

TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES

Creatividad aplicada a la soledad (Actividad 03/12)

DESCRIPCIÓN

La terapia asistida por animales es una forma de tratamiento terapéutico en la cual uno o más animales que cumplen una serie de criterios desempeñan un papel fundamental en el proceso. Las sesiones son dirigidas por un profesional de la salud, quien establece objetivos específicos y pautas para cada intervención.

Para llevar a cabo la terapia asistida por animales para las personas mayores, es necesario, para una mayor efectividad, tener de 1 a 2 sesiones por semana por grupo o usuario. Cada sesión tiene una duración aproximada de 50 minutos. En las sesiones deben estar presentes uno o dos técnicos de terapia asistida por animales, junto con uno o dos perros de terapia, además de un profesional del centro para personas mayores o residencia de ancianos. Las sesiones se pueden realizar de forma individual o en grupos. En el caso de las sesiones grupales, es esencial que los grupos sean lo más homogéneos posible, dependiendo de las características de los usuarios.

OBJETIVOS

1. Aumento del estado de ánimo: el contacto con los animales produce la liberación de endorfinas en las personas mayores, generando un estado de bienestar mental.
2. Mejora de la autoestima y autonomía: cuidar de los animales proporciona a los residentes una mejora en la autoestima, ya que pasan de depender de otros a convertirse en cuidadores.
3. Promoción de la mejora de las habilidades físicas: cuidar e interactuar con animales requiere de una actividad física moderada, lo que mejora las habilidades funcionales.

4. Evitar el aislamiento social y la soledad al estar en contacto con compañeros y otros seres vivos.

RECURSOS Y MATERIALES

1. Comida para perros.
2. Juguetes para perros.
3. Cepillos para perros.
4. Correas de paseo para perros.

IMPLEMENTACIÓN - INSTRUCCIÓN

Para llevar a cabo la terapia asistida por animales, es necesario tener varias sesiones con los participantes. La primera sesión es simplemente una sesión introductoria. En este caso, utilizaremos el ejemplo de realizar la terapia con perros. En primer lugar, el perro entrará en la habitación cuando los participantes estén tranquilos y en su posición, y se acercará gradualmente a cada uno de ellos, tratando de ser acariciado pero sin forzarlos a hacerlo. Pueden surgir reacciones de nerviosismo, alegría, rechazo, miedo, etc. En la mayoría de los casos, la terapia asistida por animales es estimulante y positiva, pero no se debe esperar una reacción de aceptación por parte de todos los participantes.

En las siguientes sesiones de terapia, se pueden realizar actividades y ejercicios de contacto, como cepillar al perro, ofrecerle comida, lanzarle galletas, etc. Siempre se debe tener en cuenta el estado de ánimo del grupo en cada actividad, eligiendo la mejor actividad en cada caso.

Algunos ejemplos de actividades podrían ser:

- Individualmente, se le pide al paciente que tome una galleta de un color específico y luego se la dé al perro.
- Con bolas de colores, se le pide al paciente que tome una bola específica y la lance para que el perro la traiga de vuelta.

POSIBLES MODIFICACIONES



<https://creatingwellbeing.eu/>



Según la Sociedad Delta, las intervenciones con animales se pueden dividir en tres categorías, dependiendo de los objetivos e investigaciones que se estén llevando a cabo:

- **Terapias Asistidas por Animales (TAA):** Las características fundamentales son que un profesional de la salud capacitado debe guiar la terapia, debe tener objetivos específicos predefinidos y el proceso debe estar documentado adecuadamente con evaluaciones oportunas. Estas terapias se crean con el objetivo de producir mejoras en las esferas social, cognitiva, física y emocional de la persona.
- **Intervención Asistida por Animales (IAA):** A diferencia de las TAA, no está subordinada a objetivos específicos previamente establecidos y puede ser más espontánea o informal. Puede aplicarse a personas de cualquier edad y tiene la posibilidad de ser grupal o individual.
- **Actividades Asistidas por Animales (AAA):** No tiene un objetivo específico ni se espera lograr objetivos específicos. Los profesionales o cuidadores de animales involucrados en las AAA deben tener cierta capacitación.

Se recomienda que la terapia asistida por animales se utilice para lograr un beneficio holístico mayor para las personas mayores. Si no es posible contar con un especialista en terapia con animales, la intervención asistida por animales puede ser una opción, al menos para aliviar los sentimientos de soledad y tristeza en los adultos.

RESULTADOS PREVISTOS

Se espera que los participantes mejoren cognitiva, emocional y físicamente. Los animales ofrecen amor incondicional, lo que hace que los participantes se sientan seguros y aceptados, reduciendo así los sentimientos de soledad y tristeza que pueden experimentar las personas mayores.

Además, para las personas con demencia, el contacto con un animal proporciona una experiencia multisensorial. Por lo tanto, se espera que estas personas puedan establecer una conexión con la realidad. Al mismo tiempo, podrán recordar su infancia y relacionar al animal con otros recuerdos del pasado.

A nivel emocional, el contacto con los animales hace que el entorno de las personas mayores sea más agradable y accesible. Esto fomenta emociones positivas y sentimientos que impulsan su autoestima. Incluso tienen un impacto en el desarrollo del sentido del humor, ya que los animales pueden crear situaciones cómicas, favoreciendo la risa y la alegría compartida. A nivel cognitivo,

la participación de un animal es un elemento clave para ayudar a fijar la atención, activar la memoria, potenciar el esfuerzo y brindar motivación adicional.

Finalmente, a nivel físico, se espera que este tipo de intervención tenga un impacto en el estado de salud y bienestar de los participantes.



<https://creatingwellbeing.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Disclaimer: Descargo de responsabilidad: El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.