

VII

PSICOTERAPIA PARA NIÑOS Y MAYORES
POR ANIMALES

EXCMO. SR. PROF. DR. D. JAIME RODRÍGUEZ SACRISTÁN

Discurso

Leído el 15 de diciembre de 2006, en el Solemne Acto de
Recepción Pública como Académico de Número

Y contestación por el

Excmo. Sr. Prof. Dr. D. Benito Mateos-Nevado Artero



El Prof. Dr. D. Jaime Rodríguez Sacristán lee su discurso



El Excmo. Prof. Dr. D. Benito Mateos-Nevado Artero, en nombre de S.M. El Rey da posesión al recipiendario del cargo de Académico Numerario



Aspecto del solemne acto

Excmo. Sr. D. Benito Mateos-Nevado, Presidente de esta Real Academia; Excmo. Sr. D. Francisco Castejón Calderón, Académico de Honor de la misma; Excmo. Sres. Presidentes de otras Reales Academias; Ilmo. Sr. Comandante Naval de Sevilla; Excmas. e Ilustrísimas autoridades; Srs. y Sras.:

Las personas que se entienden bien con animales forman un grupo curioso. Pienso que son gente con menos problemas psicológicos y que tiene más recursos psíquicos para resolver los conflictos de su vida. Estoy seguro de que algunos lectores sonreirán irónicamente desconfiando de la certeza de esta afirmación, diciendo con razón que esta afirmación no está científicamente demostrada de manera rotunda; pero será mejor que lo piensen dos veces: es posible que algún día puedan necesitar un animal de compañía para algo mas que para utilizarlos como lazarillo.

Las relaciones entre los humanos y los animales son peculiares. Recordemos el poema de Walt Whitman, el mejor poeta norteamericano según los expertos:

ANIMALES

*“Muy bien podría compartir mi vida con los animales,
Tan apacibles e independientes.*

Me levanto y los contemplo larga, largamente.

No se rebelan ni protestan a causa de su condición,

No pasan la noche en vela sumidos en llanto por sus pecados,

No me enferman discutiendo sus deberes para con Dios,

Ninguno está descontento, ninguna enloquece por el terco afán de poseer cosas;

Ninguno se arrodilla ante otro, ni ante ningún antepasado de hace miles de años.

Ninguno está disgustado ni se siente infeliz en toda la tierra.”

Este poema conforme con las referencias atribuidas a Clemenceau, el político francés quien afirmaba “mientras más conozco a los hombres más quiero a mi perro”. Los animales pueden ayudarnos mucho en determinados momentos.

En la actualidad existen numerosos grupos de científicos en todo el mundo que estudian e investigan lo que se sabía de forma intuitiva desde hace miles de años: los animales pueden ser utilizados como instrumento terapéutico. El desarrollo de estos grupos de trabajo es tan potente que ha originado un cuerpo científico y conceptual, un amplio campo de posibilidades de aplicación y la creación de nuevas ramas y subespecialidades. Todo este campo terapéutico se conoce con el nombre de TACA, que quiere decir según las letras del acróstico Terapia Asistida con Animales. Basta con buscar en Internet las palabras clave para encontrarnos con unas 2.500 entradas, lo que demuestra el vivo interés que suscita el tema.

La TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES (TACA) es una forma de terapia en la que interactúan personas y animales enmarcada en las corrientes ecológicas y holísticas actuales. Se trata de una situación terapéutica en la que se emplea un animal como medio para que una persona que lo necesite mejore. Se establece una situación peculiar en la que el terapeuta debe dirigir el proceso. La presencia del animal tiene que ser la oportuna, la conveniente, medida y calculada. La simple presencia del animal no es suficiente. Tenemos que ser muy exigentes en este punto.

CUANDO EMPIEZA

Los animales fueron utilizados en beneficio del hombre desde el momento en que fueron domesticados. Al parecer el lobo de Arabia lo fue hace 9000 años, y en Jericó hay datos de perros domesticados en los años 6300 a.C.

Toda la mitología y las religiones primitivas están llenas de referencias al valor de los animales, a su poder, de su capacidad de profetizar y a su simbolismo y a su posible poder sanador.

En Babilonia y en Asiria hace 3000 años los médicos adoraban a Gyla, la diosa sanadora cuyo emblema era el perro. En la antigua Grecia, en el santuario de Esculapio, en Epidauró existen lápidas en las que se expresan cómo los perros lamían a los pacientes para sanarlos; lo que ha sido expresado en la actualidad en noviembre del año 2002 por una psicóloga

especialista en PTACA, Bea Williams quien afirma: “No hay mejor psiquiatra en el mundo que un cachorro lamiéndote la cara”.

En la antigüedad, como afirma Thew “Si alguien creía hallarse en peligro o temía enloquecer se hacía acompañar por un perro”. A lo largo de los siglos en todas las culturas y países se han ido acumulando experiencias que confirman la eficacia del empleo del simbolismo animal para curar.

En el antiguo y en el nuevo testamento se hace referencia permanente al valor simbólico de los animales. En el siguiente cuadro recojo el simbolismo de cada animal según le asigna la Biblia.

SIMBOLISMO ANIMAL

Animal	Antiguo Testamento	Nuevo Testamento
Alondra		Entonar alabanzas al Señor
Asno	Paz	Fuerza de voluntad
Ave Fénix	Inmortalidad	Inmortalidad
Búho	Soledad	Oscuridad
Caballo	Guerra	
Camaleón		Hipocresía
Camello (hembra)	Lascivia	
Carnero	Opresión	
Cerdo	Indignidad	
Ciervo		Anhelos de salvación cristiana
Cordero		Cristo, creyente, mansedumbre de los cristianos
Ganado	Animal de compañía casero	Inocencia
Hiena		Impureza
Hormiga	Economía, industria, ahorro	
León	Realeza, poder, fuerza	Valentía
Paloma	Inocencia	Espíritu Santo, el alma
Pavo		Inmortalidad
Pelicano	Soledad	Redención
Perro	Malhechores	Fidelidad
Pez		Bautismo
Serpiente	Traición, astucia	Cautela, prudencia, el Demonio
Toro		Fuerza
Venado	Velocidad, gracia	
Zorro		Astucia

En el siglo XX el psicoanálisis actual ha recogido el profundo valor simbólico de los animales, entendiendo que se da un mecanismo llamado de “sublimación parcial”, que puede ser realizado a través del animal ya que estos juegan un papel esencial en los síntomas y los sueños en el inconsciente de las personas. La psicología dinámica ha profundizado más aún y entiende que los mecanismos psicológicos que intervienen son los propios del llamado “objeto transicional” por WINNICOT.

Una visión psicológica y global permite la siguiente propuesta: se trata de aprovechar la capacidad de respuesta de los animales, su “inteligencia intuitiva”, su fidelidad y su necesidad de contacto con el hombre, lo que le permite aportar compañía, seguridad, protección, satisfacción y una forma especial de placer y afecto constante que algunos dicen que es menos variable que en los humanos y con todo ello un reforzamiento de la satisfacción psicológica de encontrarse bien. Entre hombre y animal de compañía se establece una forma de comunicación sin palabras, con sonidos, fonemas, gestos y comportamientos que componen un código curioso, relativamente simple, en realidad lo que se está haciendo ahora es tecnificar esa relación, para impulsar funciones y utilizarlas en personas con minusvalía física, psíquica y sensoriales. En personas con depresión, en niños con autismo, y con síndrome de Down, en personas de la tercera edad, en residencias en las que viven personas con impedimentos diversos, en personas con enfermedades crónicas, en adolescentes con trastornos de conductas, etc.

La mayoría de los profesionales que trabajan en la PTACA aceptan las propuestas del psicoanálisis a las que dan una cobertura más amplia y un fundamento basado en la teoría del vínculo (“Attachment”), las teorías de la comunicación y en la psicología humanística.

De acuerdo con la teoría vincular los seres vivos tienen la posibilidad de establecer relaciones emocionales entre sí. La posibilidad de establecer una comunicación mutua de afecto de los hombres con los animales está muy bien estudiada. Los trabajos y observaciones de Konrad Lorenz son indiscutibles y han sido muy divulgados. Lo que ha llevado a valorar más el comportamiento etológico, la psicología del animal. La bibliografía no ha dejado de crecer en esa línea: nosotros mismos hemos realizado investigaciones y reflexiones sobre esta materia: en 1972 en una conferencia que pronuncié en este mismo local. Más tarde, en 1983, organicé una reunión científica internacional en la que tuvimos ocasión de debatir sobre la rotura del vínculo de las relaciones de afecto entre las personas entre

sí, los animales entre ellos y de las de las personas con los animales, y la posibilidad de generar depresiones en hombres y animales.

En algunos animales encontramos: expresión de tristeza, algunas conductas de aislamiento y trastornos del comportamiento habitualmente, falta de apetito, cambios en sus hábitos, demanda de contacto y cercanía con sus dueños y conductas que expresan sufrimiento tras la muerte de los seres que le quieren a los que se encuentran vinculados emocionalmente. Comportamientos de indudable similitud con los síntomas depresivos de los humanos.

No deja de sorprender que existan raíces comunes entre las causas o las situaciones que origina la depresión en los hombres y las curiosas conductas de los animales: la experiencia de separación y la rotura de los vínculos emocionales y afectivos.

¿Y qué ocurre con el llanto? ¿Lloran los animales? Los **monos antropoides**, tales como gorilas, chimpancés y orangutanes, son los mamíferos más parecidos al ser humano, y por tanto, parece lógico pensar que pueden haber desarrollado una semiología de intercomunicación parecida a la humana. Fossey (1883) escribió que una gorila hembra en cautividad vertió lágrimas cuando observaba la jungla donde había vivido cuando estaba en libertad. Frente a ello, son infinidad las observaciones de personas relacionadas con antropoides salvajes y cautivos que nunca han visto derramar lágrimas a estos animales. Por ejemplo, Yerkes (1929), Profesor de Psicobiología de la Universidad de Yale, manifestó que los monos antropoides jóvenes frecuentemente gimen en circunstancias que provocarían una respuesta similar en criaturas humanas, pero que nunca, ni cuando exhibían respuestas extremas, vio que derramasen lágrimas.

Entre los **cánidos**, los *perros domésticos*, por su alto desarrollo psíquico y su gran relación con el ser humano, son los que con más frecuencia han sido citados como que han vertido lágrimas emocionales. Frey (1985) aporta haber recibido información, sin haber logrado confirmarla nunca, de casos de perros mejicanos, chihuahuas, incas peruanos, pekineses, crestado chinoamericano pomerano, terrier de Boston y labrador negro. García de la Torre (1980) cuenta haber visto personalmente a un perro pekinés verter silenciosamente lágrimas de celos cuando un nuevo niño había nacido en su casa por lo que recibía menos atención, y a un fox-terrier con motivo de la muerte de su ama. Reynolds (1925) manifestó que tanto *perros* como *lobos* pueden derramar lágrimas cuando están al borde del agotamiento.

Entre los **félidos**, el lloro en los *gatos* fue tratado por Darwin.

Sobre los **úrsidos**, Walls (1942) escribió que el lloro emocional es estrictamente peculiar del animal *humano* y de algunas especies de *osos*.

De los **équidos**, el *caballo*, como comentó Darwin, ha sido citado ocasionalmente como capaz de llorar. Pero la realidad es que nunca se ha visto a un caballo derramar lágrimas emocionales, ni en situaciones de dolor, miedo, pánico, agotamiento, afecto, ni en ninguna otra.

Los **cérvidos** es creencia bastante extendida que pueden derramar lágrimas emocionales cuando pierden su cornamenta. Así Webster escribió: "Aquí hay un ciervo, mi Señor, que ha desprendido sus cuernos, y el pobre animal llora por su pérdida" (*Here is a stag, my Lord, hath shed his horns, and for the loss of them the poor beast weeps*). Shakespeare dijo a través de Hamlet: "Deja al herido ciervo que se retire a llorar". La razón de ver lágrimas en los ciervos es que disponen de unas glándulas exocrinas con función feromónica en el canto palpebral interno, -el larmier-, que cuando segregan pueden dar la impresión de derramamiento de lágrimas. Por otra parte, cuando el ciervo macho pierde su cornamenta, durante cierto tiempo sigue andando con la cabeza gacha cuando camina bajo la fronda de los árboles como si temiese enganchar sus cuernos, lo que da la impresión de abatimiento.

De los **camélidos**, cuenta García de la Torre (1982) que la *llama* del altiplano andino lora con lágrimas cuando ve que el pastor que habitualmente practicaba el coito con ella, la abandona por otra llama. Hemos comentado esto con pastores del altiplano peruano y boliviano, quienes nos han informado que, en efecto, en tales ocasiones se crea un especial vínculo de afecto mutuo entre el animal y el pastor, y que cuando la llama abandonada ve a su pastor favoreciendo a otra llama, da vueltas alrededor de ellos o se para mirándolos en una actitud de incomprensión o tristeza, pero que nunca la han visto derramar lágrimas.

Entre los **proboscídeos**, Darwin (1872) transcribió la observación de un cazador de *elefantes* de Sri Lanka, que afirmaba haber visto un elefante indio yacer amarrado sobre el suelo, sin mostrar otros signo de sufrimiento que las lágrimas que incesantemente fluían de sus ojos, y la de un guardián de zoo que vio varias veces a una elefanta verter lágrimas cuando le apartaban sus crías. Darwin consultó esto con un experto, quien le contestó que cuando los elefantes están irritados ni contraen los párpados ni vierten lágrimas, y que los cazadores nativos de la India nunca han observado que los elefantes lloren. Por otra parte, Morgan (1982) transcribió

la experiencia de un guardián de zoo, quien le indicó que los elefantes vierten lágrimas cuando están enfadados.

Los cuidadores de elefantes de circos y zoos afirman que nunca han visto a los elefantes verter lágrimas, si bien en los elefantes, como en otros grandes mamíferos que han retornado durante una larga parte de su evolución al medio acuático, sus vías lacrimales han involucionado (como ha ocurrido en elefantes, hipopótamos, focas, ballenas y delfines), de forma que la lágrima que producen se elimina parcialmente con rebosamiento, pudiendo, si se estimula su lacrimación refleja, derramar lágrimas reflejas que pueden dar la impresión de ser lágrimas emocionales.

Entre los **roedores**, las *ratas*, según Harkness (1980), pueden derramar lágrimas cuando son angustiadas por una inmovilización forzada. Sin embargo, preguntando al veterinario jefe del animalario del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, Dr. Pablo, que anualmente hace experimentación biológica con varios miles de ratas y conejos, nunca ha visto llorar a estos animales.

Entre los **marsupiales**, señala Treacher Collins (1932) que el Illustrated London News del 21 de Febrero de 1931 publicó que el coala australiano llora con lágrimas cuando es molestado o herido, Treacher Collins escribió a la persona implicada en la noticia, la cual negó que los coalas lloren con lágrimas, e indicó que tal afirmación no había sido suya.

En los **pinípedos**, la *foca* aumenta grandemente su producción lacrimonal cuando está alarmada o asustada, según Jockey (1966). La foca carece de vías lacrimales, Frey contactó con trabajadores de zoos y aquariums los que le manifestaron que nunca habían visto llorar a las focas, ni a ningún otro animal del zoológico.

De los **reptiles**, las *tortugas* pueden dar la impresión de que lloran emocionalmente, pues carecen de vías lacrimales. El *cocodrilo*, se dijo por Plinio el Viejo (siglo I) que vierte hipócritas lágrimas de pena cuando devora las presas que ha capturado. Jean de Mandeville, franconormando que vivía en Inglaterra y se trasladó a Lieja, recogió en el siglo XIV una historia de llanto en cocodrilos en su libro "Voyages", que pronto fue traducida del original en francés al latín y al inglés, haciéndose muy popular. Rathke (1866) y Leydig (1873) lo explican porque la secreción lacrimonal vertida a la cuenca lacrimonal de estos reptiles pasa por las vías lacrimales a la cavidad oral donde sirve para reblandecer los alimentos y lubricar el bolo alimenticio. No se trataría, pues, de lágrimas reflejas –directas o condicionadas- por el apetito, la masticación o la deglución.

Los animales están preparados para desarrollar lagrimeo emocional, pues muchos de ellos tienen un elaborado psiquismo, sufren crisis de tristeza y angustia, piden ayuda con gemidos y determinados movimientos corporales, pierden el apetito por causas psíquicas como nos ocurre a los humanos, etc. Por otra parte tienen un aparato lacrimal al que sólo le falta la conexión con circuitos supranucleares capaces de ordenar este tipo de respuesta. Si no tienen lágrima emocional podrían tenerla sin grandes cambios. Quizá en el futuro, algunos animales domésticos en estrecho contacto personal y afectivo con los humanos, tales como perros, acaban desarrollando esta facultad en forma de llanto de petición, aunque no de donación de ayuda.

¿Qué animales emplear?

Todos. Hay libertad absoluta para elegir dependiendo de los objetivos que queramos conseguir y las disponibilidades reales: las formas más conocidas y desarrolladas son la hipoterapia, la delfinoterapia, la psicoterapia con animales de compañía. La experiencia nuestra es con el empleo de los peces: la psicoterapia con niños y mayores discapacitados. Los perros y los caballos son los más empleados, pero no son los únicos. Los peces tienen una función antiangustiante. Los pájaros pequeños o grandes son muy útiles. Algunos pájaros son muy cariñosos y, enseñándolos bien viven libres en la casa. Los gatos –los animales de compañía más numerosos- son menos dóciles en la terapia, por su independencia, aunque algunas especies pueden ser muy útiles en personas de edad avanzada y en enfermos crónicos.

La hipoterapia

Es el empleo de caballos y consiste en el empleo de la capacidad comunicativa y adaptativas del caballo, en su potencialidad para aprender y en la obligatoriedad de hacer ejercicios físicos disciplinados y ordenados por parte de las personas por el sitio donde se hace.

Es la doma terapéutica. El caballo tiene una doble posibilidad: la corporal y la psicológica. En su dimensión física y corporal se pueden mejorar funciones musculares, articulares y motoras. En el plano psicológico se actúa en los planos emocionales, cognitivos y psicomotrices.

La hipoterapia tiene una tradición de aplicación, desde los tiempos de Hipócrates (460 a.C.), quien la recomendaba para elevar el ánimo de los enfermos crónicos. En el siglo XVII se recomendaba para mejorarla.

Los primeros estudios científicos sobre la hipoterapia fueron realizados en 1875 por Chassaignac, quien descubrió que el caballo en movimiento mejoraba el equilibrio y los movimientos musculares de los jinetes, especialmente en enfermos neurológicos, y con parálisis. Estas observaciones se han venido corroborando después.

En Europa se viene aplicando de manera sistematizada desde 1960, especialmente en Francia. Actualmente existen en Sevilla y provincia varios centros de equitación terapéutica. En Jerez de la Frontera funcionan cursos de formación y se están haciendo tesis doctorales de un alto interés científico en las que he participado activamente.

La elección del caballo tiene que ser muy cuidadosa según su comportamiento. Cada caballo tiene su personalidad propia. En la elección del animal deben intervenir en colaboración el veterinario y el psicólogo o el psiquiatra.

La hipoterapia está indicada en las siguientes afecciones según los autores Gallardo, Barceló, Samuel Ross, Mac Cornick: parálisis cerebral, esclerosis múltiple, autismo, síndrome de Down, espina bífida, traumas cerebrales, distrofia muscular, conductas caracteriales, enfermedades neurodegenerativas, enfermedades traumatológicas, anorexia y bulimia. Puede hacerse como tratamiento alternativo y a la vez complementarios a los utilizados habitualmente.

El andar de un caballo, cuando lo hace "al paso", transmite al jinete 110 impulsos por minuto, en una serie de oscilaciones, avance, retroceso, elevaciones, descenso, desplazamiento y rotación.

Se ha comprobado su eficacia a través de estudios clínicos, radiografías y electromiografía. En el ámbito psicológico se señalan los siguientes logros: disminución de la angustia y la ansiedad, subida y mejora de la autoestima, la confianza en sí mismo y la seguridad personal. Ayuda a corregir problemas de conducta, aumentando la capacidad de comunicación personal y social, incrementa sus posibilidades de relación con su entorno como algo grato, como un juego y no como algo obligatorio, como una sesión de fisioterapia en una consulta o en un hospital.

La hipoterapia debe ser realizada por profesionales muy especializados. El programa comienza con una sesión de 15 o 20 minutos de duración 1 o 2 veces por semana, para subir a 3 sesiones semanales, aumentando también el tiempo de cada sesión hasta una hora de duración.

La delfinoterapia.

El delfín es uno de los animales más inteligentes que existen. En España se hace habitualmente en Tenerife y algo en Cataluña.

El terapeuta que use delfines debe conocer muy bien el comportamiento y las características de los delfines. El mantenimiento de su delfinario exige unas condiciones adecuadas que no se improvisan fácilmente. Además de las exigencias y autorizaciones legales es necesario un personal con las titulaciones sanitarias correspondientes que aplique las técnicas con el procedimiento terapéutico exigido en cada caso. Es necesaria la supervisión de un profesional médico, de enfermeras cualificadas y de fisioterapeutas. La presencia del psicólogo es imprescindible, con una formación específica en la aplicación de técnicas de modificación de conducta, con una buena programación de los objetivos a conseguir que deben estar muy bien definidos, comportamentalmente hablando.

Se hace primero una serie de ejercicios físicos que mantengan a tono el cuerpo antes de entrar en la piscina. Primero se sienta al borde al paciente para facilitar que los delfines se acerquen y le conozcan, y poco a poco se va introduciendo en el agua. Es importante que el acercamiento sea suave, es decir, poco a poco, tanto los animales como el hombre somos territoriales y nos gusta que a nuestro territorio se acerquen la gente con prudencia y en actitud más bien de pedir permiso, de esta manera es más fácil que el delfín acepte al paciente para interactuar con él. Los delfines son nerviosos y es mejor estar relajado previamente para así relajar también a los animales con el fin de que todo vaya bien. Los delfines están en un medio muy diferente al nuestro, en el agua el ser humano no se siente tan a salvo la terapia es muy efectiva. Los delfines con su "sonar", que en estado salvaje les sirve para la caza y detección de objetos y animales, estimulan el sistema nervioso del paciente a través de sus ondas alfa, que le crean un estado de bienestar, apego y amor a la vida y estimulación de emociones de asombro, alegría, ternura y aceptación. Nadar con delfines produce sentimientos terapéuticos y por tanto curativos, además la estimulación del sistema nervioso central.

Es muy importante que esté presente el delfinoterapeuta así como el cuidador, y en caso de niños discapacitados, sus padres, para que el niño se sienta a salvo y en ambiente de confianza. La prudencia y humildad unidas a la curiosidad sanan y al estar atentos son las actitudes que facilitan un buen final de la sesión. No olvidemos que los delfines están en su medio y nosotros no, cualquier señal de falta de respeto hacia ellos puede

desembocar en un percance, pero esto sólo sirve a modo de advertencia generalizada en cualquier tipo de situación de TACA.

Se aplica en autistas, niños con síndrome de Down y con parálisis cerebral, depresión y ansiedad. Además de mejorar en cada uno de los trastornos, aportan los beneficios siguientes: 1) aumentan la autovaloración personal; 2) facilitan el aprendizaje de actividades motrices completas; 3) estimulan la comunicación movilizando núcleos interiores inhibidos y 4) desarrollan la capacidad de relación social. Funciones y actividades psíquicas que intervienen en nuestro vivir diario y que en algunas personas en situaciones especiales puede ser conveniente desarrollar o mejorar.

PREGUNTAS.

Ha llegado el momento de hacernos algunas preguntas: ¿a quién puede ser útil la PTACA? ¿Cómo hacerla? ¿Quién puede hacerla, dónde y con qué objetivos? ¿Cuáles son sus limitaciones y sus contraindicaciones?

Aplicabilidad y utilidad.

La PTACA está indicada en casos de niños autistas, discapacitados, depresivos y ansiosos y a niños enfermos crónicos. También es útil con niños pequeños que no hablan y están o son inhibidos y tímidos, obsesivos y retraídos, o niños deprimidos con angustia y ansiedad.

A jóvenes problemáticos y desadaptados, esquizofrénicos, depresivos y discapacitados.

A adultos con problemas de adaptación y con problemas neurológicos, a personas con Alzheimer y Parkinson y con esquizofrenia.

A personas mayores con depresión, con angustia, con problemas de aislamiento, de soledad, de abandono y en discapacitados.

¿Quién puede hacerlo?

El delfín es uno de los animales más inteligentes que existen. En España se hace habitualmente en Tenerife y algo en Cataluña.

Un equipo de personas en el que no puede faltar un profesional de la psiquiatría o la psicología clínica.

El equipo necesitará de la presencia de coterapeutas, monitores o ayudantes que variará según la modalidad de terapia escogida: hipoterapia, delfinoterapia, etc. Y el sitio donde se realiza.

La PTACA es una psicoterapia que generalmente no se hace en un gabinete, en la consulta de un psicólogo o un psiquiatra. Se realiza en granjas, en locales, donde hay caballos, en residencias o en casa particulares. Es decir en medio de la vida. Hay que salir a la calle y hay que trabajar en las granjas, en los campos, en las instituciones.

Ahora se está desarrollando mucho el trabajo en granjas.

Por el interés del testimonio reproduzco lo manifestado por una madre psicóloga, terapeuta con animales, que refiere un caso de terapia asistida en granja: "Yo tuve una experiencia personal en una granja escuela con un hijo mío que era autista, es decir, no hablaba con tres años prácticamente, además de ser muy tímido. Los animales de granja están especialmente indicados para miedos, timidez patológica, mutismo, sordera, dificultades en las habilidades sociales, pero sobre todo cualquier discapacidad que tenga su origen en la inseguridad, el miedo, la tendencia al aislamiento. Los animales de granja son muy miedosos, más todavía que el ser humano miedoso. Al tranquilizar y poder dar confianza a un conejo o a una gallina o un corderito, tranquiliza y relaja el propio miedo, la propia inseguridad. Cuando un niño o persona con mucho miedo consigue dar confianza a un animal de granja y tenerlo tranquilo en sus brazos, está trabajando su propio miedo y está dándose confianza a sí mismo. Esto luego se generaliza en las relaciones humanas. Mi hijo en concreto, llevaba sin hablar con su profesora en el colegio en año y medio, cuando me decidí a llevarle a la granja escuela aprovechando una investigación que estábamos haciendo en la Facultad sobre el tema. Mi hijo, que entonces tenía cuatro años, después de haber pasado por un programa de un mes de duración, yendo tres veces por semana a la granja, comenzó a hablar con su profesora. De hecho ésta me envió una carta hablándome sorprendida de los cambios que había habido en el niño por ese entonces."

LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA

Algunos animales encuentran su hábitat mejor en el entorno de los humanos, en sus casas y en su compañía. Cuando hablamos de animales de compañía generalmente se piensa en los perros y en los gatos, pero otros animales también pueden cumplir los mismos requisitos: vivir cerca de las personas y hacerles compañía. Éste es el caso de los peces, de los hámsteres, de las ardillas y de los gusanos de seda.

Los perros son los más empujados debido a sus condiciones de sociabilidad, de docilidad, de posibilidad de entrenamiento y su capacidad

de aprendizaje, por su buena disposición para la comunicación con los humanos, por su fidelidad, por su utilidad, por su óptima aptitud para la colaboración en tareas conjuntas y en definitiva por su “afecto y su cariño” hacia su amo y a las personas con las que conviven.

El empleo de perros en residencias de personas mayores está cada vez más desarrollado. Es rara la semana que no se da a conocer en los medios de comunicación la experiencia positiva

Searles afirmaba en 1960: “Estoy convencido de que en el interior del ser humano existe un sentimiento en niveles conscientes e inconscientes que le lleva a relacionarse con su entorno no humano (los animales y la tierra), hecho de excepcional trascendencia para su estabilidad psicológica”. Menninger, el gran psiquiatra americano, afirmaba que se establece una transferencia inconsciente de sentimientos, fenómeno de extraordinario interés antropológico

La Dra. Mollie Schildkrout (1967), que ve el trabajo con animales como “otra variante del juego de la terapia”, hace las observaciones siguientes:

1. Utilizo a mi cocker spaniel, un perro muy manso y afectuoso con los niños, como un objeto transicional en el sentido que lo emplea Winnicott. Esto es especialmente importante en el caso de niños que tienen juguetes de trapo como amigos imaginarios o compañeros de cama hasta bastante mayores.
2. Encuentro útil al perro como medio de insensibilización en niños con fobias hacia los perros. Esto no excluye el empleo de interpretaciones dinámicas concurrentes, apropiadas.
3. Como “barrera de seguridad” en niños que no confían en nadie y que, por buenas razones, prefieren los animales a las personas. Es similar al empleo que hacemos de los animales de compañía con niños autistas. También lo creo aplicable en caso de niños neuróticos. Por lo que los tres paseamos juntos con frecuencia.
4. Como ocasión de expresar el afecto mutuo. En estos casos la expresión oral de los sentimientos con frecuencia desempeña un papel más importante que la actividad. Es un *modus operandi* que muchos terapeutas utilizan, con un espectro de interés que va de los peces de colores a los elefantes.
5. Como terreno para ejercitar sin peligro los rituales que observamos especialmente en niños marcadamente obsesivos. Estos pacientes satisfacen su necesidad repetitiva de decir hola, adiós

y de dar un caramelo al perro (identificación consigo mismos)". (op.cit.: Boris M. Levinson, Ph. D. *Psicoterapia infantil asistida por animales*. Barcelona. Fundación Purina. 1995 (pp.74-75)

Jon Gus practica la "psicoterapia emotivo-racional" en la que es un experto, encuentra muy útiles a los gatos como ayudantes terapeutas de la siguiente manera:

1. Utiliza la reacción del paciente conduciendo la respuesta para enseñarle a superar los miedos.
2. Empela los animales de compañía para romper el hielo.
3. Mantiene conversaciones imaginarias con los animales de compañía, empleando el cambio de sol y la proyección imaginarias.
4. Emplea los animales de compañía como ejemplos vivos del ser.

Los niños y los abuelos proyectan sus sentimientos negativos hacia el animal de compañía.

Algunas de las posibilidades de explicación psicodinámica son las siguientes:

1. Es un objeto transicional, es decir, deposita y traslada al animal sus conflictos.
2. Es una fuente de contacto físico, de afecto y de aceptación incondicional.
3. Dispone de la posibilidad de dominar la citación. El animal no debe parecer amenazador ni desafiante.

Las posibilidades de empleo de animales en internados, en centro residenciales se puede desarrollar de 4 formas diferentes: a) como ayuda al tratamiento con niños "especiales" discapacitados, autistas o con problemas emocionales o con trastornos disociales, en casos de niños con timidez, ansiedad por separaciones, experiencias traumáticas, secuelas de abuso sexual y en niños enfermos crónicos.

Análisis críticos de un estado actual de las PTACA

Las expectativas de desarrollo de las terapias asistidas por animales poseen un atractivo porvenir y unas sugerentes posibilidades de extensión y ampliación de las indicaciones. Por esta razón debemos ser muy objetivos en el examen de la situación actual de estas terapias, para evitar que el futuro no sea todo lo efectivo que merece. Un análisis sereno y objetivo de lo que se está haciendo será beneficioso.

Una primera observación que se desprende de las numerosas publicaciones que existen sobre este tema, es la secuencia notable de investigaciones que siguen las exigencias de metodología científica y experimental actual.

En las publicaciones son escasas las referencias a la importancia del efecto placebo, a la ausencia de replicaciones y de estudios contrastados, hipótesis y grupos de control. Se percibe mucho voluntarismo, muchas experiencias individuales, de casos únicos y pocos casos de. Pocas veces se describen las características de muestras amplias. Tampoco se refieren de manera clara y específica la metodología terapéutica seguida.

Se hacen algunas consideraciones generales sobre los mecanismos psicológicos que subyacen la aplicación de las terapias.

No debemos olvidar que cada caso es diferente y que no pueden aplicar las técnicas sin una exquisita adaptación técnica en cada caso

Sería una lástima no aprovechar todas las posibilidades que poseen las PTACA. La utilidad de éstas es indiscutible, demostrada empíricamente con una aplicación intuitiva, pero ya ha llegado la hora de ser más exigentes, de controlar más y mejor lo que se está haciendo. Los enfermos y los necesitados y los posibles usuarios de estas terapias lo merecen y la dignidad de nuestro quehacer. Yo creo que hay que trabajar en grupo donde no deben faltar el médico, el psicólogo, el veterinario, los terapeutas y monitores que van a aplicar las técnicas y los familiares de los usuarios.

Nuestra experiencia en la aplicación de las PTACA se ha centrado en el uso de los peces para mejorar a niños y adultos con discapacidad mental.

En total han sido 13 personas en los que se ha procedido de la manera siguiente:

EL TRABAJO CON LOS PECES

INTRODUCCIÓN

El punto de partida de nuestro estudio es el interés de poder ofrecer a los niños discapacitados psíquicos que atendemos como profesionales en nuestro centro todas las técnicas y recursos que estén a nuestra disposición, indagando en alternativas que puedan suponer una mejoría en su equilibrio psicológico para mejorar la calidad de dicha atención.

El primer paso para la realización de nuestro estudio fue hacer una revisión exhaustiva de la literatura escrita sobre el tema hasta la actualidad, centrándonos especialmente en los beneficios aportados por los animales en la población de niños con discapacidad psíquica.

Todos los estudios revisados ponen de manifiesto que las Terapias Asistidas con Animales (TACA), a pesar de ser todavía una realidad muy joven y en incipiente desarrollo son altamente beneficiosas y efectivas para aumentar la calidad de vida en diferentes colectivos de personas.

ANTECEDENTES

Aunque existen restos de tumbas de hace 14.000 años en las que encontramos esqueletos de animales junto a las de sus dueños (lo que demuestra la estrecha relación animal/hombre), la primera vez que se utilizaron animales domésticos como ayuda a la terapia fue en 1792 en Inglaterra. El médico pionero fue William Tuke, que los empleó para mejorar las condiciones infrahumanas que existían en los manicomios de la época y para enseñar autocontrol a los pacientes.

La siguiente ocasión fue en Bethel, un centro para epilépticos fundado en 1867 en Bielefeld, Alemania. En 1944 la Cruz Roja Americana organizó en el Centro para Convalecientes del Ejército del Aire en New York el primer programa que ponía en contacto a los animales con los pacientes. No se describió otra experiencia similar hasta los años 60, con el psiquiatra estadounidense Boris Levinson.

Levinson fue el primero en demostrar los efectos beneficiosos de tener un animal en su consulta mientras atendía a un niño, describiendo como su perro favorecía la comunicación, haciendo de catalizador entre el psiquiatra y el niño.

A partir de los 70 Sam y Elisabeth Corson continúan los trabajos de interacción jóvenes-animales de compañía desde el Hospital de la Uni-

versidad Estatal de Ohio, al observar que los pacientes adolescentes al oír el ladrido de los perros pidieron jugar con ellos, comprobándose que la mayoría de los que interactuaron con los animales mejoraron su comportamiento introvertido.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La explicación al fenómeno de la zooterapia pasa por el Sistema Nervioso Central (SNC) y específicamente por el sistema límbico del cerebro, encargado de regular el componente emocional de nuestra conducta. La visualización y el contacto con la naturaleza inducen la liberación de endorfinas que aportan sensaciones de tranquilidad que distorsionan y gratifican nuestros procesos mentales.

Por otra parte se ha determinado claramente que existen estrechos vínculos entre las funciones mentales y la enfermedad orgánica. Es también el sistema inmune el que participa activándose o inhibiéndose según el estado mental del individuo.

Según el tipo de animal y de interacción que se establezca con la persona, facilita o estimula determinado tipo de beneficios. Así, se ha demostrado que los perros inciden positivamente en la mejoría de enfermedades como la obesidad, la hipertensión, la osteoporosis y dolencias cardíacas en general, probablemente debido al ejercicio físico realizado con su mascota. Sin embargo, en las personas que tienen reducida su movilidad son más apropiados los gatos. Por otra parte los delfines, tal como refleja la Fundación Aqua Thought de Florida, ayudan en enfermedades relacionadas con el SNC, ya que el sonar del delfín emite unas ondas que estimulan neuronas inactivas del cerebro humano que interactúa con el cetáceo.

La piel como soporte de las terminaciones nerviosas recibe las ondas emitidas por los delfines, y por los canales transmisores llegan al oído y al cerebro, realizando una estimulación selectiva, pues dentro de las emisiones acústicas de los delfines hallamos tanto sonidos audibles por el ser humano como infrasonidos. Podríamos definir estas terapias como dirigidas a despertar zonas adormecidas y a equilibrar los hemisferios cerebrales llegando a estados de mayor coherencia y sincronía. Esto ha sido comprobado al realizar pruebas electroencefalográficas y otras mediciones asistidas informáticamente.

Asimismo, la hipoterapia o equitación terapéutica puede utilizarse para mejorar esclerosis múltiple, paraplejas, secuencias de accidentes vasculares o traumatismos craneoencefálicos.

Tan importante como los beneficios físicos y orgánicos son los psicológicos. Se ha demostrado que el contacto con la naturaleza y los animales nos proporciona un estado de conexión con el mundo con un estado de conciencia diferente, en que el lenguaje no verbal tiene preponderancia sobre el verbal, siendo más conscientes de las señales que el cuerpo emite. Entre dichos beneficios destacarían los siguientes:

- Desarrollo de la estimulación multisensorial: el contacto con el animal es un poderoso estímulo sensorial en los enfermos con inhibiciones comportamentales y emocionales, transmitiendo mecanismos liberadores a través del lenguaje no verbal.
- Desarrolla la sensibilidad de los niños creándoles hábitos de servicio y responsabilidad, así como un sentimiento de utilidad relacionada con la necesidad inherente de nutrir a otros lo cual redundará, a su vez, en un aumento de su autoestima.
- Facilita la relajación y, por tanto, la reducción de la ansiedad.
- El contacto con el animal es un catalizador social.

No obstante, y como contrapartida a todo ello, habría que señalar a pesar de todos estos beneficios existe un cierto escepticismo por parte de muchos especialistas, debido a la falta de investigaciones y publicaciones que garanticen el rigor científico. Hay que tener en cuenta que en este tipo de experiencias con animales influyen las características del propio animal, el clima lúdico que pueda crearse, los refuerzos que se pongan en juego, la relación que se establece con el animal, el cuidador, el terapeuta y otros muchos factores que pueden interferir sin que sean controlados con la suficiente fiabilidad y validez.

OBJETIVOS

- GENERAL:

Describir la influencia de los peces en niños afectados con retraso mental en el contexto escolar y su posible generalización a otros ambientes.

- ESPECÍFICOS:

- 1.- Mejorar la memoria.

Actividad: Recordar la sucesión o secuencia de acciones implicadas en el cuidado de los peces.

2. Aumentar el número de expresiones verbales.
Actividad: Animar al niño a que nombre los objetos que utiliza y su utilidad.
3. Aumentar la capacidad de atención y concentración.
Actividad: Enfocar la atención en la tarea y aumentar la concentración sostenida.
4. Provocar la participación espontánea en la Actividad/Desinhibición.
Actividad: Verbalizar el deseo de participar en la actividad y hacerlo efectivo.
5. Fomentar la maduración de hábitos sociales para comunicarse con el otro.
Actividad: Establecer juegos cooperativos, entendiendo la cooperatividad como el conjunto de conductas y habilidades que suponen que dos o mas niños tomen parte en la actividad implicando reciprocidad de conductas, intercambio en el control de la relación y facilitación de la actividad.
6. Mejorar la psicomotricidad
Actividad: Mejora del control postural necesario para la realización de la actividad y coordinación de movimientos implicados en dicha actividad
7. Mejorar del autoconcepto del niño
Actividad: Fomentar el número de autoafirmaciones positivas como refuerzo a sí mismo con evaluaciones hechas con respecto al desempeño individual de la tarea.
8. Mejorar su capacidad para la adquisición de hábitos
Actividad: Instauración e interiorización de la actividad de forma diaria.
9. Estimulación de la relajación / Disminución de la ansiedad
Actividad: Observación de los peces.

MÉTODO

- MUESTRA:

En nuestro estudio participaron un total de 13 sujetos, todos ellos afectados por Retraso Mental. Dichos sujetos están divididos en tres grupos, escogidos de forma aleatoria. Todos los sujetos además del retraso mental presentan comportamientos desadaptativos de distinta índole e inmadurez emocional.

La media de edad es de 12'5 años, siendo 10 de ellos varones y 3 mujeres. Teniendo en cuenta el número total de alumnos podemos deducir que la muestra con la que hemos trabajado corresponde aproximadamente al 33% de la población total que era objeto de estudio.

A pesar de que todos los sujetos presentan un perfil psicopatológico homogéneo, a continuación exponemos someramente sus características individuales en cuanto al grado de retraso que les afecta y su diagnóstico:

- Sujeto 1: H.J.G.
 - .RM Moderado (45% de minusvalía)
 - .Síndrome de Down
 - . Trastorno profundo del desarrollo de tipo psicótico.
- Sujeto 2: C.G.V.
 - .RM Moderado (51% de minusvalía)
 - .Trastorno de Atención con Hiperactividad
 - .Dinámica sociofamiliar desestructurada.
- Sujeto 3: J.L.L.
 - .RM Moderado (47% de minusvalía)
 - .Síndrome de Down
 - .Síndrome de Perthes (afectación de la cadera derecha).
- Sujeto 4: A.Q.P.
 - .RM Moderado (54% de minusvalía)
 - .Síndrome motórico (desarrollo óseo y muscular anormal)
 - .Dinámica sociofamiliar desestructurada.
- Sujeto 5: F.S.S.
 - .RM Profundo (75% de minusvalía)
 - .Síndrome de Down
- Sujeto 6: L.V.P.
 - .RM Grave (69% de minusvalía)
 - .Encefalopatía / Hemiplejía.
 - .Epilepsia.

- Sujeto 7: A.S.G.
 - .RM Moderado (76% de minusvalía)
 - .Epilepsia.
 - .Trastorno profundo del desarrollo de tipo psicótico.
- Sujeto 8: M.G.L.
 - .RM Moderado (33% de minusvalía)
 - .Microcefalia
 - .Trastorno profundo del desarrollo de tipo psicótico.
- Sujeto 9: A.S.V.
 - .RM Profundo (95% de minusvalía)
 - .Síndrome de West
 - .Dinámica familiar desestructurada.
- Sujeto 10: S.Q.T.
 - .RM Grave (68% de minusvalía)
 - .Trastorno profundo del desarrollo.
- Sujeto 11: J.S.E.
 - .RM Profundo (65% de minusvalía)
 - .Síndrome de Down
- Sujeto 12: J.S.J.
 - .RM Moderado (33% de minusvalía)
 - .Síndrome de Down
- Sujeto 13: J.M.M.
 - .RM Moderado (80% de minusvalía)
 - .Rasgos psicóticos.

MATERIAL

Se han utilizado tres peceras rectangulares de plástico con tres peces cada una, todas ellas de idénticas características. Asimismo se ha utilizado un material auxiliar para su uso y cuidado (comida para los peces, recipiente para cambiar el agua, etc.)

PROCEDIMIENTO

Para detallar toda la secuencia de actos efectuados en la ejecución de este estudio es necesario tener en cuenta que se comenzó con un periodo inicial de una semana de duración de observación asistemática. La intervención se desarrolló a lo largo de un mes, durante el horario correspon-

diente a la jornada escolar de nuestro centro que es de 10 a 1 de la mañana y de 3 a 5 de la tarde. En dichas sesiones intervinieron el grupo de niños, los animales y el profesor, siendo éste último el encargado de dar las instrucciones a los niños (a partir de una sencilla consigna para su cuidado consistente en limpiar, cambiar el agua, oxigenarla y darles de comer), así como de registrar las conductas objeto de estudio.

Protocolo de cuidado de la pecera:

En primer lugar el agua había que reponerla y oxigenarla todos los días, para lo cual era preciso sacar tres vasos de agua de una garrafa de cinco litros. La garrafa se va llenando a medida que ésta se utilice, con el fin de tener siempre agua cuando se necesite, con el único requisito de dejarla reposar durante veinticuatro horas antes de utilizarla.

Una vez a la semana el agua de la pecera se renueva completamente y se oxigena usando para ello un líquido especial el cual ha de utilizarse poniendo dos gotas para que no sea excesivo el oxígeno que haya en el agua y conservar adecuadamente los peces.

Del mismo modo, y diariamente, se procede a retirar los residuos que quedan en el agua con la ayuda de una pequeña red limpiadora. Tras realizar todas estas tareas se le suministra la comida a los peces, siempre de forma racionada.

Para la recogida de información se ha utilizado una hoja de registro de la conducta objeto de estudio, donde se refleja la frecuencia de emisión de dicha conducta en cada alumno, así como aquellas observaciones que puedan resultar de interés.

DISCUSIÓN

En primer lugar habría que señalar que la realización del presente estudio ha sido una experiencia sumamente positiva en sí misma, independientemente de los resultados obtenidos, debido a la motivación que ha supuesto en especial para los niños, tanto de forma individual como en la mejora de la dinámica funcional del grupo. Ha sido realmente espectacular como han acogido la experiencia.

No obstante, también nos parece importante reseñar que aunque la recogida de datos ha sido básicamente cuantitativa, el medir reacciones intelectuales y emocionales en sujetos con deficiencia mental no es fácil sin quedarnos en un análisis reduccionista el número de veces que emite una conducta. No podemos olvidar que este tipo de personas tienen

dificultad para expresar y canalizar sus emociones. Somos conscientes, en este sentido, de que han podido intervenir otros factores que hayan supuesto un sesgo, ya que no es un ambiente experimental donde se controlen todas las variables tanto ambientales como personales.

Aunque en un primer momento nuestra hipótesis de trabajo era la modificación de comportamientos en el área del control de los impulsos, especialmente los de índole agresivo, tras un periodo de observación asistemática, se evidencia un cambio significativo en cuatro sujetos de la muestra, en concreto los sujetos 1, 6, 10 y 12. Todos estos sujetos comparten, como característica común, una fuerte tendencia a la inhibición emocional y el aislamiento social, y no suelen mostrar interés en la realización de actividades ya sean pedagógicas o lúdicas. Por ello, nos resulta especialmente llamativo su interés en este estudio.

De cualquier forma, en mayor o menor medida, se han cumplido todos los objetivos planteados en el diseño inicial del estudio e incluso los cambios observados se han generalizado en otras áreas de su funcionamiento en el centro e, incluso, en otros ambientes. Destacaríamos los siguientes resultados:

Se han incrementado el número de interacciones sociales de las mismas, ya que al estar planteado como una tarea grupal, implícitamente ha requerido tener que respetar los turnos de participación, la no exclusividad de la tarea y el tener un centro de interés en común, aumentando la cohesión del grupo.

Instauración o refuerzo, según los casos, del sentido de la constancia así como el no esperar siempre una gratificación inmediata tras la realización de una tarea o actividad.

Desarrollo de conductas de desinhibición, especialmente en los casos anteriormente comentados, en los que se ha objetivado una implicación en la tarea que ha servido de enlace o vínculo con otras actividades grupales.

Reforzamiento en la capacidad de autocontrol, ya que la emisión de comportamientos disruptivos por parte de los niños llevaba aparejado la no inclusión, al menos durante una jornada, en la tarea. Se ha observado que sujetos que presentaban este tipo de comportamientos de forma habitual los han reducido de forma evidente, tanto en la frecuencia como en la intensidad de los mismos.

Se ha objetivado, asimismo, una mejora general en la capacidad de atención y concentración de los sujetos sin necesidad de inducirlos a ello, probablemente por el poder motivador de la tarea propuesta.

Se ha mejorado la cualidad y el número de expresiones verbales, aspecto éste también relacionado con lo motivados que estaban en la tarea y el deseo de hacerla bien.

Por todo ello, creemos que los resultados obtenidos en el presente estudio confirman y verifican de alguna forma las conclusiones de otros estudios centrados en los beneficios psíquicos y sociales que aportan las Terapias Asistidas con Animales en determinadas poblaciones.

Creemos que ello es beneficioso no sólo en poblaciones que presentan determinadas enfermedades, como la que ha sido objeto de estudio, si no en la población general ya que probablemente es esta época histórica y especialmente en la sociedad occidental e industrializada es donde mayor número de individuos solitarios y aislados hay. Y ello no es sino un caldo de cultivo para enfermedades y trastornos como la ansiedad o la depresión.

Quizás, en muchas ocasiones, el animal sustituye la relación, el vínculo y la necesidad de ser querido que debería establecerse con otros humanos. Y quizás ésta sea una forma más de llenar nuestros vacíos interiores...