



universidad
de león



Facultad de
Ciencias de la Salud

GRADO EN ENFERMERÍA
Curso Académico 2019-2020

TRABAJO DE FIN DE GRADO

TITULO: Beneficios de la terapia asistida con animales en Personas Mayores.

ALUMNA: Carla Franco Fernández.

TUTORA: Ángela Pilar Calle Pardo.

León, 18 de junio de 2020.

Índice:

1. Resumen.....	2
2. Introducción.....	3-10
2.1. Antecedentes de la terapia asistida con animales.....	3-4
2.2. Vínculo humano-animal.....	4
2.3. Alcances de esta terapia.....	4-6
2.4. Tipos de actuaciones con animales.....	6
2.5. Población a la que se dirige.....	6-7
2.6. Características de la vejez.....	7-8
2.7. Riesgos.....	8-9
2.8. Situación actual en España.....	9-10
3. Objetivos.....	10-11
4. Material y métodos.....	11-12
5. Resultados y discusión.....	12-25
6. Conclusión.....	25-26
7. Bibliografía.....	27-29

1. Resumen:

La ancianidad trae consigo una serie de cambios, asociados a cierta sintomatología, como puede ser soledad, depresión, dolor crónico, demencia, etc. Existe una terapia alternativa que trata de paliar estos síntomas, la terapia asistida con animales, la cual se utiliza para prevenir y tratar patologías tanto físicas como psíquicas.

El objetivo de esta revisión bibliográfica es valorar la efectividad de la terapia asistida con animales en personas mayores. Para ello, se realizó una búsqueda en las bases de datos "SciELO", "Google Scholar", "Pubmed" y "Dialnet". Después de analizar y descartar artículos por incumplir los criterios de inclusión, fueron utilizados finalmente un total de 17 artículos científicos.

Tras la puesta en marcha de la terapia asistida con animales y su continuidad en el tiempo, se demostró en la mayoría de los estudios diversos beneficios fisiológicos, sociales, mentales, etc. Aunque también se valoran ciertos riesgos los cuales se pueden aminorar con un adiestramiento eficaz, controles veterinarios y protocolos de higiene.

Los estudios referentes a estas terapias tienen ciertas limitaciones, como son la escasa evidencia, la falta de estudios con grupos control, etc., por ello, es necesario seguir investigando y evidenciando las ventajas de esta terapia alternativa en los ancianos, ya que dicha franja de edad está en incremento en la mayoría de poblaciones.

Palabras clave: Terapia asistida con animales, terapia asistida con animales en ancianos, situación actual en España, terapia asistida con animales en residencias, terapia asistida con animales en la vejez, en la tercera edad.

2. Introducción:

La Terapia asistida con animales constituye las Terapias Holísticas y se considera simultáneamente Terapia Ecológica.¹

La Terapia Asistida con animales incluye tanto animales domésticos, como algunos mayores, teniendo en cuenta las cualidades del animal, los cuales se deben adaptar a las complicaciones a tratar, deben estar adiestrados en el trabajo en entornos particulares y portarse correctamente ante situaciones imprevisibles.¹

El animal más empleado es el perro, básicamente por la diversidad de razas, la facilidad de adiestramiento y su temperamento característico, siendo también utilizados los gatos, los caballos o Hipoterapia y otras mascotas o animales de compañía.¹

Esta metodología, también se conoce como Zooterapia e implica en la prevención y tratamiento de patologías humanas a los animales, tanto físicas, como psíquicas.¹

2.1. Antecedentes de la terapia asistida con animales:

Hipócrates (460 a.C.) estimado como padre de la Medicina y coetáneo de Sócrates y Platón, recomendaba a las personas con enfermedades incurables la práctica de equitación con el fin de mejorar el estado emocional.¹

En el siglo XVII varios médicos aconsejaban la práctica diaria de equitación para curar la gota. En el 1792, en Inglaterra, se trató a enfermos mentales con esta técnica. Posteriormente, en 1867, los animales de compañía se utilizaron para tratar a pacientes epilépticos en Alemania.¹

En el 1944, en Nueva York, en el Centro para Convalecientes de la Fuerza Aérea, se inició el programa terapéutico para la rehabilitación de aviadores. Los años 50, se pueden considerar el origen de la Hipoterapia, cuando Liz Hartel enfermo de poliomielitis ganó un medallón en el arte de doma clásica, en los Juegos Olímpicos de Helsinki. Este hecho hizo que se extendiera por el norte de Europa donde se utilizó para tratar las consecuencias de la poliomielitis.¹

En los años 70, consiguió triunfar en países como Francia, Suiza, Italia, Alemania y Austria.¹

En el siglo XX, Freud aseguraba la obtención de efectos positivos debida a la presencia de perros en la niñez. Nightingale, precursora de la enfermería moderna, defendía la terapia con animales para recuperar la salud en heridos, enfermos o discapacitados.²

Katcher y Beck, licenciados en psicología, autentificaron los cambios fisiológicos que se producen al interaccionar el paciente con un perro, lograron observar la relajación de los músculos, la desaceleración del ritmo cardíaco, la regulación de la respiración, lo cual indica una disminución de la acción del sistema nervioso simpático, es decir, una reducción de los niveles de estrés.²

2.2. Vínculo humano-animal:

En la historia de desarrollo evolutivo el humano y los animales han estado vinculados, nutriendo y enriqueciendo la experiencia de las personas, prueba de ello son las anécdotas que se encuentran en literatura, religión, cultura y arte.

Marc Bekoff, profesor de ecología y biología, dijo “las anécdotas o las historias siempre encuentran su camino en la visión que tiene la gente sobre los animales”.³

El proceso de domesticación depende de la elección de los animales efectuada por el ser humano, en la cual se busca una mejor adaptación a nuestro ambiente, y un apoyo en el proceso de caza. Esta selección genética permitió una mayor distanciamiento con respecto a la especie original y un acercamiento a la especie humana.³

2.3. Alcances de esta terapia:

Este tipo de terapia puede ser útil en entornos pedagógicos y puede motivar de manera eficaz a los pacientes. Se percibe una reducción de la intimidación en un terapeuta que disponga de una mascota, perfeccionando por tanto el enlace paciente/terapeuta.⁴

La terapia influye en muchos aspectos de la vida, algunos de los más significativos:

Empatía	La relación con los animales facilita ponerse en el lugar de otros.
Enfoque del entorno	Asisten a personas con baja autoestima, enfermedad mental, depresión..., modifican el enfoque referente a su ambiente, consiguiendo que hablen y piensen en sus animales.
Relaciones	Pueden mejorar la comunicación emocional entre terapeuta y paciente.
Aceptación	Los animales no califican, ni juzgan la mentalidad ni el aspecto de las personas, simplemente las aceptan.
Entretenimiento	Divierten y acompañan a las personas.
Socialización	Las personas con la presencia de animales se encuentran más sociables y alegres, disminuyen su estrés y ansiedad, además, mejoran su estado emocional.
Estímulo mental	Disminuyen los sentimientos de aislamiento, evocan recuerdos, etc.
Beneficios fisiológicos	Es frecuente que las personas se relajen con la presencia de un animal, esto disminuye la presión sanguínea. Cabe la posibilidad de que se fortalezcan los músculos y se aumenta la recuperación de ciertas enfermedades.

Los animales tienen la capacidad de mejorar el ánimo de las personas con depresión, estimulan a las personas tímidas, ayudan a las personas con dificultades afectivas de cualquier índole, asimismo pueden mejorar el control de personas que sufren impulsos violentos.¹

Esta terapia beneficia tanto a los pacientes como a sus familias, así como al personal sanitario que realiza este tipo de técnicas. Asimismo, sirve para concienciar sobre la responsabilidad que supone el tratar y cuidar correctamente a los animales.¹

2.4. Tipos de actuaciones con animales:

Según la Delta Society, las actuaciones con animales se pueden dividir en tres bloques, dependiendo de las finalidades y objetivos que se investigan:

➤ **Terapias Asistidas con Animales (TAA):**

Las características fundamentales son un profesional sanitario capacitado que consiga guiar la terapia, debe tener unos objetivos específicos definidos previamente, y además el proceso debe ser debidamente documentado con evaluaciones puntuales. Estas terapias se crean con el fin de producir mejoras en los ámbitos social, cognitivo, físico y emocional de la persona.⁴

➤ **Intervención Asistida con Animales (IAA):**

A diferencia de la TAA no está subordinada a objetivos específicos previamente establecidos y puede ser más espontánea o informal. Puede ser aplicada en personas de cualquier edad, y tiene la posibilidad de ser grupal o individual.⁴

➤ **Actividades Asistidas con Animales (AAA).**

No está orientada por objetivos generales, ni tampoco se espera lograr objetivos específicos. Los profesionales o cuidadores de animales involucrados en las AAA deben poseer cierta formación.⁴

2.5. Población a la que se dirige:

- En el caso de niños y adolescentes se centra en aspectos emocionales más que en físicos, ya que la compañía con animales aumenta la empatía y sentimientos positivos.⁵

Se suele emplear para: discapacidades sensoriales, psíquicas, trastorno disocial, síndrome de hiperactividad con déficit de atención, dificultades de aprendizaje, autismo infantil y en el ámbito ansioso-depresivo.⁵

- **Enfermos crónicos:** Mejoran las rutinas, ayudando a olvidar el dolor o la enfermedad y disminuyendo el sentimiento de soledad. Estos pacientes hablan y relatan al animal cómo se sienten y esto libera sus preocupaciones. Motivan la rehabilitación y favorecen que los pacientes esperen ansiosos el regreso de los animales.⁵

- Salud Mental: En adultos con depresión se reducen los suicidios y el tiempo que se encuentran ingresados. En retrasos mentales aumenta el léxico oral comprensible, el lenguaje no verbal es más numeroso y acrecienta la motivación. Un aspecto significativo es la satisfacción en pacientes institucionalizados de la necesidad de ser tocado y de tocar.⁵
- Discapacidad física: Los animales mejoran considerablemente la movilidad de las personas con movilidad reducida o en silla de ruedas. Las personas invidentes o con deficiencias visuales son asistidas por el animal mejorando así su autonomía.⁵
- Centros penitenciarios: La convivencia es compleja debido a la privación de la libertad, la monotonía, carencias y déficits de aprendizaje y escasas habilidades sociales. La TAA ayuda a que desarrollen su autoestima, hace que emerjan emociones positivas, favorecen la comunicación interpersonal y mejora el ambiente.⁵
- Residencias para ancianos: Son los lugares donde más se ha extendido la utilización de las TAA. Muchas personas mayores ingresan en residencias debido a sus limitaciones físicas y mentales, y a la soledad. Este ambiente les hace perder el control de su vida, ya que viene impuesto por el centro donde se encuentran, llevándoles al aislamiento, pérdida de interés y cuadros depresivos.⁵

2.6. Características de la vejez:

En el año 2050, el envejecimiento aumentará de 90 a 2000 millones de adultos mayores, por tanto, es necesario crear y aplicar proposiciones que contribuyan a conservar un envejecimiento saludable.²

En la vejez se experimenta un deterioro de la salud mental y física, se percibe además un deterioro de redes sociales, pérdida de pareja, amigos y/o familiares.⁶ Eso pone en riesgo la salud de los adultos mayores, incrementándose en mayor medida en aquellos que viven en residencias geriátricas, debido a que estos son más propensos a experimentar sentimientos de soledad. Se ha verificado que la soledad tiene efectos negativos en la salud, pueden llevar a una mayor

posibilidad de depresión, problemas de salud mental y física, y un acrecentamiento del riesgo de suicidio. Por ende, es preciso intentar buscar una forma de aminorar los sentimientos de soledad, para proteger a los ancianos de los resultados negativos que esta produce.⁶

Los animales incrementan la motivación de las personas, este es uno de los motivos por los que mejoran tantas áreas. El animal es considerado un estímulo multisensorial que despierta los sentidos de la persona, ya que contiene los elementos del olor, calor, movimiento, sensación táctil, sonido y textura.⁶

En las residencias geriátricas suministra un espacio lúdico para que se logre dar más interacciones sociales entre los residentes, al mismo tiempo se ha observado un incremento en la responsabilidad y la empatía, lo cual puede mejorar las interacciones sociales.⁶

2.7. Riesgos

- Zoonosis: son enfermedades que pueden transmitirse a los humanos, por ello los animales deben estar sometidos a controles veterinarios periódicos.⁵
- Agresiones: Los animales pueden sentirse amenazados o en algún caso golpeados y puede que se defiendan, para evitar esto se dan programas de socialización.⁵
- Lesiones: Relacionado con lo anterior, pueden causar arañazos o morder.
- Molestias: La contaminación fecal o las perturbaciones que causa el ladrido constante pueden causar desagrado.⁵
- Alergias: Si existe algún tipo de alergia hacia los animales no se podría llevar a cabo la terapia, para ello se debe hacer una valoración previa.⁵
- Duelo por la mascota: La muerte de los animales o el abandono de las residencias puede crear una gran tristeza en los pacientes.⁵

2.8. Situación actual en España

Se comienza a desarrollar en los 80, pero es a partir de los 90 cuando se promueve y se realizan proyectos, conjuntamente se produce la formación de

nuevos profesionales. Destaca la creación en 1994 de la Fundación Bocalán, o el Centro de Terapias Asistidas de Canes (CTAC).⁷

Hasta el 2015 no existía ningún estudio que permitiera determinar la situación profesional de esta actividad, la procedencia, orientación, etc. Fue entonces cuando Martos-Montes et al. decidieron investigar, contaron con la participación de 55 entidades distribuidas por toda España (mayoritariamente se ubican en Andalucía, Cataluña y Madrid), que reflejan la actividad de 213 animales y 275 profesionales. Los resultados de este estudio determinaron los siguientes porcentajes:

- Perfil profesional de las instituciones:⁷
 - Adiestramiento animal → 84%
 - Psicología → 80%
 - Educación → 71%
 - Terapia ocupacional → 45%
 - Trabajo social → 38%
 - Fisioterapia → 29%
 - Veterinaria → 29%
 - Enfermería → 7%

- Especies animales presentes en las diferentes entidades:⁷
 - Perro → 95%
 - Caballo → 25%
 - Gato → 13%
 - Animales de granja → 13%
 - Aves → 7%
 - Insectos → 2%
 - Animales acuáticos → 2%
 - Cobaya → 2%

- Ámbitos de intervención de los programas:⁷
 - Discapacidad/ Neurorrehabilitación → 93%
 - Educación → 89%

- Psiquiatría/ Psicología → 76%
- Integración social → 76%
- Gerontología → 75%
- Hospitalario → 22%
- Penitenciario → 15%

A nivel nacional siguen sin haberse producido grandes progresos, esto puede ser debido a la presencia de limitaciones como son que la mayor parte de entidades son privadas, pues es difícil asumir el coste que conlleva investigar. Otro de los motivos es la ausencia de estudios oficiales que formen y habiliten el desarrollo de estas actividades, esto produce una escasa orientación investigadora y muy pocas instituciones que enfoquen sus programas en esta dirección.⁷

3. Objetivos

- Valorar la efectividad de la terapia asistida con animales para reducir la sintomatología en el anciano.
- Evaluar los inconvenientes y ventajas de la terapia asistida con animales.
- Establecer en qué ámbitos se producen cambios debidos a la terapia asistida con animales.
- Determinar la influencia de la terapia asistida con animales en las personas mayores.

4. Material y métodos

Este trabajo consiste en una revisión bibliográfica llevada a cabo efectuando una búsqueda bibliográfica en las siguientes bases de datos “Scielo”, “Google Scholar”, “PubMed” y “Dialnet”.

- Para ello, utilicé los siguientes descriptores MeSH: “Terapia asistida”, “animales”, “ancianos”, “vejez”, “residencias geriátricas” y “situación España”. Las ecuaciones de búsqueda empleadas fueron las siguientes:
 - “Terapia asistida” AND “animales” AND “ancianos”

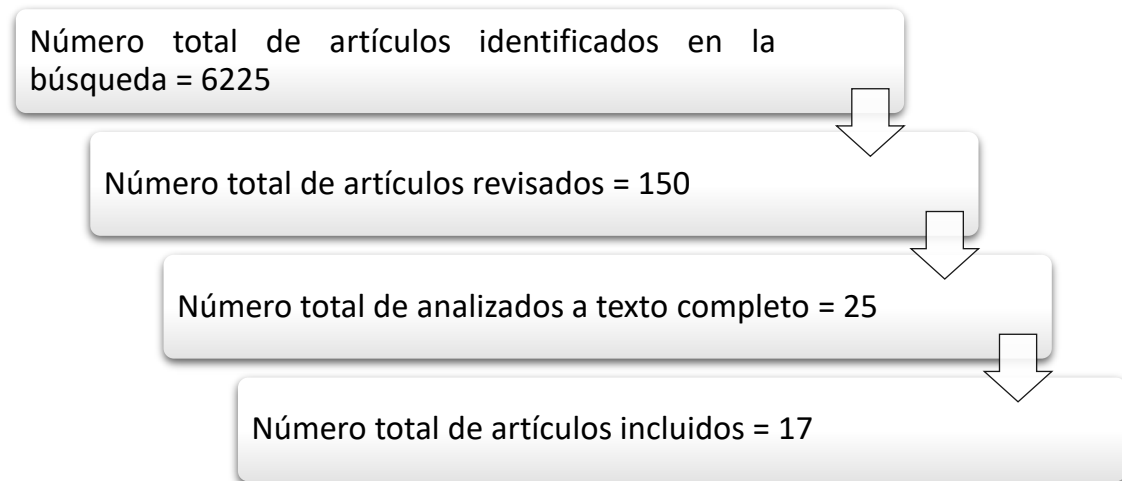
- “Terapia asistida” AND “animales” AND “residencias geriátricas”
 - “Terapia asistida” AND “animales” AND “situación España”
 - “Terapia asistida” AND “animales” AND “vejez”
 - “Terapia asistida” AND “animales” AND “tercera edad”
 - “Terapia asistida” AND “animales” AND “personas mayores”
- Los criterios de inclusión y exclusión utilizados fueron:
- Criterios de inclusión:
 - Artículos disponibles en texto completo y gratuitos.
 - Artículos publicados en los últimos 5 años (2015-2020).
 - Artículos tanto en inglés como en español.
 - Artículos relacionados con el tema tratado.
 - Criterios de exclusión:
 - Artículos cuya antigüedad sea superior a 2015.
 - Artículos fragmentados.

Base de datos	Resultados	Descartado	Seleccionado
Scielo	10	7	3
Google Scholar	5790	5775	14
PubMed	302	302	0
Dialnet	123	123	0

La búsqueda se realizó desde octubre de 2019 hasta abril de 2020, se han descartado muchos artículos por sobrepasar el tiempo de publicación más de 5 años, Google Scholar ha sido la base de datos con mayor diversidad de estudios recientes, por ello, ha sido la más utilizada.

5. Resultados y discusión

En la fase inicial, se identificaron 6225 artículos, de los cuales se suprimieron 6075 por incumplir los criterios de inclusión. Después de realizar el primer cribado, y revisar los títulos y resúmenes de dichos artículos, se desecharon 125 artículos y se revisaron minuciosamente 25. Tras pormenorizar el análisis se incorporaron definitivamente 17 artículos en la revisión final.



La bibliografía publicada es bastante reciente, casi todos los artículos son referentes a la última década, se han realizado estudios diversos respecto a las terapias asistidas con animales, en pediatría, con mujeres maltratadas, en UCI, pero mayoritariamente se basan en adultos mayores con patologías crónicas, demencias o con los síntomas característicos de la edad.

Generalmente, se advierten ciertos defectos en los diseños, un porcentaje pequeño son estudios aleatorizados y controlados, los demás no incluyen grupos control o el tamaño muestral es mínimo. Sin embargo, la mayoría de los participantes en grupos de terapias asistidas con animales perciben ciertos beneficios.

Diversos estudios han investigado los efectos positivos de la terapia asistida en la disminución del dolor:

- Marcus y cols., realizaron un trabajo, en el cual los pacientes informan de una disminución en la intensidad del dolor tras la realización durante un

período de tiempo de una terapia asistida con un perro. Este grupo de investigadores realizaron un estudio posterior, en el cual permitieron que pacientes con fibromialgia interactuaran con un perro antes de comenzar con su terapia, percibieron un descenso significativo del dolor con respecto a los pacientes que siguieron la terapia sin interacción con animales.⁸

- En el estudio de Lust y cols., participaron 58 adultos, los cuales tenían lesión medular, enfermedad degenerativa, lesión cerebral adquirida o una grave discapacidad, los participantes redujeron el consumo de analgésicos con respecto a las sesiones anteriores y mejoró también su calidad de vida.⁸
- Resumen de las publicaciones de la terapia asistida con perros para tratar a personas con dolor crónico:⁸

Autor y lugar de publicación	Condición de la población	Intervención	Variables/ dominios relacionadas con el dolor	Mediciones	Resultados
Coakle y Mahoney. Boston, EE.UU.	Pacientes con enfermedad crónica y quirúrgicos (n=59) (24-88 años).	Terapias con perros	1. Variables fisiológicas (presión arterial, pulso, frecuencia respiratoria). 2. Percepción de energía y dolor. (VAS). 3. Estado emocional (Escala	Inmediata antes y después de la intervención.	Disminuye el dolor tras la terapia.

			Lickert 5 puntos).		
Marcus y cols. Pennslvania, EE.UU.	Pacientes externos con dolor crónico (n=318) (> 18 años).	Grupo 1: visita con perro de terapia (n=295). Grupo 2: grupo control en sala de espera (=96).	Autoinforme de la intensidad del dolor mediante escalas numéricas con anclajes 0 y 10.	Inmediata mente y después de la intervenció n.	Dismin uye el dolor tras la terapia .
Marcus y cols. Pennslvania, EE.UU.	Pacientes con fibromialgia (n=133) (>18 años).	Grupo 1: visita con un perro de terapia (n=84). Grupo 2: grupo control en la sala de espera (n=49).	1. Autovaloració n del dolor, la fatiga y el estrés emocional (escalas numéricas de 0 y 10). 2. Trastorno del estado de ánimo y la depresión. 3. Ansiedad.	Inmediata mente y después de la intervenció n	Dismin uye el dolor tras la terapia .
Nepps y cols. Pennsylvania, EE.UU.	Pacientes con enfermedad mental (n= 218) (>18 años).	Grupo 1: terapia asistida con perros.	1. Depresión, ansiedad (escala de Bruns). 2. Dolor (escala numérica).	Inmediata mente y después de la	Dismin uye dolor tras la terapia .

		Grupo 2: Grupo control vídeo para manejar el estrés.	3. Variantes fisiológicas (cortisol en saliva, pulso, presión arterial).	intervención.	
--	--	---------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------	---------------	--

La investigación también se ha llevado a cabo en relación a la depresión:

- El trabajo de Folch et al. apoya los beneficios de las terapias asistidas con animales, ya que encontraron una reducción de los síntomas depresivos estadísticamente significativa en las personas mayores residentes en centros geriátricos con respecto a los pacientes control.⁹
- Thodberg et al. afirman que puede haber efectos a corto plazo beneficiosos, los cuales justifican el uso de estas terapias como método no farmacológico en residencias de la tercera edad, pero no descubrieron efectos a largo plazo.⁹
- En contraposición, Miltiades et al. examinaron el enlace entre la depresión y el apego de mascotas en los adultos que habitan zonas rurales. Sin embargo, en este caso, el análisis reveló un mayor nivel de depresión en los ancianos más unidos a sus animales, que en los menos apegados.⁹
- Un estudio realizado en la Residencia Geriátrica Santa Teresa de Valls (Tarragona), en el cual participaron 16 pacientes, se realizó una intervención con un perro de doce semanas, el participante debía efectuar un circuito de habilidades, cuya duración era media hora. En las primeras nueve sesiones aprendían y practicaban el adiestramiento, en las siguientes sesiones debían realizar el circuito completo. Para conseguir los resultados, se valoraron ciertas variables antes y después de

intervenir: Mini Mental State Examination (MMSE), Programa Integrado de Exploración Neuropsicológica (PIEN), Orientación, Dígitos directos e inversos, Evocación categorial, Test CARAS-R, Test auditivo Verbal de Rey (TAVR), State-Trait Anxiety Inventory(STAI), Yesavage, Interpersonal Reactivity Index(IRI), Índice de Barthel y Variables psicobiológicas.¹⁰

Se concluyó con que los participantes redujeron significativamente los síntomas depresivos Yesavage ($p=0,031$) y las puntuaciones de pulsaciones y nivel de presión sanguínea (presiones mín y máx al comenzar los test $p=0,031$; $p=0,020$; $p=0,027$), además mejoraron las puntuaciones en memoria inmediata-aprendizaje en la TAVR ($p=0,026$).¹⁰

- Resumen de las publicaciones del uso de la terapia asistida con perros para tratar la depresión⁹:

Artículo	Autor y año de publicación	Tipo de estudio/ Muestra	Resultados
Efectos terapéuticos de las visitas de perros en residencias de ancianos.	Thodberg et al. 2016.	Ensayo clínico aleatorio. N= 124 residentes de residencias de ancianos.	Las visitas con perros no afectaron a la depresión, la función cognitiva o el IMC.
Estudio preliminar de la efectividad de la terapia asistida con perros en personas de la tercera edad.	Folch et al. 2016.	Casos y controles. N=16 usuarios de una residencia geriátrica de Tarragona.	Tras la realización de la terapia asistida con animales se produjo una reducción estadísticamente significativa de los síntomas depresivos en los usuarios de una residencia.

El apego a perros y la depresión en adultos mayores en zonas rurales.	Miltiades et al. 2011	Análisis de regresión no aleatorizado. N= 117 adultos mayores (54-91 años), dueños de perros en zonas rurales.	Los niveles más elevados de depresión se encontraron en las personas mayores que se encuentran más unidas a sus mascotas.
------------------------------------------------------------------------------	-----------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Los estudios realizados respecto a la demencia:

- Gallardo et al. realizaron una intervención de terapia asistida con animales durante dos meses de sesiones estructuradas, en ella advirtieron una disminución de la agresividad y la agitación, del mismo modo que se produce un progreso en la calidad de vida. Los autores afirman la eficacia de la TAA para controlar los trastornos de conducta en personas dementes, con síntomas psicológicos y conductuales a corto plazo, como medida no farmacológica.⁹
- Según dos estudios la TAA ejecutada según los principios éticos y las directrices se considera eficaz para mejorar la calidad de vida, el comportamiento, los síntomas depresivos y el estado de ánimo en personas con demencia. La interacción con el animal ejerce un estímulo afectivo y emocional en los ancianos.⁹
- Resumen las publicaciones sobre uso de la terapia asistida con perros para tratar a personas con demencia⁹:

Artículo	Autor y año de publicación	Tipo de estudio/ Muestra	Resultados

Terapia asistida con animales para residentes en centros de enfermería	Pope et al. 2016.	Ensayo clínico aleatorio.	Las TAA siguiendo los principios éticos y las directrices son eficaces en el tratamiento de apoyo eficaz ayudando a mejorar la calidad de vida y el comportamiento de las personas con demencia.
Evaluación de la eficacia de las terapias asistidas con animales basada en la terapia de orientación del protocolo de enfermedad de Alzheimer: un estudio piloto.	Menna et al. 2016	Casos y controles. N= 50 pacientes aleatorios. Sesiones de 45 minutos una vez a la semana durante seis meses.	Las TAA pueden mejorar potencialmente el estado de ánimo y los síntomas depresivos.
Terapia asistida con perros en pacientes con demencia y SPCD institucionalizados en centros	Gallardo et al. 2015.	Casos y controles. 36 pacientes institucionalizados.	La TAA es eficaz como medida no farmacológica para controlar los trastornos de conducta en personas

residenciales de Toledo, España.			dementes y a corto plazo en SPCD.
-----------------------------------------	--	--	-----------------------------------

En relación al ejercicio físico:

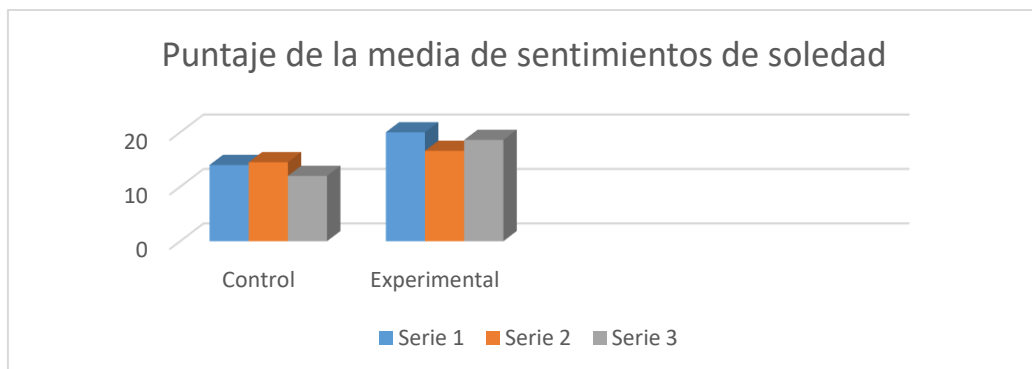
- Los estudios de Scheibeck et al. y Rodríguez et al. confirman la contribución positiva en el estilo de vida y la percepción de una mejora en la salud con relación a la movilidad física, dolor, aislamiento y reacciones emocionales en los propietarios de mascotas.⁹
- En otro estudio lo más destacable es que las personas con mascota funcionan con mayor autonomía. Los análisis de la prueba del T Student indican un efecto significativo y positivo en el nivel de actividad ($t(29)= 0,0, p<0,05$), el resultado con la frecuencia de relaciones sociales es también significativo ($t(29)=0,00, p<0,05$), así como la satisfacción de las relaciones sociales ($t(29)= 0,00 p<0,05$). La variable valoración media de calidad de vida también es significativa ($t(29)= 0,00 p<0,05$). Todo esto nos indica que se ha cumplido la hipótesis en relación a la mejora del nivel de actividad, frecuencia en las relaciones sociales y satisfacción de estas.¹¹
- Resumen de las publicaciones sobre uso de la terapia asistida con perros en relación al ejercicio físico⁹:

Artículo	Autor y año de publicación	Tipo de estudio/ Muestra	Resultados
Influencia de tener perros sobre la salud percibida en personas	Rodríguez y Muñoz. 2015.	Estudio descriptivo transversal. 120 personas mayores de 65 años.	Los propietarios de perros perciben una mejora de su salud, respecto a las reacciones

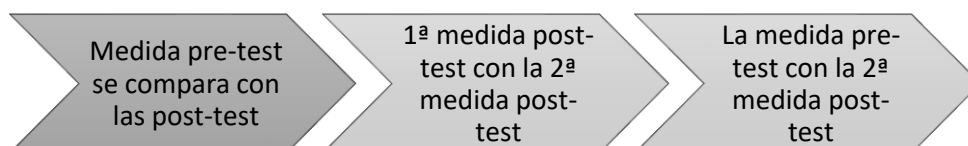
mayores de Jaén (España).			emocionales, dolor, aislamiento social y movilidad física.
---------------------------	--	--	------------------------------------------------------------

Con respecto a la soledad:

- Se realizó un estudio en el que se obtuvieron los siguientes resultados: El siguiente gráfico muestra las medias de los puntajes de sentimientos de soledad en los grupos control y experimental. La serie 1 corresponde a la medida pre-test, la serie 2 se corresponde a la primera medida post-test, y la serie 3 se corresponde a la segunda medida post-test (seis semanas después). Se aprecia un cambio en la dirección esperada de los participantes experimentales a nivel descriptivo. También se observa una reducción significativa del puntaje en la primera medida post-test.⁶



Se examinaron y realizaron comparaciones de los tres momentos en los que se midió el nivel de soledad, de la siguiente manera:⁶



En los sujetos cuya condición era experimental se encontraron diferencias significativas entre la medida pre-test ($M=20$; $DE=2,64$) y la 1ª post-test ($M=16,67$; $DE=2,4$) ($t(20)=10$; $p<0.05$). Se llegó a la conclusión de que el tamaño del efecto fue de 0,76, es decir, la TAA funciona si se mantiene su continuidad en el tiempo.⁶

Los resultados encontrados referentes a los beneficios de la terapia asistida con animales divididos según áreas:

✚ En uno de los estudios se dividen en estas tres áreas:

- En el área física: Tras la realización anterior y posterior a la intervención de las escalas de Tinetti y Up and Go, se obtuvieron ciertos resultados se disminuyó el riesgo de caídas de moderado a leve en el grupo de mayores con las TAA. Participaron 20 usuarios, 12 de ellos mostraron riesgo leve de caídas tras la intervención y 8 de ellos riesgo moderado. Los resultados más reveladores fueron un aumento de la destreza manipulativa, de la movilidad de brazos, de la coordinación óculo-manual y del equilibrio del tronco en posición sentado y de pie.¹²
- En el ámbito funcional y cognitivo: Tras realizar las escalas Barthel, Lawton y Brody, que miden el nivel funcional, se pasó de un colectivo con dependencia leve en las ABVD y en las AIVD dependencia moderada a obtener resultados de independencia baja supervisión, excepto 9 personas que concluyeron con dependencia leve/moderada. Las escalas de Lobo y Pfeiffer las cuales valoran la capacidad cognitiva, demuestran un aumento de la capacidad de atención y concentración, de las interacciones verbales y una mejora de la memoria.¹²
- En lo social y emocional: En general, tras pasar diferentes escalas y cuestionarios se obtienen una disminución del aislamiento, un aumento de la empatía y la autoestima, fortalecen el sentido de pertenencia al grupo, se reduce las manifestaciones psiquiátricas, evoluciona de manera positiva la ansiedad y depresión, aumenta la relajación.¹²

✚ En cambio, en otro de los estudios se divide en:

- Área terapéutica: permite la rehabilitación de diversas patologías, como son: en pacientes con afecciones cardíacas, terapias como la hipoterapia permiten el estiramiento de grupos musculares profundos que no son accesibles en terapias convencionales.¹³
- Área fisiológica: La posesión de mascotas es un factor protector, disminuye la tensión arterial, estrés por soledad, ansiedad y frecuencia cardíaca. Los propietarios de perros tienen mayor actividad física, lo cual aumenta la salud y disminuye las visitas médicas.¹³

En un estudio sobre personas mayores con Diabetes Mellitus tipo 2 realizado en La Habana con 115 personas propietarios de animales, entre ellos perros (45%), gatos (20%), aves ornamentales (17%), tortugas (13%), roedores (5%), etc.¹⁴

La mayoría poseían las mascotas por 10 o más años, el 98% indicó que estos animales les daban compañía, el 97% expresó que estimulaban una mejora del cuidado de su salud, el 90% expuso que les producían bienestar y el 85% percibieron al animal como acompañante para la soledad. Respecto a los beneficios del control de la Diabetes, el 97% indicó que se cuidaba más, y el 70% indicó que se motivaba a cuidar más su nutrición.¹⁴

- Área psicológica: disminuye la sensación de soledad, mejora la autoestima, aumenta el sentido de responsabilidad, mejora la interacción con la sociedad. Las mascotas tienen un efecto emocional y psicológico en pacientes crónicos, haciendo más llevadera su enfermedad o facilitando la recuperación.¹³

En general, los estudios encontrados muestran como la terapia asistida con perros contribuye en el estado de los participantes, disminuyen la intensidad del dolor, así como el consumo de fármacos analgésicos, y mejoran también aspectos relacionados con el malestar emocional, la fatiga y el estado de ánimo.^{1,2,3,4,5,7,8,9,10,12,14,15,16,17}

Aunque existe controversia sobre la eficacia de las terapias asistidas con animales algunos apoyan los beneficios en la disminución de los síntomas depresivos en ancianos, mientras otros no concluyen con evidencias significativas de esta reducción.⁷ En el caso del Alzheimer la terapia asistida con animales tiene numerosos beneficios para la salud física, mental, familiar y social.¹⁵ Y es beneficiosa también en otros trastornos mentales graves (TMG).¹⁶ Contrariamente a lo que opinan otros autores que no encuentran relación con la Salud Psíquica, ni con la satisfacción con la vida.¹¹

Las causas de dichos efectos positivos están en debate en la actualidad, algunas hipótesis atribuyen los efectos beneficiosos a la disminución de la ansiedad y el estrés, algunos estudios comunican las reducciones en la frecuencia cardíaca y los niveles de cortisol, los cuales son indicadores del estrés y están estrechamente relacionados con el dolor.⁸ Algunas variables que se podrían relacionar con el efecto analgésico producido por las terapias asistidas con perros, son el incremento de sustancias como la oxitocina, β -endorfina, la prolactina, la dopamina y el ácido fenilacético.^{7,8}

Sin embargo, la cifra de estudios con diseños rigurosos es bastante escasa, a pesar de los resultados positivos. Son necesarios, por tanto, un mayor número de estudios, con diseños más rigurosos y una ampliación de las muestras, para conseguir que los resultados sean validados. Estos futuros estudios deberían identificar los elementos activos de la intervención, qué se debe hacer o cómo, por quién y bajo qué condiciones, la cifra de sesiones imprescindible, el tiempo necesario, etc. Otro aspecto importante a investigar es la relación afectiva con el animal, también la identificación del final de la terapia, o identificar las

actuaciones adecuadas que faciliten la consecución de los objetivos propuestos.⁸ Otras dificultades encontradas: La terapia tiene naturaleza interactiva, lo que imposibilita que sea un estudio ciego, es necesario ampliar las investigaciones con grupos más grandes, el tipo de mascota utilizado y la intervención, la permanencia y extensión de la visita, los estudios suelen estar diseñados transversalmente, existe por tanto, falta de evidencia en estudios de intervención y longitudinales.⁹ Para la realización de más estudios, a nivel teórico y aplicado, los protocolos estandarizados poseen ciertas ventajas, podrían utilizarse para comparar objetivamente los estudios.⁸

Dichas terapias no están exentas de riesgos, por tanto, es necesario realizar revisiones veterinarias periódicas que se encuentren adaptadas a las necesidades, la implantación de protocolos higiénicos, etc.^{5,8,9} Y los beneficios no se mantiene después de seis semanas sin la TAA, esto resalta la importancia de continuar con dichas terapias para mantener los beneficios que esta aporta. Por tanto, el éxito de esta terapia es difícil si no se mantiene una continuidad.^{6,12}

Las leyes sobre perros de asistencia son relativamente nuevas, apareciendo en los años 90.¹⁵ El perro es considerado el mejor coterapeuta por la facilidad de vínculos afectivos, su disposición innata para complacer, ejerce de facilitador social, es fácil su adiestramiento, etc.^{11,13,15} Pero hay otros estudios que demuestran los beneficios de la hipoterapia para enfermedades físicas, problemas neuromusculares, cerebrales o de desarrollo psíquico.^{1,13,17}

Son muchos los estudios y conclusiones a las que han llegado respecto a las terapias asistidas con animales, en general, concluyen en que se debe seleccionar adecuadamente el animal, prepararlo para esta función y tener los conocimientos necesarios para que la ayuda sea lo más provechosa y positiva posible para las personas.^{8,9,11,13}

Aunque son precisas más investigaciones, con los datos de los cuales disponemos actualmente, parece ser que la terapia asistida con perros puede

ayudar a mejorar la calidad de vida, y puede ser una opción plausible en ciertas personas y con determinadas condiciones.^{1,2,3,5,7,8,9,11,14,15,16,17}

6. Conclusión

Desde la antigüedad, el ser humano ya comenzaba a vincularse con los animales y a beneficiarse de estas interrelaciones animal/humano. El transcurso del tiempo y la realización de diversos estudios, ha aumentado los conocimientos, así como la evidencia científica de que estas interacciones pueden ayudar a mejorar el bienestar psíquico, físico y emocional de las personas, y en especial de los adultos mayores.

El aumento de la edad trae consigo algunas alteraciones, como son la depresión, la ansiedad, estado apático, reducción de la actividad física, demencia, etc. las terapias asistidas con animales ayudan a las personas mayores a reducir estos niveles de depresión y ansiedad, así como potencian la interacción social y la autoestima.

La soledad es usual en la etapa de ancianidad, la posesión de una mascota otorga a las personas una estrategia de afrontamiento entre el estado de ánimo deprimido y la soledad, sin embargo, algunos autores confirman que un nivel excesivo de apego puede relacionarse con un aumento en los niveles de depresión. Los animales confieren a las personas seguridad y protección, actúan como catalizador social, dan apoyo emocional, aumentan la autoestima de sus dueños, han ayudado a mantener una actitud mental más positiva, reducir los síntomas depresivos, en general, los ancianos mejoran su calidad de vida.

Diversos autores han estudiado e investigado la eficacia de las terapias asistidas con animales, en contraposición al resto, algunos de ellos afirman que las visitas con animales solo tienen efectos a corto plazo, es por tanto necesario mantener la continuidad de estas terapias.

Tras realizar esta revisión, me he encontrado con ciertas limitaciones referentes al estudio de estas terapias asistidas con animales, la evidencia en las investigaciones realizadas es escasa, la documentación que poseemos en España no es muy amplia, muchos de los estudios no tienen grupo control, etc.

Por tanto, es necesario seguir investigando y evidenciando cómo afecta la interacción de los animales a la salud de las personas mayores, puesto que dicha franja de edad está en incremento en la mayoría de poblaciones, pudiendo ser dichas terapias una medida no farmacológica de la que podamos beneficiarnos.

7. Bibliografía

1. González, V. Terapia Asistida con animales: equinoterapia y la importancia de la inclusión familiar a la intervención. 2015. Disponible en: [[https://www.terapiaconcaballosikoiko.org/pdf/02-terapia-asistida-con-animales-\(taca\)-cultura-ciencia-y-tecnologia.pdf](https://www.terapiaconcaballosikoiko.org/pdf/02-terapia-asistida-con-animales-(taca)-cultura-ciencia-y-tecnologia.pdf)].
2. Medina, J., Casco, J., Tello, M., Sifuentes, D., Villareal, M. Terapia asistida por animales: opinión sobre la intervención de enfermería aplicada al adulto mayor. Rev. Salud y Bienestar Social. 2019. 3(1): 56-64.
3. Pulgarin, N., Orozco, J. Terapia asistida con animales: aproximación conceptual a los beneficios del vínculo humano-animal. 2016. Disponible en: [https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/63556/ssoar-kavilando-2016-2-pulgarin_tavera_et_al-Terapia_asistida_con_animales_aproximacion.pdf?sequence=1&isAllowed=y&Inkname=ssoar-kavilando-2016-2-pulgarin_tavera_et_al-Terapia_asistida_con_animales_aproximacion.pdf].
4. Fontalba, J. Evaluación de la influencia de la Terapia Asistida por Animales en Salud Mental. 2016. Disponible en: [<https://pdfs.semanticscholar.org/9963/5f9482840a7a2a0ffeb24bd796107b07cb8f.pdf>].

5. Chávez, L. Terapia asistida con animales. "Mi mascota puede ser mi cura." Universidad de la Laguna. 2019. Disponible en: [<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/14612/Terapia%20asistida%20con%20animales..pdf?sequence=1>].
6. De la Puente, M. Reduciendo la soledad: Terapia asistida con animales para adultos mayores de una residencia geriátrica. Universidad Católica del Perú. 2017. Disponible en: [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9770/De%20la%20Puente%20Cunliffe_Reduciendo_soledad_terapia1.pdf?sequence=1&isAllowed=y].
7. Corada, T. Terapia asistida con perros (TAP) en alumnado con trastorno del espectro autista (TEA): propuesta de intervención en la etapa de educación primaria. Universidad de Valladolid. 2019. Disponible en: [<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/39385/TFG-G3901.pdf?sequence=1&isAllowed=y>].
8. Pedrosa, S., Aguado, D., Canfrán, S., Torres, J., Miró, J. La terapia asistida con perros en el tratamiento de las personas con dolor crónico: una revisión sistemática. Rev Soc Esp Dolor. 2017. 24(1): 11-18.
9. Padilla, R. Influencia del contacto con las mascotas en las personas mayores: Revisión bibliográfica. Universidad de Jaén. 2017. Disponible en: [http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/6347/1/PADILLA_MORAL_TFG.pdf].
10. Folch, A., Torrente, M., Heredia, L., Vicens, P. Estudio preliminar de la efectividad de la terapia asistida con perros en personas de la tercera edad. Revista Española de Geriatria y Gerontología. 2016; 51(4): 210-216.
11. López, F. Influencia de las mascotas en la calidad de vida de los adultos mayores. Universidad Miguel Hernández. 2015. Disponible en: [http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2655/1/L%C3%B3pez%20Sabuco_Francisca.pdf].
12. Pintor, C. Intervención a cuatro patas. 2016. Disponible en: [http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:master-Educacion-IntConSoc-Cdpintor/Pintor_Carmen_TFM.pdf].

13. Montes, A. La influencia de los animales en pacientes crónicos. Escuela de enfermería de Zamora. 2019. Disponible en: [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/140997/Montes_Garcia_Ana.pdf?sequence=1&isAllowed=y].
14. Hugues, B., Álvarez, M., Castelo, L., Ledón, L., Mendoza, M., Domínguez, E. Percepción de los beneficios de los animales de compañía para los adultos mayores con Diabetes Mellitus 2. Revista de Investigaciones Veterinarias del Perú. 2016. 27(2): 233-240.
15. Moyano, L. Terapia asistida con animales en personas con Alzheimer. Universidad Autónoma de Barcelona. 2016. Disponible en: [<http://eugdspace.eug.es/xmlui/bitstream/handle/123456789/392/Terapia%20asistida%20con%20animales%20en%20personas%20con%20Alzheimer.pdf?sequence=1&isAllowed=y>].
16. Fontalba, J. Evaluación de la influencia de la Terapia Asistida por Animales en Salud Mental. Universidad de Málaga. 2016. Disponible en: [<https://pdfs.semanticscholar.org/9963/5f9482840a7a2a0ffeb24bd796107b07cb8f.pdf>]
17. López, L., Moreno, E. Hipoterapia como técnica de habilitación y rehabilitación. Universidad y Salud. 2015. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072015000200012&lang=es].