



Sigmund Freud y su perro Jofi, quien lo apoyaba en sesiones terapéuticas. Foto: haaretz.co.il

MASCOTAS Y PADECIMIENTOS ESPECÍFICOS

La terapia asistida con animales, o ATT, es el nombre con el que se conoce a este acompañamiento realizado en un conjunto de sesiones estructuradas para alcanzar objetivos específicos. Los animales más comunes en el procedimiento son gatos o perros, pero los existen también con peces, caballos o casi cualquiera que sea apto para esta tarea, lo que depende de los objetivos y el problema a tratar.

Al tener metas más específicas, las ATT difieren de las actividades asistidas con animales, lo que responde al nombre de AAA, aunque también esta es una manera en que ellos pueden intervenir para la mejora de la salud humana. Estas son reuniones que pueden ser recreativas o con el fin de mejorar su comodidad.

Una mascota amigable puede ayudar con problemas físicos, como reducir la presión arterial y mejorar la salud cardiovascular general; así como liberar endorfinas, que son la hormona de la felicidad y tienen

un efecto calmante. Así, el estado psicológico general se mejora, reduciendo el dolor y el estrés.

Las actividades terapéuticas en las se aprovecha la presencia de animales, pueden ser la mejora de las habilidades motrices, el movimiento asistido o independiente. Del mismo modo, se mejora la interacción con otras personas y se aumenta la voluntad para participar en las actividades propuestas.

La comunicación verbal y las habilidades sociales también son ejercitadas con una mascota terapéutica, así como en la vida cotidiana esta compañía puede ayudar a disminuir el aburrimiento, la soledad y el aislamiento, llegando al punto de tener efectos positivos sobre la depresión.

Los niños con trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) pueden beneficiarse de la compañía de una mascota, puesto que el exceso de energía se balancea paseando a un perro y jugando con él. Además de que los cuidados de la misma favorecen el aprendizaje de una rutina, lo cual es útil para aplicarlo al mundo exterior.