de su ser era, por lo común un animal; por ejemplo el ya legendario Dios Quetzalcóatl que fue "una divinidad de los antiguos mexicanos, primitivamente adorado por los Toltecas que enseñó a los pueblos creyentes la agricultura, el trabajo de los metales, las artes, el calendario y predicó una religión de amor y resignación. El significado literal de su nombre es "serpiente emplumada". (García, 1993, p.1530).

Otro fenómeno interesante es el que se presenta en ciertos grupos étnicos indígenas entre los cuales se encuentran los mazatecas, zapotecas y mayas, existió (y en algunas comunidades todavía existe) una representación que liga místicamente a una persona con un animal. La ligadura mística se realiza momentos después del nacimiento: para la determinación del nombre de éste y su "tona" se esparce ceniza sobre el suelo alrededor de la casa observando a la mañana siguiente, los sacerdotes y/o los padres las huellas que dejaron los animales de las inmediateces durante la noche y cuando las impresiones se observan claramente se declara terminada la prueba y se dá para el resto de la vida, por compañero y guarda personal del niño a la bestia que en la soledad nocturna, visita al recién nacido... La ligadura es de tal naturaleza que la suerte que corre el individuo ó el animal repercute en ambos: si la muerte le sobreviene a uno, mueren ambos. Este animal guarda y protector recibe el nombre de Tona y el concepto que involucra hoy en día es conocido como Tonatismo. (Aguirre, ob.cit. p. 105).

El la Nueva España como en todos los pueblos ha existido una especie de alianza o vínculo de tipo especial con los animales ya sea como símbolo de respeto, distracción, para ser protegidos, sentirse acompañados en el transcurso de la vida, ó utilizarlos en muchas ocasiones para la cura de sus enfermedades "los negros, mestizos, mulatos y españoles prefieren para sus males las plantas, los minerales y los animales curativos de la tierra por dos razones principales; la primera por su economía y facilidad de adquisición; la segunda por el reconocido prestigio místico de que se hallan investidos" (Ibid. p.115).

Los beneficios que ha obtenido el hombre de los animales como ya hemos visto son de muy diversa índole, pero una de las más importantes y a la vez la más descuidada por los grupos científicos latinos ha sido a la fecha, su aprovechamiento para mejorar la calidad de vida y salud del hombre aplicada por profesionales; sí los pueblos primitivos tomaron en cuenta el valor de animales para el tratamiento de sus enfermedades, es importante reconsiderar objetivamente las aportaciones que estos pueden brindar a la salud del ser humano.

¹⁹ Ave rapaz nocturna común en España que se alimenta de roedores y reptiles.

²⁰ Relativo a la nigomancia, que se deriva del griego *nekros*, muerte y *manteia*, adivinación; arte supuesto de evocar a los muertos para saber el futuro.

²¹ Adjetivo y sinónimo de embaucador, persona que engaña.

Es de gran importancia tomar en cuenta por lo tanto el papel que juega un animal para una o varias personas y considerar además, que al tener una mascota se ponen en juego las emociones que son como se ha comprobado fundamentales para el restablecimiento de la salud, para esto es necesario definir primeramente lo que es salud y su relación con la calidad de vida, por lo que se abordarán a continuación.

II PARTE: MARCO TEÓRICO

CAPITULO II.- EL HOMBRE SALUDABLE

2.1. LA SALUD

2.1.1. DEFINICIÓN

Generalmente la salud es definida como "Estado que no tiene ninguna enfermedad; Estado de gracia: *salud del alma*; Salvación: *la salud eterna*; *beber a la salud de uno*, brindar a su salud"(García, ob.cit. p.993). Como podemos observar el término se emplea de diferentes maneras, ya sea para designar a la salud física o para designar a la salud "espiritual", también en ocasiones se utiliza para beber en memoria o en honor a algo o alguien.

La opinión medica tradicional mantiene que la salud es la ausencia de enfermedad y que ambos términos representan extremos de un mismo continuo y que la diferencia entre ambos es solo de grado. (Schwartz y Green, 1977)

Desde los últimos decenios del siglo XIX y principios del XX, la medicina occidental tuvo la concepción de que la mayor parte de las enfermedades son resultado de una infección causada por microorganismos (fuentes externas).

Pasteur y Koch con sus descubrimientos en bacteriología permitieron una difusión de que todas las infecciones importantes podían controlarse mediante sueros terapéuticos y vacunas preventivas aplicables a cada tipo de microbios.(Dubos, 1983).

Esta perspectiva basada solo en lo que podría llamarse la "farmacología" con el paso del tiempo fue quedando limitada para toda la variedad de afecciones que puede llegar a sufrir una persona.

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud "la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". La enfermedad es la alteración de la salud, un proceso de deterioro que daña el funcionamiento o el aspecto externo de una persona que puede llegar a conducir a la muerte, supone menoscabo temporal o permanente ya sea del funcionamiento de cualquier parte de las que componen al individuo o la relación entre dichas partes. Pero la salud no solo es relevante a lo Físico, también alude al equilibrio psíquico del individuo, al ajuste de su estructura psíquica al medio y a su actuación social.

La enfermedad también es, el apartamiento del individuo de un funcionamiento social y fisiológico perfectamente equilibrado, y se plantea que el ideal de salud es algo a lo cual se puede uno acercar, pero nunca alcanzar completamente (Polgar, 1977).

"Sigmund Freud, el último racionalista de Occidente, al analizar las raíces de los trastornos neuróticos, puso en duda los éxitos del mero intelecto y, al hacerlo, concluyó que la razón esta

sometida al influjo poderoso de las emociones. Apoyándose en la observación y en la experiencia descubrió que el grupo de enfermedades, catalogadas como mentales, no podrían ser entendidas sin tomar en cuenta los factores Psíquicos, morales, culturales y sociales que intervienen en su eclosión. El posterior desarrollo de la medicina psicosomática, al demostrar que los factores puramente motivados son capaces de producir desarreglos orgánicos, hizo ostensible la debilidad de la motivación biológica como causa única de enfermedad y propició el advenimiento de la medicina comprensiva que engloba en la causalidad de las dolencias, tanto los factores racionales, tanto los irracionales, los factores físico biológicos y los emotivo conductuales" (Aguirre, ob.cit. p.256).

2.1.2. SALUD MENTAL

La salud mental ha sido definida de diversas maneras según los puntos de vista de los autores, ya que toman como punto de referencia los valores que consideran importantes como por ejemplo:

- "Estado mental normal del individuo" (Howard, 1979, p.321)

- "Estado relativamente perdurable en el cual la persona se encuentra bien adaptada, siente gusto por la vida y esta logrando su autorrealización. Es un estado positivo y no la mera ausencia de trastorno mental" (English, 1977, p.736)

- "Estado de bienestar *ánimico* en estrecha relación con la salud corporal y social. Según Rogers, el balance entre el organismo y el medio ambiente ó la consciencia de la autoimagen y la imagen ideal" (Dorsch, 1985, p.715)

Algunos autores consideran que la salud mental esta muy relacionada a la normalidad estadística; considerando que la población de los dos extremos de "la curva de Gauss" son anormales por no ser como la mayoría de la población. Desde este punto de vista el comportamiento mentalmente sano es el que se da en el individuo medio ó típico de una población determinada, vemos entonces que se valora de acuerdo al ajuste y aceptación de las normas sociales; de hecho, muchos estudiosos sostienen que no es posible establecer criterios de salud mental con independencia de valores e ideología de la sociedad o grupo en que se aplican. Otras personas sostienen que los criterios de salud mental pueden rebasar los límites de situación y cultura (Ver Cap. 3), siendo una facultad de personalidad sana el que le permita "identificarse con estabilidad, elasticidad y viabilidad" (Schwartz y Green, p.680-681).

Freud consideró que la salud esta en relación a la capacidad del individuo de poder llevar a la consciencia las pulsiones inconscientes y satisfacerlas de manera adecuada basándose en el autodomínio y la capacidad de discernimiento. La comunidad Psicoanalítica ortodoxa considera que la salud mental es una propiedad del individuo, una función del desarrollo y la dinámica intrapsíquicos, una "buena" salud mental es resultado de una socialización temprana adecuada.

Los teóricos de la salud mental positiva consideran que para obtener un adecuado nivel de salud es necesario desarrollar el crecimiento, el deleite y la creatividad. Jahoda, representante de esta corriente (1958, cit. por Schwartz y Green, 1977) da una completa definición de salud mental, señalando los siguientes criterios:

-Actitudes para con el yo.- Lo que incluye accesibilidad del yo a la conciencia, una idea correcta de sí mismo, sentimientos de realización con autoaceptación y sentido de identidad.

-Crecimiento, desarrollo y conocimiento realista del yo.- Lo que supone conceptos de este, procesos motivacionales y propósito consciente de vivir.

-Integración.- Que alude al equilibrio de las fuerzas psíquicas en el individuo, a la visión unificadora de la vida y a la resistencia al estrés.

-Autonomía.- Referida al proceso de adopción de decisiones; la regulación por normas precedentes de uno mismo y a la acción independiente.

-Percepción no deformada de la realidad.- Haciendo mención a la empatía o sensibilidad social.

-Dominio del medio.- Capacidad de amar, adecuación de las relaciones interpersonales, capacidad para afrontar exigencias de una situación, habilidad de adaptación y ajuste eficaz en la resolución de problemas y adecuación en amor, trabajo y distracción.

Fromm (1959) hace hincapié en la relación del individuo con el medio social, sin dejar de lado al humanismo, individualismo, libertad y racionalismo; su definición es la siguiente:

"La persona normalmente sana es la persona productiva y no alienada, que se relaciona amorosamente con el mundo y utiliza su razón para tomar la realidad objetivamente; que es consciente de su entidad individual única y al mismo tiempo se siente unida a los demás hombres; que no se somete a la autoridad irracional y acepta de buen grado la autoridad racional de la conciencia y la razón; que constantemente esta naciendo y considera el don de la vida como su más preciosa oportunidad" (cit. por Schwartz y Green, p.459).

La salud mental no es un término preciso, sino una idea intuitiva que busca una concreción científica, que a la vez sirve de etiqueta ideológica. Lo mental es algo más que mero funcionamiento cerebral en una persona, también alude a situaciones emocionales y afectivas, a sus relaciones con los demás y una cualidad general que se podría llamar equilibrio en el contexto sociocultural. Es algo a lo que aspiran las comunidades médicas dedicadas a esta rama, pero es importantísimo subrayar que es el resultado de una serie de factores que interactúan en la vida de cada individuo, por ello la presentación del siguiente apartado.

El concepto de salud mental sirve en ocasiones como una meta para los profesionales en salud, utilizándose como marco de referencia que permite comparar la actuación real de los pacientes y los esfuerzos dirigidos hacia el estado de equilibrio individual, pero la meta del profesional de la salud no solamente es el lograr ese equilibrio, sino mejorar el nivel de vida de las personas, como lo veremos a continuación.

2.2. LA IMPORTANCIA DE LA CALIDAD DE VIDA

La calidad de vida es una de las 2 metas de la medicina, la otra es la de prolongar la vida. El concepto empezó con Karnofski (1948), Katz (1963) y Sokolow (1958); no existe todavía una definición que sea unánimemente aceptada, ya que la persona misma debe de evaluar su calidad de vida. (Guzmán, 1991)

La persona que tiene un padecimiento o enfermedad (de cualquier índole) se ve afectada en su calidad de vida desde su adquisición y diagnóstico hasta el tratamiento y término de la misma. Desde el momento de la adquisición, porque el padecimiento sigue una determinada evolución con sus características específicas manifestadas con síntomas que causan malestar o incomodidad en el paciente obligándole a recurrir a determinados profesionales como: Médicos generales, Psicólogos, Psiquiatras, Orientadores y hasta sacerdotes y curanderos; este malestar por lo tanto produce un cambio ya sea profundo o sutil en la vida de el individuo. Aunado a esto, el diagnóstico tiene como consecuencia una estigmatización del paciente siendo en ocasiones un fenómeno cruel y negativo que es prácticamente imposible de controlar (como podemos verlo en enfermedades como: S.I.D.A., Cáncer, etc.). Esto se alarga hasta el término de la enfermedad, ya que el tratamiento exige determinadas modificaciones de algunas de sus actividades cotidianas, ya sea por tomar medicamentos específicos en el transcurso del día, o asistir a determinadas pláticas, sesiones, o modificar hábitos que resulten perjudiciales para la persona.

El termino "calidad de vida" es utilizado entorno a los medios de salud para expresar un:

"Criterio sumario de valoración y optimización con el que se juzga en que medida las circunstancias concretas de la vida humana aparecen en las más diversas perspectivas como valiosas ó como satisfactorias y/o necesitadas de mejora. El concepto de calidad de entorno resume aquellos aspectos parciales que se refieren a condiciones ambientales relativamente constantes. Para la determinación cuantitativa de la calidad de vida las ciencias sociales utilizan diversos indicadores sociales; en Psicología se aplican principalmente los métodos de medida basados en la experiencia interna" (Dorsch, ob.cit. p.91).

Como vemos, la calidad de vida entendida como un sistema de valores y necesidades se define de acuerdo a los factores de cada población determinada ya que la calidad es:

Lo que se considera como determinante del valor de una cosa (objeto, servicio, equipo). Por ser la calidad un atributo imponderable y, a menudo una impresión subjetiva (dependiendo de la escala de valores de quién aprecia o juzga), es menester recurrir a criterios más concretos: solidez, durabilidad, rendimientos técnicos, precisión, confiabilidad, economía de uso, abastecimiento o mantenimiento, grado de seguridad, facilidad de utilización, lugar ocupado en una corriente de moda, valor de los materiales constituyentes, etc. La dificultad para circunscribir de manera objetiva el concepto de calidad se repercute naturalmente en todas las apreciaciones de la relación costo/calidad o calidad/precio, sobre las cuales ponderan las pruebas de productos llevadas acabo por las revistas de consumidores ó técnicas. (Guy, 1988).

Y la vida es el "grupo de procesos (metabolismo, crecimiento, reacción, reproducción, etc.) que tienen lugar en los organismos y los distinguen de los otros objetos (ó sistemas) materiales y que, por su operación cotidiana sirven para conservar al individuo como organismo"(Howard, 1979 p. 377).

También es definida como una: "Propiedad de las plantas y animales (quizá de los virus) por la que mantienen su integridad estructural mediante un intercambio constante de elementos con el medio circundante. No hay acuerdo sobre cual sea esa propiedad. Aunque hay cosas ambiguas o difíciles, diversos criterios permiten una distinción bastante segura entre lo viviente y aquello que no lo es; metabolismo, crecimiento, respuesta a la estimulación o excitación, reproducción, ninguna de estas en sí misma se considera como cualidad definitiva, necesaria y suficiente" (English, 1977, p.879).

Por lo tanto las necesidades que involucran a la calidad de vida son en parte determinadas por factores culturales, religiosos, sociales, y económicos, siendo inherente no solo a las personas con algún padecimiento, sino también a las "sanas".

El concepto de calidad de vida incluye la evaluación del grado de capacidad funcional del individuo, sus limitaciones, síntomas y características psicosociales que describen las posibilidades del individuo para desempeñar una serie de papeles que le permitan obtener sus gratificantes propios.

Moreno (1990) y Ahmedzai (1993) plantean que el ser humano esta integrado básicamente por estructuras de cuatro tipos:

- 1.- Fisiológico y energético
- 2.- Psicológico
- 3.- Social
- 4.- Espiritual

De estas se derivan las siguientes necesidades que surgen de cada estructura y son básicas para la vida y ayudan a mantener el equilibrio del ser humano:

a) Necesidades de tipo biológico y energético:

- Líquidos y nutrientes
- oxígeno
- eliminación biológica
- termoregulación
- movimiento
- reposo y sueño, etc.

b) Necesidades de tipo Psicológico:

- Inicio de nuevas actividades
- sentirse útil
- intercambio
- distracción
- afecto
- amor
- caricias
- relaciones sexuales, etc.

c) Necesidades de tipo social:

- Estima
- reconocimiento
- autovaloración
- realización y autorrealización
- vinculación social, etc.

d) Necesidades de tipo espiritual:

- Filosofía de la vida
- ideales
- credo o religión

Si por algún motivo no se puede satisfacer alguna necesidad se presenta un desequilibrio generándose respuestas diversas en un intento de compensación.

Guzmán (1991) y Bolaños (1992) aseguran que es posible tener mediciones de cambio en la calidad de vida de manera rápida y sencilla en estudios clínicos controlados. Guzmán propone un instrumento de autorreporte que consta de dos partes; en la primera se reporta en el estado físico, mental, actividad diaria, emocional, convivencia y dolor, en la segunda se reporta si ha existido algún cambio en esas áreas después de la intervención (con este se miden cambios en la calidad de vida). Por su parte Bolaños presenta un cuestionario que consta de 40 reactivos en los cuales pregunta el estado actual de la persona y lo complementa con una evaluación clínica y de laboratorio (con este se mide el nivel de calidad de vida). (V. Anexo 2).

La calidad de vida y la salud no se pueden considerar causa o efecto una de la otra, ya que una afecta a la otra directamente, por ello no se puede hablar de que es primero la calidad de vida o la salud; más bien los esfuerzos deben estar encaminados a mejorar estos dos aspectos que van tomados de la mano y proporcionan respectivamente alegría y bienestar a el ser humano.

Tanto en la salud como en amplios aspectos de la calidad de vida, casi siempre hay una discrepancia entre el estado ideal de uno y el estado real en que uno se encuentra; esto es fundamentado principalmente por Carl Rogers que plantea lo siguiente: la lucha entre lo real e ideal puede definir para cada individuo el grado de enfermedad o alternativamente de la calidad de vida.

La compulsión humana de lograr el máximo potencial personal, noción propuesta por la corriente "Psicológica Humanista Existencial", está modificada por el deseo personal, y por la habilidad, de estrechar la brecha entre los estados ideal y real. (V. Cap. 3).

Estos puntos de vista básicamente humanistas que hacen hincapié en la realización del máximo potencial del individuo y su calidad de vida, son considerados de suma importancia para la superación de cada persona y para toda la comunidad en la cual vivimos, desde nuestra familia hasta nuestro país donde se propone sacar un mejor provecho de las mascotas que están a nuestro alrededor y a nuestro alcance, como veremos en el siguiente capítulo.

CAPITULO III.- ENFOQUE HUMANISTA EXISTENCIAL

La constante deshumanización de la sociedad, la contaminación del ambiente y la irremediable separación cada vez mas del hombre con sus orígenes y naturaleza, nos ha llevado al automatismo, al aislamiento y a la indiferencia. Este fenómeno se ha visto venir desde hace ya varias décadas y ha sido la base de pensamientos como la corriente humanista existencial, desarrollada a principios de los años cincuenta y llamada "la tercera fuerza", después del Psicoanálisis y el Conductismo.

Surgida de la estrechez de estas dos corrientes pone más énfasis en las experiencias humanas y únicas de amor, odio, temor, esperanza, alegría, humor, afecto, responsabilidad y sentido de la vida. Acentúan la importancia de la experiencia singular del individuo, así como la posibilidad de autorrealización a través de la espontaneidad, la creatividad y el desarrollo de la persona. Podemos observar que existen muchas personas que de manera libre escogen desde el inicio de la humanidad animales para satisfacer algunas de sus necesidades como seguridad, compañía, afecto y hasta sentido a la vida.

La manera de concebir el comportamiento anormal desde éste enfoque es: resultado del fracaso para conseguir la autorrealización (A. Maslow, C. Rogers, R. May) y muchas veces también por no encontrarle sentido a la vida (V. Frank), es el resultado del fallo del propio desarrollo y del temor de cambiar; ponen poca atención a lo que pudo haber causado la anormalidad centrándose en el cambio que puede realizarse ahora. El soporte social que representan los animales para muchas personas es muy importante (V. Cap. 4,) ya que en muchas ocasiones, sobre todo para las personas mayores, las mascotas representan su "porque vivir".

Esta perspectiva es optimista, puesto que asume que las propias conductas del individuo y sus decisiones tienen mucho que ver con sus problemas y que puede tomar nuevas decisiones para cambiar su vida y solucionar sus problemas de manera consciente. Las personas en esta corriente son vistas como personas cuya actualización requiere mucho más que simple satisfacción de las necesidades biológicas y de los instintos sexuales o agresivos. Esta corriente además subraya las cualidades únicas de la visión que cada uno tiene de su propio "yo" y la importancia del ambiente que lo rodea.

Proponen que el individuo es el constructor de su propio destino y de manera más específica cada persona es:

- Un agente elector incapaz de evitar la toma de decisiones a lo largo de su vida.
- Un agente libre, que establece libremente sus objetivos en la vida.
- Un agente responsable, que se hace cargo personalmente de sus propias decisiones en la vida. (Bischof, 1977; Cueli, 1989; Di Carpio, 1985; Lyndsey, 1985; Mischel, 1979).

De manera un poco más específica hablaremos de los principales exponentes de este pensamiento psicológico.

3.1. CARL ROGERS Y LA TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE

La teoría de Rogers le resta importancia a lo biológico, gira en torno al tema integrador del "yo", basándose en las experiencias propias del individuo y afirmando que cada ser humano es diferente a todos los demás y que por ello se debe entender su conducta desde el propio punto de vista o interpretación que realice el mismo del mundo. Para él toda la conducta es normal, racional y comprensible, si se considera desde el punto de vista en que cada persona vive.

La teoría trabaja fundamentalmente con los procesos conscientes, con el "yo", todas las cosas son (en las personas "sanas") interpretadas e integradas por él. Enfatiza en la conducta del aquí y ahora, ya que el pasado solo puede estar en función del presente. Se basa en la introspección -examen a reflexión del alma por sí misma-.

Los postulados más importantes de Rogers propuestos en sus publicaciones "Client-centred therapy" (1951) y "Psychology: A study of a science" (1959), han sido invaluable para la psicología contemporánea, principalmente en la psicoterapia y son los siguientes:

- Todo individuo existe en un mundo de experiencias constantes en cambio y del cual es centro.
- El organismo reacciona ante el campo según lo experimenta y lo percibe.
- El organismo tiene una tendencia y una lucha fundamentales; realizarse, conservarse y mejorarse a sí mismo.
- El organismo reacciona como un todo organizado a este campo fenoménico.
- La conducta es en esencia un intento del organismo, dirigido hacia la meta, por satisfacer las necesidades experimentadas en el campo percibido.
- La mejor posición para entender la conducta es desde el marco interno de referencia del individuo en sí.
- La emoción, en general facilita la conducta dirigida hacia la meta; el tipo de emoción se relaciona con los consumatorios de la conducta y la intensidad de la emoción con la importancia percibida de la conducta para conservar y mejorar al organismo.
- Como resultado de la interacción con el ambiente y en particular dada la interacción valorativa con otros, se forma la estructura del "yo": un patrón conceptual organizado, fluido y consistente para percibir las características y relaciones del "yo" o del "mí", junto con los valores atribuidos a estos conceptos.
- Los valores asignados a las experiencias y los valores que son parte de la estructura del "yo" resultan en algunos casos valores experimentados directamente por el organismo y en otros casos valores experimentados indirectamente.
- Según se va llenando de experiencias la vida del individuo, se las:

a) Percibe, simboliza y organiza en cierta relación con el "yo".

b) Descarta por no haber relación percibida con la estructura del "yo".

c) Niega la simbolización o se les da una distorsionada, dado que la experiencia no concuerda con la estructura del "yo".

- Gran parte de los modos de conducta adoptados por el organismo concuerdan con el concepto del "yo".

- En algunos casos, la conducta puede ser producida por experiencias y necesidades orgánicas no simbolizadas.

- Existe desajuste psicológico cuando el organismo niega a la consciencia experiencias sensoriales y viscerales significativas, que en consecuencia no quedan simbolizadas y organizadas en la gestalt de la estructura del "yo". Cuando existe tal situación hay tensión psicológica fundamental o potencial.

- Existe ajuste psicológico cuando el concepto del "yo" permite o puede permitir, asimilar a un nivel simbólico y en una relación consistente con el concepto del "yo", todas las experiencias sensoriales o viscerales del organismo, reduciéndose con esto la tensión interna.

- Puede percibirse como amenaza cualquier experiencia incompatible con la organización o la estructura del "yo", cuanto más experiencias de este tipo haya, para poder mantenerse, más rígidamente se organizará la estructura del "yo".

- En ciertas condiciones, que implican una completa ausencia de cualquier amenaza de la estructura, pueden percibirse y examinarse experiencias inconscientes y revisarse la estructura del "yo" para asimilar e incluir tales experiencias. Hay cambios en la personalidad cuando ésta puede aceptar en sí misma una faceta nueva.

- Cuando el individuo percibe y acepta, en un sistema consciente e integrado todas sus experiencias sensoriales y viscerales de necesidad, comprende mejor a los otros y los acepta como individuos separados.

- Según va el individuo percibiendo y aceptando en su autoestima más experiencias orgánicas, descubre que está replazando su actual sistema de valores, con un proceso de continua valoración orgánica. Al ir adquiriendo confianza en el proceso de valoración, encuentra innecesarios los viejos sistemas, y los nuevos ya no lo amenazan.

La terapia desarrollada por Rogers deriva de su teoría basada en la hipótesis de que dado el clima psicológico adecuado y las condiciones actitudinales, el individuo posee en su interior la capacidad y fuerza para hacerse consciente de sus problemas y afrontarlos. A este tipo de terapia también se le ha llamado "Psicoterapia de dialogo", "Terapia no dirigida o centrada en la persona". Se basa en su modelo de la personalidad (consciencia de imagen ideal, autoimagen y autorrealización).

Partió del supuesto de que la Psicoterapia de dialogo ayuda a liberar en el paciente potencias que llevan a un proceso de crecimiento (adaptación emocional más o menos madura). Las tres variables terapéuticas básicas, necesarias y suficientes para la psicoterapia y los contactos interpersonales satisfactorios son:

- Ser genuino
- Empatía
- Relación positiva

El terapeuta deja al paciente en completa libertad de expresar lo que desee, no formula preguntas, ni da consejos, debe procurar crear una atmósfera (situación de afecto, honesta y abierta) en la que el paciente pueda por sí mismo encontrar el estado de congruencia entre su "yo" ideal y su "yo" real.

Ayudando a descubrir en sí mismo sentimientos extraños, desconocidos y peligrosos que le permitan resolver sus problemas en la medida en que vive y acepta estos sentimientos tan diversos, en todos sus grados de intensidad, advirtiéndole que se ha experimentado a sí mismo y que es él todos estos sentimientos.

Comprueba que su conducta cambia en sentido constructivo de acuerdo con su sí mismo recientemente experimentado y comprende que no debe temer a la experiencia, sino aceptarla como parte de sí mismo cambiante y en desarrollo.

Rogers parte del supuesto de que cada persona nace con un potencial para desarrollarse, una fuerza motivadora, la parte motora de toda conducta, la tendencia de realizarse a sí mismo; la "autorrealización". La define como la meta que el individuo ha de desear lograr, el fin que sabiendo o no, persigue; es el volverse a sí mismo. Incluye en ella el proceso que diferencia al hombre de los otros seres vivos como lo es su "autoresponsabilidad".

La urgencia de crear parece innata, el mayor logro del hombre es crearse, en su vida a sí mismo. Pero el hombre ha de crearse un "yo" antes de crear cualquier cosa. Una de las formas de realizar el "yo" es adquirir tantas experiencias como sea posible. Uno de los primeros factores de la experiencia que produce una verdadera autorrealización es la congruencia.

La estructura central de toda su teoría es el "concepto de sí mismo" donde puede existir congruencia e incongruencia en la conducta; cuando las expectativas reales del organismo guardan relación con las expectativas ideales, se dice que la persona está bien ajustada, que ha alcanzado su madurez y funciona por completo. Esta persona acepta la gama total de la experiencia orgánica sin temores y ansiedades y es capaz de pensar de un modo realista.

La incongruencia puede presentarse entre el grado de correspondencia entre el sí mismo/"yo" ideal y el sí mismo/"yo" real y pero también puede presentarse entre la realidad subjetiva (campo fenoménico) y la realidad externa. Esto hace sentir al individuo amenazado y ansioso por lo que se comporta defensivamente y su pensamiento se constriñe y vuelve rígido.

Una vez que la personalidad se ha creado al máximo posible es necesario que se conserve, no basta con ser algo, es necesario seguir siendo. Como parte del proceso de conservación la

personalidad debe de mantenerse abierta a la experiencia. Solo mientras el ser humano este dispuesto a probar nuevas cosas tendrá el "yo" una retroalimentación constructiva. Si la personalidad ignora lo decisivo que es el proceso de la experiencia para el "yo", creará probablemente un marco de referencia en extremo defectuoso.

La vida es algo más que obtener y conservar, se desea trascender, mejorar, esto considera él que es un privilegio del hombre que debe de explotar y dejar de ser un robot controlado. Piensa la humanidad avanza y es positiva, constructora, realista y totalmente digna de confianza. Aclara al finalizar su teoría "Solo me es posible tratar de vivir de acuerdo con mi interpretación del significado actual de mi existencia, y tratar de dar a otros la oportunidad y la libertad de desarrollar su propia libertad interna y con ello, su propia interpretación significativa de su experiencia personal" (Rogers, 1980; Hall, 1984).

3.2. ABRAHAM MASLOW Y EL PRINCIPIO DE AUTORREALIZACIÓN

La mayor contribución de este psicólogo fue su preocupación por las personas sanas, más que las enfermas; estudiando la alegría, el entusiasmo, el amor y el bienestar, en lugar del conflicto, la vergüenza, la hostilidad y la tristeza. Se dedicó a estudiar e investigar aquellas personas creativas que se desenvolvían adecuadamente en la sociedad, de estos estudios extrajo conclusiones sobre el desarrollo de la personalidad sana. Poseía una confianza profunda para crear un mundo mejor, tanto para la humanidad como para el individuo.

En 1955 puso en entredicho el supuesto tradicional de que la evitación del dolor y la reducción de tensión constituyen las fuentes principales de motivación para el hombre, en lugar de esto dijo que hacia esfuerzos para el desarrollo, la satisfacción y la felicidad. Creía que las emociones dedicadas y las necesidades socialmente orientadas son innatas al hombre, pero son débiles.

Piensa que todo ser humano tiene voluntad hacia la salud, el crecimiento, y hacia la realización de todas sus potencialidades humanas. Concibe la conducta como algo que es dirigido por los objetivos personales, el esfuerzo, los propósitos y la motivación por las necesidades de actualización superior, en vez de los impulsos biológicos en exclusiva.

La teoría de Maslow de la motivación humana descansa en la existencia de una "pirámide de necesidades"; estas necesidades se dividen en dos tipos: las necesidades "D" (que corrigen deficiencias) y las necesidades "B" (que constituyen un nivel más alto en la existencia). Afirma que los humanos hemos de resolver nuestras necesidades básicas de supervivencia, antes de preocuparnos de las necesidades de otro nivel superior como son las gratificaciones psíquicas y espirituales.

El modelo jerárquico de necesidades "D" (déficit) que ha definido es el siguiente:

- 1.- **NECESIDADES FISIOLÓGICAS:** Por ser las que sostienen la vida se tienen que satisfacer primero, entre ellas se incluyen necesidades de alimento, oxígeno, descanso y protección contra elementos externos como aire, lluvia, etc.
- 2.- **NECESIDADES DE SEGURIDAD:** Existen dos tipos fundamentales de seguridad; lo físico y lo económico. Una vez que un individuo alcanza cierta estabilidad económica se esfuerza por mantener ese nivel. El hombre teme perder su posición por cualquier causa, y el mantenimiento de ésta aunque sea relativamente, permite pasar al siguiente nivel.
- 3.- **NECESIDAD DE ASOCIACIÓN:** El individuo se preocupa por el aspecto emocional y social, para él es vital sentir que pertenece y que es aceptado por las personas, ya sean amigos, familiares o la propia pareja.
- 4.- **NECESIDAD DE AMOR PROPIO:** Lo primero que es importante en las necesidades de realización es la confianza en sí mismo, los conocimientos y la competencia. Todo esto para poder sentirse seguro de emprender empresas más personales.

5.- **NECESIDADES DE AUTO REALIZACIÓN:** El paso final en la jerarquía de necesidades es el deseo de sentirse realizado; es vital sentir que se esta avanzando hacia el logro de lo que representa su máximo potencial, que esta poniendo todo de su parte en lo que respecta a su talento y habilidad de acuerdo al interés que se tenga. Si un hombre tiene la capacidad de ser alguien su obligación es lograrlo "lo que un hombre puede ser debe serlo, autorrealizarse".

Agregó más adelante en su jerarquía dos clases de necesidades ("B"); la necesidad de conocer y comprender y las necesidades estéticas. Las primeras pueden incluirse bajo el encabezado general de la curiosidad o el deseo de descubrir, explorar y aprender lo misterioso y lo desconocido, siendo esto un aspecto fundamental en la naturaleza humana. Las necesidades estéticas se manifiestan en el ideal profundamente arraigado de la belleza expresado por algunos individuos en el arte. El sostenimiento de las necesidades superiores requiere una gran dosis de apoyo por parte de las influencias culturales.

Las necesidades déficit (inferiores) como las desarrolló (superiores o "B") están sujetas a distorsión, los sujetos que padecen trastornos psicofisiológicos tienen una distorsión llamativamente manifiesta en las necesidades inferiores. Afirma que el abuso de los impulsos es perjudicial en la economía total del individuo u organismo, los mecanismos normales de regulación dejan de funcionar adecuadamente y como resultado el impulso tampoco lo hace.

Las neurosis se relacionan con los desordenes espirituales, con perdida de significado, con las dudas acerca del significado de la vida, perdida de amor, de valor o de esperanza, perdida de fe en el futuro, disgusto por uno mismo, etc. (Maslow, 1990, Willard, 1973).

Maslow considera que en esta jerarquía las necesidades fisiológicas y de seguridad son verdaderamente de orden inferior y que una buena sociedad proporciona los medios para satisfacer las necesidades básicas de sus miembros. Piensa que pocas personas sanas y normales están dominadas por hambre, sed, sexo u otras necesidades animales, el adulto neurótico tiene más probabilidades de ser impulsado por dichos motivos. Admite la posibilidad de que una necesidad sustituya a otra en casos de gran privación y falta de oportunidad para lograr su satisfacción.

Además de su visión jerárquica de la motivación, realizó esfuerzos por elaborar una posición en la psicología más valida e integral de la motivación mediante el estudio de las personas que se realizan, son sanas y superiores.

Identificó 38 personas que él creía que habían realizado plenamente su potencial, este selecto grupo incluía celebridades históricas como por ejemplo: Albert Einstein, Ludwing Van Beethoven, Abraham Lincoln, Eleanor Roosevelt, etc. después de estudiar acerca de la vida de estas personas identificó 15 características que distinguen a estas personas de la gente común y son:

1. Capacidad de percibir la realidad de manera precisa y eficiente.
2. Aceptación de sí mismo, de los demás y el mundo en general.

3. Naturalidad y espontaneidad, sobre todo en sus pensamientos y emociones.
4. Capacidad de centrarse en resolver los problemas más que pensar en ellos, le atañen los problemas externos a sí misma y es capaz de conservar una perspectiva muy amplia.
5. Necesidad y deseo de cierto grado de distanciamiento, soledad, intimidad y privacidad, solo puede confiar en sus propias potencialidades y recursos.
6. Autonomía: capaz de funcionar por su cuenta, es relativamente independiente de las satisfacciones extrínsecas, por ejemplo; la aceptación por parte de los demás o la popularidad.
7. Es capaz de mantener una frescura continua en sus apreciaciones, visión no estereotipada de la gente, cosas e ideas, incluso cuando se trata de experiencias simples y triviales, por ejemplo; una puesta de sol, una flor u otro ser humano.
8. Una historia de experiencias "cumbre" profundamente espirituales en los que se siente fuera del tiempo, lugar y se une con la naturaleza; pueden tener origen místico o religioso y a menudo tienen lugar cuando se actualiza un valor "B", como los momentos en que la persona logra el conocimiento de alguna verdad.
9. Tiene sentido de identificación con la humanidad como un todo.
10. Forma sus lazos más profundos, amorosos e íntimos con relativamente pocas personas.
11. Su comportamiento es ético, tiene capacidad de discriminar entre los fines y los medios.
12. Es en verdad democrática, no tiene prejuicios sobre los demás y los respeta.
13. Tiene sentido del humor vivo, mesurado, filosófico y no agresivo o cruel; se ríe de la condición humana, no de los seres individuales en particular.
14. Es creativa e inventiva, aunque no siempre posee gran talento y aborda las situaciones con una frescura de enfoque inocente y natural.
15. Es capaz de cierta indiferencia hacia la cultura en la que vive, reconociendo la necesidad de cambio y de mejora; habilidad para alzarse por encima del ambiente más que ajustarse a él.

La autorrealización no necesita expresarse en la actividad creativa propia del genio; una buena madre, un atleta, un buen obrero, pueden plasmar sus capacidades potenciales al hacer bien aquello para lo que están dotados. La tendencia autorealizadora es una motivación de crecimiento, desarrollo de la personalidad que libera al individuo de los problemas de deficiencia que entrafia la maduración y los problemas neuróticos de la vida, de modo que es capaz de afrontar, soportar y acometer los problemas reales.

Las conductas que conducen a la autorrealización (experiencia plena, vivida, personal, en total concentración y abstracción) son:

1a. Estar absortos en algo, olvidar poses, defensas y timidez; consagrarse por completo a ese momento y sumergirse completamente a la experiencia (abandono).

2a. Ver la vida como un proceso de elección hacia el desarrollo (autorrealización es un proceso progresivo).

3a. Escuchar las voces el impulso, permitir la salida de ese "yo".

4a. Ante la duda, ser honesto, en lugar de no serlo. Cada que uno asume responsabilidades existe una realización del "yo".

5a. La experiencia con la autoconsciencia de tomar la alternativa del desarrollo en lugar de la del temor; ser sinceros y tomar responsabilidades.

6a. La autorrealización no solo es un estado final, es un proceso de realización de las propias potencialidades en cualquier momento y en cualquier grado. No necesariamente significa hacer algo extraordinario, sino más bien pasar por un período de preparación difícil y exigente para poder realizar las propias posibilidades.

7a. Experiencia "cumbre" (descubrir lo que uno realmente es).

8a. Descubrir que es uno, que le gusta, que le disgusta, que es bueno, malo, acerca de donde se dirige, cual es su misión, identificar deficiencias y encontrar el valor para vencerlas.

En sus últimos años descubrió que las personas autorrealizadas y creativas tienen experiencias místicas "cumbre" que son el clímax de la autorrealización; momentos breves de emoción aguda y momentánea, que dan lugar a una serenidad sin éxtasis, de felicidad tranquila y hasta de arrobamiento, bienaventuranza, contemplación clara y contemplativa de los más elevados bienes, una auténtica elevación como ser humano.

Durante estas experiencias "supremas" el individuo tiende a perder la consciencia de sí e identificarse con el mundo, siente que se abre ante él, el significado de la vida y experimenta la esencia de la verdad aunque sea por un momento. Su conocimiento puede describirse como una cognición de ser; "una percepción casi divina, compasiva, inactiva, que no interfiere, pasiva". Se apresura a señalar que este tipo de experiencias no son sobrenaturales, no se limita a gente creativa, ni a los que practican algún tipo de meditación; pueden ser experiencias "supremas" las de gran amor y gozo, pueden además tener un valor terapéutico que pueden propiciar efectos ennoblecedores y embellecedores sobre el carácter, la visión de la vida y la forma de ver el mundo.

"La más alta experiencia jamás descrita, la dichosa fusión con lo último que el hombre puede concebir, puede ser vista simultáneamente como la más profunda experiencia de nuestra animalidad y de nuestras últimas características de la especie; como la aceptación de nuestra naturaleza biológica, profunda, isomórfica con la naturaleza en general" (Maslow, 1990)

Maslow afirma que el problema de tantos individuos es porque se niegan a permitir que las experiencias "supremas" contrarresten el temor, la hostilidad, la miseria de la vida; por las actitudes racionalistas o mecanicistas propias de nuestra era. Coincide con May y Rogers en que el

desarrollo sano depende de la apertura de nuevas experiencias y del deseo de ser espontáneos, libres y creativos.

La actitud terapéutica que se debe tener es tratar de formar personas autorrealizadas, ayudar a alcanzar su máximo desarrollo posible avanzando hacia una plena humanidad por medio del descubrimiento de lo que hay dentro de sí mismo y saber escucharse respecto a las señales internas de lo que quiere, desea y es bueno para él. Se tiene que proceder a través de la consciencia de la propia identidad, lo que uno es biológicamente, temperamentalmente, constitucionalmente, de lo que es como miembro de una especie, de las propias capacidades, así como de aquello para lo que cada quien sirve, la propia vocación.

Para finalizar podemos agregar que Maslow afirma que el verdadero desarrollo del hombre depende de su comunión con lo que trasciende y lo que trasciende es la naturaleza aún después de la muerte, por ello el hombre no puede ser indiferente con la naturaleza ya que de ella parte y sin ella no existiría. "El hombre es compatible y aceptable para la naturaleza; el Hombre tiende a ser similar a la naturaleza".

"Tal vez su sobrecogimiento ante la naturaleza (percibiéndola como verdadera, buena, bella, etc.) algún día será entendido como una especie de autoreconocimiento, de autoexperiencia, como una forma de ser de uno mismo y de ser plenamente funcional, como una forma de estar en casa, como una especie de autenticidad biológica, de "misticismo biológico", etc. Tal vez podamos ver la función mística o cumbre no solamente como la fusión de lo que es más digno de amor, sino también de lo que es, porque uno pertenece a ello, porque uno forma verdaderamente parte de lo que es, es por así decirlo, un miembro de la familia" (Maslow, 1990).

3.3. ROLLO MAY Y LA TERAPIA EXISTENCIAL

Las principales características de la posición existencialista son expresadas por Rollo May.

El existencialismo es, como él mismo lo define: más bien una expresión de profundas dimensiones que reflejan al temperamento moderno emocional y espiritual y se manifiestan en casi todos los aspectos de nuestra cultura, no solo se encuentran en la psicología y en la filosofía, sino también en el arte y la literatura, de hecho en muchos aspectos, representan el retrato único y específico del predicamento del hombre occidental contemporáneo.

Este movimiento cultural tiene sus raíces en la misma situación histórica y en las mismas crisis psicológicas que originaron el Psicoanálisis y otras formas de psicoterapia. En una palabra "el existencialismo es un esfuerzo por comprender al hombre eliminando la escisión entre sujeto y objeto". (May, 1977 y 1985).

El existencialismo lo que busca es retratar al ser humano, no como una colección de sustancias estáticas, mecanismos y esquemas, sino como algo emergente, ebullente, es decir existente. Preocupándose fundamentalmente por la "ontología" que es la ciencia del ser según su etimología griega. No es una filosofía universal, ni un sistema de vida, sino un intento por captar la realidad.

Esta postura al igual que el Psicoanálisis no pretende importar soluciones de otras culturas, sino utilizar esos mismos conflictos de la personalidad contemporánea como pistas para una más profunda comprensión y autocomprensión del hombre occidental, encontrando la solución directa de los problemas en relación con las crisis históricas y culturales que la provocaron.

El movimiento de psicoterapia existencial, es precisamente un movimiento de protesta contra la tendencia a identificar la psicoterapia con la razón técnica, pretende basar la psicoterapia en la comprensión de lo que constituye el ser humano; pretende definir las neurosis a base de los elementos que destruyen la capacidad del hombre para realizar plenamente su propio ser. Es un movimiento que por una parte recurre al análisis científico debido principalmente al genio de Freud, y por otra integra el cuadro de la comprensión del hombre a un nivel más profundo y más amplio: al hombre como ser humano.

Se basa en el supuesto de que es posible construir una ciencia humana que no necesita desarticular al hombre, ni pulverizar su humanidad para estudiarlo; combina la ciencia con la ontología.

Su contribución fundamental por lo tanto consiste en comprender al hombre como ser, no niega la validez de los dinamismos ni se opone al estudio de los esquemas específicos de comportamiento a su debido tiempo y lugar, pero afirma que los impulsos y los dinamismos (o como se les quiera llamar), solo pueden entenderse dentro de la estructura existencial de la persona que tratamos. Así pues, el carácter distintivo del análisis existencial es su preocupación por el ser concreto que está sentado frente al terapeuta.

Para comprender lo que significa existir se necesita percibir el hecho de que se puede no existir, de que cada momento se camina "al borde" de la posible destrucción y que jamás podremos eludir la fatalidad de que nos acecha la muerte en una revuelta desconocida del futuro. Nunca puede suponerse la existencia como automática, no solo puede suprimirse y desaparecer, sino que cada momento la amenaza el no ser. Sin esa conciencia de no ser, nuestra existencia resultaría insípida, irreal y llevaría la marca de la autoinconsciencia.

Precisamente constituye un hecho crucial que un hombre sea capaz de saber que ha de morir y es importante ver como reacciona a este hecho. Los analistas existenciales sostienen que las confrontaciones con la muerte infunde a la misma vida su realidad más positiva, haciendo de la existencia algo real, absoluto y concreto; también se hace consciencia del no ser y con esto se vuelve más vigorosa la autoafirmación.

El análisis existencial constituye una disciplina relativamente nueva, por lo que aún no ha tenido tiempo de elaborar en detalle sus aplicaciones terapéuticas. Es un modo de comprender la existencia humana uno de los obstáculos principales que remarcan de la psicología, si no es que el principal; es precisamente la importancia exagerada que se da a la técnica y que va de la mano con la tendencia a considerar al hombre como un objeto que hay que calcular, manejar y analizar. Ellos afirman que la técnica sigue a la comprensión.

La tarea sustancial y la responsabilidad del terapeuta consiste en comprender al paciente como un ser y como "un ser en el mundo". Todos los problemas técnicos están subordinados a esa comprensión y con ella se echan los cimientos para que el terapeuta pueda ayudar al paciente a reconocer y experimentar su propia existencia, siendo este el proceso básico de la terapéutica.

La contribución realmente importante de este método es su profunda comprensión de la existencia humana y como consecuencia de ello:

1.- Existe una variedad de técnicas entre los psicoterapeutas existencialistas, pero el punto fundamental esta en que tiene una razón concreta para utilizar determinada técnica con un paciente dado, no debe de utilizar solo por rutina, tal o cual técnica o por costumbre o tradición. La terapéutica existencialista se distingue por su sentido de lo real y de lo concreto, debe tener flexibilidad y elasticidad para poder variar de paciente a otro y de una fase a otra en el tratamiento de un mismo paciente. Para decidir la técnica correcta que debe emplearse en cada momento particular debe tenerse en cuenta las siguientes cuestiones.

-¿Qué es lo que manifestará mejor la existencia de este individuo particular en este momento de su historia?

-¿Qué es lo que iluminará con más claridad su ser en el mundo?

El analista existencial considera la represión sexual como una forma de frenar la "potencia existencial" de la persona.

2.- Afirman que los dinamismos psicológicos siempre derivan su sentido de la situación existencial de la vida personal e inmediata de cada paciente y para abordarlos tenemos que hacernos la siguiente pregunta.

-¿Qué es lo que impide que el paciente acepte libremente sus potencialidades?

El que la persona se de cuenta de esa libertad o que pueda articularla no es muy importante, pero el como usará esa persona su libertad para expresar sus potencialidades es lo importante.

Se debe de observar cada manifestación de la conducta a la luz de la existencia del paciente como ser humano, así como el modo de concebir sus impulsos, la libido y demás potencialidades de existencia; escuchar con respeto y tomar en serio y sin reserva el contenido de las comunicaciones del paciente, en vez de interpretarlas.

3.- Le conceden gran importancia a la presencia, que se toma como real en la relación entre el paciente y el terapeuta; no debe confundirse la "presencia" con una actitud sentimental hacia el paciente. La transferencia se opera en el clima de un acontecimiento que se desarrolla en una relación real entre dos personas y se tiene la concepción de que nada, jamás, es pura transferencia. La presencia no significa que ha de imponérsele ideas, pensamientos, sentimientos y personalidad al paciente.

4.- La terapéutica debe intentar analizar y eliminar las formas de conducta que matan la presencia.

5.- El objetivo consiste en que el paciente experimente su existencia como real, se de cuenta plenamente de ella, lo cual implica percibir sus potencialidades y capacitarse para actuar a base de ellas. La característica de un neurótico es que su existencia se ha oscurecido, se ha hecho borrosa, se ve amenazada y ensombrecida fácilmente; la terapéutica tiene como misión iluminar esa existencia.

6.- Dan gran importancia al compromiso que no radica solamente, en que es una cosa buena, ética y aconsejable, sino que es más bien un prerequisite para ver la verdad. No solo debe de ser consciente sino también inconsciente para que tome en serio su propia existencia.

Termina la terapéutica existencialista con dos advertencias finales que son:

a) Es necesario poner mucha atención en aclarar las expresiones verbales del paciente además de asegurarse de no descuidar nunca la necesaria interrelación entre el mundo de la palabra y de la acción.

b) Afirman que también es parte de la persona concreta el "inconsciente" y que el ser es nuclearmente indivisible, pero no toma la teoría de que es una "bodega", más bien lo conservan con el significado de una extensión del ser.

La psicoterapia existencialista es la aplicación de ciertos conceptos existencialistas a la psicoterapia. No hay ningún sistema o método estandar de psicoterapia existencialista pero hay tres conceptos dignos de especial atención:

1.- El concepto de "neurosis existencial"; una enfermedad producida no por traumas reprimidos, por "ego" débil o por tensión, sino porque el individuo no acierta ver significado a la vida, con lo que vive una existencia in auténtica.

2.- En vez del uso de la transferencia psicoanalítica prefiere emplear otra experiencia interpersonal, "el encuentro" que es nuevo, abre nuevos horizontes y en ocasiones se reestructura toda la personalidad "un encuentro puede aportar la liberación repentina de ciertas ignorancias o ilusiones, ensanchar el horizonte espiritual e inspirar un nuevo sentido a la vida".

3.- Siempre han sabido los buenos psicólogos y psiquiatras que existen determinados momentos en que ciertos pacientes están interiormente maduros para cierta clase de intervención y que en esos instantes la intervención tiene todas las probabilidades de ser un éxito completo, mientras que antes hubiera sido prematura y no ofrecería grandes garantías. Este tipo de momentos son los que aprovecha la psicoterapia existencialista.

La actividad de un analista existencial no se diferencia en apariencia a las demás, se estudia la conducta del paciente, sus reacciones, su charla, sus escritos, sus sueños, sus asociaciones libres y reconstruye su biografía pero desde un punto de vista existencial; esto permite una comprensión mucho más profunda y por consiguiente puede suministrar nuevos recursos a la psicoterapia. Siempre estará atento al fenómeno de "encuentro" distinguiendo las relaciones propias de la transferencia y la contratransferencia. Abre el camino a un nuevo tipo de psicoterapia que tiene en cuenta que cada individuo tiene su propio mundo subjetivo, tomando además la labor de reconstruir ese mundo de un paciente más que como un mero ejercicio académico.

3.4. VICTOR FRANKL Y LA LOGOTERAPIA

Este autor, psiquiatra y escritor, fue sobreviviente de cuatro campos de concentración en Alemania entre los cuales estuvo en uno de los más crueles de la segunda guerra mundial, el de Auschwitz, de donde se basó para postular su propuesta logoterapéutica, él dice con sarcasmo "debemos a la segunda guerra mundial el haber enriquecido nuestros conocimientos sobre la psicopatología de las masas".

Fue testigo de uno de los hechos más vergonzosos del ser humano, la humillación de gente inocente que fue pisoteada y herida muy profundamente.

En su obra "El hombre en busca de sentido" habla básicamente de los traumas y frustraciones provocados por problemas existenciales vividos en carne propia y observados durante la guerra y la postguerra, plasmando en su obra estas experiencias; distinguió tres fases en las reacciones mentales de los internados en un campo de concentración:

1a. Fase que sigue al internamiento: "shock"²²: Primero se presenta "un estado de ánimo que se conoce como "la ilusión del indulto", según el cual el condenado a muerte, en el instante antes de su ejecución, concibe la ilusión de que le indultarán en el último segundo", después no existe el temor a la muerte ya que al fin y al cabo para muchas personas sería mejor esta opción, lo que en otras circunstancias harían que la persona perdiera la razón, en esta situación no lo hace, "ante una situación anormal, la reacción anormal constituye una reacción normal".

2a. Fase de la auténtica vida en el campo: existe añoranza sin límites de su casa y familia, después una repugnancia hacia todo lo que le rodea y finalmente una apatía relativa en la que se llega a una especie de muerte emocional que lo hacen insensible a los golpes psicológicos y físicos diarios casi continuos (mecanismo necesario de autodefensa), también se presenta con frecuencia la "regresión" y la irritabilidad.

En esta fase una persona sensible, acostumbrada a una vida intelectual rica sufre mucho, pero el daño causado a su ser íntimo es menor en comparación con los demás, ya que es capaz de aislarse del terrible entorno retrayéndose a una vida de riqueza interior y libertad espiritual.

"Esta intensificación de la vida interior ayudaba al prisionero a refugiarse contra el vacío, la desolación y la pobreza espiritual de su existencia y en la medida en que esa vida interior se hacía más intensa, sentíamos también la belleza del arte y la naturaleza como nunca hasta entonces... nos sentíamos transportados por la belleza de la naturaleza" (Frankl, 1991)

"Aquel árbol es el único amigo que tengo en mi soledad", palabras escuchadas por él de una mujer que estaba encerrada y sola y que lo único que podía ver era ese árbol. (Frank, 1990)

3a. Fase siguiente a la liberación: existe una despersonalización, todo parece irreal, improbable, como un sueño; solo muy lentamente se puede volver a la verdad de que nadie tenía derecho a obrar mal, ni aún cuando a él le hubieran hecho daño, "La experiencia final para el hombre que

²² Subita y grave depresión física y psíquica, producida por una conmoción, perturbación o alteración fuerte.

vuelve a su hogar es la maravillosa sensación de que, después de todo lo que ha sufrido, ya no hay nada que temer, excepto a su Dios".

En este evento traumático se dio cuenta que las personas que tenían algún sentido por la vida como: la esperanza de volver a ver a su familia, encontrar a su esposa viva, el luchar por sus hijos, o el amor a su país; les daba la fuerza suficiente para seguirse manteniendo con vida y no dejarse morir. En cambio las personas que no tenían ningún fin para su vida, algún sentido, alguna esperanza y un porque vivir, por lo general se dejaban morir y no luchaban por superar esa situación adversa.

De aquí que Frankl haya basado su terapia en el "encuentro de sentido". Esta terapia se basa en la existencia de: la *voluntad de sentido* (primera fuerza motivante del hombre para Frankl en contraste con la *voluntad del placer* de Freud y la *voluntad del poder* de Adler) y del sentido a la vida. Ayudando primordialmente al paciente a descubrir la significación de sus actitudes y también un sentido a su existencia, en una perspectiva optimista y humanista.

Para Frankl el sentido no realizado o erróneamente irrealizado (la frustración existencial) acerca de la vida, dá como consecuencia la angustia denominada "vacío existencial", aquí es donde entra su terapia propuesta la logoterapia²³, para dar sentido a la vida o mejor dicho ayudar a que la propia persona encuentre su sentido de vivir, ya que "ni la muerte priva a la vida de sentido".

La logoterapia abrió una nueva dimensión de lo auténticamente humano, "Solo el ser humano se puede hacer la pregunta sobre el sentido de la vida y de su existencia", en este mismo grado los pioneros de la misma dicen que no es un sustituto de la psicoterapia, sino que contribuye a la humanización de la misma.

Frankl define a cualquier método psicoterapéutico como "una ecuación con dos incógnitas en cuanto a que no se puede aplicar sin tener en cuenta la unicidad y peculiaridad del paciente como la unicidad del médico y su peculiaridad".

Afirma que la enfermedad de nuestra época es la falta de rumbo, el hastío, la falta de sentido y finalidad. En este sentido el habla de la "frustración existencial" o "neurosis noógena"²⁴.

Esta "neurosis noógena" se ha comprobado empíricamente por medio de investigaciones, las estimaciones son de que el 20% de las neurosis que se presentan son de este tipo. "El hombre sufre de empobrecimiento del instinto y también por pérdida de la tradición, esto pasa sobre todo en las sociedades industrializadas", los instintos ya no le dicen que tiene que hacer y las tradiciones que es lo que debe de hacer, cayendo así en el conformismo, contentándose con hacer lo que los demás hacen.

"Los que conocen la estrecha relación que existe entre el estado de ánimo de una persona - su valor, sus esperanzas, o la falta de ambos- y la capacidad de su cuerpo para conservarse inmune, saben también que si repentinamente pierde la esperanza y el valor, ello puede ocasionarle la muerte" (Frankl, 1980).

²³ Que viene de *logos*, palabra griega que equivale a sentido, significado, propósito.

²⁴ Del griego *noo*, que significa mente.

Los hechos fundamentales de la existencia humana para Frank son la consciencia y la responsabilidad, "el Psicoanálisis ve la neurosis como una limitación del "yo" en cuanto a la consciencia y la psicología individual como una limitación del "yo" en cuanto a responsabilidad", limitando con ello la consciencia y la responsabilidad del hombre. Dice que al limitar cualquiera de estas dos se limita de algún modo la terapéutica, por eso plantea la necesidad de una logoterapia que sobre todo complemente a la psicoterapia apoyándola en estos sentidos, enfatizando acerca de la importancia de ver al hombre como un ser libre, sobre todo para tomar la posición que desee ante todos los acontecimientos que lo determinan.

"El hombre puede conservar un vestigio de la libertad espiritual, de independencia mental, incluso en las más terribles circunstancias de tensión psíquica y física... Al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: La última de las libertades humanas -la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias- para decidir su propio camino." (Frankl, 1991)

El hombre por lo tanto tiene capacidad de decisión y libertad de elección. La elección que hace el hombre en el espectro de la gama del mundo es la decisión, y la logoterapia es esencialmente la educación del hombre para que asuma responsabilidad. El terapeuta debe de infundir confianza y ejercer una "cura de almas". Al paciente le corresponde tener valor para el sufrimiento, aceptar su destino y vivir la tarea concreta como una misión, no como tarea personal, no se trata de demostrar al paciente el sentido de su existencia o decirse la, sino de que se le ponga en las condiciones para que la halle por sí misma.

"Aún en un campo de concentración es posible practicar el arte de vivir, aunque el sufrimiento sea omnipresente... el sufrimiento es un aspecto de la vida que no puede erradicarse, como no pueden apartarse el destino o la muerte. Sin todos ellos la vida no es completa... el tamaño del sufrimiento humano es absolutamente relativo, de lo que se deduce que de la cosa más mínima se pueden originar las mayores alegrías" (Frankl, 1991)

A pesar de que se le ha expresado como psicología profunda, él dice que la logoterapia es el inicio de una psicología elevada, pues "arranca de lo espiritual", y la tarea de ésta es ayudar al paciente a llegar a una visión de los valores y del mundo, que sea propia de él cuando tiene una crisis en su vida relacionada con la pregunta del sentido de su vida. Para lograr este fin, como dato curioso vemos que la primera pregunta que plantea a sus pacientes es: ¿Porqué usted no se ha suicidado?. De aquí parte para ver cual es el vínculo que lo tiene ligado a la vida, así como los valores personales que lo sostienen ayudándole a encontrar el sentido que tanto busca en su vivir.

Frankl cita a John Glen, el primer astronauta norteamericano que dice "los ideales son la materia prima de supervivencia: el hombre solo puede sobrevivir si vive para sus ideales", agregando "encuentra el sentido de su vida y su consumación interior en el cumplimiento de lo que él puede realizar mejor que nadie, o de lo que tal vez puede realizar exclusivamente él". Un hombre que encuentre y llene su sentido de la vida podrá considerarla como consumada.

Volviendo al Psicoanálisis, éste contempla la realidad bajo la categoría de causalidad (tener que), la psicología individual se centra en la finalidad (querer), pero afirma Frankl, también es importante abrir una categoría nueva a la logoterapia (el deber).

La neurosis noógena es un síndrome bien identificado y la logoterapia le hace frente, no la interpreta como simples mecanismos de defensa y funciones reactivas, no es importante como se desarrollaron las dudas respecto al sentido de la vida, sino que lo importante es brindar un apoyo en el mundo del espíritu; para "aclararlo espiritualmente", se debe refutar su concepción del mundo, solo entonces una vez refutado podemos pasar a la "psicogénesis" de su ideología y tratar de comprenderla a base de su vida personal. No debe de perderse de vista que todo lo espiritual se rige por leyes propias, por eso no se puede tratar a todos los pacientes igual.

"El ser hombre significa, por sí mismo estar orientado hacia más allá de sí mismo". Significa estar orientado a algo o a alguien, estar dedicado a un trabajo, a otro ser humano al que ama o a Dios. De esta manera esta orientado hacia el mundo y a su forma de percibirlo.

La psicoterapia girando en entorno al punto angular de la logoterapia tiene necesariamente que cambiar de rumbo orientándose hacia un análisis de la existencia, concebido como un análisis de ser hombre a base de ser responsable (analizando el sentido de la vida, cuestionando el sentido de la muerte, del dolor, del trabajo, del amor, etc.).

La logoterapia tiende a tornar consciente lo espiritual y la responsabilidad viendo en ella el fundamento esencial de la existencia humana "la responsabilidad origina siempre la responsabilidad de un deber... Los deberes de un hombre solo pueden ser interpretados partiendo de un "sentido" de la vida humana". En comparación con el análisis existencial es más que un mero análisis, puesto que quiere ser una forma de tratamiento, tiende a hallarle un sentido a la vida y a realizar ese sentido.

Se capacita al paciente en la línea del análisis existencial, para hallar el sentido de la vida, encontrando siempre ese sentido y en forma personal.

Aunque se trate de otro tipo de neurosis la logoterapia esta indicada, puesto que la neurosis prospera y se propaga en mayor grado cuando puede haber en el paciente cierto grado de vacío existencial.

"Lo que de verdad necesitamos es un cambio radical en nuestra actitud hacia la vida. Tenemos que aprender por nosotros mismos y después enseñar a los desesperados *que en realidad no importa que no esperemos nada de la vida, sino si la vida espera algo de nosotros*. Tenemos que dejar de hacernos preguntas acerca del significado de la vida y, en vez de ello, pensar en nosotros como seres a quienes la vida les inquiera continua e incesantemente. Nuestra contestación tiene que estar hecha no de palabras ni tampoco de meditación, sino de una conducta y una actuación rectas. En última instancia vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que ello plantea y cumplir las tareas que la vida asigna continuamente a cada individuo... Dichas tareas, y consecuentemente el significado de la vida, difieren de un hombre a otro, de un momento a otro, de modo que resulta completamente imposible definir el significado de la vida en términos generales... Vida no significa algo vago, sino algo muy real y concreto, que configura el destino de cada hombre, distinto, único en cada caso. Ningún hombre, ningún destino puede compararse a otro hombre o a otro destino, cada situación se diferencia por su unicidad en todo momento no hay más que una única respuesta correcta al problema que la situación plantea". (Frankl, 1991).

El alivio proporcionado o el aumento en la calidad de vida por mejora en la funcionalidad, sensación de bienestar y/o estado de salud por medio de los animales es fundamental ya que como dice Wilson (1994) "El homosapiens aprendió a dirigirse a la naturaleza para satisfacer no solo las propias necesidades materiales, sino las estéticas, intelectuales y espirituales. La necesidad es tan profunda que, alejarse del ámbito natural, se compromete irremediabilmente la integridad de la psiquis". Esta afirmación tan importante nos da pie para abordar el siguiente apartado.

III PARTE : CONOCIMIENTOS ACERCA DEL APROVECHAMIENTO DE LOS ANIMALES PARA LA SALUD DEL HOMBRE

CAPITULO IV .- PAPEL QUE JUEGAN LAS MASCOTAS EN EL INDIVIDUO Y EN LA SOCIEDAD

4.1. EL APOYO SOCIAL

Antes de abordar de lleno lo que implica tener una mascota para la salud es digno hacer hincapié en el desarrollo paralelo que ha tenido el llamado "soporte o apoyo social", examinar las características estructurales de la cadena social (ejem. presencia o ausencia de miembros, quienes son, donde viven, frecuencia de contacto) y anotar las formas en como funciona la cadena (nivel de intimidad, el grado de percepción del soporte, etc.)

Algunas investigaciones postulan un efecto directo de los contactos sociales en la salud y el bienestar, existiendo quien asume que los contactos sociales son muy críticos en tiempos de estrés. Hoy en día estos descubrimientos no han sido aprovechados adecuadamente, ya que hay que valorar más los contactos sociales humanos y con animales, para saber en que grado y cuando el soporte-apoyo puede ser realmente efectivo.

El estudio del rol que juega el medio ambiente social respecto a la salud ha puesto en evidencia que el "apoyo social" tiene un efecto positivo para la salud y sirve como un calmante o amortiguador de estímulos estresantes que comprometen la salud psíquica y física de un individuo. Estos estudios han sido realizados bajo un estricto control por medio de autoreportes de síntomas y conductas de enfermos con gran variedad de afecciones crónicas e infecciosas.

La medición del apoyo social ha sido realizada en las áreas de desorganización social, rapidez de cambio social, aculturación²⁵, moral, presencia de un confidente, presencia de un miembro familiar, el tener niños, convivencia familiar, intervención emocional por clínicos y desde hace poco las mascotas. La medición del rango de estrés muestra una disminución de tipo cualitativo en las situaciones estresantes cuando existe soporte-apoyo social adecuado.

Gran variedad de estudios (Aneshensel y Frerichs, 1982; Broadhead et al., 1983; Caplan, 1974; Cassel, 1976; Cobb, 1976; Dean y Lin, 1977; Gottlieb, 1981 y 1983; Hammer, 1981; Henderson, Byrne y Duncan-Jones, 1981; Holan y Moos, 1981; House, 1981; Kaplan, Cassel y Gore, 1977; Kessler y McLeod, 1985; Leavy, 1983; Mitchell, Billings y Moos, 1982; Sarason y Sarason, 1985; Thoits, 1983 y 1985; Turner, 1981 y 1983; Wallston, Alagna, DeVellis y DeVellis, 1983; Williams, Ware y Donald, 1981; cit. por Cohen, 1985) revelan una asociación directa entre la variable apoyo social, y la depresión y la ansiedad, mostrando un efecto directo del apoyo social en los estados de salud/enfermedad, así como en procesos de ajuste psicológico por divorcio,

²⁵ Proceso de adaptación a una cultura, o de recepción de ella, de un pueblo por contacto con la civilización de otro más desarrollado.

después de un accidente automovilístico, y algún trastorno emocional y/o psíquico (se ha comprobado que existe mucha relación entre apoyo social bajo, enfermedades mentales y síntomas psicóticos).

Estudios (Abbey, 1981; Billings, 1981; Barrera, 1981; Blazer, 1982; Eckenrode, 1981; Fuller, 1980; Gottlieb, 1981; Holmes, 1967; Kaplan, 1977; LaRocco, 1980; Morrow, 1981; Porrit, 1979; Schafer, 1981; Silberfeld, 1978; Sosa, 1980; Stephens, 1978; Surtees, 1980; Williams, 1985; cit. por Broadhead, 1983) confirman los efectos benéficos del apoyo social en la salud mental y global en la incidencia de síntomas depresivos, recaídas a episodios depresivos, enfermedades psicóticas, tensión emocional, síntomas físicos y todas las causas de mortalidad.

Las características de la relación del soporte-apoyo social con la salud según Broadhead son las siguientes:

- El soporte social pobre esta antes de la presencia de los trastornos psicológicos y de la muerte.
- Existe evidencia del que el soporte social bajo, está asociado a nivel de salud bajo, ya que numerosos estudios reportan que la enfermedad mental o física tiene efecto directo hacia el soporte social o percepción de la conducta de apoyo social de otros.
- Los estudios muestran una magnitud y dirección similar en la cruz de variables como edad, etnia, ocupación y nivel de salud con el soporte social, aunque se observa una variación en el sexo ya que la mujer muestra más sensibilidad al soporte o apoyo social que el hombre en la mayoría de los casos.
- Existen relaciones de incremento gradual y continuo en el bienestar con el aumento de amigos íntimos y parientes; el número de síntomas físicos y psicológicos, la mortalidad es proporcional al decremento en número o frecuencia de contactos sociales.

El estrés es explicado por el "el síndrome de adaptación general"; que se presenta ante estímulos que se presentan para la persona como amenazantes, reaccionando ya sea con el enfrentamiento a es estímulo (Lucha) o con el escape hacia una situación segura (Huida). Fisiológicamente se estimulan las glándulas adrenérgicas, para estimular la producción de adrenalina en el cuerpo proporcionando la energía que el cuerpo necesita para adaptarse a las demandas del suceso productor de estrés. Existe una repentina descarga del sistema nervioso simpático²⁶ con elevación de presión sanguínea, incremento cardiaco, respiración más acelerada y profunda, dilatación de pupilas además de acelerarse la producción de los glóbulos blancos y de interrumpirse todo proceso de digestión.

La literatura (Bortz, 1981; Carr, 1981; Gambart, 1981; Guillemin, 1977; Hawley, 1981; Krieger, 1981; cit. por Broadhead, 1983) apoya la existencia de un sistema cerebral localizado en el hipotálamo anterior y lateral el cual se opone a la respuesta neuroendócrina hacia el estrés medio ambiental por inhibición directa de la zona hipotalámica posterior (responsable de la actividad simpática y de liberar la hormona adenotrópica) y por lo que sus efectos endócrinos son resultado de una actividad parasimpática²⁷ que produce disminución de presión sanguínea y

²⁶ Trabaja bajo reacciones emocionales como miedo, enojo o furia, dirigiendo la sangre desde la piel y el estómago hacia los músculos del esqueleto

²⁷ Siendo el encargado de la recuperación corporal, aumentando el suministro de energía almacenada hacia funciones metabólicas (como digestión, regulación de temperatura, etc.).

aumento en la liberación de hormonas con efectos proteicos y que en cerebros humanos tiende a producir sensaciones de placer, euforia, relajación, disfrute, y satisfacción.

- Evidencia experimental (en animales y humanos) sugiere la existencia de mecanismos neuroendocrinos, como la *B-endorfina*, la cual podría explicar los mecanismos del soporte-apoyo social en relación a los efectos de amortiguadores del estrés.

Episodios de pacientes esquizofrénicos se terminan por estimulación y liberación de esta hormona siendo utilizada para el control del dolor en pacientes con cáncer terminal y con artritis reumatoide. Se ha demostrado que algún estímulo físico o social reforzante (como estimulación sexual, afecto y aprobación social) puede hacer actuar este sistema como respuesta a este estímulo estresante. Se piensa además que la respuesta de relajación puede ser autoinducida por medio de autohipnosis y permitir el control individual sobre esta porción del sistema nervioso autónomo, mostrando efectividad en la reversión de los efectos hipertensos del estrés.

Este trabajo reciente ha descubierto la posible intermediación bioquímica entre percepción sensoria, la respuesta endocrina hacia el estrés y estímulos de apoyo social. Estos son los neuropéptidos, especialmente el opioide *B-endorfina* ya mencionada de actividad hipotalámica que su liberación puede producir suficiente analgesia al dolor, y euforia.

Otros efectos de la *B-endorfina* son parecidos a la respuesta de relajación, similares a la narcolepsia²⁸, producida como respuesta de relajación inducida por la estimulación del hemisferio temporal derecho que ayuda a la prevención de problemas de sueño y otros beneficios. El plasma de *B-endorfina* tiende a aumentar con el ejercicio extremo y llega a alcanzar estados muy altos en atletas con actividad física muy fuerte, (siendo un mediador bioquímico entre el estímulo externo reforzante y la respuesta).

La teoría del soporte-apoyo social es coherente con el conocimiento existente y los mecanismos fisiológicos, los beneficios pueden ser discutidos coherentemente a todos niveles de organización biológica. La teoría Darwiniana afirma que la evolución da como resultado en el humano la necesidad innata de contactos sociales, incluyendo la copulación, vínculo de pareja, cuidado paterno (como el presentado hacia los hijos y las mascotas) y la sensación de pertenencia a un grupo (grupo de vínculo). Estas necesidades son muy importantes en la supervivencia de las especies, desde un nivel primitivo hasta niveles de cooperación y altruismo. La abstinencia de estas actividades produce enfermedad o disfunción. (Garrity, Stallones, Marx, Johnson, Ory y Golberg, 1983: cit. por Siegel, 1993)

La actividad del sistema cerebral adecuado producido por el soporte social es una condición necesaria para el crecimiento, el desarrollo y la homeostasis del organismo, bajos niveles de soporte social esenciales pueden ser a su vez un factor estresor.

El concepto de la necesidad básica biológica de interacción social, se encuentra en estrecha relación del contacto con el medio ambiente ya que las respuestas a este (psicológicas, motoras, afectivas o cognitivas) son producto de la interacción de ambos (organismo y medio).

²⁸ Deseo irresistible de dormir a cualquier hora.

La relación entre la persona y el medio ambiente depende de las demandas de éste, el desarrollo de las habilidades de la persona, las necesidades individuales y los recursos para adaptarse a él. Las características del soporte social son:

- 1) El nivel más elemental del soporte social esta vinculado a las dimensiones objetivas, del incremento de recursos medio ambientales o alteración de demandas.
- 2) El nivel de percepción del soporte social puede llevar a una persona hacia una forma más verídica del objetivo natural del ser y del medio ambiente.
- 3) Existe una percepción respecto a la realidad externa, una conducta de apoyo social puede proveer información importante acerca de la eficiencia de otros recursos medio ambientales, cambios sociales en demandas y la probable utilización de la planeación de estrategias.
- 4) Los efectos inhibitorios del soporte social como estímulo en los centros del cerebro son responsables de la posible modificación de los estresores medio ambientales previniendo las respuesta de delirio.
- 5) Alternativamente, el soporte social beneficia directamente a los efectos neuroendócrinos, disminuyendo las respuestas inmediatas de "fuga o defensa" además de prevenir y disminuir consecuencias de este tipo de reacciones que sean adversas para la salud.(Cohen, 1985).

- Existe un vasto número de definiciones del soporte-apoyo social debido al gran número de variables que existen en la literatura, pero la más completa y comprensible es la que se refiere a la interacción interpersonal que incluye uno o más de lo siguientes puntos:

- Afecto (expresiones de simpatía, admiración, respeto, amor).
- Afirmación (expresiones de agrado o reconocimiento de los aciertos y conductas de otras personas)
- Ayuda (relaciones en las cuales la ayuda o asistencia es dada, incluso pensamiento, dinero, información, consejo y/o tiempo) .(Broadhead, 1983)

El grado en que es definido operacionalmente varia de estudio en estudio. La medición del soporte social generalmente se hace en cuanto al grado, frecuencia, intensidad del contacto, número de amigos, etc.

Un largo número de variables medio ambientales e individuales interactúan para producir en una persona su sistema de soporte social, esto en un solo punto del tiempo, el soporte social es dinámico, tiene determinantes individuales internos (temperamento, percepción e interacción con el medio ambiente) y externos (definiciones del rol social, lugar de nacimiento, etc.) ambos son activados durante toda la vida,.

Los efectos de las variables son determinantes (el soporte-apoyo social no es solo una exposición medioambiental). Las características del soporte social están en constante cambio durante todo el desarrollo del individuo, desde la niñez hasta la adultez. La habilidad para relacionarse se da en la infancia y se extiende hasta la adolescencia. La cadena social durante la infancia y la adolescencia son muy importantes para el desarrollo de recursos y habilidades que

ayuden a adaptarse socialmente en la edad madura, las habilidades cambian con la edad y la experiencia teniendo efectos directos en las "demandas" y "recursos" del medio ambiente.

La dinámica del soporte social involucra una compleja relación entre las variables, el temperamento y otras características psicológicas del individuo interactúan con el medio ambiente social durante todos los estados del desarrollo produciendo el estilo de conducta ya que la habilidad de la obtención de soporte social depende de las necesidades, habilidades, demandas y recursos de la persona, así como la experiencia acumulada.

Se ha observado que en promedio generalmente una persona convive diariamente con; de 9 a 10 personas en el trabajo y de 3 a 4 personas en la casa

Las personas que viven en comunidades de menos de 2,500 habitantes reportan más soportes informales que en ciudades mayores. Existe un incremento en soporte social entre más prestigio se tiene así como con el número de organizaciones (religiosas, culturales o deportivas) a las que asiste.

El conocimiento de la dinámica del soporte-apoyo social nos permite la intervención a dos niveles, la prevención y la intervención. (Broadhead, 1983)

- La naturaleza de todos los cambios en el soporte social son un proceso individual a través del ciclo de la vida (el soporte social no es independiente de los eventos de la vida), por lo que el efecto del soporte social no es igual en ninguna enfermedad o sistema orgánico. Cohen (1985) sugieren que el soporte social es efectivo cuando es proporcional y apropiado para la necesidad presentada.

Como vimos en la primera parte, los animales han sido compañeros de los humanos desde tiempos muy remotos, hoy en día una tercera parte de las familias de habla inglesa en el mundo tienen mascotas y en la mayoría de los casos estos animales son altamente valorados, existiendo una identificación de la mascota como miembro de la familia en el 99% de los propietarios de perros o gatos. (Siegel, 1993)

Los pioneros en la utilización de los animales como instrumentos que ayuden al bienestar humano fueron los norteamericanos e ingleses extendiéndose después al resto de Europa con los alemanes, franceses y españoles, hoy en día los resultados encontrados hacen imperante la necesidad de darlos a conocer en México, no solo a la comunidad científica sino también a toda la sociedad.

4.1. FACILITADORES SOCIALES

La mayoría de la gente tiene respuestas y emociones amigables hacia las mascotas, siendo este un fenómeno muy interesante, ya que ayudan a facilitar la comunicación entre dos o más personas, por lo que en familias normales pueden ser de ayuda para el establecimiento de la comunicación entre generaciones. También en las personas que no son consideradas como "normales" pueden ser de gran ayuda ya que los pacientes con problemas emocionales también presentan reacciones positivas hacia las mascotas. (Messent, 1985)

Investigaciones realizadas indican que cuando una persona es relacionada de algún modo con algún animal es percibida como una mejor persona, más feliz, menos tensa, más relajada, más generosa y más inteligente; la presencia de animales en cualquier lugar hace que la situación se perciba menos amenazante y más comfortable, por lo que los animales actúan en muchas ocasiones como "lubricantes sociales". (Lockwood, 1985).

Adryco (1981) en una investigación con 23 pacientes demostró cambios en los niveles de socialización de los residentes, incluyendo las relaciones con el personal; Hogard-Scott (1983) también encontró resultados similares en 60 pacientes mayores de 80 años; En estudios con individuos, Condoret (1983) utilizó a un gato y a un perro como estimulación medio ambiental con un niño autista el cual se sonrió y pudo entablar mejor comunicación con la madre. (cit. por Messent, 1985)

Brickel realizó (1986) por su parte un estudio con 50 pacientes depresivos (hombres de 65 años), encontrando que las sesiones de terapias con perros tenían una asistencia del 85% de los pacientes mientras que las que no tenían al animal solo se presentaban en promedio 68% de las personas, siendo además la interacción social de mejor calidad.

Las mascotas son por lo tanto utilizadas como "lubricantes sociales" no solo en personas que sufren alguna patología sino también en otro tipo de circunstancias, ya que incrementan los contactos sociales de las personas "sanas", los sujetos espontáneamente mencionan que la presencia de la mascota ayuda a iniciar conversaciones entre adultos y niños (Sweden, Norling, Harryda; cit. por Messent, 1985).

También se ha observado que las mascotas ayudan a incrementar el número de amigos de su dueño, un experimento dividido en tres partes evidencia esto; en la primera parte sujetos dueños de perros que fueron observados mientras caminaban comparándolos con otros que caminaban solos, personas extrañas (22%) volteaban y prestaban atención a los perros y el 1% (3 personas de 392) inició conversación con ellos. En la segunda parte se utilizó a 88 personas desconocidas entre sí, de las cuales 40 tenían perro, observando las conversaciones entabladas fueron en el 69% de los casos realizadas por los dueños de perros, además de que sus conversaciones fueren de más larga duración y con personas de sexo opuesto. En la tercera parte se observó un parque pequeño de Londres por 2 días 13 horas registrando que el 38% de las personas que caminan con su perro entablaron conversaciones, el 6% de ellos fue con niños, y otro 6% con otro dueño de perro. (Messent, 1985)

La interacción social de los niños con mascotas es muy interesante porque varias investigaciones muestran que pueden ayudar a la buena relación familiar, Guttman (1984) en su

investigación con 455 personas de 11 a 16 años encontró que las mascotas son vistas como excelentes compañeras para aprender conductas y diferentes técnicas, además de que aumenta la capacidad de comunicación no verbal. (cit. por Messent, 1985)

Estas evidencias muestran que las mascotas afectan positivamente en la interacción social de las personas, esto es debido a que las mascotas causan en las personas:

- Novedad o interés.- el movimiento de los animales es un estímulo muy fuerte de atención por lo que se convierten en foco de interés en la gente.

- Envidia o autoestima.- la mascota puede ser vista como un objeto deseable y haciendo sentir al dueño un ser importante ya que es responsable de la atención y protección del animal.

- Mecanismos innatos de relación.- desde la niñez como vimos en el capítulo anterior, se desarrollan sentimientos universales de responsabilidad hacia animales y seres pequeños.

- Mejor juicio social.- las personas hacen deducciones acerca de los dueños con los elementos de experiencias pasadas, percibiéndolas más interesantes y relajadas en la mayoría de las situaciones.

- Lubricante social.- las mascotas son en la mayoría de los casos socialmente aceptadas, facilitando la interacción entre el dueño y la otra persona.

-Rompe el hielo.- una mascota solicita una interacción social, además de que representan un tema de conversación.

Lo que influencia a este tipo de percepciones, es principalmente porque situaciones con animales son familiares para las personas identificándolas con momentos agradables, exceptuando a personas que han vivido experiencias traumáticas con ellas.

El término "Pet Facilitated Therapy" (P.F.T.), -la terapia facilitada por mascotas- ha sido utilizada con cierta libertad para describir una intervención terapéutica que involucra un animal. Se ha utilizado para indicar el uso de animales en casas de cuidado, para bajar la presión sanguínea por medio de la observación de un acuario, etc. El término también ha sido utilizado en la descripción de situaciones en donde el contacto con un animal es un componente prescrito en psicoterapia (por ejemplo; quienes instruyen a niños con ayuda de algún animal).

Algunos investigadores aseguran que no porque un paciente haya gozado de la interacción con un animal esto implica que es un procedimiento terapéutico. (Beck y Katcher, 1984: cit. por Siegel, 1993). pero muchas investigaciones como veremos han probado lo contrario resultando terapéuticamente positiva la implantación del animal, además de que abrigantan, alegran y avivan la vida.(V. Cap. 3)

Se ha observado que los propietarios de animales ven a sus mascotas como seres que proporcionan además de compañerismo, ayuda a la salud, relación, protección, aceptación y amor. (Suoares, 1985: cit. por Siegel, 1993).

CAPITULO V.- EL VINCULO HOMBRE - ANIMAL

5.1. DETERMINACIÓN DEL VINCULO , APEGO Y RELACIÓN CON LA MASCOTA

Para el estudio de la influencia que tienen las mascotas en la vida del hombre es importante hacer hincapié en que el nivel de apego, vínculo de la relación con la mascota es determinante para que las personas puedan ser beneficiadas en su salud. Para fines meramente descriptivos se utilizan los términos indistintamente, queriendo dar a entender un grado de relación, enlace, inclinación, unión, etc. con la mascota, siendo muy variable de persona a persona.

"La formación del apego emocional es central en el desarrollo normal del ser humano, se desarrolla primeramente con la madre, pero estudios experimentales con primates hacen hincapié a la importancia del medio ambiente social además de ésta (ejem. convivencia con otros de más o menos la misma edad). La evidencia sugiere que el apego y vínculo con la madre es importante, pero también que otros vínculos sociales son igualmente críticos. En este caso la relación con un animal de compañía puede ser visto como uno de muchos posibles vínculos sociales" (Siegel, 1993).

Escritos acerca de los animales de compañía hacen especulaciones acerca de si en la gente, los apegos de tipo humano pueden ser substituidos por apegos animales y en que grado. De hecho se puede ver que muchos dueños de animales prefieren a sus mascotas más que a las personas.

-La actriz estadounidense Doris Day (nacida en 1924) afirma "Me ha llevado demasiado tiempo entenderme con las personas. Hoy creo que solo los animales se merecen mi cariño"

-El escritor estadounidense Mark Twain (1835-1910) dijo "Recogéis a un perro que anda casi muerto, lo engordáis y no os morderá. Esa es la diferencia más notable que hay entre un perro y un hombre".

En los resultados de una investigación realizada el 60% de los entrevistados prefería la compañía de un animal que la de las personas; el 80 % de ellos consideró que el animal ofrece un afecto más desinteresado y el 89% lo consideraba un miembro más en la familia, por lo que harían cualquier sacrificio por el, como si fuera una persona más. (Afuente, cit. por Arias, 1994).

El que una persona sienta esto por un animal es real, pero no es adecuado tampoco la substitución de la relación humana por la animal, en el mejor de los casos debe de existir equilibrio y no ser el animal un substituto de las relaciones humanas, sino al contrario un facilitador para su mejor desempeño social y personal.

Sin llegar a los extremos se pueden aprovechar estos conocimientos, ya que permite pensar que los animales de compañía proporcionan una oportunidad para los humanos de experiencias de apego y vínculo. El vínculo humano-animal es generalmente una experiencia positiva, ya que las mascotas no "juzgan la mente", no racionalizan o analizan cada sentimiento, además de tener cualidades muy valiosas como el estar generalmente estables y serenos (a no ser de que algunas de sus necesidades vitales estén en juego), ser serviciales y juguetones (como en muchas razas de

perros), permaneciendo además siempre dependientes de los amos tomando un rol parecido al de un niño teniendo los dueños a presentar sentimientos paternales hacia ellos, de hecho se tiende a hablarles en un grado todavía más bajo que a un bebe (Cain, Corson y Corson, Suoares, cit. por Siegel, 1993).

Este hecho es observando de manera evidente en la relación que existe entre los entrenadores y personal que se dedica a cuidado de los animales; cuando los animales sufren, ellos sufren también con ellos "el cariño que ellos tienen a esos animales es profundo y similar al de una relación con personas" (Zuziak, 1993).

Estudios más profundos acerca del apego humano-animal muestran que existe más apego entre más contactos se tienen con el animal, (desde alimentarlo, bañarlo y jugar con el), las personas que reportan menos apego tienen menos interacción con él. La falta de interacción se observa por parte de los dos (dueño y mascota), ya que no solo la persona ignora al perro, sino que el perro tampoco inicia el contacto con la persona, en cambio las personas que reportaron un alto apego, aunque el tiempo de observación fuera corto el perro propició más interacción con la persona (Smit, 1983 cit. Siegel), haciendo pensar que existe un tipo de vínculo proporcional y mútuo entre la persona y el perro.

La conducta del animal es extremadamente importante para la determinación del vínculo que se tenga con la mascota. Los problemas de conducta de un animal interfieren con el desarrollo satisfactorio de la relación entre el dueño y la mascota. (Mader, 1985)

Los conocimientos acerca del aprendizaje ayudan a explicar porque sucede el apego, esencialmente las mascotas adquieren la habilidad de propiciar el contacto táctil o sentimientos de gusto en los dueños generados por las muestras de entusiasmo de la mascota, que a la vez son reforzados por la atención que el dueño presta a estas conductas. El continuo apareamiento de la mascota con sentimientos agradables entonces lleva a el dueño a percibir al animal como una fuente de bienestar, alegría o simplemente tranquilidad; por esto no es sorprendente que personas a menudo se refugien en los animales de compañía en momentos de estrés o angustia. (Siegel, 1993)

Se ha demostrado que el grado de apego o vínculo que las personas sienten por sus mascotas esta inversamente relacionado con la sensación de depresión, visitas al doctor y hospitalizaciones. El tener una mascota no es suficiente, es completamente necesario que la persona sienta algún tipo de sentimiento positivo hacia ella.

Por lo tanto se debe de examinar el nivel de acercamiento con el animal, el cual es determinado por los eventos de vida anteriores relacionados con un animal en particular, con los animales en general así como con la naturaleza. El que una persona halla sido educada pensando que los animales son una molestia, que solo ensucian, muerden y se reproducen es de suma importancia. También si una persona fue atacada o tuvo una experiencia traumática por un determinado animal va a influir en su percepción de los animales haciendo que ese animal sea difícil utilizarlo para mejorar su bienestar (aunque no imposible), por lo que es importante hacer un análisis de las experiencias previas de la persona con los animales. "Obviamente cada relación humano-animal es única y puede variar desde una alta problemática, hasta un ajuste extremadamente bueno." (Jenkins, 1986).

También el contexto es determinante, va desde el espacio suficiente para tener a la mascota hasta la aceptación de ella por todos los miembros de la familia. Es inútil hablar de lo benéfica que puede resultar una mascota para determinada persona, si desde el inicio se sabe que no existen los recursos adecuados para poseerla o las actitudes adecuadas hacia ellas.

El análisis de todos estos factores son útiles para considerar a quién, cómo, cuándo y dónde la posesión de mascotas resulta beneficioso o en que circunstancia la mascota puede resultar como un evento estresante o inquietante mas que favorable.

Las principales contraindicaciones de estas terapias alternativas son: rechazo del paciente hacia la mascota, rechazo de los familiares del paciente hacia la mascota, falta de apoyo de los familiares para las terapias (sobre todo cuando el paciente tiene alguna incapacidad legal, física o mental), agresividad por parte de la mascota (para prevenir esto es necesario hacer una adecuada selección del animal a utilizar V. Cap. 11), o enfermedad de la mascota.

Para poder hacer un análisis de todos estos factores se apoyan los profesionales en instrumentos como la entrevista, historia clínica, análisis de la personalidad, etc. en los últimos años se ha creado un instrumento que permite evaluar la actitud hacia las mascotas siendo de mucha ayuda para la implantación de las P. F. T (Terapia facilitada por mascotas).

El desarrollo de las terapias facilitadas por animales abrió la pauta para el desarrollo de la "Escala de actitud hacia las mascotas" (P.A.S. sus siglas en ingles, Pet Attitude Scale), construida en 1981 por Donald Templer en California, y desarrollada principalmente para ver la actitud de una determinada persona (personas normales, niños con retardo mental, pacientes adultos psiquiátricos, ancianos, etc.) hacia las mascotas, así como el nivel de vínculo y/o apego de esta hacia el animal. Pudiendo definir si la mascota en ese caso particular puede ser benéfica o no.

La escala es autoaplicable consta de 18 items tipo likert de diferente direccionalidad en los que se indica que tan cierta o falsa es la proposición para cada persona, tiene un coeficiente alpha de Cronbach de .93 ($p < .001$). En la prueba de test-retest presentó una confiabilidad de .92 ($p < .001$). El criterio de validación se realizó con personas de la "Society for prevention of cruelty to animals" y estudiantes de licenciatura obteniendo las siguientes respectivas puntuaciones medias 112.88 y 97.72 ($t = 3.53$, $p < .01$).

Se realizó un análisis factorial encontrando 3 factores que se nombraron: amor e interacción, mascotas en el hogar y disfrutar tener una mascota. (V. Anexo 2) Se puede decir que P.A.S. (Escala de actitud hacia las mascotas) es estable, tiene consistencia interna, es confiable y presenta validez de Face y de constructo.

En conclusión, la sensación de apego, vínculo y relación positiva con la mascota es inversamente proporcional con estados de ánimo depresivos y directamente proporcional con la salud psíquica de la persona. No es suficiente el hecho de tener una mascota, sino que es importante que pueda la persona tener sentimientos de este tipo por su animal pudiendo utilizarse cualquiera que la persona acepte y con la cual se sienta agusto con ella de acuerdo a su personalidad y sus experiencias previas. Estos factores son susceptibles de análisis permitiendo el adecuado uso de las mascotas.

5.2. DIFERENTES CLASES DE DUEÑOS

La presencia de una mascota es determinada por los requerimientos de la persona y puede ser, sino es que es, casi cualquier animal. Las características que diferenciaban a los dueños de animales hace 10 años son las siguientes:

TABLA 1. CARACTERÍSTICAS DE DUEÑOS DE ANIMALES

CARACTERÍSTICAS	GRUPO MÁS FRECUENTE	GATOS	PERROS	OTROS
EDAD	Jóvenes		*	
SEXO	Masculino		*	
NIÑOS	Más niños	*	*	*
SITUACIÓN	Con ocupación		*	*
FAMILIARES	Pocos	*	*	*
ÁREA	Rural		*	*
COMUNIDADES	Pequeñas	*	*	*
SERVICIOS A	Gran distancia	*	*	*
LIMPIEZA	Pobre calidad	*	*	*

Fuente: The gerontologist: Pet Ownership; A reseach note. POWELL, 1984, pp. 209

Estos datos hacen ver que en los últimos años ha habido un cambio profundo en cuanto a las características que presentan las personas que tienen mascotas, ya que cada día se incrementan las personas que tienen mascotas en las ciudades.

Hoy en día, en encuestas realizadas a diferentes personas en México han permitido encontrar que el 30% de las personas tiene mascotas, de ellas 60% son perros, 17.5% gatos y el resto aves, del 70% restante de los no dueños, el 71,1 % dice que la razón de no tenerlos es que no le gustan los animales y el 28.5 % dice que les gustan pero el hecho de cuidarlos y ocuparse de las excretas hace que no las tengan. (D'Hiver, 1993).

Toda la gente que posee una mascota, establece como vimos en el capítulo anterior un vínculo que varía de intensidad, desde un contacto con mucho afecto, hasta una relación de poca emotividad. Se estima que la relación de tipo sociable comprende un 50% de los dueños de perros. Es importante considerar la relevancia de las actitudes del dueño y su personalidad con respecto al animal.

Se aplicaron 800 cuestionarios a dueños de perros y gatos para saber las diferencias en la forma de relacionarse con ellas y el grado de vínculo o apego hacia ellas encontrando que los problemas más frecuentemente citados por los dueños de perros son; 15% problemas de agresividad, 13% eliminación de excretas, 12% ladridos excesivos; y en gatos plantean que los problemas que tienen con su gato son; 20% conductas como salir de casa y vagabundear, 24% conductas destructivas y 20% conductas de alimentación. Respecto a el trato del animal los resultados se pueden observar en la siguiente tabla.

Tabla 2. DIFERENCIAS DE RELACIÓN ENTRE DUEÑOS DE PERROS Y GATOS

PREGUNTA	PERROS	GATOS
Lo considera un miembro de la familia	99%	99%
Duerme en la cama	56%	89%
Lo admite en los muebles	56%	95%
Lo lleva a mandados	83%	8%
Lo lleva a viajes	72%	29%
Come porciones de la mesa	64%	67%
Comparte con él bocadillos	86%	68%
Le habla a la mascota al menos una vez al día	97%	97%
Habla acerca de cosas de importancia al menos una vez al mes	45%	58%
Piensa que se da cuenta de su humor	99%	89%
Cree la mascota se da cuenta del humor de las personas	98%	91%
Tiene fotografías de el	91%	91%
Celebra su cumpleaños	54%	39%

Fuente: Attachment of people to companion Animals, VOIT, 1985, Filadelfia, pp. 290.

Es difícil la categorización de los dueños, ya que las maneras de relacionarse con sus mascotas son muy diversas, sin embargo, Ávila (1993) hace una propuesta tomada de (1987) y Campbell (1975) que puede ser utilizada para facilitar el conocimiento del trato de los dueños y sus mascotas. Las características de los dueños pueden variar en cuanto a sus conductas, principalmente como:

Tabla 3. DESCRIPCIÓN DE CARACTERÍSTICAS DE DUEÑOS

CARACTERÍSTICA DEL DUEÑO	RELACIÓN CON EL PERRO
Dominador físico:	Insiste en una total subordinación y usa la fuerza excesiva y/o el castigo para obtener obediencia.
Dominador vocal:	Desea total subordinación y utiliza volumen vocal o tono severo de voz para obtener obediencia.
Seductor físico:	Trata de obtener respuestas a través de mimar constantemente, ser cariñoso o acariciar al perro.
Inseguro e indulgente:	Desea el cariño y la lealtad del perro evita cualquier forma de disciplina por el temor de perder el cariño y la lealtad de este.
Ambivalente:	Este produce un estado de emociones mezcladas en relación con el animal lo cual lo lleva a problemas en su interacción con el.
Paranoide:	Le confiere al perro capacidades emocionales e intelectuales las cuales son únicas de humanos, pensando que actúa de determinada forma el perro para atacarlo, o hacerle daño cuando realmente esto no esta pasando.
Ingenuo:	Conoce poco a nada de perros y con frecuencia sigue los consejos de cualquiera sin importar.
Lógico:	Usa métodos de sentido común para el mismo no para el perro, interpretando todo lo que hace el perro y justificándolo.
Obsinado:	Muestra una actitud de extrema rigidez o elasticidad respecto a una guía para cambiar o modificar la forma de relacionarse con su perro.

Fuente: Tratamiento del comportamiento agresivo en el perro, ÁVILA, 1993, México, pp. 22.

Una persona no debe a fuerza "encajar" en alguna de las descripciones, además de que puede que una sola persona presente rasgos de varios tipos.

CAPITULO VI .- APLICACIONES EN LA EDUCACIÓN Y EN LAS RELACIONES FAMILIARES

6.1. MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA

Las investigaciones realizadas en el Instituto de Psicología de la Universidad de Bonn, Alemania (Ahmedzai, 1993), han permitido encontrar los factores que determinan la calidad de vida y son los siguientes:

- 1.- Sociabilidad, estimulación de contactos sociales, comunicación.
- 2.- Salud física y mental. Profilaxis.
- 3.- Alegría de vivir, belleza, reconocimiento social y diversión.
- 4.- Seguridad y protección.
- 5.- Benevolencia, amor, erotismo y afecto.
- 6.- Compañerismo y trato con niños.
- 7.- Movilidad e independencia social.
- 8.- Rutina, orden y control sobre el medio ambiente.
- 9.- Ausencia de conflictos, paz mental, armonía.
- 10.- Afinidad con la naturaleza.
- 11.- Seguridad económica y prosperidad.
- 12.- Éxito profesional.

Basados en análisis científicos pudieron saber hasta que punto las personas suponen que las mascotas pueden llegar a satisfacer estas necesidades por medio del contacto con ellas, encontrando los siguientes descubrimientos:

a)La misma necesidad asociada con la calidad de vida puede ser satisfecha de maneras diferentes.

b)Una mascota, siempre es capaz, aunque en diferentes grados, de satisfacer una variedad de necesidades esenciales que determinan la calidad de vida humana.

c)La contribución de una mascota a la calidad de vida de un determinado adulto puede ser muy específica de acuerdo a sus necesidades, situaciones y disposición emocional.

d) Entre menos inclinación tenga una persona por tener una mascota, piensa que lo menos probable es que un perro o un gato sea capaz de mejorar significativamente o por lo menos mantener la calidad de su vida. Sin embargo resulta muy claro que el grupo de personas que ven a perros y gatos con buenos ojos no es limitado a los dueños de perros y gatos, esto quiere decir que hay mucho más personas que aman a las mascotas que las que las tienen.

e) La importancia que tiene un perro para la calidad de vida del hombre es, a pesar de algunas similitudes, diferente de la contribución que proporciona un gato.

f) El efecto en la experiencia y el comportamiento humano (el propósito del perro en la profilaxis y terapia de un individuo) depende de una cierta cualidad manifiesta en la relación hombre-mascota. Respecto a este punto existen tres descubrimientos centrales que son:

-La calidad de la relación entre el hombre-mascota es diferente entre todos los dueños de animales; esto vale también para aquellos que no tienen animales. Si se analizan a los dueños de perros en datos resultan diferentes tipos. (V. Cap. 5)

-El efecto profiláctico y terapéutico del perro en las personas solo pudo ser detectado en estudios de estrés cuando el compañerismo entre hombre y perro existió; en otras palabras, solo los llamados "amantes de los perros" vivirán intensamente su potencial como coterapeuta. Estos resultados muestran claramente que las mascotas no pueden simplemente ser prescritas, por los médicos, maestros o padres, los animales deben ser aceptados tanto por el individuo como por su familia de una manera específica y definida.

-65% de los individuos que hoy en día no tienen una mascota, no la tuvieron en su niñez, 48% de los dueños de gatos y 47% de dueños de perros solían tener mascotas en su infancia. El hecho de que los padres expongan a sus hijos a tener una mascota es de una importancia definitiva para que cuando sean adultos tengan una mascota. (Bergler, 1993,).

La P.F.T. (Terapia facilitada por mascotas) puede utilizar animales como perros, gatos, peces, pájaros, etc., este tipo de terapia también es llamada "actividades asistidas con animales" (A.A.A.) ofrecen oportunidades para el beneficio motivacional, educativo y recreativo que permiten la mejorar en la calidad de vida, son puestas en marcha en una gran variedad de ambientes por profesionales especialmente capacitados.

Un especialista en actividad asistida con animales es un experto con conocimientos especializados sobre animales y las poblaciones en las que interactúan. La terapia asistida con animales es una intervención dirigida hacia un objetivo en el cual un animal, que afronta criterios específicos (animal de terapia) es una parte integral en el proceso del tratamiento, esta es llevada a cabo por un proveedor de servicios de salud humana que trabaja dentro de un área determinada de su profesión; es designada principalmente para promover el mejoramiento físico, social, emocional y/o cognitivo humano. (Hines, 1993)

Son utilizadas por las siguientes razones específicas:

a) La aplicación de P.F.T. (terapia facilitada por animales) no es nueva, existen evidencias de su uso desde hace más de 70 años en muchos lugares como casas de cuidado, escuelas para niños con

diferentes disturbios, etc. Existe conocimiento de que los animales juegan un papel importante en la calidad de vida de las personas desde hace ya muchos años, la relación hombre-mascotas ha estado y esta siempre presente en la sociedad. La primera vez que fueron introducidos los animales como apoyo o soporte en instituciones privadas fue en 1919 en el "St Elizabeth's Hospital", (Washington DC). después en pacientes convalecientes (1944) en el "Pawling Hospital" de Nueva York.; pero solo en recientes años Levinson (1969) identifico el potencial de la "Pet-oriented psychotherapy".

b) Los efectos de la P.F.T. se presentan inmediatamente y se encuentran muy bien documentadas en video tapes y films, además de que las investigaciones al respecto han sido bien documentados y controlados.

c) Las P.F.T. tienen una muy buena aceptación en la mayoría de las personas, por lo cual es válida su utilización en la sociedad.

d) P.F.T. tiene el refuerzo de que la media de la población opina a base de intuición que las relaciones con los animales son buenas para la salud. Los reportes acerca de los beneficios que obtienen las personas de sus mascotas son de muy diversa índole, por ejemplo un caso en el cual el cariño hacia una mascota pudo ayudar a que una persona se sintiera motivada a dejar de fumar; un fumador dueño de un perro a pesar de no haber dejado de fumar por el posible riesgo de enfermarse el y su esposa de cáncer en el pulmón, cuando se enteró que también existe un riesgo del 30% para su mascota de desarrollar cáncer a comparación de los que no tienen dueños fumadores, decidió dejar de fumar. (Glickman, 1992).

e) La P.F.T. es una lógica extensión cultural de que los animales son buenos para la salud de niños, viejos, etc. reportado los siguientes efectos principales:

- En pacientes aislados, que no cooperan o se comunican, con la ayuda de animales se vuelven más alertas presentando reacciones inmediatamente reflejas al ver gente cerca de ellas, en interacción con animales.

- Las personas que se relacionan con dificultad, se comunican mejor con la interacción de un animal.

- Algunas mascotas reciben cuidados de prisioneros y afecto de personas con larga historia de violencia hacia la humanidad.

- Pacientes que inicialmente no reaccionan a una terapéutica, al entrar en contacto con los animales mejoran mucho su relación con el terapeuta y después con otras personas.

- La introducción de las mascotas cambia la actitud de las instituciones mentales, prisiones o casas cuidado de ancianos, haciendo el trato a las personas mas humanitario.

- En niños con problemas neurológicos el animal permite un mejor avance en sus terapias físicas y cognoscitivas. (Beck, 1985)

Los programas facilitados por mascotas tienden a ser un foco de atención muy importante en investigaciones, la mayoría de las realizadas hasta ahora han mostrado los beneficios potenciales de la relación hombre-mascota en personas ancianas, en personas aisladas y con diferentes afecciones, las observaciones incluyen beneficios en la sociabilidad, estado de animo, estado moral, satisfacción de necesidades, reducción de medicación, además de proporcionar formas significativas de estimulación sensorial. (Savishinsky, 1992)

Además de que existe mejora respecto a los sentimientos del yo (moral, autoestima, poder, control, realización personal), aumento en la interacción con la gente, incremento en la actividad física, decremento en ansiedad ante la muerte, incremento en el interés por aprender, decremento de síntomas físicos, decremento en reminiscencia²⁹, sensación de soledad, y decremento en estrés respecto a la sensación de deterioro, etc. como veremos en los siguientes capítulos (Levinson, 1969, 1970, 1972, 1978, cit. por Robb, 1983)

²⁹ Recuerdo inconsciente

6.2. TERAPIAS EN NIÑOS EXPUESTOS A SITUACIONES CRITICAS

En Europa y en nuestro país existen cada día más niños que crecen sin hermanos, en familias disfuncionales, afectados adversamente por divorcios y conflictos entre padres, hijos de padres o madres solteros; todo esto a llevado a que se les deje solos mientras los padres están trabajando por lo que se les ha llamado "niños bajo llave".

La soledad y la falta de información para criar a los niños, la indiferencia, la sobreprotección, y conflictos entre los padres son parte de la experiencia cotidiana de muchos niños en todo el mundo y esta aumentando continuamente convirtiéndose en una amenaza para el desarrollo adecuado del niño.

En una investigación (Bergler, 1993) realizada con una muestra de niños de entre los 10 y 14 años se encontró que:

Los perros contribuyen a la prevención del aburrimiento, motivando a los niños a entretenerse con muchas actividades alternativas deseables, ya que el perro responde a las necesidades de cambio de los niños, al juego, a la conquista del medio ambiente, a los pequeños éxitos y triunfos como por ejemplo al enseñarle trucos a la mascota (el 28 % de los niños hablan de ello) Retan a la imaginación, invitan al ejercicio y actividades atléticas disminuyendo con ello las horas de solo dedicarse a ver televisión.

A nivel familiar el tener un perro alienta la realización de actividades al aire libre (como caminatas, viajes cortos, juegos, etc.) que propician la comunicación mejorando la calidad de vida familiar indirectamente ya que fomentan vínculos y unión entre los miembros de la familia.

Proporcionan además al niño sentimientos de cariño, compañerismo, afecto, protección y seguridad; ayudando a que en momentos de conflicto entre los padres no se sienta abandonado.

El 77% de los niños dicen que los perros no pueden ser tan malos como la gente ya que; los escuchan siempre, se les puede decir cualquier cosa, siempre están cerca, nunca exigen nada, no hacen continuamente preguntas, no responden, son pacientes, no son avaros, no causan guerra, toman a los niños como algo importante, y se les percibe como dignos de confianza y honestos, según respuestas de los propios niños.

En situaciones conflictivas en las que los niños experimentan miedo, soledad, abandono, los perros son cariñosos y efectivos para solucionar los problemas, ya que pueden expresar sin temor todas sus ideas y sentimientos proporcionándoles los prerequisites que se requieren para la comunicación (presencia, atención, habilidad para escuchar, intimidad, compasión, ausencia de conflictos y seguridad). El 87% de los niños cree que el perro los entiende mejor de lo que podrían hacerlo los adultos.

En España se reportó un caso de un bebe de tres meses que llora desesperado si le cambian a su perrito por uno idéntico de peluche. (Arias, 1994).

Los niños al tener una mascota y ser ellos los encargados de esta se vuelven más responsables, tienen con quien jugar en caso de ser hijos únicos, (son comunes las películas y caricaturas en las cuales el principal compañero del personaje es su mascota) además de que son dotados imaginariamente de sentimientos y racionalización, permitiendo al niño tener una relación muy especial e íntima con ella, convirtiéndose en ocasiones en su mejor hermano, amigo, compañero y cómplice, así como apoyo en momentos de angustia y sobre todo fuente de seguridad ante conflictos familiares.

Es necesario estar conscientes que el perro no puede remplazar el cariño y convivencia del padre, pero sí puede ayudar a disminuir la sensación de inseguridad e incertidumbre que algunas situaciones causan en el niño.

El perro hace y realiza lo que el niño le ordena y depende de él, lo que no sucede con la mayoría de las personas, además de que a nivel sensorial es un estímulo muy bueno, ya que al acariciar a un animal se producen efectos relajantes a nivel fisiológico por la estimulación producida por la piel de la mascota (V. Cap. 8).

En los adolescentes una mascota les ayuda a definir el concepto de sí mismo ya que la mascota se vuelve parte de él, la mascota al ser dependiente de él hace sentir en su dueño la responsabilidad de una vida, de un ser que puede en el caso de los perros y algunos otros animales entrenar para que sea fuente de satisfacción en muchos aspectos como el ganar concursos de obediencia o hasta enseñarle a ser útil en el hogar, generando una gran variedad de actividades que puede implementar y perfeccionar. Principalmente ayuda a desarrollar comportamientos responsables, capacidad de cooperación, habilidad para hacer amistades, practicar comportamientos sociales, aprender a tratar con individuos más débiles (ayudando y prestando ayuda) y a integrarse a grupos nuevos. (Bergler, 1993)

El psicólogo español Mariano Soriano realizó un experimento con un muchacho hipoacústico, con graves trastornos del carácter, utilizando a un perro pastor catalán como coterapeuta, apoyado por la familia, resultó que en menos de un año el muchacho había recuperado el equilibrio y reiniciado sus estudios con normalidad. (cit. por Arias, 1994).

Los pedagogos reportan cada vez con mayor frecuencia que los animales, especialmente perros, ayudan a el éxito de terapias de aprendizaje, lenguaje y lectura en niños, ayudando principalmente a desarrollar habilidades de socialización.

Los efectos de la presencia de un animal amigable en la presión arterial de niños (N= 38), su frecuencia cardiaca y sus respuestas cardiovasculares durante la expresión oral fue examinada y se encontró que la presencia de un perro causa disminución en la presión arterial y frecuencia cardiaca, cuando los niños están descansando y mientras están realizando alguna tarea (en este caso leer). El efecto positivo de la presencia de los perros fue mejor cuando el perro fue presentado inicialmente en la sesión a diferencia de cuando fue introducido en la segunda mitad de el experimento. Por ello se especula que un animal causa en los niños modificación en la percepción de la situación experimental y el experimentador marcando el momento como menos amenazante y más amigable. (Arias, 1994)

Se ha observado que en el salón de clases los niños que tienen mascotas desarrollan mas habilidades para entender los signos de la comunicación no verbal así como un incremento en la sensibilidad de los diferentes matices de las expresiones no verbales, esto se observa aunado a un incremento en los contactos sociales. (Hart 1987 y Kellert, Montagner, Neilsen, etc.; cit. por Edney, 1992)

Particularmente Melson (1988) trabajando con 707 padres de preescolares y preadolescentes de segundo a quinto grado, ha observado que la edad y la interacción social con la madre son los predictores más importantes para tener una mascota o estar de algún modo relacionado con ellas, ya que los animales de este tipo, son asociadas con otro tipo de actividades, principalmente extraescolares que la madre fomenta, esto se presenta principalmente en niños que cursan el segundo y quinto grado.

Existe el caso de una niña que estaba muy deprimida al haber sido abandonada por sus padres, al observar a una gatita recogida de la calle y ver que era tratada con gran afecto y ternura, mostró una gran mejoría; "Entendió así que también ella podía seguir siendo amada por otros aunque la hubieran abandonado los suyos" (Arias, 1994)

"Según los psicólogos la presencia de un animal de compañía en una familia puede producir efectos positivos parecidos a los de un nuevo hijo. A los padres porque los rejuvenece y a los otros hijos porque al responsabilizarse del animal se convierten ellos mismos en padres y pueden entender mejor a sus progenitores. El peligro esta cuando en la familia no hay equilibrio y se humaniza demasiado al animal (V. Subcap. 11), dando lugar a que sobre él se vuelquen las frustraciones de todos y cada uno de los integrantes, creando mayor incomunicación y a veces celos y envidias" (Arias, 1994).

Todos estos descubrimientos proporcionan las bases para poder hacer uso de las mascotas con éxito en situaciones de psicoterapia, ya que se ha visto que en las sesiones de terapia muchos de los pacientes presentan aumento en la frecuencia cardiaca y presión arterial (V. Cap. 8), impidiendo con esto que empiecen a hablar o continúen con su discurso. Las mascotas facilitan la respuesta social previniendo con ello que los niños o adultos se queden mudos, ya que la disminución de la presión arterial confirma que la presencia de una mascota puede reducir la sensación de ansiedad.

Los animales también pueden servir para diagnosticar disfunciones familiares y conductas inadecuadas de los niños, cuando un niño muestra una conducta del tipo "dominador físico" (V. tabla 3), usualmente reflejan padres autoritarios que actúan también físicamente con el niño. El tipo de conducta que presenta un niño con su mascota indica si se le ha enseñado o no la manera adecuada de tratar al animal (V. Subcap. 12.1), en estas circunstancias es muy variada la conducta que puede presentar el niño pero principalmente se presentan las siguientes con sus respectivas reacciones del animal. (Ávila, 1993)

Tabla 4. PAPEL DEL NIÑO EN PROBLEMAS DE COMPORTAMIENTO EN EL PERRO

COMPORTAMIENTO	RESPUESTA PROBLEMA
Jalar orejas, cola, pelo, etc.	Gruñido, mordidas.
Golpear con las manos u objetos.	Gruñidos, mordidas y sumisión en cachorros.
Molestar especialmente a cachorros para obtener respuesta de enojo.	Vicios que pueden manifestarse con agresión.
Estimular agresividad hacia extraños.	Mordidas, vicios, perseguir bicicletas.
Estimular celos entre perros.	Peleas entre machos y/o hembras.
Estimular para que ataque animales.	Peleas, matar animales pequeños, vicios, algunos tipos de agresión principalmente depredadora.
Dar bocados de comida.	Pedir comida, algunas veces morder cuando se esta comiendo, agresión por dominancia.
Jugar "luchas"	Problemas de mordisquear, agresión por dominancia.
Gritos	Mordidas, especialmente en perros de tipo muy excitable.
Regaños	Gruñidos, mordidas, especialmente en perros de tipo dominantes.
Estimulación sexual especialmente en cachorros machos.	Orinan frecuentemente en la casa, muerden a otros niños o extraños que interactúan con el niño.
Niños desobedientes	Perros poco dóciles.
Peleas entre niños	Agresividad, muerden a alguno de los dos.

Fuente: Tratamiento del comportamiento agresivo del perro, ÁVILA, 1993, México, pp. 23.

Si el niño se relaciona adecuadamente con el perro y lo trata adecuadamente puede obtener muchos beneficios como los ya mencionados, pero también se pueden llegar a utilizar en niños pequeños, como la terapia realizada por Burch (1993) en la que utilizó perros como coterapeutas para niños expuestos a las drogas, específicamente "crack"³⁰ en la etapa prenatal.

La exposición prenatal del niño a las drogas trae como consecuencia trastornos graves ya que propicia constricción de los vasos sanguíneos en la madre interrumpiendo el paso de la sangre, oxígeno y nutrientes al feto en desarrollo, presentando bajo peso al nacer, deficiencias en el desarrollo y continuos problemas de salud.

³⁰ Composición barata de cocaína que se puede fumar.

Los niños utilizados en estas terapias fueron niños de 3 y 4 años reportados con problemas de desadaptación con conductas que van desde limitaciones visuales, hiperactividad, dificultad para hablar, hasta severos berrinches, agresión hacia otros y hacia ellos mismos. Utilizó a los perros como reforzadores logrando mejorar las conductas de manera significativa trabajando individualmente en cada caso y siguiendo los siguientes pasos:

- 1o. Guiarse por medio de la evaluación de reforzamientos.
- 2o. Asegurarse de que el perro es un estímulo positivo para el niño (asegura la autora que siempre lo es)
- 3o. Incorporar al perro y enseñar al niño a acariciarlo.
- 4o. Añadir una segunda actividad deseada.
- 5o. Ir retirando gradualmente al perro para que la "actividad" se convierta en la ocupación principal.
- 6o. Agregar otros reforzamientos y actividades.

Obteniendo con la utilización de estos pasos mejoras sorprendentes en la conducta de los 4 niños tratados por este método. "Para muchos de los niños que no responden a la estimulación tradicional, los animales pueden romper las barreras y demostrar que los problemas que afectan a esta población no son insalvables" (Burch, 1993).

Por otro lado, los niños que son sometidos a exámenes neuromusculares generalmente presentan conductas relacionadas al temor, estrés y retraimiento ya que un extraño (el neurólogo), lo toca, lo mueve e inspecciona, generalmente se pone tieso, hace lo posible por evitar el contacto e inmediatamente empieza a gritar, la introducción de un animal puede hacer más placentera este tipo de situaciones, se han utilizado conejos, perros y gatos proporcionando relajación al poder abrazarlo y observarlo, se sienten bien al sentir que no están solos y al ver que el animal también se deja tocar y mover por ellos, haciendo la evaluación más fácil "no importa que está pasando en el otro extremo de su cuerpo mientras tenga a su lado ese tibia y amigable perro junto a él, proporcionando también a los padres la oportunidad de estar más relajados acariciando al perro, ya que puede tolerar mejor que los doctores muevan sus piernas (Woolverton, 1993).

Es triste que las acciones de rutina, como lo son los exámenes neurológicos se tengan que realizar de manera tan fría y mecánica cuando se puede tratar que los pacientes se sientan más tranquilos y relajados, evitando que estas experiencias sean tan aversivas para los pacientes, estos hallazgos como ya vimos también se pueden utilizar para las psicoterapias.

Otra aplicación de ellas es la de ayuda en enfermedades crónicas, últimamente se ha reportado que los perros son capaces de predecir los ataques de epilepsia en sus dueños. En E. U. los perros son utilizados para que "avisen" en que momento se va a presentar un ataque de este tipo y estén alertas sus familiares o encargados de ellos, ya que perciben el "aura" inminente del ataque del gran mal. Esto ha hecho que se entrenen a perros para que funcionen como "early warning system" (sistemas de aviso de la presencia del ataque). El potencial del uso de estos descubrimientos puede ampliarse en la detección de condiciones agudas de hipoglucemia o ataques de angina. (Spalding, 1987, Berner, 1989, Bustad, 1990; cit. por Edney, 1992).

CAPITULO VII .- UTILIZACIÓN EN ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS INFANTILES

7.1. DELFINOTERAPIA Y AUTISMO

El autismo ha sido definido como "trastorno innato del contacto afectivo", es único y muy raro, clasificado como trastorno pernicioso del desarrollo y presenta como cuadro característico: graves alteraciones en la comunicación, conductas autoestimulativas estereotipadas que reflejan alteraciones sensorio-perceptuales, insistencia obsesiva en que el ambiente permanezca sin cambios, apego a objetos inanimados, y evasión o fusión al contacto humano. Los niños con autismo se observan ensimismados, absortos, hiperactivos, indiferentes o intensamente interesados en algo irrelevante del ambiente. (Marcin y Pallares, 1994)

En la práctica clínica su diagnóstico especializado lleva a identificarlo en los pacientes, no solo por la soledad y retraimiento marcado como síntoma universal, sino por lo caótico de la vida afectiva y forma de relación extraña e inusual. Existen diferentes niveles de capacidad intelectual y subtipos.

Los síntomas más comunes son: evasión del contacto visual cara a cara, ecolalia inmediata y diferida, ausencia de imitación, inversión de los pronombres, juego monótono y repetitivo, fallas en el aprendizaje de repertorios sociales, desarrollo atípico, rituales motores repetitivos, conductas autolesivas, ausencia de iniciativa, de expresión y comprensión del lenguaje, mutismo en algunos casos, incapacidad para mantener la conversación, dificultad para comprender los gestos afectivos del rostro humano, desorganización afectiva que conlleva a impedimentos para el establecimiento de las relaciones humanas, trastorno cognoscitivo que limita su aprendizaje o la expresión de sus sentimientos, dificultad para aplicar en ambientes distintos en los que aprendió por primera vez, es decir fallas para generalizar lo aprendido previamente. Lo anterior permite describirlo como síndrome comportamental que es producto de un desarrollo disarmónico de las funciones cognoscitivas que no permite la integración de la experiencia emocional. (Ibid.)

Estudios genéticos, bioquímicos, endócrinos, metabólicos, inmunológicos, han asociado al autismo a diversos padecimientos como el síndrome de fragilidad X, fenilcetonuria, esclerosis tuberculosa, altos y bajos niveles de serotonina, error en el metabolismo de las purinas, pero los resultados han sido inconsistentes y sugieren una múltiple determinación y clasificación del autismo en diferentes niveles y categorías.

No hay nada definido en cuanto a su origen. Permanece como alteración anónima que se escapa a los intentos de clasificación y continúa como incógnita que desafía el conocimiento científico.

En el "Acuario del Bosque de Aragón" en la ciudad de México el Ingeniero Fritz Zimmerman realiza lo que se ha denominado "Delfinoterapia" desde hace ya 3 años, iniciando con un programa experimental que a la fecha atiende a 16 niños diariamente. Se brinda atención a la población abierta que lo solicita, principalmente a niños con problemas de tipo neurológico (como parálisis cerebral, síndrome de Down y autismo). Se dan 8 sesiones en las cuales se introduce a los niños dentro del estanque durante aproximadamente 14 min, el tipo de terapia que se utiliza es de acuerdo a lo que la familia desea que logre el niño (como más atención, menos agresividad, etc.),

para ello se le aplican una serie de cuestionarios en los que se pregunta el tipo de diagnóstico que tiene el niño el tipo de terapias que ha llevado anteriormente. No existe un tipo de terapia definido, dependiendo de lo que desee la familia es a lo que se enfocan.

Existen opiniones encontradas respecto a este tipo de terapias ya que hay quién opina que este tipo de terapia no funciona adecuadamente, ya que es muy poco el tiempo que tienen los niños para estar con el delfin, además de que se trata el problema del niño de manera aislada y no se observan mejoras en la conducta.

Smit (1983) en Miami Florida utilizó delfines para facilitar la comunicación de niños hipoacústicos, reportando algunos cambios como aprender a discriminar pequeños sonidos similares a los que hacen estos animales. Existen pocas investigaciones profundas sobre tratamientos con ayuda de delfines para autismo y desordenes de tipo emocional, pero el resultado hace cuestionar acerca de su efectividad y eficacia. Seguramente el costo puede no ser suficiente en comparación con los resultados. (cit. por Beck, 1985)

Redefer (1989) estudió los cambios conductuales que presentaron 12 niños autistas con edades de 5 a 10 años utilizando una terapia planeada con la ayuda de perros, midiendo el aislamiento y la interacción social durante 18 sesiones con su respectivo terapeuta y el perro. El resultado fué un considerable aumento en las conductas sociales presentadas por los niños, así como un decremento en cuanto al ensimismamiento y conductas que caracterizan este trastorno. Por lo tanto como hemos visto pueden ser los perros utilizados como facilitadores sociales a muy diversos niveles.

Por otro lado el Dr. Marín director de la "Clínica Mexicana de Autismo y Alteraciones del Desarrollo" (C.L.I.M.A.) y la Psicóloga Pallares aseguran que la delfinoterapia no funciona hasta ahora, ya que ellos la aplicaron durante un largo periodo a este tipo de afecciones, sin obtener resultados positivos atribuibles al tratamiento con delfines. ahora llevan acabo un programa que se ha desarrollado con mucho éxito en muchos países y el nuestro no es la excepción, la llamada Hipoterapia, terapia facilitada por medio de caballos, que ha sido aplicada después de un largo periodo de experimental (2 años).

7.2. LA HIPOTERAPIA

Una terapéutica que ha sido aplicada desde hace algunos años es la que utiliza específicamente caballos que ha recibido diferentes nombres como Hipoterapia, terapia ecuestre, terapia a caballo, terapia de monta, etc.

El caballo ha sido en la historia del hombre un viejo amigo, puntual en las faenas del campo, valerosos en el combate, transporte eficaz, objeto de lujo y placer en el juego y los deportes. Pero tal vez ha sido más que eso en la imaginación del hombre: unicornios, pegasos, centauros y un sin fin de caballos han poblado sus artes y eventos.

Liz Hartel fue una niña que soñó con el triunfo y a diferencia de muchos, ella logró su sueño: la medalla de plata en las olimpiadas de Helsinki en 1952. El caballo le otorgó algo que la poliomielitis que sufrió de niña pudo quitarle para siempre. A partir de entonces el viejo amigo obtuvo otra función, se convirtió de pronto en aparato fisioterapéutico, en fuente de estimulación sensorial y ante todo en un paciente maestro, valioso coterapeuta y compañero de aventuras. (Biery, 1985)

En los años siguientes el caballo comenzó a figurar en congresos, reuniones, a ser tema frecuente de reportes, estadísticas de más de 16 países, se le asoció a temas más diversos como efectos cardiovasculares, rehabilitación de desórdenes neurológicos, de trastornos de aprendizaje y trastornos emocionales severos. Su labor como "educador" y "maestro" no ha sido menos relevante, montar a caballo es una actividad que implica secuencia y organización, los niños tienen que empezar por organizarse y controlarse para poder controlar al caballo.

El caballo espera pacientemente a que el niño siga la secuencia adecuada, a que le de la orden correcta, la cual seguirá invariablemente. Su movimiento es rítmico y armónico, su conducta, constante y previsible. Permiten lo que la mayoría de los terapeutas a veces no pueden lograr en el trabajo con niños con autismo, el ensayo y error, las rabietas, aguardando indefinidamente por la respuesta adecuada sin mostrar jamás desaliento o frustración.

El chico a caballo tiene que utilizar toda su concentración, su memoria y su potencial para dominar al caballo, él aprenderá porque el caballo "sabe" enseñar y cada aprendizaje nuevo representará para el niño una satisfacción no solo en cuanto a movimiento, sino también en cuanto a sensación de poder y control activo, creativo y en beneficio de una relación cargada de mucha afectividad.

Una persona sana después de sus primeras lecciones de equitación, sentirá plenamente la reacción de sus músculos a los movimientos del caballo. Estas respuestas de adaptación de postura son provocadas por continuas reacciones de equilibrio generadas por el balanceo del lomo del caballo, por la inacostumbrada posición de las piernas apesando el cuerpo del caballo. Más adelante el jinete aprende que gran ayuda es una buena postura para cabalgar y como debe de distribuir su peso sobre el caballo. A través de un intuitivo asimiento al movimiento del caballo, el jinete puede influir en él con personal intensidad. La monta promueve el entrenamiento de todo el sistema motor y circulatorio, promueve la coordinación y destreza, demandando ajustes a su compañero, siendo su esfuerzo recompensado estableciendo contacto cercano con el animal y obtener felices horas de armoniosa coordinación entre jinete y montura.

Existen tres campos en los que el caballo es usado en Austria para minusválidos:

1.- Hipoterapia como tratamiento fisioterapéutico sobre bases neurofisiológicas a través del caballo. es prescrito por el médico y llevado a cabo por un fisioterapeuta con capacitación en hipoterapia. En marcha de paso, impulsos oscilatorios tridimensionales, provenientes del lomo del caballo, son transmitidos al paciente.

2.- El salto y montura psicocurativa educacional, es llevado a cabo por pedagogos y psicólogos con capacitación especial en este campo. Los pacientes son niños jóvenes y adultos con comportamiento anormal o perturbaciones psíquicas. Sus patrones de comportamiento pueden ser regularizados e influenciados positivamente a través de la interacción con el caballo y el medio ambiente.

3.- Para las personas discapacitadas la montura es como un deporte con una adaptación especial de la silla, la brida y riendas. (Taufkirchen, 1993)

La parálisis cerebral o disfunción cerebral motora es causada por daños en el sistema nervioso central antes, durante o después del nacimiento. El sistema muscular queda intacto, hay patrones motores anormales recurrentes, siendo el movimiento coordinado casi imposible o muy difícil de alcanzar. particularmente al levantarse contra la fuerza de la gravedad ya que la tensión muscular aumenta y la cabeza, el cuerpo y extremidades no pueden estar adecuadamente alineados. Ajustar el centro de gravedad con el eje en el cuerpo es particularmente difícil para estos pacientes y tienen problemas para mantener la simetría en la postura y movimientos. (Taufkirchen, 1993)

Un tratamiento que ha sido especialmente efectivo para estos enfermos es el que padres desde la primera infancia aprendan a inhibir las reacciones motoras anormales y facilitar las respuestas coordinadas en la vida del niño, a través del manejo adecuado y las funciones propias de su edad con ayuda de un fisioterapeuta una vez a la semana. El tratamiento está dirigido hacia la totalidad del individuo, en trabajar en la unión alma-cuerpo para que tenga la capacidad de auto-organización y procesos activos con el medio ambiente, el mejoramiento de la motricidad constituye solo una faceta de una íntima relación interpersonal.

La montura favorece los patrones normales del movimiento en una interacción mutuamente ajustada entre terapeuta, madre e hijo. Con la tensión muscular adecuada los impulsos emanados del lomo del caballo (90 a 110 impulsos oscilatorios por minuto) afectarán el entrenamiento de toda la cadena muscular del tronco. Sentado el niño puede practicar reacciones de balanceo que necesita para montar, siendo independiente del movimiento de cabeza y brazos. Desde la pelvis hacia arriba, los movimientos le dan la sensación de caminar. El movimiento hacia adelante y hacia atrás, hacia arriba y hacia abajo y la rotación sobre un eje longitudinal del cuerpo es precisamente el patrón de paso correspondiente a la manera de andar del hombre. A través de la repetición rítmica y uniforme, el niño minusválido aprende a ajustarse a través de coordinadas reacciones de balance al cambiar de paso. La respiración, motricidad y fonación están en muy cercana relación con la tensión muscular del resto del cuerpo y pueden también mejorarse con la hipoterapia.

El caballo de terapia debe tener movimientos uniformes y circulares, paso sincronizado y suave, elástica y ondulada espalda, debe de ser entrenado adecuadamente para trabajar con enfermos, especialmente con niños, debe obedecer las riendas y las ordenes, debe estar quieto aún si el paciente no se sienta en su centro de gravedad y debe tener madurez suficiente para su trabajo, pudiendo comenzar desde los 6 años.

"En hipoterapia, los niños minusválidos cooperan con gran júbilo y están motivados para dar lo mejor. Son admirados por sus hermanos y padres, y se sienten como héroes cuando se mueven sobre el caballo con cuatro piernas saludables"(Tauffkirchen, 1993)

El caballo se presenta ante el chico como un "algo" interesante, fuente de sensaciones placenteras, como un objeto intermedio entre objeto animado y ser vivo. Es majestuosos y tranquilizador, demuestra su fuerza pero también su dependencia a otros, es un ser que no espera nada de la relación pero que sabe responder positivamente a ella, no desea nada pero puede convertirse en algo deseado.

También se utiliza para niños ciegos y sordos para los que la montura representa una fuente de felicidad, aumentando sus habilidades de comunicación.

Este tipo de terapia en Inglaterra se realiza con burros de entre 5 y 15 años de edad, adaptables, saludables y temperamentamente adecuados, que aceptan el contacto con humanos, no solo para niños discapacitados, sino también para pequeños que están mental o socialmente privados menores de 12 años, proporcionándoles bienestar y dicha. Para el uso de estos animales se tiene un peso límite de 50 Kilos (por parte del jinete), la terapia tiene como mínimo una hora de duración y proporciona la oportunidad de mirar a los ojos casi por primera vez al mismo nivel "la vida desde una silla de ruedas, siempre mirando hacia arriba a quienes nos ven hacia abajo. Psicológicamente es estar siempre inferior y si el burro puede poner al niño en un plano normal, entonces ese burro es un puente o tal vez una salvación... me gusta mirar al burro como un puente a través del cual los niños pueden adquirir cierta normalidad." (Svensen, 1993).

La montura en este tipo de programas logra avances en:

- 1.- Retardo y desviaciones en el desarrollo del lenguaje independientes del nivel intelectual del niño, se usa al burro como medio de comunicación intentando persuadir al jinete para usar palabras adecuadas para la ocasión, tratando de hacerlo lo más funcional posible.
- 2.- Desarrollo social débil que impida el establecimiento de relaciones personales, el tener que convivir con animal y terapeutas marca la pauta para poder tener comportamientos amistosos.
- 3.- En la existencia de monotonía en los juegos estereotipados, preocupaciones anormales y resistencia a los cambios, el procedimiento antes, durante y después de la terapia es similar, aprendiendo un paso nuevo en cada sesión (asear, acariciar, ponerse el sombrero de montar, montar, cabalgar, incorporar ejercicios y juegos, desmontar, acariciar, quitarse el sombrero)
- 4.- Sentimientos de baja autovaloración, proporcionando alternativas nuevas para que valore sus éxitos en la equitación, alabando al niño cada vez que tiene una conducta adecuada fomentando la autoestima. (Svensen, 1993)

La Asociación Norteamericana Ecuestre (North American Riding for the Handicapped Association) que se encuentra en Ashburn, Virginia reportó en 1982 la existencia de 180 programas utilizados para beneficio de personas con algún tipo de deficiencia o necesidad. (Netting, 1987).

El uso de caballos, ponies y burros para personas con diferentes problemas proporciona un apoyo a las terapias físicas y psicológicas, aunque debe ser realizada bajo estricta supervisión y cuidado. Este tipo de terapias proporcionan una nueva visión de la vida, ya que les permite tener un control sobre los movimientos del caballo que para ellos es una gran y nueva experiencia. Los beneficios a nivel mental de esta actividad son difíciles de cuantificar pero se observan claramente. Trabajos recientes muestran que los pacientes con síndrome de Down se ven beneficiados por la estimulación vestibular de montar un caballo además de encontrar efectos a nivel neuronal, sensorial, social, psicológico y motriz con la monta del caballo en la coordinación, balance, interacción motora e interrelaciones sociales respectivamente en las personas enfermas. (Edney, 1992)

CAPITULO VIII .- APORTACIONES RESPECTO AL ESTRÉS, ANSIEDAD Y PRESIÓN SANGUÍNEA

8.1. REDUCCIÓN DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD

El estrés es una experiencia que impide manejar eventos o situaciones que se perciben como problemáticas, atemorizantes o desafiantes, estas reacciones son acompañadas de modificaciones en el sistema nervioso central (V. Subcap. 4.1.).

Las situaciones estresantes pueden ser muy variadas, sobre todo de una persona a otra ya que dependen de la percepción individual del evento, pero los principales factores de estrés son los grandes cambios de vida como por ejemplo los que los podemos observar en la siguiente tabla.

Tabla 5. INCIDENTES EN LA VIDA Y EL VALOR QUE SE LES CONCEDE

INCIDENTE EN LA VIDA	VALOR	INCIDENTE EN LA VIDA	VALOR
Muerte del cónyuge	100	Discusiones con el cónyuge	35
Divorcio	73	Finalización de plazo para pago de hipoteca	30
Separación matrimonial	65	Abandono del hogar de un hijo o hija	29
Periodo en prisión	63	Logro personal importante	28
Fallecimiento de un familiar cercano	63	La esposa cambia de actividad	26
Lesión o enfermedad personal	53	Comienzo o final de periodo de escolarización	26
Matrimonio	50	Revisión de hábitos	24
Despido de trabajo	47	Problemas con el jefe	23
Reconciliación matrimonial	45	Cambio de horario de trabajo	20
Jubilación	45	Cambio de residencia	20
Cambios en la salud de algún miembro de la familia	44	Cambio de escuela	20
Embarazo	40	Cambios en el tiempo libre	19
Problemas sexuales	39	Cambios en la actividad social	18
Aparición de un nuevo miembro en la familia	39	Cambios en los hábitos de dormir	16
Cambio del estado financiero	38	Cambios en el número de reuniones familiares	15
Fallecimiento de un amigo íntimo	37	Vacaciones	13
Cambio de trabajo	36	Violaciones menores de la ley	11

Fuente: Psicología, PAPALIA, 1989, México, pp. 371.

Pero el estrés que puede sentir una persona no solamente se puede presentar por eventos de vida específicos, ya que dependen de lo que una persona percibe como estresante que puede no serlo para otra, variando y dependiendo de las situaciones; la mayoría de las veces existe un estado en el cual se perciben pequeñas molestias que se presentan durante el día pero que pueden llegar a intensificarse en la medida en que el tiempo transcurre.

Se ha demostrado que los contactos con animales brindan principalmente compañía y reducción de estrés en las personas.

Por medio de un estudio piloto a dueños de perros y no dueños, se encontró que la ayuda proporcionada por una mascota para evadir y reducir el estrés será solamente posible si existe una relación de compañerismo positivo entre el hombre y el perro (V. Subcap. 5.1.). En las personas que les agradan los perros existe una gran posibilidad de éxito en el manejo del estrés con ayuda de animales.

Se ha demostrado que el estrés en la vida diaria es experimentado con menos frecuencia en las personas que tienen perros lo que les permite estar mejor consigo mismos, sus familiares, vecinos, colegas, etc. aunque las noticias proporcionadas por los medios de comunicación como crímenes, catástrofes y guerras molestan mucho más a quienes les agradan los perros que a los que no les agradan.

Setenta por ciento de las personas a las que les agradan los animales perciben a sus perros como una ayuda invaluable en el manejo de estrés cotidiano ya que ellos no sufren de alteraciones en el humor, irradian calma, proveen una calmada alegría y no permiten el ensimismamiento ni el abatimiento; es imposible estar enojado continuamente con su propio perro, dada su espontaneidad acaban con la irritación una y otra vez, invitando a sus dueños a jugar, disfrutar y a comunicarse tomando la iniciativa del ejercicio físico.

A diferencia de las personas que no les agradan los perros, las que si les gustan experimentan mayor cantidad de placeres cotidianos, mayor participación de eventos positivos (en el trabajo, con las personas, actividades de esparcimiento, y tiempo para sí mismo) y mayor satisfacción con las cosas que hacen la vida digna de ser vivida. "Los perros son 'medicina' sin efectos colaterales, útiles en la prevención y terapia del recurrente estrés cotidiano. Los placeres cotidianos que proporciona el perro garantizan la prevención; el sentimiento de alivio de estrés, generado por las mascotas resulta terapéutico" (Bergler, 1993)

El efecto de la reducción del estrés de los animales de compañía en personas que tienen mascotas ha sido directamente estudiado por Siegel (1990) llegando a la conclusión de que el tener una mascota es uno de los muchos recursos sociales que pueden aliviar el impacto de los eventos estresores.

Cuando una persona esta bajo algún factor estresante o productor de angustia, el perro llega, hace fiestas a su dueño y lanza una serie de estímulos que en la mayoría de las ocasiones están relacionados con experiencias agradables de juego y distracción, al percatarse de ello el dueño aunque esté muy molesto responde a esto ayudando a que se olvide, al menos momentáneamente, de la situación conflictiva.

Estudios que involucran la utilización de perros han demostrado que la presencia amigable o familiar de un animal causa decremento en las repuestas fisiológicas y psicológicas del estrés permitiendo la moderación de este. (Edney, 1992)

Evidencia presentada muestra que la presencia de un animal puede reducir la ansiedad ya que puede hacer que la gente perciba una situación como menos amenazante, en pruebas de laboratorio además se han observado bajos niveles de ansiedad y una moderación de sensación estresante cuando en el medio ambiente se encuentra un animal acompañando, más que si estuviese solo. (Friedmann, 1983).

Los acuarios han demostrado ser estímulos visuales que ayudan a estabilizar la presión sanguínea, Katcher (1985 y 1987) realizó un experimento para observar el efecto anestésico de 5 diferentes condiciones; 1) solo la contemplación de un acuario, 2) contemplación de un acuario con la utilización inicial de relajación hipnótica, 3) contemplación de un poster, 4) contemplación de un poster combinado con inducción hipnótica y el 5) estar sentado en un asiento y pedirle que se relaje. Los resultados tomados de cuestionarios autoaplicados, observaciones durante la extracción del diente y la opinión del dentista (que no sabía el tipo de tratamiento fue utilizado antes) muestran que la contemplación del acuario y la contemplación del acuario con la hipnosis, producen significativamente más relajación, durante la sesión, sin que la hipnosis aumentara el efecto reductor de ansiedad a diferencia de las otras condiciones.

8.2. ESTABILIZACIÓN DE PRESIÓN SANGUÍNEA

La calidad de vida del hipertenso se relaciona con diversos factores, entre otros los producidos por el impacto del diagnóstico. Las afecciones que presentan aunque no necesariamente se deben presentar todas pueden ser: Cefálea, mareos, alteraciones visuales, calambres, fatiga, insomnio inicial, insomnio subsecuente, cansancio matutino, diaforesis, opresión de tórax, palpitaciones, ansiedad, irritabilidad, depresión, falta de iniciativa, falta de concentración mental, disminución de memoria, disminución de actividad sexual, anorexia, náuseas, etc. (Reynoso, 1990)

Diversos estudios realizados con grupos controles muestran que la interacción con un perro o la contemplación de un acuario es asociada con la presión sanguínea en los seres humanos (V. Subcap. 8.1.). Estos descubrimientos sugieren que un cambio de la atención lejos de la persona misma hacia algo amigable, en este caso una mascota tiene la función de reducir la percepción de los estímulos estresantes y ser absorbente. Así, animales entre otros estímulos, son capaces de calmar al ser humano. Esto también se logra por el contacto táctil con el perro que produce reducción en la presión arterial. (Urombrock y Grossber, cit. por Siegel, 1993).

En estos estudios es importante anotar que se han utilizado sujetos que son dueños de los perros y presentan una actitud neutra o positiva hacia los perros, ninguno de estos estudios incluye gente que tiene aversión o antipatía hacia los perros: por ello la generalización de que la interacción con los animales puede ser benéfica para la salud es de consecuencias limitadas para las personas que presentan sentimientos positivos hacia los animales.

Otro experimento realizado con la observación de un perro dentro del cuarto con el terapeuta, muestra resultados diferentes en la presión sanguínea de niños en comparación con sesiones terapéuticas sin perros, lo que comprueba que la presencia de un perro reduce los niveles de ansiedad en sujetos experimentales; este tipo de fenómenos también se presentan en prisioneros (V. Subcap. 10.2), con cualquier tipo de animal (aves, gatos y pequeños mamíferos). Estos cambios son relacionados con modificaciones en la expresión facial, tono de voz y frecuencia al sonreír, indicando el grado de tensión. (Katcher, 1985)

Tal vez el descubrimiento más importante concerniente a la relación de tener una mascota y la salud sea el del rol de protección de las mascotas en los años siguientes a un ataque del corazón.

Fueron estudiados 938 pacientes diagnosticados con infarto del miocardio o angina pectoral a lo largo de 19 meses en un hospital, periodo en el cual se les invitó a participar en el estudio. La supervivencia de un año fué presentada por el 94% de los dueños de mascotas y 72% por no dueños. El que una persona viviera solo o no (ya sea por estar casado o vivir con familiares) para predecir la supervivencia, no tuvo ninguna relación con los resultados. (Friedmann, Lynch y Thomas, cit. por Siegel, 1990 y Katcher, 1987)

En otro experimento se observó que entre 53 pacientes que sufrían infartos del miocardio y angina de pecho poseedores de perros murieron solo tres, mientras que de 28 que no poseían dicho animal en el mismo periodo murieron 11, para el autor de este experimento Katcher (1985) el juego intencional con mascotas es una práctica de relajamiento sensorial que ayuda a reducir el

nivel de actividad (descenso de la presión sanguínea a través de caricias) y a enfrentar situaciones estresantes de manera mas calmada, menos irritante, ya que regularizan los procesos mentales.

Existe evidencia que indica marcada reducción en los riesgos de una enfermedad cardiovascular en grupos de personas que tienen mascotas, a diferencia de las que no las tienen, esto fue observado en 5741 personas, ya que ayudan a nivelar la presión arterial, así como el nivel de plasma triglicérido y de colesterol. (Anderson, cit. por Edney, 1992).

Otro estudio (realizado por Friedmann 1980) de 92 pacientes hospitalizados, con severa angina pectoral o infarto del miocardio, la presencia de mascotas fue asociada con un significativo incremento de un año de vida, ya que proporcionan compañía, estimulación a realizar actividades ejercitantes, sentimientos de seguridad, etc. siendo estímulos que producen interés visual y táctil. (cit. por Jenkins, 1986 y Katcher, 1985)

Se realizó una investigación dirigida por Vormbrock (1988) para observar los efectos de la interacción humano-animal, realizada con personas a las cuales les agradan los perros y personas a las cuales les son indiferentes (evaluadas por medio del la prueba Pet Attitude Scale.; V. Cap. 5), se realizaron 6 condiciones de experimentación; una en la cual solo se ponía a la persona en un cuarto y se le pedía estar relajada, la segunda se estaba con un perro y se le permitía tocarla, la tercera solo se le permitía hablarle, la cuarta se le permitía tocarla y hablarle, en la quinta se encontraba un terapeuta con un perro y la última donde se encontraba el terapeuta sin perro. Los resultados muestran que la interacción con un perro y sobre todo el tocarlo o acariciarlo es una influencia positiva para las personas ya que la presión arterial fue mas baja en esta situación que en todas las demás, la persona se siente mas agusto en situaciones nuevas si se encuentra un perro amigable con ella y se le permite tocarlo y hablarle.

Lo encontrado hace pensar que los dueños de perros tienen un gran potencial en sus mascotas para relajarse y decrementar sus sensaciones de soledad ya que cuando a una persona se le pide que este relajada en un cuarto sola, le cuesta más trabajo relajarse que cuando está con ella un perro y sobre todo si se le permite tocarlo y hablarle.

Cuando una persona habla con un animal causa menos ansiedad o excitación que cuando habla con otra persona, durante la interacción verbal o táctil de la persona con la mascota no existe aumento en la presión arterial como cuando se tienen este tipo de contactos con las personas (esto puede presentarse por un proceso cognitivo que hace pensar que el perro a diferencia de las personas no juzga o valora todo el tiempo lo que se dice y hace). La mayoría de la gente ya sea que le gusten los animales o les sean indiferentes conviven con animales en una atmósfera más relajada. (siendo asociadas generalmente con vacaciones, tiempo de descanso, paz o reposo). (Friedmann, 1983)

El poder tocar a un perro o gato ha sido demostrado que proporciona mejora en la frecuencia y arritmias cardiacas, además de que éste contacto proporciona sensación placentera bajando los niveles cardiacos casi automáticamente al acariciar a la mascota. (Harlow, Moss, Pasman, Stafer, cit. por Vormbrock, 1992)

En Washington una investigación realizada con 100 voluntarios divididos aleatoriamente en dos grupos, en donde a uno se les hizo estar en un cuarto solos por 20 min. y al otro en un

cuarto igual pero podían observar una pecera observándose y se vio que las personas que no tuvieron peces presentaron más conductas relacionadas con estrés (como aumento en la presión arterial) que las que tuvieron la alternativa de ver a los peces. (Katcher, 1985 y 1987).

Por otro lado Jenkins en 1986 realizó una investigación con 20 sujetos experimentales (cuatro hombres y 16 mujeres) de una edad promedio de 29.8 años, donde su hipótesis era que los dueños de mascotas con sentimientos positivos hacia ellas muestran presión arterial y frecuencia cardiaca significativamente bajas cuando están conviviendo en su hogar con su perro, más que cuando leen en voz alta. Por medio de un análisis de varianza de los datos se encontró que todos los sujetos mostraron significativamente reducción sistólica (23.57, $p < .001$) y diastólica (14.53, $p < .01$) pero la presión arterial y la frecuencia cardiaca no mostraron cambios significativos, por lo tanto la hipótesis fué parcialmente soportada. El autor concluye que las mascotas en el hogar tienen efectos menos benéficos que los que se observan dentro de las instituciones u otros lugares (como casas de cuidado o descanso).

**ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

CAPITULO IX .- BENEFICIOS PARA MINUSVÁLIDOS, PERSONAS HOSPITALIZADAS Y EN CASAS DE ASISTENCIA

9.1. APLICACIÓN DE PERROS DE ASISTENCIA

Los perros son utilizados con mucho éxito para muchos tipos de personas, estos perros son llamados "perros de asistencia", ayudan a las personas con discapacidades para ser más autosuficientes ya que ven por la gente ciega, escuchan por los sordos y se mueven por las personas en sillas de ruedas además de que dan terapia y amor a personas que están solas o enfermas, convirtiéndose para todas ellas personas en parte de su cuerpo, representando la ayuda potencial de realizar lo que antes no podían.

La utilización de animales de asistencia para minusválidos se ha realizado con la ayuda de perros que proporcionan apoyo a las personas que carecen de algún órgano o facultad, facilitándoles el seguir realizando sus actividades con la mayor independencia posible.

Una de las actividades mas familiares de las que se tiene información es la de los "perros guía" que ayudan a personas ciegas y les permiten tener una relativa independencia en su vida. la utilización de estos perros se ha desarrollado apenas en este siglo, estos perros permiten la integración de las personas ciegas a la sociedad y en la mayoría de los países son aceptadas. Existen mas de 4000 perros guías para personas ciegas en los Estados Unidos de Norteamérica (E. U.) siendo beneficiadas para poder librar los obstáculos cuando caminan, cruzan la calle y estar alerta en cualquier otra circunstancia.

Menos conocidos son los llamados "perros escucha" para personas que carecen del sentido del oído, ellas ayudan alertando a sus dueños de situaciones peligrosas como: sonidos de alarma, de fuga de gas, incendio, temblores, tornados, etc. y también en actividades diarias como: sonido de timbre, teléfono, etc. ahora existen 100 perros escucha en E. U. pero su potencial es todavía muy amplio.

Los perros llegan a ser de mucha ayuda también para personas que han perdido algún miembro de su cuerpo, pues en ocasiones estos animales llegan a realizar algunas funciones del miembro que les falta, ayudándoles a apretar botones del elevador, encender y apagar las luces, abrir puertas, levantar cosas tiradas, impulsar sillas de ruedas y a realizar muchos tipos de actividades por sus dueños. A estos perros se les a llamado "perros de servicio".

Ademas de ayudar en esto brindan soporte psicológico a la persona, existiendo un claro beneficio social proporcionado a este tipo de personas ya que se ha comprobado que existe incremento en los contactos sociales en las personas que los tienen; sonríen más, brindan más saludos y tienen conversaciones más gratas y extensas con otras personas. Los perros han demostrado ser una base sólida para la aceptación social en niños seriamente inhabilitados (Edney, 1992).

En E. U. los perros utilizados como ayuda que utilizan las instituciones son obtenidos de refugios (85%), de donaciones (65%), animales de criadores (30%) y el 15% cría a sus propios perros. Los perros elegidos para "asistencia" son seleccionados por su temperamento, salud y

sensibilidad auditiva y/o visual, el promedio de edad de ellos es de 1 año con un mínimo de 6 meses y un máximo de 2 años. La talla es generalmente menuda para los "escucha", mediana para los "guía" y de mediana a grande para los de "asistencia". El promedio de entrenamiento es de 6 meses con entrenamiento diario de una hora, los perros escucha aprenden a estar alertas ante un poco más de diez sonidos (como alarma de despertador, contra incendios, llamado de puerta, teléfono, llanto de un niño, nombre del amo cuando es llamado y sonido del horno de microondas, etc.), dependiendo de las necesidades de la persona.

La demanda de los perros escucha es fuerte, el 89% de los programas presenta una lista de espera que va desde 2 a 341 personas, los tiempos de espera varían de dos semanas hasta dos años. Los programas sirven a un amplio rango de edades desde los 7 hasta los 90 años y existen más mujeres que hombres que los solicitan. Aunque muchas de estas personas trabajan, menos del 50% llevan a sus perros a su centro de trabajo y 50% de ellos vive solo. (Hines, 1993)

Los requisitos que se piden para tener un "perro de asistencia" son; principalmente; que realmente le gusten los perros, realmente lo desee y sea capaz de cuidarlo económica y físicamente, debe de estar motivado a trabajar y aprender con él y por último debe de ser una persona responsable y madura. (Bergin, 1993 y Hines, 1993)

Además de todo esto existen los llamados "perros de terapia social" que proporcionan un afecto incondicional a la gente que no tiene o puede tener un animal porque esta enferma o deshabilitada por la edad. Estos perros realizan visitas especiales a hospitales y a casa cuidado proporcionando a las personas alegría y afecto.

Los beneficios de las visitas de los perros coterapeutas son evidentes ya que el uso de estos animales con los residentes del hospital mejoran los contactos sociales y ayudan a sentirse mejor con ellos mismos, además de que expertos afirman que las visitas de estos implican menos riesgos que las visitas de personas. La estadía temporal pero regular del animal permite que los pacientes realicen con mas entusiasmo sus ejercicios diarios y tengan una mejor disposición hacia el tratamiento. Entre 1981 y 1986 el numero de estados en los que se tenían mascotas como coterapeutas en el hogar se incrementó de 42 a 50, existiendo tan solo en Minnesota 284. (Edney, 1992)

Se ha visto específicamente que cuando existe apego con la mascota y no existe en los hospitales alguna persona que realice el papel de confidente o compañero la mascota ayuda a cubrir ese tipo de necesidades (sociales y afectivas), propiciando algo que es descrito por los responsables del paciente como salud Psíquica. (Garrity, 1989: cit. por Siegel, 1993)

Un escrito realizado por SuKie Gill del "Cambridge Care Center" asegura que la terapia social con perros proporciona el acceso a una experiencia única a los residentes ya sea de hospitales o de casas cuidado, mejorando su calidad de vida, los beneficios reportados por este tipo de terapia durante cada visita son (Participant Training Curriculum Manual, 1993):

- Incremento en los sentimientos de autovaloración
- incremento la autoestima
- permiten con más facilidad la autoexpresión
- incremento en la comunicación verbal
- incremento en la respuesta no verbal
- proporcionar estimulación visual, táctil, auditiva
- cada visita representa un evento estimulante

La utilización de todo tipo de animales (Pájaros, gatos, perros, peces, etc.) como mascotas en diferentes formas para los pacientes, se ha generalizado en gran parte de los países Europeos y de habla inglesa, son llamadas "mascotas como terapia" (P.A.T, pets as therapy), los animales que se utilizan para esto deben de estar sanos y tener un temperamento adecuado para el trato con personas (V. Subcap. 11.2).

Existe evidencia digna de tomarse en cuenta de que la presencia de gatos en un asilo de 40 pacientes entre 63 y 85 años tuvo como resultado un incremento en la motivación hacia la interacción social entre los residentes, en otro estudio donde predominaba la población masculina de pacientes crónicos entre 35 y 100 años por medio de una serie de Test de "competencia de pasatiempos" dijeron preferir la terapia con animales, observando significativas mejoras en las actividades durante el programa de visitas con los perros.(Holcomb, Burke y Dorneden; cit. por Edney, 1992).

Desgraciadamente el acceso a este tipo de servicios todavía es de muy poco alcance ya que si en los E. U. menos de la mitad de los estados cuentan con centros de entrenamiento para este tipo de perros, en México no existe un programa oficial para personas con problemas de sordera, con trastornos de visión o algún otro tipo de misusvalía que puedan brindar este tipo de servicios, algunas personas han actuado de manera aislada sin alcances por el momento, sin estándares y con poca educación, experiencia y conocimientos necesarios para el óptimo entrenamiento de perros y a su vez con conocimientos acerca de personas con discapacidades; esta situación prevalece en toda Latinoamérica y en realidad son contados los países en que los minusválidos cuentan con programas específicos de acuerdo a sus necesidades. (Castro, 1993)

9.2. MEJORAS EN ANCIANOS

El incremento cada vez más grande de la demanda de los servicios de salud por parte de las personas mayores ha estimulado el interés en los factores asociados a las visitas al doctor. Es bien sabido que la decisión del uso de servicios médicos depende en su mayoría de la salud mental (entre otros factores la angustia psicológica) y eventos de la vida altamente estresantes. En parte esto es porque personas que experimentan estrés ponen gran atención a síntomas psicósomáticos, percibiendo su malestar más grande de lo que es.

Existe evidencia de que las mascotas promueven bienestar o alivio de estrés, lo que hace suponer que el cuidado y la interacción adecuada con éstas así como el estar pendiente de sus necesidades, (V. Cap. 8) disminuye las visitas al doctor.

Algunos estudios tienen designado el uso de mascotas en pacientes de consulta externa como terapia, la mayoría de estos estudios son concernientes a personas mayores ya que la gente mayor es la que expresa más su necesidad de compañerismo.

De acuerdo con el "National Center for Health Statistics", más de 26 millones de americanos son mayores de 65 años y cerca de una tercera parte vive sola con sus mascotas. Así la gente mayor es y continúa siendo el foco de investigación en la relación humano-animal. (Garrity, Ory y Golberg, cit. por Siegel, 1993).

La O.N.U. define a las personas de la tercera edad como aquellas que tienen más de 60 años. Estas personas ya sea sanas o enfermas tienen cierto grado de dependencia-independencia según su estado de vejez; pueden presentar afecciones patológicas, cambios en la autoestima, desmejoramiento, deterioro intelectual, confusión, deterioro de la homeostasis, inestabilidad, inmovilidad, incontinencia, etc. (Moreno, 1990).

Estos cambios por envejecimiento pueden generar dolor, sufrimiento, melancolía, debidos a los estereotipos que la sociedad presenta en todos los medios, sobre valorando la juventud y presentando la vejez como algo indeseable, sin proporcionar espacios que permitan el desarrollo de sus múltiples potencialidades. En adición a esto en la mayoría de los casos se le retira de su actividad laboral, orillándole a una situación en la cual no puede satisfacer por sí mismo muchas de sus necesidades básicas; lo anterior generalmente altera la autoestima de la persona, lo que motiva desviaciones en la realización de actividades de la vida diaria, ya que no existe un equilibrio entre la percepción de sí mismo y la personalidad ideal (V. Cap. 3).

Se han realizado investigaciones en México para valorar la calidad de vida del paciente geriátrico por medio de escalas como:

- Escala de valoración de Zung para valorar el ánimo.
- Índice de Katz
- Prueba de orientación de Crichtan (V. Anexo 3, Guzmán, 1991).

En general la calidad de vida de los ancianos es mala y presenta múltiples carencias en las 3 áreas bio-psico-social. La mayoría de los ancianos están solos y esta soledad puede ser más llevadera con la compañía de una mascota que funcione como un tipo de terapia ocupacional, ya

que al tener que atender al animal la persona no se queda sentada todo el tiempo siendo el animal un pretexto para salir, alimentarlo, hablarle y en consecuencia sentirse útil para algo y por alguien, además de disminuir la sensación de que la vida ya no tiene por que vivirse, teniendo con su mascota un porqué vivir, por lo menos para atender y alimentarla, además se sienten más seguros de salir a la calle con ellas. (V. Cap. 3)

Investigaciones serias como las que citaremos más adelante, se han realizado para explorar la relación anciano-mascota y ver los efectos de estas en su calidad de vida. Todas han sido reveladoras, se asegura que la utilización de mascotas para estas personas que viven solas, en instituciones clínicas o casas de cuidado han sido de gran importancia, ya que los beneficios que proporciona la interacción humana-animal son de ayuda a los ancianos en muchas de sus necesidades emocionales además de mejorar su bienestar físico general que incluye efectos positivos en cuanto a el corazón, disminución de medicamentos y menos necesidad de cuidado directo de las enfermeras. (Hoffman, 1991 y Schmall, 1986).

Personas ancianas de sexo femenino con mascotas, han reportado más bienestar en su vida que las que no la tienen, la presencia de la mascota esta relacionada con su felicidad, sobre todo para aquellas que sienten apego con su mascota. El apego que las personas mayores sienten por sus mascotas es inversamente proporcional con la sensación de depresión, visitas al doctor y hospitalizaciones(Hines, 1985 y Ryder, 1985).

Smith (1992) examinó 2 consecuencias de ser dueño de una mascota por medio de un cuestionario y una evaluación enviados por correspondencia a 2, 152 personas mayores de 60 años que viven en Evanston, Illinois. El cuestionario contiene preguntas respecto a su hogar, las necesidades de servicios y la estructura familiar, así como los animales domésticos que viven con ella. La evaluación se realizó a personas que fueron voluntariamente contactadas evaluando su nivel de salud. El primer resultado fué que las mascotas fueron un importante determinante para la elección de hogar, 16 % tienen perros, 5 % gatos y 8 % otro tipo de mascota. El segundo resultado fué que la mayoría de las personas dueñas de mascotas se encontraron respecto a su salud incapaces de atender a sus mascotas, por lo que se observó viven con otra persona. Esto indica que para la mayoría de los dueños su mascota es importante para ella.

La investigación realizada por Mahalski (1988) con 40 mujeres de más de 60 años, pensionadas, viviendo Nueva Zelanda en casas de pensión pública, 20 en Chischurch donde se permitió tener gatos en la casa, la mitad tenía su gato y la otra no tenía uno y 20 en Dunedin, donde no fueron permitidos el tener gatos, la mitad manifestó que necesitaba su gato y la otra mitad no, se les administro un cuestionario por medio del cual se obtenía 1) la actitud general de la pensionada hacia su vecino con gatos, 2) la percepción de ventajas y desventajas de tener un gato desde su punto de vista, 3) la percepción de ventajas y desventajas de que su vecino no tenga un gato y 4) la relación de los participantes y sus sentimientos acerca de la gente. Las actitudes generales hacia los dueños con gatos fueron más positivas en la ciudad donde los gatos fueron permitidos y fué más positiva si tenían o deseaban tener el suyo propio. Una actitud positiva de las personas que no podían tener sus gatos compensó las negativas de la ciudad autoritaria que prohibía gatos.

Siegel (1990) en sus propias investigaciones estudió la probabilidad de éxito de la utilización médica de las mascotas para personas mayores (65 años en adelante) con personas que

viven en California, tomadas de una lista de una organización médica para el mantenimiento de la salud. Controlando las características demográficas y el nivel de salud en la línea base, sujetos con sus dueños de mascotas reportaron menos contactos con el doctor que las personas que no son dueñas de mascotas; además de que pareció que las mascotas ayudaron a sus dueños en momentos de estrés, ya que el número de eventos vividos como estresantes fueron asociados con un incremento de contactos con doctores durante el año de estudio por los encuestados sin mascotas.

Los 938 sujetos de este estudio fueron llamados por teléfono al principio del estudio y luego cada dos meses durante el año. En la primera fase del estudio se obtuvieron las características demográficas, eventos de vida estresantes, ansiedad psicológica, nivel de salud, si era o no propietario de mascotas y de cual. En la segunda fase los contactos con el doctor fueron registrados durante el año de estudio. Los aspectos de la relación humano-mascota fueron estimados por medio del grado de: responsabilidad, apego afectivo, tiempo que se pasa con la mascota y percepción del beneficio (menos costo que beneficio). Dentro de los datos generales se tomaron: el sexo, la edad, raza, educación, ingreso, empleo, nivel socioeconómico y de vida; de tal forma que existieron una gran variedad de tipos de personas en los dos grupos, las que tenían mascotas y las que no. Las personas que tenían mascotas reportaron pocos contactos con los doctores durante el año y estos también reportaron menos eventos de vida estresantes antes del inicio del estudio y durante el mismo, después de un detallado análisis estadístico los datos soportaron la hipótesis de que los dueños de mascotas modulan el impacto de los eventos de vida y por lo tanto disminuyen los contactos con el doctor, siendo diferentes en los sujetos que no poseen una mascota, y que presentaron un número de eventos de vida estresantes por encima del promedio y aumento en los contactos con el doctor (cerca de 2 o más) durante el año de estudio.

El análisis de regresión final clasificó a los tipos de dueños por el tipo de mascotas que tenían. La variable dueños de mascotas fue dividida en dueños de gatos, (n= 141), dueños de perros (n=202), dueños de pájaros (n=45), también existieron dueños de peces; todos los grupos se compararon con los no dueños. El análisis mostró que los eventos de vida y la interacción con la mascota fue un predictor significativo en contactos con el doctor en dueños de perros pero no en dueños de gatos, pájaros o peces. Los sujetos no dueños de perros registraron un aumento en el promedio de eventos de vida que fueron asociados a la visita con el médico aún teniendo un bajo promedio de número de eventos estresantes.

Los aspectos de reducción del estrés en dueños de perros fueron comparados con personas dueñas de otro tipo de mascota en términos de cuanto interactúan con su mascota, observando que: el tiempo pasado con el animal fué diferente, los dueños de perros pasan más tiempo en promedio con su mascota (1.4 hrs. por día) en contraste con los dueños de otras mascotas (0.6 hrs. por día); además de que pasan además mas tiempo hablando con su mascota (1.5 hrs. contra 1.1 hrs, por día) y al preguntarles acerca de los beneficios de tenerlas se observa una gran diferencia, ya que los dueños de perros expresan más frecuentemente que es una relación positiva en vez de negativa. Realizando un análisis más profundo se observó que los dueños de perros mencionan que las mascotas proporcionan amor, sensación de seguridad, regocijo y/o entendimiento. Por lo tanto "los perros más que otras mascotas "urbanas o metropolitanas" ayudan en las necesidades de compañía y afecto de las personas mayores". (Siegel, 1993)

Un estudio longitudinal fué realizado en una subunidad de un asilo para examinar las percepciones y las interacciones sociales 21 de pacientes (19 mujeres y 2 hombres) y el personal

(18 enfermeras), los pacientes fueron de 57 a 94 años, con problemas físicos de salud. Se observaron las conductas sociales después de introducir un perro como residente. El procedimiento consistió en registrar las conductas, para determinar la interacción del personal y pacientes 6 semanas antes; 6 semanas y 22 semanas después de haber llegado el animal. Las observaciones fueron también realizadas y conducidas con los mismos pacientes y personal. Seis semanas después de la llegada del perro se presentó un incremento significativo de frecuencia de conductas interactivas que fueron vistas en el personal y los pacientes. En la observación de la semana 22, las conductas de los pacientes tomaron una frecuencia menor que la de 6 semanas, mientras que se mantuvo alta la frecuencia del personal. El análisis de los cambios en la conducta de los pacientes y el personal después de la llegada de el perro, sugiere que la introducción del perro residente actúa como catalizador para incrementar la interacción social, así como crear la oportunidad de ocasiones en que se puede interactuar en la unidad con otros. (Winkler, 1989)

La investigación del rol que juega un perro en conversaciones casuales de gente grande (65- 78 años), ha demostrado que el animal puede ser un punto de conversación entre los dueños de perros, se observó a 5 mujeres (3 casadas y 2 solteras) y 1 hombre casado dueños de perros, respecto a los no dueños, fueron 4 mujeres (3 casadas y 1 soltera) y 2 hombres casados. Las conversaciones mientras caminaban fueron grabadas. Los perros fueron el principal punto de conversación para sus dueños. Todos los dueños hablaron de sus perros, principalmente de la instrucción de éste. El transuente habla con el dueño acerca de sus perros, aun sin estar el perro presente. Las conversaciones de los dueños fueron respecto a las actividades que realizaba en ese tiempo y quien no era dueño de un perro habló más de sus experiencias pasadas. Los dueños de perros reportaron realizar más vueltas de caminatas (dos veces al día) que los no dueños (una vez al día), además que reportaron menos insatisfacción con su situación social, física y emocional. (Rogers, 1993).

Fik analizó el efecto de la presencia y ausencia de un perro en la frecuencia y el tipo de interacción social que se presentó en 36 hombres residentes de asilo del Veterans Administration Medical Center (V. A. M. C.) durante sesiones de socialización. Se definieron operacionalmente las conductas a registrarse durante intervalos de tiempo, fueron; conducta no atenta, escucha atenta, escucha no atenta, interacción verbal con otra persona, interacción no verbal con otra persona, interacción verbal con el animal y finalmente interacción no verbal con el animal. Se registró la conducta de dos condiciones, ausencia y presencia del animal durante 4 semanas, un día a la semana durante media hora. Los resultados indican que las interacciones verbales entre los sujetos incrementan significativamente con la presencia del perro. Durante una sesión la presencia del perro estimuló la conversación acerca de las mascotas, ayudando a comentar acerca de la historia personal de cada persona respecto a ellas. Estos resultados y observaciones sugieren que la presencia de un perro proporciona un medio ambiente confortable que conduce más fácilmente a la meta terapéutica, facilitando la interacción con el grupo, ayudan además a concluir que la terapia asistida por animales es un medio efectivo para incrementar la socialización en los residentes por un periodo largo, ya que el incremento en las interacciones sociales pueden proporcionar el clima adecuado para las terapias institucionalizados y ocupacionales, frecuentemente incorporadas en el proceso del grupo dentro de su tratamiento, el uso de animales en terapia es un valiosa ayuda para lograr la meta. (1993)

Esto ayuda a demostrar que no solo la relación social humana adecuada proporciona apropiadas formas de soporte que pueden activar en forma efectiva modificaciones en la

percepción del estrés, y con ello reducir la demanda de cuidado propiciada por situaciones estresantes. En otro estudio que no fue restringido a gente mayor dice que hombres que viven con mascotas se sienten mejor moralmente (mayor autoconfianza) que hombres que no tienen mascotas (Robb, 1993)

En otro estudio realizado en España por el psiquiatra M. Roca y la psicóloga M. Gili muestra que personas mayores de 60 años que adquirieron un perro de compañía, en solo seis meses tuvieron una mejoría en la calidad de vida, sobre todo en salud mental, disminución de la ansiedad y depresión (Cit. por Arias, 1994).

Las mascotas son benéficas para la salud de las personas mayores en muchas formas de acuerdo a la opinión de médicos entrevistados ya que son:

- proveedoras de ejercicio terapéutico
- promotoras de bienestar general
- promotoras de equilibrio mental
- mitigantes del estrés
- ayuda en la satisfacción de necesidades
- promotoras del sentido de responsabilidad

Además las mascotas ejercen una influencia específica en los ancianos que poseen un animal ya que se caracterizan según la opinión de los médicos por ser más extrovertidos, amistosos, considerados, equilibrados mentalmente, tranquilos, emotivos, dignos de confianza, deportistas, de vida activa y generosos. (Bergler, 1993)

En México hay cada día más personas mayores de 60 años de edad, tanto en números absolutos como relativos y conforme pasan los años estos hombres y mujeres representan un porcentaje importante de la población total de nuestra nación.

De acuerdo con datos básicos sobre la población en México, publicados por la secretaria de programación y presupuesto, encontramos las siguientes variaciones:

Tabla 6. POBLACIÓN MAYOR DE 45 AÑOS EN MÉXICO

GRUPO DE EDAD	1980	2000
45 A 59	5, 700, 200	10, 741, 600
60 Y MAS	3, 777, 300	6, 783, 700
ESPERANZA DE VIDA	65.5 AÑOS	70 AÑOS

Fuente: Evaluación de la calidad de vida en el paciente anciano, MORENO, México, 1990.

Como vemos existe un incremento constante en la esperanza de vida con lo que cambiará la estructura de la población, el gobierno junto con las instituciones relacionadas a la salud tendrán la necesidad de establecer políticas de salud y seguridad social coherente con este aumento para satisfacer las necesidades básicas de los ancianos.

Aquí en México se han realizado programas respecto a la utilización específica del perro como coterapeuta social. En el programa realizado bajo la supervisión de Dr. Carlos D'Hiver (1993) con 15 personas ancianas diagnosticadas con Alzheimer, (enfermedad crónica degenerativa descrita por primera vez en 1908 por el doctor Alois Alzheimer) y 8 perros con sus respectivos entrenadores; tuvo como resultado que la convivencia con estos animales permitió a los ancianos, sino mejorar en sus capacidades, sí mantenerse en un nivel de consciencia mejor que sin los perros; además de que sirvieron como facilitadores para la convivencia entre las personas del asilo, llegando los animales a identificar a cada persona como parte de la manada. Aunque se encuentre el dueño del perro se presta el animal para la convivencia con las otras personas, llegando a "identificarse" cada perro con algún anciano durante la visita creándose un vínculo entre ellos muy especial que anima al anciano a tocarlo, darle ordenes y premiarlo.

Las mascotas pueden proporcionar a las personas de avanzada edad un mejor estado en cuanto a sus sensaciones de soledad, avance de los síntomas de senilidad y declive de sus potencialidades, así como un incremento en la interacción con las personas, ya que proporcionan afecto, paciencia, compañía etc. ayudando a solucionar problemas que "han sido creados por una sociedad tecnológica, los valores e instituciones que son en muchos aspectos inhumanos"(Levinson; cit. por Robb, 1983 y Bergler, 1993).

En un experimento se utilizaron loros australianos y plantas con ancianos pensionados que vivían en una área urbana en Inglaterra, y el grupo que tuvo a las aves tuvo una puntuación significativamente más alta que los que tuvieron planta en términos de parámetros psicosociales. (Brickel, 1980, Mugford, 1975; citados por Robb, 1983)

Robb (1980) observó que de tres tipos de estimulación externa (una botella de vino, una planta y un cachorro) presentados a ancianos secuencialmente, causaba más conductas sociales como: verbalizaciones, sonrisas, miradas, atención, etc. cuando se presentaba el cachorro. Esto lo motivó a realizar otra investigación más profunda en la que se tomaron como variables el estado de ánimo, interacción social, nivel mental, síntomas fisiológicos, habilidad de adaptarse a los cambios y realizar actividades de la vida diaria, número de molestias, número de medicaciones y control. Su muestra fue de 26 personas con mascotas (25 con perros, 3 con gatos y 1 con pájaros, siendo un total de 29, ya que existen personas que tienen más de un solo animal) y 30 sin mascotas solo de sexo masculino, con un promedio todos de edad de 65 años. Los resultados de la investigación no fueron lo que ella esperaba ya que no se encontraron diferencias significativas en ninguna de las áreas analizadas ($p > .05$), pero a pesar de esto dice "los resultados de este estudio indican la complejidad al enfrentar la tarea de evaluar el apoyo o soporte social" (Robb, 1983 y Powell, 1984)

Respecto a la comparación de ancianos solteros dueños de mascotas con los solteros no dueños de estas, se han encontrado diferencias como:

- En estas personas dueñas de gatos y que no tienen perros muestran una necesidad mayor en cuanto a factores de la calidad de vida como compañerismo, comunicación, seguridad, juego y alegría de vivir.
- Los ancianos propietarios de perros se muestran claramente más satisfechos que los ancianos que no poseen mascotas en la prolongación de contactos sociales, salud personal, alegría

por la vida, relaciones con otras personas, actividades de ocio y diversión, relaciones con amistades y la propia apariencia.

- Los dueños de mascotas se perciben a sí mismos como más agradables, animosos, afectuosos y mucho menos solitarios que los ancianos que no tienen animales, además de que se sienten amados, apoyados y confortados con sus mascotas ayudando esto al proceso de curación.

-Al incrementarse la edad, la duración y la calidad de comunicación con un perro se intensifica y el contenido de la comunicación varía como podemos observar en la siguiente tabla.

Tabla 7. COMUNICACIÓN DE ANCIANOS CON SUS PERROS

TIPO DE COMUNICACIÓN	PORCENTAJE
Expresar afecto y elogios	100%
Platicar problemas o preocupaciones	84%
Platicar sucesos y experiencias cotidianas	73%
Leer periódicos o revistas en voz alta	49%
Leer libros y novelas en voz alta	30%
Dirigir órdenes al perro	45%

Fuente: Memorias del 1er congreso internacional; el hombre y los animales de compañía beneficios para la salud, BERGLER, 1993, pp. 17.

Todas estas son aspiraciones o deseos que las mascotas contribuyen a mantener vivas y satisfechas, ayudando a asegurar que algunas de esas necesidades no se disminuyan, sino por el contrario estimulan a mantenerse activos, contentos, optimistas y a encarar y resolver problemas con mayor facilidad. Sus mascotas son fuerzas que motivan a que la calidad de vida se conserve intacta ya que son estimuladas, fomentadas y satisfechas una y otra vez con su ayuda.

La utilización de mascotas para las personas ancianas como para cualquier otra persona deben de ir aunadas a evaluaciones constantes de nivel de salud, situación económica, ambiente en el hogar, la actitud del paciente y los contactos anteriores con los animales y el animal específico a utilizarse. (Bold, 1992; V. Cap. 5)

De acuerdo a todas las investigaciones citadas, las mascotas representan un potencial invaluable en cuanto enfrentar los factores de riesgo del proceso natural de envejecimiento, ya que son compañeros muy estimulantes para las ancianas influyendo de manera muy positiva en su esperanza de vida, ya que estas personas dependen mucho de la estimulación social y la motivación, influenciando la mascota positivamente en la estimulación al sistema inmunológico humano.

La utilización de las mascotas puede ser una muy buena opción para abordar diferentes patologías, ya que como hemos visto propician mejoras en la presión arterial, se disminuye el consumo de medicamentos, etc. La mayoría de las personas que se ocupan de su mascota en cierta medida, mejoran su nivel de adaptación funcional, superan crisis depresivas más rápidamente y sufren menos de pérdida de imagen corporal y autoestima. (D'Hyver, 1993; Edney, 1992; Robb, 1983; Siegel, 1993)

CAPITULO X .- ALTERNATIVAS PARA PERSONAS QUE SE ENCUENTRAN AISLADAS

10.1. ENFERMEDADES CRÓNICAS Y DEGENERATIVAS

La soledad no es solo el hecho de estar solo, implica muchas otras cosas que impiden la satisfacción de necesidades básicas emocionales como sensación de pertenencia, de cariño, amistad, etc. (V. Cap. 3) esto, por supuesto no es una condición exclusiva de un grupo determinado, pero sí existen grupos en la población que sufren más esta situación.

Las personas que padecen alguna enfermedad generalmente sufren además de su enfermedad diagnosticada de una serie de factores que hacen que la persona presente una interacción social restringida, incapacidad de sentirse amado y/o necesitado, pérdida de individualidad, privacidad, de propósito, metas personales, de contacto físico, de comodidad; las mascotas han demostrado poder restaurar algunas de estas pérdidas. (Ahmedzai, 1993).

Muchos de los pacientes con S.I.D.A. terminan sus vidas en forma muy deteriorada en todos los aspectos, desde el área física hasta el área emocional, la mayoría de ellos reciben pocas visitas de sus familiares y amigos ya que se vuelven muy distantes con ellos, esto hace que pasen sus últimos días en extrema soledad. A pesar de todo lo que pueda implicar su enfermedad la necesidad de compañía y amor sigue siendo imperante en ellos.

Los perros pueden proporcionar un amor incondicional a estos pacientes, pueden estar con ellos y no ser afectados por su diagnóstico, presentando como único impedimento el que la persona no pueda hacerse cargo de ella ya sea por limitaciones físicas (falta de espacios adecuados), psicológicas (incapacidad mental), emocionales (como en fobias) o monetarias.

"Los animales son un mecanismo de apoyo para la gente con S.I.D.A. cuando las personas tienen apego con la mascota ya que pasan a ser su fuente de soporte emocional" (Kram, cit. Spencer, 1992).

El animal no se rige como los humanos por definiciones y mucho menos por la designación que se le realice a una persona como "seropositivo", a él no le importa si su dueño está o no enfermo, de tal o cual enfermedad, él es el único que no cambia su actitud y relación con su amo, por ello se transforma en un ser que le brinda lo que las personas que le rodean les cuesta tanto darle, aceptación, sensación de comprensión y consuelo.

El fenómeno de aislamiento social como hemos visto también se presenta en personas ancianas (V. Cap. 9), pero existe un grupo que por ser de ideas diferentes a la mayoría de la población es segregado y en ocasiones relegado a la soledad, este grupo lo representan las personas homosexuales, principalmente de avanzada edad. The National Center for Health Statistics, a reportado que de 26.3 millones de Americanos mayores de 65 años, al menos la tercera parte (8 millones) vive solo y el 10% de ellos son homosexuales. (Kehoe, 1991). La mayoría de estas personas generalmente sufren la pérdida de contacto con sus familiares debido a la desaprobación de estos de sus preferencias, siendo motivo de vergüenza y temores, esto también se presenta en la comunidad donde viven, teniendo pocos amigos heterosexuales debido a

los estereotipos negativos que ellos tienen. Este hecho hace que los contactos humanos sociales sean limitados, sobre todo al avanzar su edad.

En las visitas realizadas con un perro de terapia a ancianos homosexuales, la mayoría de ellos mostraron entusiasmo a estas, dando el animal un amor incondicional a la persona, ayudando a un mejor bienestar y disminuyendo los episodios de depresión "La Terapia asistida por mascotas es un tratamiento para la depresión causada por la soledad por lo que recibe cada día más y más atención en la práctica gerontológica y en las investigaciones médicas" (Kehoe, 1991).

Existen comunidades en otros países que se encargan de proporcionar mascotas a personas que lo requieren y no tienen como atenderlas, así como en algunos casos en los cuales no tienen dinero para obtenerlas; estos grupos ayudan a la reducción del estrés de pacientes y soporte social por medio de una mascota.

En San Francisco, Nueva York, Washington, California y los Ángeles existen los llamados P.A.W.S (Pets Are Wonderful Support) fundados en 1987, que por medio de voluntarios que brindan alimento, atención de veterinarios y material educativo con la finalidad de brindar servicio y promover la educación en esta área a las personas.

Respecto al servicio, con la ayuda de 300 voluntarios se colocan animales en hogares que lo solicitan, se pueden dar alimentos y servicios, sirven a 600 clientes con un total de más de 750 mascotas.

En el área de educación se realizan sesiones de información y conferencias en las que se les explica lo básico acerca del vínculo humano-animal, enfermedades que pueden transmitir las mascotas, derechos que tienen con su mascota, obligaciones, forma de alimentarla, etc. también los voluntarios ayudan a repartir folletos con este tipo de información y respuestas a preguntas que les hacen llegar. Generalmente todos estos servicios son gratuitos y solo se cobran el costo de los materiales en algunos casos (como medicamentos y alimentos).

Las personas que han participado en este tipo de programas expresan que muchos de los clientes a quienes visitan realmente necesitan a sus mascotas para estar en buen estado y sienten gran satisfacción no solo de ayudar a las mascotas sino también a las personas. (Spencer, 1992).

Las mascotas se han utilizado para elevar el estado de ánimo en personas que han sido diagnosticadas con el V.I.H. (Virus de Inmunodeficiencia Humana), pero según la experiencia de Wensthemer (1993) también pueden ser favorables para otro tipo de enfermedades, como en las que se utiliza la quimioterapia, ya que generalmente son personas que tienden a estar muy deprimidas.

10.2. UTILIZACIÓN EN PRISIONES

Cuando la gente esta sola, las mascotas representan un ser a quien cuidar, pudiendo como hemos visto proporcionar un apoyo social. "Los doctores reportan que los pacientes que se han vuelto retraídos, responden positivamente a los pasitos que se escuchan en los corredores del hospital. Los animales se han convertido en visitantes regulares y son especialmente populares en Europa donde se emplean en hogares de residencia y en hospitales de larga estadia. Si ese efecto es evidente en un ambiente de hospital, no hay razón para que no pueda serlo en una prisión." (Whyham, 1993)

El proceso de aprehensión y confinamiento en una cárcel no solo se acompaña de la perdida de la libertad, si no también de la pérdida de varias facetas de la existencia, el medio de las prisiones aumenta la sensaciones de desamparo y en ocasiones elimina cualquier vestigio de dignidad y responsabilidad de sí mismo, viéndose obligado a hacer lo que se le dice y poco más. Los individuos varían en su habilidad para luchar con el constante estrés del encierro, los programas con animales pueden hacer una contribución positiva para romper el círculo de hastío que resume la vida en prisión.

Las prisiones representan un ambiente donde predomina la falta de opciones para expresar sentimientos, el cuidado hacia los animales representa un medio aceptable por medio del cual los prisioneros pueden demostrar su afecto. "Es por ello apropiado para los detenidos y los animales de compañía tener un lugar importante en los reglamentos de todas las prisiones y en todo nuestro trabajo con encarcelados". (Whyham, 1993).

Levinson, psicólogo infantil y fundador de la terapia facilitada por mascotas reconoció que los prisioneros son un grupo que podría beneficiarse enormemente a partir de los vínculos entre hombres y animales diciendo en 1972 "La amistad mantiene sus tradicionales valores y su seguridad en relación de uno mismo con la mascota. Ya sea un perro, un gato, un pájaro, un pez, una tortuga o lo que se tenga, se puede confiar en que la mascota siempre mantendrá una amistad fielmente estrecha, libre de competencias y sin tener en cuenta la buena o mala fortuna que la vida nos traiga" (Cit. por Whyham, 1993).

"La asociación no verbal que se comparte con las mascotas proporciona un caudal de relajamiento que muchos compañeros humanos, que exigen el habla como condición no brindan". (Bowd, cit. por Whyham, 1993).

En una prisión en Escocia en la cual se tienen peces, muchos de los prisioneros se acercan a observarlos y reportan un relajamiento y la tranquilidad que les proporciona la actividad de observar los peces y comentando;

"Es una experiencia mágica entrar al cuarto del acuario por las tardes solo con las luces de los estanques encendidas. Es mucho mejor que ver la televisión."

"Mirar a los peces produce sentimientos de placer, calma y beneficios estéticos"

Konrad Lorenz afirma (1975) que se puede permanecer sentado horas enteras delante de un acuario y dejar vagar libremente la imaginación y además de todo aprender; hablando de los

hámsters dorados también dice que "alegra mucho el compartir la habitación con estos animalitos vivarachos que se "expresan" de manera tan graciosa y divertida".

La gente se mantiene comprometida a una relación solamente durante el tiempo en que los beneficios de la interacción superan al costo; para los prisioneros, las mascotas pueden proporcionar relaciones invaluableles que tengan funciones como compañía, estimulaciones táctiles, seguridad y apoyo emocional sin prejuicios. Estos beneficios potenciales pueden ser especialmente importantes para personas que han limitado sus oportunidades de interacción. Por lo tanto para, los prisioneros, los beneficios de las relaciones con animales de compañía en gran medida sí superan el costo.

Existe una fuerte relación entre la crueldad hacia los animales y los actos de violencia y crueldad hacia la gente.

De 23 familias con un historial de abuso contra animales, se ha identificado que el 83% de los casos tienen hijos que están en riesgo de abuso y abandono. En 1983 DeViney, Dicker Y Lockwood, reportaron que 57 familias tratadas por la división de servicios juveniles y familiares de Nueva Jersey a causa la incidencia de abuso a menores, al menos una persona de la familia había maltratado animales en 85% de los casos de niños que sufrieron agresiones físicas. En dos terceras partes de los casos, el pariente que maltrató al niño fue el mismo que mató o golpeó al animal, resultando en la tercera parte restante los niños los agresores contra el perro. (Cit. por Whyham, 1993)

Estos y otros estudios muestran que la crueldad hacia los animales puede ser uno de los muchos signos de que una familia necesita ayuda profesional. Los niños que han sufrido o sufren de abuso, usan a su mascota, como fuente de desahogo de esa agresividad infringida hacia él, también puede utilizarla como algo a lo que el se torna para amar y consolarse en tiempos de estrés soledad y aburrimiento.(V. Subcap. 6.2.)

Programas han sido desarrollados y establecidos para poner a mascotas en contacto con niños en riesgo de abuso, jóvenes que maltratan animales y prisioneros, enseñándoles acerca de ellos, como cuidarlos y la importancia de respetarlos, ayudando con ello a vencer las actitudes negativas hacia la vida en general.

En la medida que estas personas se vuelven más responsables, sus sentimientos de autoestima mejoran ganando en confianza y valoración de sí mismos. esto es importante ya que la falta de autoestima y aprecio determinan en muchos casos la raíz del comportamiento delictivo.

El uso de animales en prisiones puede justificarse al demostrar que los reclusos con los animales pueden ser beneficiados, los programas en Norteamérica han demostrado con éxito que:

- Los animales facilitan cambios, ayudan a que sucedan cosas positivas tanto entre los prisioneros y el personal que labora en el lugar.
- Fortalecen la autoestima de los reclusos en el momento en que se van volviendo cuidadores de animales.

- El beneficio que brindan los animales se aprecia cuando los presos aprenden y ponen en práctica el trato humano en cuanto a simpatía, compasión, paciencia, responsabilidad, confianza y crianza.

- Los animales que están entrenados y domesticados de manera que puedan ser adoptados fácilmente.

Existen gran variedad de programas para el uso de animales con presos y se dividen en:

- Programas para visitas de animales de compañía realizadas por medio de voluntarios que los llevan. (San Francisco y Nueva York)

- Programas de animales residentes en las instituciones; contando con 15 tipos de acuarios, muchos tipos de especies de mascotas como ciervos, cabras, cerdos, guacamayas, conejos, burros, hámsters, periquitos, patos, gatos y perros, los cuales son considerados como "colegas terapeutas residentes de tiempo completo" que ayudan a las personas que sufren depresión y tienen impulsos suicidas en tiempos difíciles. (Centro forense de Oakwood, en Lima, Ohio)

- Programas de educación que incluyen a los animales, ofreciendo a los presos el encargarse del cuidado y crianza de ellos, sobre todo dando pláticas donde se les enseña a los reclusos a respetar la vida en cualquiera de sus formas; plantas, animales, personas y en el medio ambiente que todos compartimos.

- Rehabilitación animal, animales (principalmente caballos) que ya no pueden ser utilizados por diferentes causas son adquiridos y utilizados en un programa de rehabilitación en donde los presos aprenden equitación, habilidades de crianza y otras habilidades técnicas, además de que ayudan a discapacitados a montar.

- Cultivo de peces y crianza de aves, en cuanto a los peces se trabajan con cuatro especies principales de salmónidos y truchas provinciales, para soltarlas luego en determinados ríos. (Inglaterra, Escocia y Gran Bretaña)

Por medio de la utilización de animales se han obtenido beneficios en la mejora de las relaciones interpersonales de los residentes y el personal, incrementando la autoestima de los presos, ayudando a una atmósfera más relajada y hogareña, reduciendo la violencia y estrés, además de que los presos que toman medicamentos reportan menos necesidad de ellos, hay menos suicidios, mejor concepto de la comunidad de la prisión y reducción de reincidencia notable. "Se presenta disminución en los niveles de estrés y de tensión, produciendo una atmósfera de normalidad que promueve el buen aprendizaje" (Whyham, 1993)

En Escocia el 76% de las prisiones tienen programas de rehabilitación que incluyen animales, se realizó la aplicación de cuestionarios en ellas acerca de la utilización de estos obteniendo lo siguiente: 29% de las personas dicen que el cuidado de animales es una actividad estructurada que proporciona interés y ocupa constructivamente el tiempo, 20% dice que crean una atmósfera relajada y de convivencia entre personal y reclusos, tranquilizando a los presos, 20% menciona que el tener "algo" que cuidar permite a los presos expresar abiertamente su afecto en una manera aceptable desarrollando una actitud de cuidado en ellos, 17% piensa que sirven de

preparación para cuando salgan y el resto menciona solo que son un tema de conversación que ayuda a la comunidad. (Ormerod, cit. por Whyham, 1993)

Según un estudio realizado por la Psicóloga David Lee durante un año en un pabellón "sin perros" del hospital estatal de Lima para criminales dementes hubo 123 peleas y tres intentos de suicidio, mientras que en otro pabellón en el cual se permitía poseer un perro hubo sólo una pelea y ninguna tentativa de suicidio. (Arias, 1994)

Se está estudiando el efecto positivo en jóvenes reclusos por problemas de drogas de la presencia de perros boxer de los que se responsabilizan completamente, lo que se cree rompe con el "bloqueo emocional".

El uso de animales en prisiones puede ser efectivo en la rehabilitación del preso, ya que puede reducir las conductas antisociales y facilitar la supervisión, hoy en día se utilizan en Canadá, Australia, Inglaterra y Escocia. (Hines, 1985).

Trabajar con los presos puede ser muy arduo y difícil, este grupo es considerado como un grupo de escasa prioridad en la sociedad pero a pesar de ello se debe de poner atención a esta población, por ello la importancia de crearse normas y reformas continuas que ayuden a desarrollar un sistema que permita la aplicación de estos y otros conocimientos en las prisiones de nuestro país.

10.3. ENFERMEDADES MENTALES

Los estudios en los que se ha comparado que personas dueñas de mascotas y las que no las tienen, estas últimas han reportado una frecuencia mayor significativa en dolores de cabeza, constipación, dificultad para expresarse, miedo persistente y sensaciones de pánico. Esto también fue reportado en el uso de medicamentos, principalmente las drogas psicotrópicas. (Ory y Golberg, Akiyama, Holzman y Britz, cit. por Siegel, 1993)

El pionero en utilizar a los animales con personas con afecciones mentales fue Boris Levinson, que descubrió por azar que la presencia de su perro en la sala de espera servía para desbloquear la comunicación con un paciente grave. "Un animal de compañía como coterapeuta en los trastornos psíquicos es usado desde hace 20 años en los E. U. por el 32% de los psiquiatras". (Arias, 1994).

En 1792, en el retiro de York, una institución inglesa para curar personas con alteraciones emocionales, a los residentes se les proporcionaba una vida tan normal como fuera posible, lo que incluía el cuidado de animales como conejos y aves, (Whyham, 1993).

Se han realizado investigaciones respecto a las visitas de perros en instituciones que se dedican a la atención de personas con disturbios emocionales, lo que se ha encontrado es que durante y después de las visitas existe un decremento en la conducta antisocial y agresiva y un incremento en la interacción social de las personas. (Hines, 1985 y Edney, 1992).

Otros animales han sido estudiados en la relación con pacientes psiquiátricos; se utilizaron pinzones³¹, en un grupo de los enfermos, el tratamiento de estos se realizó significativamente con más asistencia y participación que el grupo control, además de que el nivel de vínculo con el animal fue inversamente proporcional a depresión y diferentes síntomas, por lo que presentaron mejoras en su nivel de salud psicológica. (Edney, 1992).

Otra investigación en la cual también se utilizaron aves fue la realizada por Beck (1986) en la cual se utilizaron pacientes con diagnósticos tales como; esquizofrenia paranoide, esquizofrenia residual, desorden esquizoafectivo y desorden afectivo. Se crearon dos grupos uno experimental y otro control que no presentaban diferencias en cuanto edad, tiempo de estar internados y tiempo calculado para ser dados de alta; el cuarto donde se les proporcionaban las sesiones de terapia fueron idénticos exceptuando que en uno se ponían 4 aves y en el otro no. Los resultados mostraron un incremento en el nivel de asistencia y participación de los pacientes a las sesiones, así como el aumento en el tiempo de la duración de las participaciones que fueron más amplias. También se observó una gran diferencia en el nivel de hostilidad presentado por los pacientes, ya que el grupo con aves tuvo una puntuación significativamente más baja en la subescala de hostilidad que el grupo control en la "Bief Psychiatric Rating Scale" aplicada. También se dieron de alta a cuatro personas del grupo experimental casi inmediatamente después del término del estudio, mientras en el grupo control no hubo ningún dado de alta durante el mismo periodo de tiempo.

³¹ Aves cantores de Europa del tamaño de un gorión.

En el hospital del estado de Lima para personas criminales enfermas mentales, se observó un decremento en la medicación del 50% y el número de incidentes agresivos al 84% con la presencia de animales. (Lee, cit. por Robb, 1983).

Por otro lado la utilización de conejos con pacientes psiquiátricos en el postratamiento indicó uniformemente respuestas positivas ya que sirvieron de puente para ayudar a la persona a conectarse con la realidad externa. (Doyle, cit. por Robb, 1983)

Corson y sus asociados (1977) condujeron un estudio con P.F.T. en un hospital psiquiátrico con 50 pacientes de 65 años en promedio, caracterizados por aislamiento, egocentrismo, e incomunicación. A estas personas ya se les había manejado con psicoterapia sin obtener los resultados esperados, después se realizó la intervención con la presencia del perro y mencionaron al animal, realizaron preguntas acerca de él y el tiempo de silencio en 47 de 50 pacientes fue mucho menor. (cit. por Robb, 1983)

Todos estos resultados muestran la gran ayuda que pueden brindar los animales a las personas mentalmente enfermas así como el papel de gran apoyo que pueden brindar a los profesionales en la salud mental y sobre todo a nivel institucional. Los animales facilitan el proceso terapéutico y la adecuada utilización de ellos nivelan los costos con los beneficios recibidos.

IV PARTE : PERSPECTIVAS DE APLICACIÓN Y CONCLUSIÓN

CAPITULO XI .- LA ELECCIÓN DE LA MASCOTA

Desde este punto de vista es necesario y útil determinar que tipo de necesidades puede cubrir una mascota en la población blanco³² (V. Cap. 2) y a su vez el tipo de necesidades que se tienen que cubrir para una vida adecuada de la mascota valorando con esto el "costo beneficio" que se puede obtener de una mascota, a fin de predecir que tipo de mascota puede ayudar a un determinado grupo en el presente y en el futuro.

Los expertos en el área zootécnica subrayan la importancia de una adecuada elección de la mascota.

Existen numerosos factores que influyen en la elección de la especie de un animal como mascota, pero principalmente se debe tomar en cuenta lo que se desea y espera del animal, así como la suma de esfuerzos que se esté dispuesto a invertir diariamente, la sensibilidad de uno mismo a diferentes tipos de ruido, si uno se ausenta frecuentemente de casa y otras circunstancias más.

Es importante no dejarse llevar por impulsos momentáneos sin antes realizar un análisis de lo que realmente se quiere y se puede tener, ya que aunque la mayor parte de las personas buscan a un animal "por la satisfacción espiritual que les brinda" (Lorenz, 1975, p.225) una inadecuada elección puede traer frustraciones y experiencias poco agradables para la persona o personas que convivan con la mascota.

Con más razón nosotros como profesionales en la salud mental del hombre, debemos de tomar en cuenta cuales son los animales y las razas más adecuadas para ser utilizadas en el mejoramiento de la salud y la calidad de vida del hombre. Para ello se darán las propuestas a las que se han llegado por medio del análisis de conocimientos teóricos y empíricos, respecto a los factores que deben tomarse en cuenta para la elección de la mascota.

Los expertos recomiendan, no tener animales a los que solo se les puede ofrecer una muerte lenta y sugieren tener solo aquellos a los que se les pueda proporcionar realmente condiciones de vida adecuada, sin privar al animal de lo necesario para su bienestar psíquico y corporal, para ampliar esto se puede uno dirigir a cualquier médico veterinario competente que podrá brindar asesoría en este aspecto.

Uno de los factores que se debe considerar es el precio de la mascota ya que los expertos recomiendan que no sea demasiado cara pero tampoco "regalada" por el hecho de que es más fácil abandonar a un animal cuando no ha costado mucho (o nada) obtenerla, esto se menciona por la importancia que tiene en nuestro país el abandono y la sobrepoblación de animales debida a la falta de actitudes que ayuden a asumir la responsabilidad de tener un animal, sea cual fuere éste.

³² Con la que se va ha trabajar.

Otro factor a considerar es el tamaño, ya que un animal necesita espacio suficiente para su óptimo desarrollo, por lo tanto hay que fijarse en la estatura y peso del animal, este factor puede traducirse en molestia e incomodidad si no se considera adecuadamente, ya que entre más grande sea, necesitará más alimento y ejercicio. Existe una variedad enorme de mascotas y razas que pueden adaptarse a cualquier tipo de necesidad, incluso hasta en un pequeño departamento "Un examen de las razas caninas indica que existen aproximadamente 40, de las 111 reconocidas por la Asociación Americana de Criadores de Perros, que se adaptan a departamentos pequeños" (Frederick, 1964, p.41).

En este caso se hablará más del perro por ser el primer animal domesticado por el hombre, y uno de los primeros que más ha estado ligado a él desde todos los tiempos, lo que lo ha llevado a ser llamado "el mejor amigo del hombre", además de que es uno de los más recurridos y adecuados por todas sus características de reactividad, temperamento y sobre todo acceso y cuidado, ya que existe una gran población de perros en nuestro país que puede ser bien aprovechados ya que según Lorenz "El perro es muy similar al hombre en cuanto a sentimientos, tiene la misma capacidad de sufrimiento que el hombre, aunque el hombre puede tener la opción de la resignación y el perro no".

Los factores más importantes a considerar por los profesionales de la salud son el sexo, la edad y la raza del perro, como veremos a continuación y por lo que se les ha proporcionado un apartado especial a continuación.

11.1. EL SEXO (MACHO O HEMBRA)

La elección del sexo del animal no es decisivo pero sí pueden tomarse en cuenta las siguientes diferencias entre ambos, dependiendo para lo que se quiera utilizar.

Por medio de la observación y el análisis realizado por varios expertos en perros han llegado a las siguientes conclusiones:

La hembra generalmente es más dócil, gentil y afectiva, además de que es más apegada a la familia que el macho, tiene un "instinto maternal" que la hace buena compañera y cuidadora de niños.

Al respecto se han contado anécdotas increíbles de su devoción para con los niños, "el instinto maternal de la perra es realmente extraordinario, ya que apenas hace distinción entre sus propios hijos y los de los demás, sin tomar en cuenta que los otros sean cachorros, oseznos, gatitos ó niños" (Frederick, 1964, p.26).

Los perros por otro lado son más robustos, muestran más fuerza y energía, por ello, generalmente toleran más los juegos bruscos de los niños. (Tylinek, 1975, p.6)

Generalmente los perros machos han sido mejor valuados que las hembras por el inconveniente que presentan éstas, en su ciclo de estro³³. En general este periodo solo se presenta 2 ó 3 veces al año a partir del 7o - 9o mes de edad, cada uno suele durar de 3 a 4 semanas, si esto se llega a considerar un problema se puede recurrir a cualquier médico veterinario competente para que le realice una operación relativamente sencilla en la cual les extirpan los órganos reproductores, aunque puede influir en la forma de ser de la perra tornándose más calmada, más lenta y fornida; a pesar de esto "la hembra de esta especie animal tiene mucho que ofrecer en cuanto a fidelidad y comprensión, cualidades que no pueden ser igualadas por la generalidad de los machos"(Frederick, ob. cit. p.26) ya que son, explica, más vagabundos por naturaleza.

Los machos presentan también el inconveniente de que por naturaleza "marcan" su territorio orinando prácticamente donde lo consideran necesario.

Los perros son de los animales más inteligentes, experimentos realizados, hasta la fecha han mostrado que la inteligencia del macho y de la hembra es prácticamente igual, por lo tanto ninguno de los dos sexos cuenta con una ventaja decisiva. A pesar de esto Frederick afirma "no obstante siempre me ha parecido, que las hembras siempre han comprendido mejor los estados de ánimo de los seres humanos" (Ibid.).

³³ Periodo en el cual la hembra es susceptible de quedar "cargada".

11.2. LA EDAD

La edad es un factor importante ya que al nacer los cachorros son muy dependientes y tienen un desarrollo global incompleto del sistema nervioso. El desarrollo conductual en cachorros se divide con frecuencia en 4 periodos importantes:

-1er periodo, Neonatal.- Duración de las dos primera semanas de vida, consiste básicamente en momentos de amamantarse, intercalados con momentos de dormir, sus respuestas al dolor son pocas, solo emiten un sonido gutural.

-2o periodo, Transición.- de los 14 a 21 días de nacido, el cachorro es capaz de comenzar a experimentar su medio, su respuesta al dolor es mayor, ya que puede retraerse y escapar, existe maduración de órganos sensitivos y neuronales.

-3er periodo, Socialización.- a partir de las 3 hasta las 10 ó 12 semanas de nacido, el proceso de mielinización esta completado, se inician las interacciones sociales; ya que el perro es un animal sociable por naturaleza tiende a organizarse en rangos y jerarquias dominantes, al convivir con seres de su misma especie aprende esas pautas de conducta, por ello la presencia de la madre es importante hasta las 10 semanas de edad para el desarrollo normal hacia elementos vivos.

Por otro lado es importante que se relacione con los humanos para que no tenga temor hacia ellos y llegue a verlos como parte de la manada, también es importante que vea a niños para que se familiarice con ellos.

-4o periodo, Juvenil.- A partir de la semana numero 10 de vida hasta la madurez sexual, aproximadamente los 6 meses de edad, los patrones de comportamiento no cambian, pero se dan mejoras graduales en el área motora, la capacidad de aprendizaje básica se desarrolla, las pautas de comportamiento se continúan durante toda la vida aunque, esto no incluye su capacidad de aprendizaje que aunque es más lento, es capaz de incorporar a su repertorio nuevas cosas.

Por todo lo anterior se recomienda tomar al cachorro de su hogar natal al permanente de la 6 a la 9 semana de edad, para permitirle una socialización adecuada primero con sus hermanos de camada y después con su nueva compañía humana.(Ávila, ob.cit. p.56)

Los perros de poca edad al estar en su proceso de desarrollo y aprendizaje, al igual que los niños pequeños, no suelen en ocasiones moderar sus mordiscos o juegos por lo que pueden llegar a lastimarse mutuamente. Por ello la importancia de enseñar al niño como tratar un perro y a éste la manera adecuada de reaccionar ante los juegos y caricias de los niños; de aquí la importancia de la constante supervisión de los padres en sus momentos de interacción, mientras estén pequeños, para evitar que los perros lastimen a los niños, pero también para que los niños no dañen a los perros ya que "es común que los niños quieran maltratarlos. La experiencia ha enseñado que no hay por que asombrarse si los chicos les tiran de la cola, los pellizcan, les retuercen las orejas y les infringen muchas otras formas leves de tortura. Es natural que los perros también respondan con la misma brusquedad." (Frederick, ob.cit. p.30).

"Los perros ya grandes y de carácter apacible, un poco flemático³⁴, son los compañeros más recomendables para los niños. Estos perros tienen ya cierta prudencia y suelen sentirse orgullosos de protegerlos. Algunos perros consideran como privilegio especial el que se les ponga al cuidado de los niños. Si es necesario los protegerán con sus vidas" (Ibid. p.32).

³⁴ Tardo y pausado en sus acciones, incapáz de sufrir.

11.3. DIFERENTES RAZAS

El perro Cocker Spaniel ha gozado de una popularidad tres veces mayor que la raza que le sigue en popularidad como es el perro salchicha. Este perro tiene casi todo lo que pudiera pedirse, belleza, buen carácter y tamaño pequeño.

"Los perros salchicha ha sido probablemente la especie que ha salido más en las caricaturas, más que todas las razas juntas y efectivamente es uno de los más agradables e inteligentes ya que posee un gran sentido de buen humor." (Ibid. p.44)

Hace algunas décadas el Terrier fue declarado el favorito de los "dog lovers" (amigos de los perros) por ser muy hogareño, hoy en día el Poodle lo es también, la popularidad o no de una raza es dada generalmente por la moda y sobre todo por intereses de tipo comercial y económico, pero la elección de un determinado animal para las actividades relacionadas con la salud y calidad de vida del hombre debe de ir más allá de eso.

Muchas razas nunca han sido objeto de extensa publicidad, pero esto no quiere decir que dejen de ser la compañía ideal.

Al igual que los humanos los perros muestran diferentes temperamentos, que se deben de tomar en cuenta para su elección, "lo más esencial e importante es la buena relación que tengan el hombre y el animal, con mútuo entendimiento y especialmente el temperamento" (Tylinek, ob.cit. p.5)

De acuerdo a investigaciones serias sobre el análisis de razas se han podido descubrir que tipo de razas son más agresivas o más dóciles, esto esta ilustrado por la aparente heredabilidad de los problemas de comportamiento de las razas, por ejemplo el Cocker Spaniel ingles, exhibe un fenómeno conocido como "síndrome de furia" o "bajo umbral de agresión", caracterizado por repentino e impredecible estallido de agresión, tal síndrome es común en los colores rojo y negro de la raza, en líneas directas con ancestros afectados, ya que la agresión se ha demostrado es de alta heredabilidad. Esto también se presenta en razas como: Pastor Alemán, Doberman y Staffordshire Bull Terrier que han sido seleccionados precisamente por sus tendencias agresivas principalmente para guardia y protección. (Ávila, ob.cit. p.58)

Respecto a las razas que tienden a morder más, se tienen estadísticas que muestran que los perros implicados más frecuentemente con mordidas hacia la gente son los de razas mezcladas, y después los perros de raza pura.

Existe información obtenida de entrevistas a veterinarios en E. U., que con su experiencia opinaron respecto a las diferentes razas en cuanto a comportamiento, logrando con esto detectar la raza más excitable, demandante de afecto, fácil de entrenar en casa, etc. Se analizaron tres factores que fueron definidos como:

-Factor 1, Reactividad.- Demanda de afecto, excitabilidad, ladridos excesivos, morder a niños, actividad general.

-Factor 2, Agresividad.- Defensa de territorio, agresión a otros perros, ladrar, dominancia sobre el dueño.

-Factor 3, Entrenabilidad.- facilidad para entrenarlo en casa.

Resultando 7 grupos de perros formados por la combinación de los tres factores. Los resultados obtenidos se muestran en la tabla 8.

Tabla 8. FACTORES PARA ELECCIÓN DEL ANIMAL

GRUPO	REACTIVIDAD	AGRESIVIDAD	ENTRENABILIDAD	TALLA
1	Alta	Media	Baja	Media baja
2	Muy baja	Muy baja	Baja	Corpulenta
3	Baja	Alta	Baja	Corpulenta
4	Alta	Media	Muy alta	Media
5	Baja	Baja	Alta	Variada
6	Muy baja	Alta	Muy alta	Robostos
7	Alta	Muy baja	Media	Media baja

Fuente: Canine and feline behavioral therapy, HART, Filadelfia, 1985

Los perros que caracterizan a cada grupo son:

Grupo 1.-Maltés, Weinmaraner, Lasha Apso, Pomerian y Setter irlandés.

Grupo 2.-Viejo Pastor inglés, Bull Dog inglés y Basset Hound.

Grupo 3.-Samoyedo, Alaska Malamute, Siberian Husky, Gran Danés, Chow Chow y Dalmata.

Grupo 4.-Pastor Shetland, Shih Tzu y Poodle miniatura.

Grupo 5.-Collie, Vizsla, Golden Retriever, Pastor australiano y Spaniel británico.

Grupo 6.-Akita, Pastor alemán, Rottweiler y Doberman.

Grupo 7.-West Highland White Terrier, Silky Terrier, Chihuahua, Dachhund, Airdale Terrier y Schnauze miniatura.(Hart, 1985)

Aparte de esto, lo más importante son las experiencias que viva el animal a partir del nacimiento (como ya vimos en el apartado de edad) y el tipo de relación que tenga con el dueño lo que más influye de manera importante en la conducta del animal.

Generalmente cuando un perra esta preñada se vuelve más agresiva, en los machos puede darse el caso de que sean muy agresivos, en cuyo caso en ocasiones se realiza la castración en los animales, ya que esto reduce el riesgo de ser atacado, pero esta medida no es muy recomendada, ya que si bien es cierto que reduce los riesgos de mordidas o ataques, también produce en el perro sufrimiento psicológico, por lo que es mucho mejor para el beneficio de ambos (hombre-animal)

que se consulte a profesionistas para ser orientados hacia una solución adecuada que reduzca al máximo el sufrimiento a cualquiera de las partes. (Huges, 1992)

Para concluir se puede decir que un animal (cualquiera) para que pueda ser utilizado como facilitador de las terapias principalmente debe ser por naturaleza amigable, agradable a la vista, sano y sobre todo que las personas que vayan a estar con él se sientan agusto con él.

Entre más se conozca acerca del comportamiento y de las ventajas o desventajas de las diferentes razas, mayor será el éxito que se tenga en recomendar perros a las familias como animales de compañía. Existen libros y personas especializadas que pueden brindar información acerca de las diferencias de comportamiento entre las razas. (Ávila, ob.cit. p. 63)

La elección de la mascota dependerá de cada caso, de necesidades de la persona y los recursos de ésta para que los beneficios superen a los costos. Los perros pueden ser muy bien aplicados en muchos casos ya que son especialmente amistosos y vivaces, pero requieren más atención por parte de la persona, por lo cual no se recomienda para ancianos muy grandes que no los puedan atender. Los gatos también proporcionan estímulos de calor, confianza y relajación prescindiendo de mayores cuidados, además de que son muy limpios, pero pueden llegar a presentar conductas destructivas, si la persona no puede atenderlos o se desea algo que necesite menos cuidado, es más recomendable un acuario que proveen estímulos visuales que ayudan a relajar, aunque no proporciona estimulación de tipo táctil, olfatoria y auditiva. La selección debe ser valorada fina y cuidadosamente por expertos, los animales proporcionan estímulos, pero la guía de tipo profesional hace posible la capitalización de estos para el beneficio de la salud.

Sea cual fuere el animal elegido se contrae con él la obligación de cuidarlo adecuadamente. esto es relativamente fácil en casos de animales domésticos, sin embargo las especies exóticas con frecuencia se adaptan mal a la vida familiar humana, la mayoría de los animales salvajes tienen exigencias muy específicas en cuanto a su hábitat, alimentación y entorno social. En cautividad precisan de cuidados, dietas, condiciones de temperatura y humedad especiales que la mayoría de la gente no les puede proporcionar, por lo que se condenan a una vida breve, a la tortura de una reclusión innatural y a un cuidado que resulta inadecuado, lo que hace muy poco probable que la relación con la mascota sea satisfactoria para alguna de las partes, por ello no se recomiendan este tipo de animales, lo mejor son los tradicionales perros, gatos, aves y peces.

Debe de existir conciencia y responsabilidad por parte de todos los involucrados de alguna u otra forma respecto a la responsabilidad que se adquiere al obtener un mascota, esta conciencia apenas empieza a renacer, por ello es grato ver que empiezan con mucho auge a difundirse programas educativos que ponen énfasis en la importancia de cuidar a los animales así como toda ecología, los profesionales de la salud no debemos quedarnos atrás en este proceso, al contrario debemos ser los que ayudemos a crear esta consciencia.

CAPITULO XII .- IMPLICACIONES DE POSEER UNA MASCOTA

12.1. EDUCACIÓN E HIGIENE

Existen contraindicaciones para el uso de mascotas, las cuales son principalmente; la aplasia medular, alergias, capacidad mental insuficiente (si no existe alguien que supervise al paciente mientras convive con ella), validez muy reducida (si no hay quien se haga cargo de ella), el miedo extremo a los animales y alteraciones psíquicas de tipo agresivo (si no existe la supervisión adecuada).

La convivencia con animales puede como hemos visto ser una fuente de muchos beneficios, satisfacciones y alegrías, pero estos conocimientos no deben dejar de lado la importancia de una educación adecuada, sobre todo para los niños y adolescentes en cuanto a que es un ser diferente que debe tener su lugar adecuado y asignado aparte, sin dejar de estar conscientes de lo que es, un animal que necesitamos pero que jamás podrá tomar el rol de una persona.

En 1972 se publicó el resultado de la aplicación de un cuestionario que constaba de cuatro preguntas; ¿Cuánto te agrada la gente en general?, ¿Cuánto le agrada a la gente en general?, ¿Cuánto te agradan las mascotas en general? y ¿Cuánto te agrada tu mascota? con las siguientes opciones de respuesta: "mucho", "considerablemente", "algo" y "muy poco". Se aplicó a estudiantes voluntarios encontrando que los dueños de mascotas reportaban muy poco agrado por la gente a diferencia con las no dueñas que reportaron mayor agrado por la gente. El autor del artículo plantea que el tener una mascota anima a no relacionarse óptimamente con las persona, trayendo con eso una deficiencia en cuanto a las habilidades sociales tan necesarias en los individuos "nuestra sociedad anima a que nuestras mascotas sean protagonistas de muchas de nuestras fantasías, esto es real y el grado en que nosotros adoptamos esta sugestión social, psicológicamente la mascota parece tener una función determinante en el afecto y de la efectiva relación social, y como consecuencia en la salud mental" y concluye "Las diferencias encontradas sugieren que los dueños de mascotas son psicológicamente menos saludables que los no dueños" (Cameron, 1972).

Es necesario tomar en cuenta lo delicado que es el exceso de humanización del animal, "se piensa que como el hombre proyecta sobre su perro o su gato ciertas necesidades afectivas, acaba "humanizándolo" y el animal responde al comportamiento que el hombre exige de él, comportándose de algún modo también como persona". (Arias, 1994)

Joubert (1987) por su parte, realizó una investigación en la cual analizó si el tener o no una mascota y el sexo (masculino-femenino) del dueño tiene o no influencia en cuanto a el interés social de la persona. A 86 voluntarios para el experimento, 33 hombres y 53 mujeres universitarios con edad promedio de 21.1 años, clase media y habitando en una área urbana de una población aproximada de 135, 000; se les pidió que respondieran un cuestionario en el cual indicaron su sexo, si tenían o no mascotas y de que tipo, además de pedirles que realizaran una estimación del tiempo por día que se encontraban solos y cuando se encontraban socializando con otros, finalmente cada sujeto contestó la Escala de Interés Social de Crandall (1975). La mayoría de los sujetos fueron dueños de mascotas (20 = 60.6% de los hombres y 36 = 67.9% de las mujeres), de

los cuales 75% dijo que su mascota era un perro y 41.1% gatos, algunos reportaron varias mascotas sin existir diferencia en cuanto al sexo y la mascota que se tenía., Se realizó un análisis factorial de 2 x 2 con las variables dueño de mascota y sexo. Se encontró que las mujeres muestran más interés social que los hombres, los dueños de mascotas no presentan menos interés o reducción de contactos sociales, al contrario reportaron más tiempo de socializar con otros. Anotó el autor la posibilidad de exista una ausencia de patología asociada a los dueños de mascotas.

Se debe subrayar que si bien el perro ha sido, es y puede llegar a ser muy importante en la vida del ser humano, también es necesario tomar las medidas adecuadas para que todos esos beneficios potenciales no se conviertan por ignorancia o mala orientación, en problemas que pueden llegar a oscilar de leves hasta graves.

Otros de los problemas que se pueden presentar pueden ser desde la falta de higiene con la consecuencia de transmisión de enfermedades, hasta el caer en el extremo de solamente confiar y querer relacionarse con el animal (pasando por el aislamiento hasta la zoofilia). Es fundamental mencionar esto para que se tome conciencia de lo importante que es que en la realización de experimentos o implementación de estos conocimientos se realicen bajo la dirección y asesoría de expertos multidisciplinares de médicos, veterinarios y psicólogos, que guíen con pleno conocimiento el aprovechamiento de la mascota en su máximo potencial.

Los animales pueden ser transmisores de enfermedades como *Salmonella*, rabia, leptospirosis, etc. así como portadores de parásitos como piojos, pulgas, etc. Por ello el papel del veterinario es importante para mantenerlos con una salud óptima y así reducir el riesgo de transmisión de infecciones al humano. La educación debe de ser enfocada con más fuerza a personas que tienen niños, ancianos y personas seropositivas.

Existen investigaciones realizadas acerca de las enfermedades que están asociadas con animales entre ellas tenemos la Toxoplasmosis, criptosporidiosis, micobacteriosis, criptococosis y la salmonelosis; estas enfermedades se pueden contraer por medio de animales pero la gente puede estar más expuesta a ellas por medio de agua que no sea potable o medio ambiente poco aséptico.

La toxoplasmosis, es una enfermedad infecciosa producida por el *Toxoplasma gondii*, protozoo que se encuentra aislado o en conglomerados dentro de las células o en el espacio intracelular del organismo huésped, puede ser transmitida por el hombre o algunos animales, es manifestada por diferentes signos según el órgano afectado, siendo su diagnóstico difícil, la enfermedad puede ser transmitida a embarazadas y estas a su vez transmitirla al feto causando con ello riesgos de aborto o lesiones en el organismo, por ello se recomienda habitualmente que procuren no tener mucho contacto cercano con animales (principalmente perros, gatos, conejos y palomas) y tener mucha asepsia en el manejo de desechos. (Lock, 1981)

La encefalitis toxoplásmica es una de las mayores causas de decadencia y mortalidad en las personas diagnosticadas con S.I.D.A., los pacientes que presentan evidencia de haber tenido toxoplasmosis desde antes de la infección con V.I.H., están en riesgo de reactivar los quistes latentes. Estos quistes son más frecuentemente encontrados en el cerebro, pero también pueden presentarse en el músculo esquelético, corazón y otros órganos. Recientes evidencias

epidemiológicas sugieren que aproximadamente de 28% a 30% de pacientes infectados con el V.I.H. se desarrolla la toxoplasmosis en el sistema nervioso central.

Los pacientes con V.I.H. que se someten a búsqueda rutinaria de toxoplasmosis se ven beneficiados en cuanto a reducir el riesgo futuro de encefalitis toxoplásmica y su posible desarrollo.

Se realizó una investigación para saber el grado de riesgo que corre una persona infectada con V.I.H. al tener gatos. Se determinó en línea base el nivel de anticuerpos de toxoplasmosis en 723 adultos infectados con V.I.H. y se evaluó consecutivamente durante 2 años resultando que tener gatos o estar expuesto a ellos no es un factor por sí mismo de riesgo para contraer la enfermedad, existieron otros factores mucho más importantes que pueden producir la infección como la falta de asepsia. Sin embargo pacientes que tienen gatos deben ser avisados acerca del riesgo que corren al no tratar de forma higiénica el cambio de cajas de arena o donde defecan los gatos regularmente, convirtiéndose en un medio de transmisión en ciertos ambientes, por lo que se recomienda cambiar a diario las cajas de desechos, lavarse las manos, etc. con lo que se reducen los riesgos de toxoplasmosis de quién realiza estas tareas. La atribución de toxoplasmosis calculada de riesgo por tener contacto con un gato en personas seropositivas es de 2.9% de personas anualmente, (Spencer, 1993)

El médico veterinario juega un papel de importancia para brindar información y educar a los dueños de mascotas acerca de las enfermedades que pueden ser transmitidas por los animales, ayudar a mantener a las mascotas saludables (inmunizaciones, parásitos internos y externos, enfermedades, nutrición, etc.) y el que conozcan como se debe manejar al animal de manera higiénica, evitando así los riesgos potenciales del dueño de enfermar de algo causado por su mascota. (Glickman, 1992 y McCulloch, 1985)

Si se tiene un adecuado manejo de la mascota, sus desechos y su alimentación, las posibilidades de enfermarse de cualquier cosa por el contacto con ella son mínimas. En el caso del S.I.D.A. las investigaciones hasta ahora realizadas indican que no se corre ningún riesgo al tener un perro que halla estado en contacto con personas que tengan esta enfermedad, ya que no puede ser transmitida por el animal. (Spencer, 1992)

Todos los beneficios que las mascotas pueden proporcionar a una determinada persona o grupos de personas deben considerarse cuidadosamente, y no dejarse de lado la importancia del debido cuidado que deben de tener los profesionales de la salud, (desde psicólogos hasta veterinarios) para la adecuada orientación de los dueños de mascotas para maximizar los benéficos y minimizar los riesgos de cualquier tipo. Por ello el énfasis que se hace de la necesidad de recurrir a las personas especializadas en cada caso.

12.2. MARCO ÉTICO Y LEGAL

Hablando de los derechos humanos del hombre de acuerdo a la O.N.U. en el artículo 25 "cada individuo tiene derecho a un modo de vida suficiente para garantizar la salud y bienestar propio de la familia, con especial atención a la alimentación, vestido, habitación, cuidados médicos y a los servicios sociales necesarios; además de tener derecho a la seguridad en caso de desempleo, invalidez, enfermedad, viudez, vejez o en todos los casos de pérdida de los medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad". (Moreno, 1990)

Existe la Asociación protectora de animales que tiene amparo jurídico, siendo alentada por un sentimiento de "fraternidad zoológica" para con los animales con los que el hombre trata e incluso con los que trabaja a fin de que no sean objeto de malos tratos, ni exposición a circunstancias o actividades que puedan ocasionarles sufrimiento innecesario". (Cobanellas, 1989)

En Italia la juez Cristina Bellatani condena a cárcel a un individuo que habiendo atropellado a un perro que rodó después hasta su finca, le dejó morir horas después sin haber permitido que la dueña del animal entrara a socorrerlo; la sentencia sanciona el dolor psicológico sufrido en la relación entre un ser humano y su animal de compañía. Esto denota que se empieza a tener consciencia de lo delicado que es el rompimiento del vínculo con el animal de manera abrupta, ya que la mascota es parte muy importante en muchas personas, siendo en la mayoría de la gente parte de ellas mismas. (Arias, 1994)

Jurídicamente los animales se consideran cosas que están en comercio, en ciertas especies son objeto de una especial legislación en lo que se refiere al trato por el propietario o tenedor (Art. 4037 del Cod. Civil). Por su docilidad se dividen en:

-Salvajes.- Figuran no solo los cuadrúpedos, sino también los peces, aves, palomas y abejas, siempre que ellos huyeren de la compañía de la especie humana y se refugien en parajes solitarios vagando libremente.

-Mansos o domésticos.- Son los que se crían junto al hombre y viven en su compañía sin dificultad.

-Amansados o domesticados.- Son de naturaleza salvaje, pero pueden acostumbrarse a vivir en compañía del hombre y servirle en ciertas tareas.

Se permite la apropiación como medio de adquisición y dominio del animal por medio de actividades en su calidad de caza y pesca (Art. 2525 del Cod. Civil), pero no son susceptibles de apropiación los animales domésticos o domesticados, aunque se acojan en predios ajenos (Art. 2528 del Cod. Civil).

La legislatura dice que la responsabilidad por los prejuicios causados por los animales están a cargo del propietario, siempre y cuando se trate de cuadrúpedos domésticos y que el hecho fuera por conducta des acostumbrada en la especie animal que se trate; salvo fuerza mayor o culpa del quejoso. (Art. del 2525 al 2547 del Cod. Civil, tomado de Ossorio, 1954)

Respecto a la propiedad de animales salvajes (Art. 2961 del Cod. Civil), podemos ver que la Fundación mundial de la naturaleza ("World Wildlife Fund") se opone a la adopción de animales salvajes como animales de compañía a especies raras en peligro de extinción y/o devastación de poblaciones salvajes por causa del mercado actual, pero es permitido si se cumple con las siguientes condiciones:

- 1.- Que sean suficientemente abundantes en estado salvaje y que su captura no ponga en riesgo las poblaciones que viven en forma natural.
- 2.- Que se demuestre experimentalmente que son adecuados como animales de compañía, adaptándose a las condiciones domésticas.
- 3.- En caso de importación que no impliquen ningún peligro demostrable para el país importador respecto a la salud o al entorno natural. (Arieta, 1986)

Uno de los principios generales en el Código ético del psicólogo, el artículo 4 habla del deber que tiene éste de "participar desde el ámbito de su profesión, en la preservación y mejoramiento ecológicos", desde éste punto de vista se puede ver que estos conocimientos contribuyen a fomentar más el respeto por la naturaleza y a crear consciencia de la relación que tiene tan importante con ella nuestra salud física y psíquica (Sos. Mex. de Psic., 1984).

Según la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (U.I.C.N), existen cuatro pilares para la conservación de los recursos naturales; aire, agua, suelo, plantas y animales que son:

- 1.- La económica. Los recursos naturales representan el potencial económico de cada país, por lo cual todas las naciones deben tomar consciencia de las pérdidas económicas a corto y largo plazo que representa la destrucción del equilibrio biológico. Afecta por igual a todos los gobiernos, organizaciones, industrias y personas
- 2.- Lo científico. Los animales y las plantas ayudan a experimentar y descubrir miles de aplicaciones y usos en la salud, en la industria, en la producción, etc.; en todas las ramas donde la creatividad y aplicación humana toman forma. Es un factor esencial del y para el desarrollo.
- 3.- Lo estético. Toda la gente disfruta de llenar sus sentidos viendo, oliendo, escuchando, degustando y sintiendo todo lo que proporciona la naturaleza, desde contemplar un atardecer, saborear una fruta, aspirar el perfume de una flor, oír el canto de las aves, hasta percibir la suavidad del pelo de un perro o un gato.
- 4.- Lo ético. no tenemos derecho a destruir ninguna forma de vida en el planeta, ni en el universo, es nuestra responsabilidad cuidar de nuestro mundo, sobre todo cuando es fuente de todos nuestros satisfactores, principio y fin de nuestra vida. Debe existir un equilibrio dinámico entre el hombre y los recursos naturales. (Arieta, 1986)

Las sociedades para la prevención de la crueldad hacia los animales son muy recientes y en nuestro país solo existe la asociación protectora de animales. Deberían de existir más asociaciones que pusieran especial atención a programas que incluyan, prevención de crueldad, servicios

veterinarios, educación a la comunidad y ahora terapias facilitadas por medio de mascotas. (Arkow, 1985)

Las normas éticas y morales para la utilización de los animales en beneficio de la salud del ser humano formalmente no existen, por lo que es necesario la creación y/o definición de ellas. A pesar de ello se puede decir que para la utilización de los animales de acuerdo con las normas, es necesario tener una autorización escrita por parte de la persona afectada o los representantes legales de ésta, tomando en cuenta los derechos de las personas, llevando un control y registro de los hallazgos que se realicen en esta materia. Por el lado de los animales es necesario que se tomen las medidas necesarias de no correr el riesgo de someter a los animales a molestias o sufrimientos. Con estas dos consideraciones básicas se estará controlando las principales normas éticas y morales necesarias para la óptima utilización de los animales como instrumentos que ayuden al ser humano. (Tannenbaum, 1985)

Debe de insistir también en una legislación federal que prohíba la discriminación de dueños de mascotas (como entrada a lugares públicos) en carácter de asistencia pública. En los E. U. ya se han impuesto semejantes medidas, pero la comunidad y las organizaciones juegan un rol importante en sembrar conciencia para facilitar a los dueños de mascotas el respeto hacia ellos y el que las instituciones sean flexibles para encargarse del cuidado de las mascotas cuando el dueño es incapaz de realizar o cumplir adecuadamente con las atenciones hacia ellas.

Diversos estados en E. U. (California, Arizona y Nueva York) tienen una legislación que proporciona a los dueños de mascotas protección. En 1983 fué aprobada una ley federal que dice que las personas no dueñas o directivos de casas de asistencia federal, no pueden prohibir el tener mascotas a personas ancianas o minusválidos. (McCulloch, 1985)

Mientras los conocimientos se encuentren en etapa experimental en México hay que vigilar el uso "reservado exclusivamente a quienes tengan la preparación adecuada y hayan aceptado las obligaciones y consecuencias inherentes a su empleo". (Art. 52, Cod. Et. del Psi.)

La creación de normas y leyes al respecto corre a cargo de profesionistas (como Psicólogos, Médicos, Veterinarios, Pedagogos, etc.) involucrados en la aplicación de este tipo de actividades, así como de las asociaciones civiles y privadas.

12.3. SEPARACIÓN DEL ANIMAL

Existe un aspecto importante para toda persona que tiene una mascota, ya sea un profesional que desea utilizar y sacar partido de los beneficios que proporcionan los animales o cualquier otra persona que la tenga. El momento en el cual existe una separación física con el animal ya sea por muerte, pérdida, u otra causa, implica una serie de hechos que deben ser tomados en cuenta y han sido motivo de investigaciones (Mader, 1992; Quackenbush, 1985).

Generalmente el dolor causado en una persona por la pérdida de su mascota es subestimado y hasta la fecha no se le ha brindado la atención necesaria. A pesar de esto se ha comprobado la existencia de sentimientos severos de dolor causados por la muerte de la mascota o la separación permanente. (Edney, 1992)

La importancia del nivel de vínculo o apego que tiene la persona hacia su mascota es muy importante en el desarrollo del duelo, de esto dependerá de que tan traumática sea esta experiencia y de la influencia que ejerza en la salud de la persona. (McCulloch, 1985)

La mayoría de las publicaciones que hablan específicamente sobre la muerte de la mascota y el desconsuelo humano sentido por este suceso han sido pocas (Quackenbush, 1985), sin embargo se pueden llegar a varias conclusiones.

La comprensión básica de la dinámica del desconsuelo por la muerte de la mascota, es entendida por las nociones fundamentales acerca de la relación y vínculo con la mascota y las conductas de los dueños. Las relaciones son caracterizadas por factores que involucran la intimidad social y emocional que son generalmente de naturaleza recíproca en muchas personas con su mascotas siendo en no pocas ocasiones "miembros de la familia" y teniendo un rol bien definido en ella, variando de familia a familia en cuanto a: dinámica, grados, equilibrio social y estabilidad.

El impacto de la muerte de la mascota en el dueño no difiere de la muerte de cualquier miembro de la familia. El desconsuelo humano de los dueños es un problema emocional, social y conductual, teniendo básicamente una normal, natural y necesaria evolución que permite una resolución razonable del sentimiento de pérdida. La mayoría de los dueños siguen el siguiente proceso de duelo:

- 1) Ellos se rehusan a aceptar que su mascota esta muriendo o murió, esto es natural en los dueños pues no quieren aceptar la muerte de su mascota
- 2) No es inusual ver a los dueños pasar por una etapa de enojo porque no pueden hacer nada para salvar al animal, desafortunadamente esta cólera en ocasiones se vuelve en contra del veterinario, amigos o familiares.
- 3) Culpa, es una de las experiencias más importantes después de la muerte de un perro, existe una percepción del dueño tal que se culpa de la irresponsabilidad del trato con su mascota, pensando que pudieron prevenir su muerte.

4) Muchos dueños pasan por un periodo de depresión donde sienten que perdieron una parte de ellos mismos, comen poco, tienen dificultades para dormir y piensan mucho en el suceso.

5) La parte final es la resolución inclusive sintiéndose triste por su pérdida pueden superar esto y volver a sus patrones de productividad y satisfacción.

La diferencia más importante entre al muerte de la mascota y el de una persona es principalmente, la facilidad que brinda la sociedad en el proceso de aflicción y luto, cuando una persona muere se permite la expresión de los sentimientos de pesar y se brinda apoyo a la persona; mientras que en la muerte de una mascota generalmente se dice "que te preocupa, tan solo era un perro (o gato)", este tipo de reacciones solo causan más dificultad en la resolución del proceso ya que la mayoría de las personas se ven orilladas a ocultar sus sentimientos y actuar como si nada hubiese pasado. Al sentirse juzgados en cuanto a sus sentimientos las conductas de resolución son más difíciles de superar por el desconsuelo de la pérdida de una de las partes de la vida de los dueños, ya que los animales de compañía integran la estructura de muchas vidas humanas estableciendo conductas paternas muy fuertes. (Quackenbush, 1985)

Los dueños llevan un ritmo de vida en el cual la mascota esta integrada, las personas llegan a depender por ejemplo de caminar en las mañanas con su mascota y con su pérdida sienten la casa vacía, angustia, cólera, depresión y culpa. Después de la muerte de la mascota son varias las reacciones hacia la pérdida de esa, para muchos dueños la muerte del animal es algo más que la pérdida de la vida de ésta, es la pérdida del sentido de la vida misma. (V. Cap. 2)

Las causas de la muerte de la mascota pueden ser muy variables y tener diferentes efectos, en general existen tres principales formas de la muerte de la mascota y son:

a) Muerte repentina o accidental.- cuando la mascota muere repentinamente no es inusual ver una considerable tristeza o desesperación por parte del dueño que no tuvo tiempo de prepararse, la muerte puede venir por un accidente automovilístico o envenenamiento, los dueños se culpan de haber sido descuidados e inconscientes, estas experiencias son difíciles de resolver por parte de los dueños y necesitan de apoyo para poder recuperarse.

b) Muerte después de enfermedad crónica.- es difícil para los dueños ya que ven como la mascota va perdiendo sus habilidades y no pueden hacer nada para ayudarles, implica una guerra psicológica y emocional que va cambiando la relación gradualmente entre ellos, ya no hay reciprocidad entre la mascota y el amo, existiendo total dependencia del animal hacia el dueño.

c) La decisión de la eutanasia.- consiste en una de las más duras decisiones para la mayoría de los amos; es muy difícil, el saberse responsable de la decisión de que la mascota no siga viviendo. Es determinada cuando la vida de la mascota ya no es adecuada y es completamente irreversible su decadencia, después de realizados varios análisis se tiene que escoger lo mejor para el animal aunque no represente lo mejor para el dueño; es una decisión difícil pero que en ocasiones es necesaria.

Para trabajar con la experiencia de muerte de la mascota es necesario realizar un proceso del análisis de soporte social indenticandolo, para que los soportes que quedan realicen y cumplan con las funciones de soporte después de la muerte de la mascota, ayudando al

restablecimiento del equilibrio de la persona; los factores que son más importantes en esto son la familia y los amigos pero sobre todo el hecho de brindar apoyo sin la crítica con respecto a sus sentimientos. No existe un método mágico o infalible. (Quackenbush, 1985)

Es importante que la persona acepte el suceso y conozca adecuadamente lo que paso y porqué pasó. Finalmente es necesario que se tome consciencia de que muchas ocasiones se necesita ayuda para reorganizar su vida que fue alterada por la pérdida de la mascota, en estos casos es recomendable acudir a profesionales expertos que lo orienten en la reorganización de ésta.

La pérdida de la mascota se ha observado es mucho más delicada cuando el dueño es una persona anciana, ya que generalmente existe un vinculo muy grande entre ellos. La muerte puede causar depresiones graves y sentimientos tan intensos como la muerte de una persona. (Schmall, 1986).

Desde hace tiempo en los E. U. se han brindado cursos a médicos veterinarios para que puedan manejar adecuadamente este tipo de situaciones. Existe un reconocimiento de la necesidad de estas personas de expresar sus sentimientos de aflicción y vulnerabilidad, por lo tanto crearon en escuelas de medicina veterinaria programas que se dedican a la atención de llamadas telefónicas de personas que desean recibir orientación o simplemente ser escuchadas en cuanto a esta experiencia de pérdida de su mascota, por un lado los estudiantes tienen contacto con este tipo de problemas, aprenden como deben de tratarlos y lo más importante, en que momento canalizarlos a profesionistas especializados en el área como son los Psicólogos Clínicos.

El programa es llamado " Pet loss support hotline" (línea telefónica de ayuda en la pérdida de la mascota) y se encuentra en Santa Rosa, Sant Clara y Stockton, California; Orlando, Florida; y Minneapolis, Minnesota. Esta basado con los mismos principios de programas realizados para casos de abusos sexuales, abuso de drogas y otros tipos de intervención en crisis. Proporciona soporte o apoyo en los sentimientos de pena de los dueños, se trabaja principalmente para que se realice la aceptación de la situación, expresándole comprensión a su caso y se le indican las opciones que tiene para sentirse mejor.

Ente Agosto de 1989 y Agosto de 1990 se recibieron 517 llamadas, en promedio 80 al mes; la mayoría de ellas se refirieron a la muerte del animal (que se presenta en promedio entre los 12-13 años de vida del animal). El 23% por enfermedad, 7% por accidentes, la eutanasia fue mencionada en la mayoría de las llamadas (la mención de ésta en gatos o perros aumenta con la edad del animal), 45% como una decisión para su mascota enferma, 17% estaban considerando esta opción y 3% pidió información acerca de la cremación,

Respecto al apoyo social recibido, el 33% mencionó recibir gran apoyo de sus familiares, 30% recibió apoyo moderado, 13% apoyo pobre y 24% menciona no haber recibido ningún apoyo. El 41% expresaron sentimientos de aflicción profunda por la pérdida de su mascota, 4% de las llamadas mencionaron la consideración del suicidio por la pérdida de su mascota, 2% mencionó insatisfacción o frustración respecto a la comprensión del médico veterinario ante la pérdida y 1% comentó acerca de la comprensión y entendimiento del médico veterinario. El 22% de los dueños llamaron más de una vez. (Mader, 1992)

Las personas que más tiempo tienen con el animal expresan mayor aflicción de su pérdida por desarrollarse entre ellos más relaciones llenas de afectividad, compañía, y cuidado. La importancia en la relación hombre-animal, de los años de relación y el tiempo que se pasa con ellos juegan un rol importante en el mantenimiento de la buena salud de los dueños, ya que pueden tener como hemos visto influencia en el impacto de la pérdida del cónyuge, disminución en el uso de drogas o medicamentos, reducción de depresión, amortigua los eventos estresores de vida, mejoran el autoconcepto, etc. (V. parte III). El conocimiento del rol que juegan los animales para la gente en tiempos de crisis hace que se comprenda el porque de los sentimientos de tristeza y aflicción al morir el animal haciéndolo más entendible.

Por último para comprender el significado del ser, también es necesario mantenerse de manera constante en el contacto de la conciencia de no ser, del enajenamiento, de la nada, y en última instancia de la muerte, que es destino inevitable de todo ser vivo. La conciencia de este destino inevitable y lo que ello implica producen una "ansiedad existencial". El antídoto contra esa ansiedad es enfrentar la vida y vivirla de manera responsable, significativa y con valor, conciencia de la potencialidad humana de tomar opciones y crecer. (V. Cap. 3)

CAPITULO XIII .- CONCLUSIÓN

13.1. CONCLUSIONES

Recientes logros teóricos han permitido una visión médica total y psicosomática donde se considera la enfermedad derivada de muchos factores, por lo que apoyan un nuevo tratamiento del paciente como organismo total inmerso en un medio complejo, a esto es a lo que se ha llamado pensamiento holístico³⁵. Este pensamiento en realidad no es reciente ya que Hipócrates desde su tiempo, planteó que la salud debe verse como producto de un equilibrio entre el individuo y su medio.

La importancia de la unidad de varios elementos como son: lo físico, lo psíquico y el medio ambiente como hemos visto a lo largo de toda nuestra exposición es fundamental, ya que en la interacción de éstos elementos, la modificación de alguno afecta a los otros modificandolos también de manera importante, ya sea positiva o negativamente.

"Para Rousseau y sus continuadores, los males que acosan a la sociedad Occidental son consecuencia del abandono de un perfecto estado de armonía con la naturaleza, que se verifica durante el proceso de transformación de los hombres en seres civilizados. También Freud aceptó el mito de un precursor del hombre moderno que estaba exento de las neurosis de este último ya que su imaginario "salvaje" no inhibía los impulsos biológicos que lo inclinaban a la agresión y al sexo" (Rise, 1953, cit. por Polgar, p.453).

Los estudiosos de la Antropología plantean que:

"El paso del antropoide³⁶ a la racionalidad se caracteriza esencialmente por una ruptura o desgarramiento del cordón umbilical con que nutre la naturaleza al ser vivo, produciéndose desde entonces una separación creciente entre el mundo de la idea y el mundo de la naturaleza (p.207)...Con la sustitución del pensamiento mágico-simbólico por el lógico-concreto y, posteriormente, por el lógico-abstracto se da un paso gigantesco en este proceso de desgarramiento y artificialización. Surge entonces el hombre faústico³⁷, que siente la nostalgia de lo perdido, el anhelo de volver al regazo de la madre naturaleza. Este sentimiento se manifiesta en una serie de productos culturales, pero permanece como una *pasión inútil*, ya que la fisura es lo suficientemente ancha como para impedir cualquier acercamiento real. De ahí la desgarradora sensación de soledad que experimenta el hombre contemporáneo" (Alvarez, 1969, p.48).

Margaret Mead (1953) también resalta la importancia de la "continuidad" del bienestar del hombre y de la tierra; así como entre el cuerpo y otros cuerpos, "la unidad social". La salud de la totalidad del sistema ecológico que existe sobre la superficie terrestre debe de valorarse también de acuerdo con el potencial de supervivencia de la vida. (cit. por Polgar, p.454).

³⁵ Concepción unitaria y totalista de todos los procesos biológicos.

³⁶ Adjetivo que también significa antropomórfico que se deriva del griego *anthôpos*, hombre y *morphê*, forma. Dicese de los monos que tienen alguna semejanza corporal con el hombre.

³⁷ Que vive en gran lujo y de cosas principalmente materiales.

Sullivan (1959) considera que la actuación social eficaz y eficiente es uno de "los procesos que tienden a mejorar su eficacia como ser humano, sus satisfacciones y su éxito en la vida", ya que existe una necesidad biológica por entablar relaciones afectuosas con otros seres y aunque los animales no pueden ocupar el lugar de un ser humano, se encuentran en una dimensión importante en muchas de estas necesidades.

Lorenz K. (1975) afirma que la relación con un perro "nos proporciona una posibilidad de restablecer el vínculo directo con la naturaleza, con la omnisciente realidad de la naturaleza, que el hombre civilizado ha perdido" (p.225)

Se ha comprobado que las mascotas juegan un papel importante en la emotividad del hombre, además de que "acariciar a un gato o a un perro, regar un geranio o caminar entre los árboles son necesidades innatas 'escritas' en los cromosomas" según la hipótesis planteada recientemente por E. Wilson (1994).

De acuerdo a estos puntos de vista que ven a la salud como un gran grupo de factores, nuestro bienestar futuro en un mundo como el nuestro, depende de las actividades de individuos y sobre todo grupos de la sociedad que salvaguarden, continúen descubriendo y sobre todo aplicando los conocimientos que se obtienen de la introducción de los animales al plano terapéutico resultado del indudable desarrollo en las ciencias de la salud, entre ellas de manera importante la ciencia Psicológica.

Las mascotas juegan una gran variedad de funciones, actualmente como terapeutas adjuntos en los centros de atención de varias ciudades de Europa y Norte América, ayudando a disminuir la ansiedad, a minimizar la sensación de soledad y proporcionar compañía. Además de esto, han mostrado ser de efectos benéficos en el sistema cardiovascular debido a la estimulación táctil y emotiva que proporcionan, reduciendo el riesgo de un ataque cardíaco.

Las mascotas pueden proporcionar un soporte emocional y social de gran importancia en momentos difíciles y estresantes. Estos beneficios potenciales pueden ser especialmente importantes para las personas que están limitadas en sus oportunidades de interacción como ancianos, homosexuales, enfermos mentales, personas con enfermedades degenerativas, en hospitales, asilos, prisiones, etc.

Las llamadas "Terapias con animales" se han utilizado en la terapéutica de grupo, individual y familiar, siendo aplicados principalmente como coterapeutas adjuntos en tratamientos tradicionales. Un animal puede funcionar como un "gancho" o "eslabón" convencional, como motivador y/o como un estímulo que promueve la interacción del paciente con otros. A esta función en la interacción puede ser llamársele "efecto de lubricante social" como lo designa Arkow (1985).

Es interesante ver que el vínculo hombre-animal ha sido benéfico en varios programas para personas con diferentes necesidades; en la población de edad avanzada y con problemas mentales los programas con mascotas se realizan principalmente en instituciones y comunitariamente principalmente en asilos y hospitales psiquiátricos donde se puede tener mayor control. Estos programas pueden ser desarrollados de dos principales maneras; con visitas regulares efectuadas con animales o programas en que existen uno o más animales como residentes con los pacientes.

Los beneficios que se han observado son; disminución de medicamentos, disminución de ansiedad, mejor respuesta a los programas terapéuticos y mayor posibilidad de adaptarse a el medio.

Existen los "perros guía" que ayudan a personas con deficiencias visuales, los "perros escucha", para personas con deficiencias auditivas y los "perros ayuda" para personas con otro tipo de misusvalía, todos los dueños de este tipo de perros reconocen beneficios importantes al tenerlos como; mejor autoestima, mejor capacidad para relacionarse con los demás, menos sensación de soledad, más facilidad para realizar sus cosas lo que les permite un grado más alto de independencia.

También existe la prescripción de mascotas para las personas que sufren de soledad que puede ser debida a muchas causas (vejez, enfermedades, aislamiento, etc.). La ayuda que proporcionan es principalmente de soporte social, lo que les permite continuar su vida y tener una motivación a falta de un porqué vivir. "Quien tiene un *porque* vivir es capaz de soportar cualquier *como*" (Nietzsche, cit. por Frankl, 1990. pp. 78).

Los animales más utilizados son los perros y gatos ya que los dueños de estos animales reportan una reducción de problemas de salud en un 50% después de adquirir su mascota.

También existen los llamados programas ecuestres (Hipoterapia) que se proporcionan especialmente a niños, ya sea con problemas neurológicos, físicos o emocionales brindándoles beneficios debidos a la monta y un programa establecido que son una gran fuente de estimulación sensorial y emotiva que les permiten un desarrollo mejor de su coordinación muscular, capacidad de aprendizaje, comunicación y autoconfianza.

El uso de animales en prisiones o cárceles y en hospitales psiquiátricos ha sido de mucha ayuda, ya que peces, pájaros, conejos, cerdos, etc., tienden a ser introducidos como compañía para personas aisladas y muestran resultados positivos ayudando a una mejor recuperación, más responsabilidad, menos violencia, suicidios e incidencia en los centros.

Es importante subrayar que los animales no son benéficos por sí mismos, por lo general, los programas van asociadas a otro tipo de terapia, que puede ser médica, psicoterapéutica y/o fisioterapéutica con muchas variantes (individualmente, en grupo, familiar, breve, de emergencia, de juego, farmacológica, etc.) sobretodo, para la utilización clinica se tienen que combinar con terapias ya que su papel es fundamentalmente de coterapeutas que sirven para la facilitación de una terapia ya establecida.

De manera particular la corriente humanista existencial se abordó en este trabajo como parte de la exposición como un intento de dar una fundamentación o enlace teórico, debido principalmente al hecho de que es una corriente que se basa en el aquí y en el ahora que tiene una actitud positiva respecto a la concepción del ser humano y principalmente por la creencia en el equilibrio que puede y debe de existir en el ser humano con todo lo que lo rodea, por ejemplo Carl Rogers plantea la importancia de implementar una terapia de acuerdo a las necesidades del cliente, Victor Frankl plantea neurosis noógena debida a el vacío existencial, que como hemos visto puede bien ser cubierto por la compañía de una mascota, Rollo May también subraya la importancia de el sentido de la existencia

humana y por último Maslow que habla directamente de lo importante que es que un hombre sano sea parte del mundo, en vez de extrañarse de él.

Existe ciertos requisitos precurrentes para que una mascota pueda ser benéfica, uno de ellos es el nivel de vínculo y/o apego. La sensación de apego, vínculo y relación positiva con la mascota es inversamente proporcional con estados de ánimo depresivos y directamente proporcional con la salud psíquica de la persona. No es suficiente el hecho de tener una mascota, sino que es importante que pueda la persona tener sentimientos de este tipo por su animal el cual puede ser cualquiera que la persona acepte y sobre todo que se sienta agusto con ella, de acuerdo a su personalidad y sus experiencias previas.

Este tipo de terapia esta basada en el hecho de que cada persona es única y diferente, pero con cualidades que nos caracterizan como seres humanos las cuales al desarrollarlas se puede llegar a estar consciente de lo se es y sobre todo de lo que se puede llegar a ser, en armonía con todo lo que comparte con nosotros el mundo, planteamiento que apoyan y desarrollan los teóricos de la corriente humanista existencial (V. Cap. 3). Cada interacción y experiencia pasada influye en las actitudes que se tengan hacia los animales en general, por lo tanto cada relación hombre-animal es única también.

La historia y las experiencias de la persona que son muy diferentes a las de otra, afectan las actitudes hacia los animales de compañía. La influencia que tienen los animales sobre las personas es muy variada y esta variación dependerá de factores que se deben de considerar como: la personalidad y experiencias anteriores particulares de cada persona, el grado de apego y/o vínculo con el animal, así como de la edad, afición o enfermedad, aceptación del animal por parte de la persona y de la familia o comunidad en la que vive y las características del animal.

Es importante por lo tanto también realizar un análisis adecuado del animal a utilizar, tomar en cuenta la especie del animal, la raza, sexo, edad, tamaño, pero sobre todo el temperamento y la disposición a entablar relaciones con las personas. Esto debe de ser evaluado por un veterinario competente que determinará su estado de salud y si es adecuado para relacionarse profundamente con humanos.

Para el uso adecuado de los animales en las actividades asistidas con animales (A. A. A.) es necesario considerar los siguientes aspectos:

- a) Las mascotas a utilizar deben de ser saludables y libres de parásitos, siendo determinado por un veterinario competente.
- b) Deben de tener un temperamento apropiado que permita la interacción adecuada entre él y las personas con las que va ha convivir, determinado también por las experiencias anteriores y herencia.
- c) Deben de realizarse evaluaciones en las personas también para evitar posibles riesgos de salud por determinado animal y orientar en cuanto a la limpieza e higiene de éste.
- d) Es recomendable que los animales se encuentren bien alimentados y con todas sus necesidades básicas satisfechas.

e) Las mascotas deben de ser completamente controlables por las personas que estén a cargo de ellas.

f) En caso de personas que se encuentren con alteraciones mentales graves, es necesaria la supervisión constante de una persona responsable.

La definición de cada relación hombre-mascota-medio, debe de incluir el entendimiento de las dimensiones físicas, psicológicas y económicas. Específicamente las dimensiones psicosociales además de incluir las expectativas, la relación, el conocimiento, el control y las actividades. Es importante saber que las personas tendrán, aceptarán y gozarán de una mascota mientras los beneficios de la interacción sean mayores que los costos.

Para explotar de manera adecuada los beneficios potenciales que pueden aportar las mascotas a la calidad de vida personal y de determinado grupo es necesario realizar un análisis previo de los factores que definen la calidad de vida (necesidades fisiológicas y energéticas, necesidades psicológicas, necesidades sociales y necesidades espirituales; V. Cap. 2) en la población por estudiar.

La salud y la calidad de vida como objetivo deseable no debe ser privativa de una sola disciplina, sino de la suma de todas las ciencias relacionadas con el hombre en menor o mayor medida, ya que solo adoptando modelos holísticos comprensibles de la calidad de vida, podemos empezar a medir los efectos reales así como las desventajas de la utilización de los animales de compañía. Es un problema que ha de resolverse bajo dirección y guía de expertos que trabajen multidisciplinariamente en función de la dinámica de la personalidad que se estima dependiente de las experiencias tempranas y de las posteriores relaciones interpersonales, resaltando el valor humanista que pone de relieve la importancia del individuo así como su desarrollo y plenitud con ayuda de una armoniosa relación con el universo.

"La comunión de la persona con lo que trasciende puede ser vista como una experiencia biológica. Y aunque no puede decirse que el universo ame al ser humano, por lo menos puede decirse que lo acepta en forma no hostil, que le permite perdurar, desarrollarse y ocasionalmente le proporciona una gran felicidad" (Maslow, 1990)

Por lo ello la importancia de subrayar lo que plantea el pensamiento "Humanista Existencial" que habla de la necesidad del ser humano por ser mejor cada día siendo inherente a su esencia y tomada de la mano con su identificación y valoración de todo lo que lo rodea.

La existencia del ser humano en la vida está dada, pero su esencia es lo que cada ser hace de ella, de que tan significativamente y responsable la construya. Para encontrar los valores que la satisfagan, para llevar una vida coherente con el significado de objetivos que forman parte de la lucha existencial se necesita valor para romper con la conformidad ciega a los valores de grupo y luchar por la autosatisfacción mediante la búsqueda de una mayor autodefinición y autenticidad con uno mismo y la naturaleza.

La autodefinición y autenticidad se pueden lograr por medio de la consciencia de que somos parte de un mundo que está en constante relación con todo en lo que él habita. La

sensibilidad a la relación que se ha dado por milenios en el medio ambiente de plantas y animales que comparten con nosotros este planeta puede representar la puerta a una nueva alternativa para poder ser responsables como especie y como individuos.

"...Existe una tendencia en la que hemos encontrado una creciente confianza, es la concepción de que básicamente somos junto con el cosmos, en lugar de extrañarnos de él" (Maslow, 1990)

Por lo tanto podemos ver que en la mayoría de las investigaciones realizadas con animales se ha demostrado que existen ventajas al tener una mascota, ya sean de tipo mental y/o físico. Los resultados se presentan positivos en la mayoría de las aplicaciones, el papel que desempeñan los animales de compañía es de fiel amigo, servidor y terapeuta, aportando un apoyo incomparable y único para la persona y por consiguiente para todo profesional relacionado con la salud humana, ya que la presencia de animales enriquecen el medio ambiente institucional.

Aunque es ingenuo pensar que los animales por si solos van a resolver todos los problemas, es posible combinarlos con otras terapias facilitándolas y ayudando a alcanzar las metas terapéuticas con mayor rapidez, en caso de programas con padres, tutores o responsables de la persona a tratar, es necesaria la capacitación y las supervisiones continuas por profesionales, en algunas ocasiones son necesarios apoyos más profundos, como por ejemplo en padecimientos con alteraciones mentales y/o físicas graves.

Hoy en día existen programas en los E. U. y Europa para instituciones como escuelas, casas de cuidado, centros de tratamiento, hospitales y prisiones; así como programas para la comunidad como centros para montar, animales caninos para la independencia de personas minusválidas y centros que proporcionan animales a personas que lo solicitan. En México desgraciadamente no existen, por lo que es necesaria la creación de programas experimentales, primeramente que permitan ahondar más en lo encontrado hasta ahora, nuestro país debe de ser una nación que no se vea limitada en éste ni en ningún otro sentido.

La responsabilidad que tienen los profesionales de la salud, es muy grande, sobre todo el Psicólogo ya que tiene como meta el mejoramiento integral del sujeto y en muchas ocasiones el de todo un grupo comunitario, por ello la importancia de que se deban difundir no solo estos hallazgos, sino todos los que se realicen en la ciencia que se relacionen con la conducta de el ser humano y su medio.

Para aplicar en la práctica estos conocimientos es necesario hacer énfasis en la importancia del análisis multidisciplinario y profesional de expertos que controlen y analicen todos los factores a influir en los beneficios que un animal puede proporcionar a las personas. Es necesaria la realización de más investigaciones que sean controladas más severamente.

Existe un gran potencial a desarrollar en México y en otros países para el beneficio de ambas especies (Hombre-Animal), abren a la ciencia psicológica una gran gama de posibilidades de investigación y aplicación a todos los niveles (teórica, empírica y práctica) en todas las áreas (clínica, educativa, social, fisiológica, laboral y ambiental) en todos los grupos poblacionales (niños, adolescentes, adultos y ancianos), en muchas especialidades (síndrome Down, parálisis cerebral, autismo, homosexualidad, depresión, ansiedad, estrés, S. I. D. A., cáncer, neurosis,

psicosis, hipertensión arterial, trastornos cardíacos, etc., etc.). Se ve venir un gran desarrollo en esta área y la ciencia psicológica tiene todavía mucho que aportar en este movimiento "vínculo humano-animal".

Arkow asegura "Hoy en día la terapia facilitada por mascotas es limitada solo por la imaginación, la viabilidad de fundamentar y por la necesidad de más documentación". (1985)

Finalmente podemos resumir que las evidencias empíricas de las investigaciones citadas permiten llegar a las siguientes solidas conclusiones respecto a la utilización de mascotas en la práctica terapéutica del psicólogo y áreas afines:

- Son un recurso que tenemos los profesionales en la salud para ayudar a muchos pacientes en algunas áreas de las enfermedad y dolencia particulares del ser humano.
- Satisfacen gran cantidad de necesidades humanas y son proveedores naturales de varios placeres cotidianos sin producir en la mayoría de los casos ansiedad.
- Son efectivas para la prevención y terapia si existe una positiva y definida calidad en la relación hombre-mascota.
- Propician aumento en la comunicación social, en la autoestima individual, en el sentido de responsabilidad, y en la sensación de ser amado.
- Reducen el riesgo de suicidios, agresividad de las personas contra si mismas y acrecientan el gusto por el trabajo y la vida en gente con estrés grave, ayudando también a aliviar y vencer el estrés cotidiano.
- A personas que han sufrido infartos del miocardio y anginas de pecho grave les aumenta la posibilidad de vida, disminuyendo la tensión arterial.
- Reduce la necesidad de ir al medico, el uso de medicamentos, la sensación de soledad, así como las pocas ganas de seguir viviendo.
- Provocan recuperación de actitudes positivas y responsables en niños y jóvenes desadaptados o bajo situaciones críticas.
- Provocan en muchos casos una mayor cohesión en el interior de la familia, facilitando el dialogo entre padres e hijos.
- Aumenta la autoestima y la responsabilidad disminuyendo la agresión entre los presos que se ocupan de un animal.
- Previenen contra la represión de sentimientos y por lo tanto ayudan al buen desarrollo emocional y salud mental.
- Proporciona alegría a enfermos hospitalizados, convirtiéndose en un "objeto humanizador" para todo el hospital y cualquier lugar de residencia.

Es necesario volver a enfatizar que los animales no curan todas las enfermedades, más bien son instrumentos que ayudan a la aplicación de otros tratamientos adjuntos que utilizados inteligentemente, pueden ser de gran beneficio no solo para el ser humano sino de ambos; hombre-mascota.

13.2. LIMITACIONES

Las limitaciones que implican el estudio de estos conocimientos principalmente son los siguientes :

- El numero de publicaciones respecto al tema es reducido y de difícil acceso en comparación a otros campos de la psicología, las pocas publicaciones a las que se tienen acceso no se encuentran en Español, siendo ésta una limitante .

-Las investigaciones que todavía son limitadas (sobretudo en nuestro país) han sido reveladoras, la mayoría de ellas se han realizado en los llamados países de primer mundo, esto es importante ya que se debe estar consciente de que las innovaciones que se realizan en otros países no pueden aplicarse exactamente igual a otros con características diferentes como el nuestro; pero tampoco podemos, ni debemos mantenernos estáticos y aislados con respecto a los avances que se realizan en otros países, sobre todo cuando existe la posibilidad de darle un adecuado uso a estos conocimientos en nuestro propio entorno de manera adecuada con nuestra cultura, nuestros recursos e ideologías.

-Los descubrimientos realizados en esta área del conocimiento han sido presentados en conferencias donde no están sujetas a intensivas revisiones. A pesar de esto existen muchas potencialidades para desarrollar proyectos de investigación que confirmen, refuten y amplíen lo que se ha encontrado hasta ahora.

-En cuanto a las leyes y normas para la utilización de animales para terapia, se puede ver que no existe ningún código, lo que hace necesaria la realización de uno. A pesar de esto, los profesionales deben de basarse en sus códigos éticos, los cuales dictan la importancia de ser responsables ante los pacientes, los animales, la naturaleza y todo el medio ambiente.

13.3. SUGERENCIAS

Las mascotas pueden llegar a ser entrenadas más específicamente para cada caso y necesidad por entrenadores especializados ayudando con esto a el cuidado específico de personas.

Existe la responsabilidad de tomar consciencia de la importancia de investigar más afondo los factores psicológicos, ecológicos, políticos, económicos, culturales y religiosos que determinan en cuanto puede contribuir una mascota a la calidad de vida y salud de una persona determinada; así como el papel que pueden llegar a jugar en la prevención, educación y terapéutica a nivel de individuo y comunidad.

Se propone la realización de más investigaciones en todos los países para conocer más de fondo las indicaciones y las contraindicaciones del uso de animales como ayuda terapéutica, pero sobre todo en México para poder saber como se comporta este fenómeno específicamente en nuestro país.

Es una necesidad imperante para México, así como para los países de América Latina que no se vean limitados o restringidos al acceso de estos conocimientos que son invaluable para el humano. A nivel profesional es necesario incrementar, actualizar y profundizar en estos conocimientos.

Se recomienda realizar más investigaciones que tomen en cuenta las conductas del dueño, sus actitudes, su personalidad, y su forma de vida, etc. controlando más severamente las variables que pueden influir.

Es importante la creación de normas que impidan un mal uso de estos conocimientos y garanticen un ejercicio profesional responsable y ético en beneficio de la comunidad.

También es necesario que las investigaciones que se realicen sean multidisciplinariamente, lo que permitirá el abordaje del conocimiento de una manera más real, donde cada profesional solo realice labores que sean de su competencia.

Existe la necesidad en México de la creación de instituciones serias que puedan dar respuesta a las necesidades de los minusválidos en este país, junto con el avance de la creación de estos organismos debe de haber la suficiente difusión y educación al público en general acerca de lo que son estos animales, sus funciones y la responsabilidad de cada uno ante ellos.

ANEXO I

Tabla 9. EL DESARROLLO DE LA CIVILIZACIÓN

TIEMPO	DIVISIONES ARQUEOLÓGICAS	CLIMA Y FAUNA	INDUSTRIAS	MODO DE VIDA Y CIVILIZACIÓN	CARACTERÍSTICAS	TIPOS DE HOMBRES
-6 millones 350,000	PALEOLÍTICO INFERIOR	Probocidios (mastodonte, elefante), perisodáctilos (rinocerontes mamut) enfriamiento progresivo	"Guijarros" preparados y tallados (industria de Oldoway, industrias líticas diversificadas: útiles bifáces.	Caza (en particular, elefante) y recolección; utilización del fuego (500,000 en China)	1,60m., posición erguida, prognatismo, cerebro pequeño, mandíbula corta, pequeños, caninos, sin mentón	Australopino: australopiteco, parántropo, zinjántropo. Arcantropino: pitecántropo, sinántropo, hombre de Muer
-3000, 000 -35,000	PALEOLÍTICO MEDIO	Elefante antiguo, reno, rinoceronte, bisonte, y caballo Templado húmedo, después frío	Bifáces lanceolados, raspadores, puntas ovaladas y triangulares	Caza al asecho (carnívoros), recolección, habitación en cavernas, desarrollo de sentimientos místicos y religiosos	1,55., paso pesado, frente baja y hundida cara ancha y prognata, fuerte guarnición supraorbital, sin mentón	Paleantropino: Hombre de Neanderthal, Hombre de la Chapelleaux-Saints, Hombre de La Frassie

TIEMPO	DIVISIONES ARQUEOLÓGICAS	CLIMA Y FAUNA	INDUSTRIAS	MODO DE VIDA Y CIVILIZACIÓN	CARACTERÍSTICAS	TIPOS DE HOMBRES
-30,000 -12,000	PALEOLÍTICO SUPERIOR	Reno, bisonte, mamut, rinoceronte, caballo, etc.	Puntas de hueso con base hendida; rascadores, buriles; puntas de cara plana con muescas; hojas de laurel; Planos de asta de ciervo	Caza, pesca, grabados, esculturas, pensamiento mágico-religioso, habitación, adornos, representación de animales en el arte	1,65m., frente elevada y derecha, arcadas superciliares marcadas, cara aplanada, nariz derecha, mentón, marcado, sin prognatismo	Neantropino: (homo-sapiens-sapiens) tipo de hombre moderno, hombre de Cro-Magnón, hombre de Grimaldi, hombre de Chancelade
-10,000 -5,000	MESOLÍTICO	El reno emigra, aparición de la fauna actual, prados y bosques se desarrollan recalentamiento	Útiles microlitos, diversos arpones planos de asta de ciervo, armaduras guarnecidas, aparece la alfarería	Caza, pesca, vida en comunidad, sedentarización, urbanización, el hombre pasa a ser productor, agricultura y cría empieza	Como las actuales	Como el actual
-4,800 -3,500	NEOLÍTICO	Clima actual	Instrumentos de piedra pulida	El perro, primer animal domesticado, agricultura y cría se extienden (asno, buey, caballo) agrupación en poblados	Como las actuales	Como el actual

TIEMPO	DIVISIONES ARQUEOLÓGICAS	CLIMA Y FAUNA	INDUSTRIAS	MODO DE VIDA Y CIVILIZACIÓN	CARACTERÍSTICAS	TIPOS DE HOMBRES
-3,000 -1,800	CALCOLÍTICO O ENEOLÍTICO	Clima actual	Exploración de las minas, puntas de flechas, alfarería, cerámica, recipientes, adornos y armas	Megalitismo ligado a el culto a los muertos, invención de la rueda del carro y del torno alfarero	Como las actuales	Como el actual.
1,000 -450	EDADES DE LOS METALES	Clima actual	Utillaje agrícola, espadas, hachas, cristal, acción de la sal, adornos, armas, joyas, espejos	Comienzo del arado; de la división social, trabajo, guerras, habitación fortificada, civilización de Hallsaltatt, de Tène	Como las actuales	Como el actual

Fuente: Enciclopedia de las Ciencias Sociales, tomo 2 : Antropología, México, 1981.

ANEXO 2

Ítems de la "Escala de actitud hacia las mascotas"

- 1.- Realmente me agrada ver que las mascotas disfrutan su comida.
- 2.- Mi mascota es mejor para mí que cualquiera de mis amigos.
- 3.- Me gustaría una mascota en mi casa.
- 4.- Tener una mascota es pérdida de dinero.
- 5.- Mascotas en la casa dan felicidad a mi vida. (o si pudiera tener una)
- 6.- Siento que las mascotas deberían mantenerse siempre afuera.
- 7.- Yo diario paso tiempo jugando con mi mascota. (si pudiera tener una)
- 8.- En ocasiones me comunico con mi mascota y siento que entiende cuando estoy molesto.
- 9.- El mundo podría ser un mejor lugar si la gente no gastara tanto tiempo en ocuparse de sus mascotas y si en lugar de eso cuidara más de otras necesidades humanas.
- 10.- Me gusta alimentar a los animales de mi mano.
- 11.- Quiero a las mascotas.
- 12.- Los animales deben de estar en libertad o en zoológicos, no en una casa.
- 13.- Al tener animales en la casa se debe de esperar que los muebles se dañen.
- 14.- Me gustan los animales en el hogar.
- 15.- Las mascotas son simpáticas pero esto no es suficiente como para soportar la molestia de tener una.
- 16.- Frecuentemente le hablo a mi mascota.
- 17.- Detesto a los animales.
- 18.- Trato a las mascotas con respeto, como si fuera un miembro mas de la familia.

FACTORES:

- a) Amor e interacción (ítems 7, 8, 11 y 16)
- b) Mascotas en el hogar (ítems 3, 6, 12 y 14)
- c) Disfrutar tener una mascota (ítems 1, 5 y 17)

ANEXO 3

-CUESTIONARIO PROPUESTO POR GUZMAN

Ejem. 1a parte

1.- Señale cuanta fuerza física tiene ahora que esta enfermo.

NADA I I I I I I I I I I MAS QUE
NUNCA

Ejem. 2a parte

1.- Su fuerza física en relación a la última vez que nos vimos, esta:

MUCH I I I I IGUA I I I I MUCHO
O L MEJOR
PEOR

-CUESTIONARIO PROPUESTO POR BOLAÑOS

Ejem.

1.- Mi estado de salud en este momento se encuentra:

3.- Si comparo mi vida con la de los demás pienso que esta:

PEOR QUE NUNCA _____ MEJOR QUE NUNCA

16.- Se siente relajado y sin preocupaciones:

40.- Piensa que su familia necesita de usted:

- Siempre
- Casi siempre
- Muchas veces
- Algunas veces
- Rara vez
- Casi nunca
- Nunca

-ESCALA DE VALORACIÓN DE ZUNG PARA VALORAR EL ANIMO

Ejem.

1.- Me siento abatido y melancólico

10.- Me canso sin hacer nada

NUNCA

AVECES

CASI SIEMPRE

SIEMPRE

-ÍNDICE DE KATZ

Ejem.

-Bañado

-vestido

-ir al baño

-traslado

-alimentación

INDEPENDIENTE

REQUIERE AYUDA

DEPENDIENTE

-PRUEBA DE ORIENTACIÓN DE CRICHTAN

Ejem.

-Movilidad

-comunicación

-orientación

-cooperación

-agitación

-vestido

-comida

-control de esfínter

-sueño

-estado de ánimo

NORMAL

1

2

3

4

5

NO SE
PRESENTA

BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre, B. G. (1980). Medicina y magia: Proceso de aculturación en la estructura colonial. México: Instituto Nacional Indigenista S.E.P.
- Ahmedzai, S. (1993). Como afectan los animales de compañía la calidad de vida y la rehabilitación de personas con enfermedades crónicas. Memorias del 1er congreso Internacional México'93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Alatorre R. J. y Torres L. H. (1991). Criterios para la elaboración de documentos psicológicos. Traducción selectiva del "Publication manual of the American Psychological Association" Facultad de Psicología: UNAM.
- Alvarez, V. A. (1969). Psicología de los pueblos primitivos. Madrid: Biblioteca nueva.
- Anderson, L. (1993). La relación hombre-animal a traves de los ojos de un médico veterinario familiar. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Anderson, J. (1973). Redacción de tesis y trabajos escolares. México: Diana.
- Arias, J. (1994, Julio 3). Los animales domésticos alivian a los enfermos y mejoran la calidad de vida de los sanos. La prensa. (Sociedad). pp. 26.
- Arkow, P. (1985). The humane society and the human-companion animal bond. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 455-465.
- Arieta, E. (1986). Animales en peligro: World Wildlife Fund. Madrid: Salvad.
- Ávila, E. E. (1993). Tratamiento del comportamiento agresivo del perro: estudio recapitulativo. Tesis de licenciatura en Medicina Veterinaria, UNAM, México D.F.
- Beck, A. (1985). The Therapeutic use of animals. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 365-375.
- Beck, A. (1986). Use of animals in the rehabilitation of psychiatric inpatients. Psychological Reports. 58 (1), 63-66.
- Bergin, B. (1993) Perros de asistencia, ¿Qué funciona?, ¿Qué no procede?, ¿Qué se necesita hacer?. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Bergler, R. (1993). El significado de los animales de compañía para el beneficio del ser humano, bienestar y la calidad de vida. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93; El hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.

- Biery, M. (1985). Riding and handicapped. The Veterinary Clinics of North América; small animal practice. 15 (2), 345-353.
- Bischof, L. T. (1977). Interpretación de las teorías de personalidad: Enfoque de poder explicativo y capacidad predictiva. México: Trillas.
- Blank, H. I. (1989). El maravilloso mundo de los perros. México: UNAM.
- Bolaños, V. F. (1992). Diseño y validación de un instrumento para medir calidad de vida en los pacientes con enfermedades crónicas. Tesis de Medicina interna, UNAM, México D.F.
- Brickel, C. (1986). Pet-facilites therapies: A review of the literature and clinical implementation consideration. Clinical-Gerontologist. 5 (3-4), 309-332.
- Boldt, M. (1992). The impact of companion animals in later life and considerations for practice. Journal applied gerontology. 11 (2) 228- 239.
- Broadhead, E. (1983). The epidemiologic evidence for a relationship between social support and health. American Journal of Epidemiology. 117(5), 521-537.
- Brown, D. (1985). Cultural attitudes toward pets. The Veterinary Clinics of North América; small animal practice. 15 (2), 311-317.
- Burch, M. (1993). Terapia con asistencia de animales para niños expuestos a las drogas: tratamiento para comportamientos de desadaptación. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93: El hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Cameron, P. (1972). Psychological correlates of pet ownership. Psychological Reports. 30, 286.
- Castro, I. (1993). Perros guías para ciegos y su entorno en México. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93: El hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Cobanellas, G. (1989). Diccionario enciclopédico del derecho usual (10 Tomos). Tomos 1 y 4. Buenos Aires: Heliasa.
- Cohen, S. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin. 98 (2), 310-357.
- Cueli, G. J. y Reidi L. (1989). Teorías de la personalidad. México: Trillas.
- D'Hyver, C. (1993). Animales de compañía con personas de edad avanzada. Memorias del 1er congreso Internacional México'93: El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.

- Di Carpio N., S. (1985). Teorías de la personalidad. México: Interamericana.
- Dorsch, F. (1985). Diccionario de Psicología. Barcelona: Herder.
- Dunbar, I. (1979). Dog behavior-why dogs do what they do (Edición Especial). T.F.H publications Englan.
- Dubos, J. R. (1983). Salud y enfermedad. México: Ediciones Culturales Internacionales.
- Dyson, R. (1977). La domesticación de animales. En D.L. Sills (Ed.). Enciclopedia Internacional de las Ciencias Sociales. Vol. 3 (pp. 787-794). Madrid: Aguilar.
- Edney, A. (1992). Companion animals and human health The veterinary record. 130, 285-287.
- Enciclopedia de las ciencias sociales (4 tomos): Antropología. Vol. 2. (1981). México: Asuri.
- English, H.B. (1977). Diccionario de Psicología y Psicoanálisis. Buenos Aires: Paidos.
- Fick, K. (1993). The Influence of an animal on social interactions of nursing home residents in a grup setting. American Journal of Occupational Therapy. 47 (6), 529-534.
- Frankl, E. V. (1991). El hombre en busca de sentido. México: Trillas.
- Frankl, E. V. (1980). Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia. México: Fondo de cultura económica.
- Frederick, J. A. (1964). Cuidado y educación de perros. México: Diana.
- Friedmann, E. (1983). Social interaction and blood pressure: influence of animal companions. The Journal of Nervous and Mental Disease. 171 (8), 461-465.
- García, G. (1993). Sobre población animal y abandono en México. Memorias del 1er Congreso Internacional México '93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- García, P. y Gross, R. (1993). Pequeño larousse Ilustrado. México: Larousse.
- Gill, S. (1993). Participant Training Curriculum Manual. Manuscrito Inédito.
- Glickman, L. (1992). Implications of the human/animal bond for human health and veterinary practice. Journal of American Veterinary Medical Associattión. 201 (6), 848-851.
- Gran enciclopedia Larousse (20 tomos). Vols. 4,15,18 y 20. (1991). Barcelona: Larousse. tomos 4, 15, 18 y 20.
- Guy, S. (1988). Diccionario metodológico de mercadotecnia. México: Trillas.

- Guzmán, R. J. (1991). La valoración de la calidad de vida en estudios clínicos controlados. Tesis de Medicina Interna, UNAM, México D.F.
- Hall, C. (1984). La teoría del sí mismo y la personalidad de Rogers. Buenos Aires: Paidós.
- Hart, B. (1985). Canine and feline behavioral therapy. Filadelfia: Lea & Febiger, Filader.
- Hart, L. (1987). Socializing effects of service dogs for people with disabilities. Antrozooos. 1 (1) 41-44.
- Hines, L. (1993). Actividades con asistencia animal y estándares para terapias, capacitación de personal, evaluación de animales. Memorias del 1er Congreso internacional México '93; El hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Hines, L. (1985). Community people-pet programs that work. The veterinary Clinics of North América; small animal practice. 15 (2), 319-331.
- Hoffman, R. (1991). Companion animals: A therapeutic measure for elderly patients. Journal of Gerontological Social Work. 18 (1-2) 195-205.
- Howard, C. W. (1979). Diccionario de Psicología. México: Fondo de Cultura Económica.
- Hughes, F. (1992). Quantifying welfare (Letters). The veterinary Record. 130 (18), 407.
- Jenkins, J. (1986). Physiological effects of petting a companion animal. Psychological Reports. 58 (1) 21-22.
- Joubert, Ch. (1987). Pet ownership, social interest and sociability. Psychological Reports. 61 (2) 401-401.
- Katcher, A. (1985). Physiologic and behavioral responses to companion animals. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (5), 403-409.
- Katcher, A. (1987). Health and caring for living things. International Conference on People, animals and environment (Boston, Massachusetts). Anthrozooos. 1 (3) 175-183.
- Kehoe, M. (1990). Loneliness and the Aging Homosexual: Is pet therapy an answer? Journal of homosexuality. 20 (3-4), 137-142.
- Lindsey, G. y Hall C. (1985). Teorías de la personalidad. México: Limusa.
- Lock, S. (1981). Diccionario médico familiar. México: Selecciones Readers Digerst.
- Lockwood, R. (1985). The role of animals in our perception of people. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 377-385.
- Lorenz, K. (1988). Cuando el hombre encontró al perro. Argentina: Tusquets.

- Lorenz, K. (1975). Hablaba con las bestias, las aves y los pájaros. Barcelona: Labor.
- Mader, A. (1985). Human-companion animal relationships and animal behavior problems. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 411-421.
- Mader, B. (1992). Establishing a model pet loss support hotline. Journal of the American Veterinary Medical Association. 200 (3), 270-274.
- Mahalski, P. (1988). The value of cat ownership to elderly women living alone. International Journal of Aging and Human development. 27 (4) 249-260.
- Marcin, C. (1993). Hipoterapia con niños autistas. Memorias del 1er Congreso Internacional México '93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Marcin C. y Pallares E. (1994). Programa de hipoterapia para niños autistas. Manuscrito inédito.
- May, R. (1985). Amor y voluntad: Las fuerzas humanas que dan sentido a nuestra vida. Barcelona: Gedisa.
- May, R. (1977). Existencia, nueva dimensión en psiquiatría y psicología. Madrid: Gredos.
- McCulloch, W. (1985). The veterinaria's education about the human-animal bond and animal-facilitated therapy. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 423-429.
- Melson, G. (1988). Availability of and involvement with pets by children: Determinants and correlates. Anthrozoos. 2 (1) 45-52.
- Messent, P. (1985). Pets as Social Facilitators. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 387-393.
- Mischel, W. (1979). Teorías de la personalidad. México: McGraw-Hill.
- Moreno, A. A. (1990). Evaluación de la calidad de vida en el paciente anciano. Tesis de Medicina familiar, UNAM, México D.F.
- Netting, E. (1987). The human-animal bond: Implication for practice. Social Work 32 (1) 60-64.
- Ossorio, M. (1954). Enciclopedia Jurídica OMEBA. (20 tomos). Tomo 1. Buenos Aires: Omeba.
- Papalia, D. (1988). Psicología. México: Mc Graw Hill.
- Payro, D. J. (1981). El perro y su mundo, tratado de zootecnia canina. México: Lorena Chavez y Hnos.

- Polgar, S. (1977). Salud. En D. L. Sills (Ed.). Enciclopedia Internacional de las Ciencias Sociales Vol. 9 (pp. 451-455). Madrid: Aguilar.
- Powell, M. (1984). Pet ownership: a research note. The gerontologist. 24 (2), 208-210.
- Quackenbush, J. (1985). The death of a pet: How affect owners. The Veterinary Clinics of North América; small animals practice. 15 (2), 395-401.
- Quesada, C. R. (1992). Preparar informes escritos. México: Limusa.
- Redefer, L. (1989). Pet facilitated therapy with autistic children. Journal of autism and Developmental Disorders. 19 (3) 461-467.
- Reynoso, M. T. (1988). Efecto de tratamiento antihipertensivo sobre la calidad de vida de un grupo de hipertensos. Tesis de Medicina Familiar, UNAM, México D.F.
- Robb, S. (1983). Companion animals and elderly people: change for evaluators of social support. The gerontologist. 23 (3), 277-282.
- Rogers, C. (1980). El poder de la persona. México: Manual Moderno.
- Rogers, J. (1993). The role of pet dogs in causal conversations of elderly adults. Journal of Social Psychology. 133 (3) 265-277.
- Ryder, E. (1985). Pets and elderly: a social work perspective. The Veterinary Clinics of North América; small animal practice. 15 (2), 333-343.
- Savishinsky, J. (1992). Intimacy, domesticity an pet therapy with the elderly: expectation and experience among nursing home volunteers. Social Science and Medicine. 34 (12) 1325- 1334.
- Schmall, V. (1986). Special friends: Elders and pets. Generations. 10 (4) 44-45.
- Schwartz, M y Green C. (1977). Salud mental. En D. L. Sills (Ed.). Enciclopedia Internacional de las Ciencias sociales. Vol. 9 (pp. 456-461). Madrid: Aguilar.
- Siegel, J. (1993). Companion animals: in sickness and in health. Journal of Social Issues. 49 (9), 157-167.
- Siegel, J. (1990). Stressful life events and use of physician services among the elderly: The moderating role of pet ownership. Journal of Personality and Social Psychology. 58 (6), 1081-1086.
- Smith, D. (1992). Pet ownership by elderly people: Two new issues. International Journal of Aging and Human Development. 34 (3) 175-184.
- Sociedad Mexicana de Psicología (1984). Código Ético del psicólogo. México: Trillas.

- Spencer, L. (1992). Pets prove Therapeutic for people with AIDS: encountering AIDS- a personal perspective; Study explores health risks and the human/animal bond. Journal of American Veterinary Medical Association. 201 (11), 1665-1669.
- Svencen, E. (1993). Los beneficios de la terapia con burros para niños minusválidos en el centro de Slade, en Devlon, Inglaterra. Memorias del 1er Congreso Internacional México'93, el Hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Sullivan, S. H. (1954). La entrevista psiquiátrica. Buenos Aires: Psique.
- Taborga, H. (1982). Como hacer una tesis. México: Grijalbo.
- Tannenbaum, J. (1985). Ethics and human-companion animals interaction. The Veterinary Clinics of North América: small animals practice. 15 (2), 431-447.
- Taufkirchen, E. (1993). Hipoterapia en parálisis cerebral de niños. Memorias del 1er Congreso Internacional México '93, El hombre y los animales de compañía: beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Templer, D. (1981). The construction of a pet attitude scale. The Psychological Record. 31, 343-348.
- Theodorson, G. A. (1978). Diccionario de sociología. Buenos Aires: Paidós.
- Tylinek, I. y E. (1975). The dog his world and ours. New York: Hippocrene books.
- Vormbrock, J. (1988). Cardiovascular effects of human-pet dog interactions. Journal of Behavioral Medicine. 11 (5), 509-517.
- Voith, V. (1985). Attachment of people to companion animals. The Veterinary Clinics of North América; Small animal practice. 15 (2), 289-296.
- Wallace, M. (1993). Cats and toxoplasmosis risk in HIV- infected adults. Journal of American Veterinary Medical Association. 269 (1), 76-77.
- Wenstheimer, E.(1993) Concern for all immunosuppressed clients. Journal of American Veterinary Medical Association. 202 (6), 841.
- Whyham, M. (1993). El papel que desempeñan los animales de compañía en prisiones Memorias del 1er congreso Internacional México '93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Willard, B. F. (1973). Psicología humanística: Entrevistas con Maslow, Murphey y Rogers. Buenos Aires: Paidós.
- Wilson, E. O. (1994, Mayo 7). Cuidar de animales y plantas, una necesidad "escrita" en los cromosomas. El Universal. (Cultural). pp. 4.

- Winkler, A. (1989). The impact of a resident dog on an institution for the elderly: effects on perceptions and social interactions. Gerontologist. 29 (2) 216-223.
- Wolfe, T. (1985). Laboratory animal technicians; Their role in stress reduction and human-companion animal bonding. The Veterinary Clinics of North American; small animals practice. 15 (2), 449-454.
- Woolverton, M. (1993). Estudio contemplativo sobre las respuestas de niños a la presencia de animales durante exámenes neuro-musculares. Memorias del 1er Congreso Internacional México '93; El hombre y los animales de compañía: Beneficios para la salud. México: Fundación Purina.
- Young, S. M. (1985). The evolution of domestic pets and companion animals. The Veterinary Clinics of North America; Small animal practice. 15 (2), 297-309.
- Zuziak, P. (1993). Shedd acuarium, Boehm recuperate from beluga deaths. Journal of American Veterinary Medical Association. 202 (2), 189.