

BENEFICIOS DE LA COMPAÑÍA DE LOS ANIMALES PARA LOS ANCIANOS

*Cira Fraser**

*Traducido con autorización
por Noyra Robledo O.***

Resumen

El presente artículo se refiere a la importancia que para los ancianos puede tener la compañía de un animal doméstico y los beneficios que puede reportar desde el punto de vista sico-afectivo, así como coadyuvante en el tratamiento de ciertos trastornos, pérdidas o enfermedades en las que el animal puede representar la solución o una ayuda terapéutica para mantener un bienestar físico y mental en el anciano.

Palabras claves:

Anciano

Comunicación no verbal

Apoyo social

Sistema de apoyo sicosocial

* RN, MS. Enfermera Instructora. Esuela de Enfermería, Hospital Long Island. Brookyn, New York, USA.

** Enfermera. Profesora Facultad de Enfermería, Universidad de Antioquia.

La creciente población de ancianos es un gran reto para las enfermeras del presente. Como ellas tienen un contacto más amplio con los ancianos, están en la posición ideal para identificar aquellos factores que pueden afectar su bienestar.

El vínculo *persona-compañía animal*, es una esperanza para mejorar la calidad de vida de individuos con pérdidas sociales, económicas y de salud. En este sentido, el empleo de la compañía de animales podría considerarse una intervención simple y de bajo costo que puede promover y mantener el bienestar físico y mental de los ancianos.

El anciano enfrenta muchas pérdidas (parientes, amigos, asociados) y gradualmente va retirándose de la participación activa con otras personas. Por tanto los objetos y los animales tienen lugares cada vez más significativos en sus vidas. A medida que se cierra el círculo social, las mascotas van ocupando una posición prominente, brindando sentimientos de seguridad.

El animal compañero acepta al anciano a pesar de su bajo nivel de autoestima, cambio de roles y cambios físicos (Levinson, 1969). El vínculo persona-animal compañero, puede ayudar a mitigar la soledad y el aislamiento social experimentado por algunas personas.

La jubilación constituye un importante cambio de rol, con el consiguiente cambio de estatus. La compañía animal puede ayudar al individuo en su proceso de autoaceptación del nuevo rol. La mascota no es un retador, ni un rival y puede inducir a nuevas actividades, aventuras e intereses. La caminata con un perro, puede proporcionar nuevos contactos e interacciones así como brindar la oportunidad de ejercicio y afecto. El animal compañero es un *otro significativo* con quien puede compartirse. Una mascota brinda amor y aprobación incondicional. Muchos ancianos y personas solitarias han descubierto que las mascotas satisfacen necesidades emocionales vitales. Reconocen que al cuidar un animal, aún pueden sostenerse en un mundo de realidades, de cuidados, de trabajo arduo, de sacrificios y de relaciones emocionales intensas. El concepto de sí mismos como personas dignas puede recuperarse y, aun aumentarse, por la seguridad de que sus mascotas les devolverán el amor que ellos les dan. (Levinson, 1969, p. 368).

Katcher (1983) señala la seguridad, la intimidad, la camaradería y la constancia, como los resultados de transacciones entre las personas y los animales. Se cree que estos resultados preservan nuestro equilibrio físico y mental. La compañía de animales hace sentir seguro al individuo; las personas que poseen mascotas parecen ser más asequibles, una persona o un lugar que tenga un perro, parece más seguro, más amable y menos amenazante.

Entre personas y animales es evidente la intimidad, la combinación de palabras y caricias, la camaradería; las mascotas se consideran parte de la familia: se celebran sus cumpleaños, se les fotografía, se les habla en un lenguaje simple y, si son pequeñas se les carga como niños.

Katcher considera el perro como una imagen de la constancia. "La constancia del animal es la constancia del tiempo cíclico, la vida en los ciclos de días, meses, estaciones, edades. Es el tiempo que existió antes de nuestro concepto de historia lineal, antes de que volara la flecha del tiempo." (p. 526)

Nuestra propia constancia es sustentada por la constancia del comportamiento del perro. Su amor es inmutable; es fiel y persistente. Por ello, las mascotas pueden tener un importante papel para estabilizar la vida y los patrones de actividad de los ancianos.

Las mascotas actúan como *relojes* en la vida de aquellos que ya no tienen horarios sociales o laborales para marcar el paso de sus vidas y se convierten en un factor significativo para la conservación de los patrones de descanso y actividad. Se cree que los patrones externos influencian la regulación de nuestros ritmos biológicos diarios, los *picos* y *depresiones* del organismo; se piensa que la conservación de un patrón rítmico, constante, del individuo, promueve la salud (Fraser y Filler, 1989).

Investigaciones

Durante miles de años, los animales han brindado compañía a los seres humanos. En los últimos quince años se ha hecho evidente la investigación sistemática de las interacciones entre personas y animales; como son estudios sobre los vínculos entre dos especies sociales, se han invo-

lucrado varias disciplinas (sicólogos, siquiatras, sociólogos, veterinarios y enfermeras).

Los estudios sugieren que la compañía animal puede facilitar la interacción social y mejorar la salud, la supervivencia y la moral. Estos beneficios han sido demostrados en ancianos institucionalizados y no institucionalizados, como también en la población general.

Corson y Corson (1981) realizaron un estudio en un ancianato de 800 camas, con el fin de observar la respuesta de los pacientes a la sicoterapia inducida por mascotas (PFP)* e investigar su efecto en la moral y el desempeño del personal de salud. Se empleó una gran variedad de razas de perros, con diferentes comportamientos y temperamentos; los perros pequeños fueron muy útiles para los pacientes en cama y en silla de ruedas.

Los animales brindaron una forma de comunicación no verbal ni amenazante y comodidad táctil; este contacto ayudó a romper el ciclo de retraining, desesperanza y soledad. Se encontró que los animales, dentro de una institución, crean un sentimiento comunitario y mejoran la moral de los pacientes y el personal, ya que ayudan como catalizadores sociales.

Friedmann, Katcher, Lynch y Thomas (1980) han contribuido notablemente a la investigación sobre las interrelaciones entre, la gente y sus mascotas. Estos investigadores examinaron los efectos del apoyo y del aislamiento social en relación con la supervivencia de pacientes con diagnóstico de enfermedad cardiaca isquémica, después de su salida del hospital. La muestra incluyó 92 sujetos de raza blanca (28 mujeres y 64 hombres); la posesión de mascotas fue sólo uno entre 50 ítem del inventario social que se aplicó para evaluar el estado socio-económico, la interacción social, la movilidad geográfica y la situación de vida. Katcher (1981) aportó su discernimiento personal a este estudio. Indicó que el foco principal era la investigación de las relaciones humanas; sólo se esperaba que la posesión de mascotas explicara por qué algunas personas aisladas del contacto humano, disfrutaban de buena salud. Katcher dice que "la presencia de una mascota fue el indicativo social más fuerte de supervivencia durante el año

* Pet-facilitated Psychotherapy.

siguiente a la hospitalización". (p. 48) Las personas que poseen perros u otras mascotas tienen un mayor porcentaje de supervivencia. Katcher continúa: "el efecto de las mascotas se detectó no sólo en aquellas personas aisladas socialmente y fue independiente del estado civil y del acceso al apoyo social de otras personas". (pp. 49-50)

McCulloch (1981) examinó la forma como las personas deprimidas o con enfermedades crónicas percibían el impacto de la enfermedad en sus vidas, los sistemas de apoyo y la influencia de mascotas en su enfermedad y en la calidad de vida. El investigador encontró que la presencia de mascotas fue percibida como importante para hacer frente a la depresión y la enfermedad, a pesar de una relativa estabilidad social y sistemas de apoyo adecuados. McCulloch recomienda que las mascotas deberían usarse como una forma coadyuvante en el tratamiento de las personas con enfermedades crónicas. La prescripción de mascotas puede ser apropiada en: 1) enfermedad e incapacidad crónicas, 2) depresión, 3) relaciones previas positivas con mascotas, 4) cambio de roles, 5) dependencia negativa, 6) soledad y aislamiento, 7) personas indefensas, 8) baja autoestima, 9) desesperanza, 10) pesimismo y mal humor.

Robb (1983) investigó el estado de salud (control, fuentes sociales percepción de salud mental, salud física) en relación con la asociación individuo-mascota, en una población de enfermos residentes en un ancianato. La investigadora encontró que la vida con una mascota estaba significativamente asociada con una moral más alta en pacientes crónicos con diagnósticos de EPOC, diabetes, cáncer y enfermedad coronaria. Otro estudio también llevado a cabo en un ancianato, examinó el impacto de los estímulos sobre el comportamiento social de ancianos con enfermedades crónicas. Los criterios de comportamiento social fueron cinco actividades observables: 1) verbalización, 2) sonrisa, 3) expresión, 4) ojos abiertos, 5) inclinación hacia el estímulo.

Los tres estímulos fueron una botella de vino, una planta y un cachorro enjaulado; de inanimado a animado en un continuo. El cachorro produjo el aumento más llamativo del comportamiento social. Los cachorros se consideran de aceptación incondicional y ofrecen amor así como estimulación de los sentidos del olfato, el tacto, la visión y el oído. (Robb, Boyd y Pritash, 1980)

También se ha examinado el papel del gato mascota en una población geriátrica hospitalizada. Ha demostrado ser económico y valioso y de mínimo gasto de tiempo para el personal. La mascota brinda a los pacientes una experiencia placentera, incrementa sus respuestas, les ayuda a conservar el contacto con la realidad y mejora la respuesta general al tratamiento. También incrementa la simpatía entre los pacientes y el personal de salud (Brickel, 1979).

Smith (1983) estudió las interacciones entre perros y mascotas con los miembros de las familias y encontró que la localización, dirección de movimientos y orientación de los perros, está influenciada por la localización de los miembros de la familia. La rutina diaria del cuidado del perro, tal como alimentarlo, está acompañada de interacciones sociales. En familias sin hijos, las personas y el perro interactúan más rápida, completa y frecuentemente, cinco o más veces por hora y por persona, en comparación con aquellas familias con hijos que interactúan con el perro sólo una o dos veces. En las familias sin hijos, el perro pasa más tiempo a los pies de alguien. Estos hallazgos son significativos y valiosos para la asesoría de los ancianos que viven solos. Si hay un perro en casa las interacciones sociales ocurren probablemente entre las personas y el perro. Las observaciones del efecto *lubricante social* de las mascotas sobre sus dueños, han revelado que la presencia de un perro corriendo en el parque o en la calle, aumenta significativamente las probabilidades de acercamiento entre su dueño y otras personas. El comportamiento de *contacto* es mirar al perro, mirar al dueño, caminar más despacio o detenerse y hablar con el dueño. No hay evidencia de que los caminantes ancianos sean menos propensos a hablar con extraños que los caminantes jóvenes. (Messent, 1983)

Salmon y Salmon encontraron que, con respecto al ciclo de vida, los perros satisfacen más necesidades a los viudos, separados y divorciados que a personas de otros estados civiles. El perro parece ser una parte importante en sus vidas y es descrito más como un amigo íntimo o como un hijo; les hace sentir más seguros y les brinda mayores oportunidades de hacer ejercicio. El 73% de las parejas maduras reportaron haber tenido conversación con otras personas mientras caminaban con sus perros, con quienes de otro modo no habrían hablado. El total de los solteros, viudos, separados y divorciados reportó menos problemas con sus mascotas, que las personas ca-

sadas. Un problema prevalente detectado en este grupo fue el costo de sostener un perro (comida y veterinario).

Las parejas ancianas sin hijos señalaron como problema la necesidad de ejercitarse al perro. También se reportó que los perros satisfacen las necesidades de compañía, amistad, amor y afecto. Y se cree que satisfacen la necesidad de diversión, contacto físico y expresión de sentimientos; además de ser importantes desde que dan a sus amos un amor incondicional, sin críticas ni prejuicios.

Consideraciones

Entre los ancianos es muy frecuente el problema de tener que escoger entre una vivienda apropiada o continuar con sus mascotas. Se ha encontrado que los ancianos no desean *desprenderse* de sus animales y prefieren permanecer en viviendas poco seguras para poder conservarlos. Las normas de los hogares públicos y privados para quienes poseen mascotas, varían mucho. (Nussman y Burt, 1982) Los abogados de propietarios de mascotas están luchando por cambiar la legislación, con el fin de permitir a los ciudadanos conservar sus mascotas.

Katcher (1982) adujo que los profesionales deberían conocer la importancia de la compañía de animales y las implicaciones de su pérdida. Se dispone de muy pocos mecanismos de apoyo social para quienes, elaboran el duelo por la pérdida de su mascota. "Este duelo puede ser tan peligroso para el equilibrio síquico y la salud del anciano, como la muerte de un miembro de su familia." (p. 8) Las enfermeras también pueden ayudar a las personas durante este proceso de duelo por la pérdida de su amada mascota.

Tanto los profesionales como las mascotas pueden ser conscientes de quienes han perdido al esposo o esposa, pueden necesitar ayuda y comprensión en el cuidado de sus mascotas. Para facilitar la elaboración del duelo, por la muerte del cónyuge alguien debe ayudar al dueño del animal a cuidarlo durante las primeras tres semanas después de la pérdida. (Lund, Johnson, Baraki y Dimond, 1984)

Friedman, Katcher y Meislich (1983) investigaron los sentimientos y problemas relacionados con las mascotas, en personas hospitalizadas propietarias

rias de animales. Aun aquellos individuos hospitalizados por enfermedades graves expresaron preocupación e interés por sus animales. El 81% recibió noticias sobre sus mascotas mientras estuvieron en el hospital y el 66% tuvo noticias diariamente o aun más frecuentemente; el 21% *habló* con sus mascotas por teléfono. En el proceso de conseguir información sobre sus animales, se hicieron contactos con otras personas, las mascotas facilitaron la interacción entre los dueños, amigos y familiares. Si el personal del hospital reconociera los problemas relacionados con las mascotas, ayudaría a aliviar la ansiedad del paciente y a fomentar una actitud positiva hacia la hospitalización.

Implicaciones para enfermería

Las enfermeras deben conocer las teorías y los resultados investigativos relacionados con la compañía de animales y los ancianos. Las intervenciones que involucran la compañía animal, presentan una enorme promesa para mejorar la calidad de vida de los ancianos.

Dichas intervenciones pueden incluir las recomendación de un animal apropiado para el anciano, o la referencia de la persona interesada a una organización de suministro de animales que tenga un programa adecuado para *emparejar* animales y personas, además de seguimiento de apoyo para el cuidado. Estos programas ya funcionan en los Estados Unidos. (Fraser, 1989)

Otra intervención importante es introducir el concepto de animales residentes y programas de visitas de mascotas, para los administradores de ancianatos. Una mascota residente, tal como un gato, puede ayudar a satisfacer las necesidades de algunos ancianos residentes. El programa de visitas ofrecido por una sociedad humanística de la localidad, el zoológico o un grupo de voluntarios, también puede resultar apropiado. La educación de las enfermeras y otros trabajadores de la salud es esencial en la planeación, implementación y evaluación de estos programas. El éxito en el uso terapéutico de animales depende de la total cooperación del personal del ancianato.

Las enfermeras, cualquiera sea su lugar de trabajo, pueden recomendar la revisión de los formularios de evaluación del paciente, con el fin de incluir

la evaluación sistemática del vínculo persona/compañía animal. Una guía de evaluación incluye: 1) tipo de mascota, 2) tiempo de tenencia, 3) razones por las que se adquirió, 4) personal principal en el cuidado de la mascota, 5) papel identificado de la mascota en el hogar, 6) su presencia en fotografías familiares, cumpleaños y fiestas. (Davis, 1988)

Los avances tecnológicos proliferan en el área de la salud, y como resultado, la atención de enfermería se hace cada vez más compleja. Por tanto, siempre que sea posible, las enfermeras deberían considerar intervenciones más simples y de menor costo, siempre que sea posible, como el uso terapéutico de los animales para mantener y promover el bienestar físico y mental. (Fraser, 1990)

Bibliografía

- BRICKEL, C. M. The therapeutic roles of cat mascots with a hospital-based geriatric population: A staff survey. *The Gerontologist* 1979; 19 (4): 368-372.
- CORSON, S. A. & CORSON, E. O. Companion animals as bonding catalysts in geriatric institutions, In B. Floge (Ed.), *Interrelations between people and pets* (146-174), Illinois: Charles C. Thomas Publisher, 1981.
- DAVIS, J. H. Implications of the human-animal companion bond in the community *Home Healthcare Nurse* 1988; 3 (6): 11-14.
- FRASER, C. Companion animals and the promotion of health. *Comprehensive Nursing Quarterly* (Japan) 1990; 25 (1): 59-72.
- FRASER, C. & FILLER, M. The assessment factor most nurses forget. *RN* 1989; march: 32-34.
- FRIEDMANN, E.; KATCHER, A. H., LYNCH, J. J. & THOMAS, S. E. Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*. 1980; 95 (4): 307-312.
- FRIEDMANN, E.; KATCHER, A. & MEISLICH, D. When pet owners are hospitalized: Significance of companion animals during hospitalization. In A.H. Katcher & A.M. Beck (Eds.), *New perspective on our lives with companion animals* (pp. 346-350). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.
- KATCHER, A. H. Interactions between people and their pets: form and function. In B. Floge (Ed.), *Interrelations between people and pets* (pp. 41-67). Illinois: Charles C. Thomas Publisher, 1981.

- KATCHER, A. H. Are companion animals good for your health? *Aging* 1982; sept./oct.: 2-8.
- KATCHER, A. H. Man and the living environment: An excursion into cyclical time. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp. 519-531). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.
- LAGO, D.; KNIGHT, B. & CONNELL, C.: PACT: A pet placement organization for the elderly living at home. *Aging* 1982. Sept./oct.: 19-25.
- LEVINSON, B. M. Pets and old age. *Mental Hygiene* 1969; 53: 364-368.
- LUND, D. A.; JOHNSON, R.; BARAKI, H. N. & DIMOND, M. F. Can pets help the bereaved? *Journal of Gerontological Nursing*. 1984; 10: 8-12.
- McCULLOCH, M. J. The pet as prothesis. In B. Flage (Ed.), *Interrelations between people and pets* (pp. 101-123). Illinois: Charles C. Thomas Publisher, 1981.
- MESSENT, P. R. Social facilitation on contact with other people by pet dogs. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp. 37-46). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.
- NUSSMAN, J. & BURT, M. No room for pets. *Aging* 1982; Sept./oct.: 15-18.
- ROBB, S. S. Health status correlates of pet-human association in a health-impaired population. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp. 318-327). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.
- ROBB, S. S.; BOYD, M. & PRTASH, C. L. A wine bottle, plant and puppy: Catalysis for social behavior. *Journal of Gerontological Nursing* 1980; 6 (12): 721-728.
- SALMON, P. W. & SALMON, I. M. Who owns Who?: Psychological research into the human-pet bond in Australia. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp. 244-265). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.
- SMITH, S. L. Interactions between pet dog and family members: An ethological study. In A. H. Katcher & A. M. Beck (Eds.), *New perspectives on our lives with companion animals* (pp. 29-36). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1983.