

Las mascotas,  
instrumento de relación de ayuda al enfermo  
**Psic. Cliserio Rojas Santes**

Un aspecto aún poco explorado es la relación de una mascota en el cuidado del enfermo, y en general con cualquier persona. Los efectos beneficiosos en la salud que produce la relación del hombre con los animales han sido intuitivamente aceptados desde siempre, pero es a partir de mediados de la década de los 60, cuando empiezan a efectuarse investigaciones en este campo, y del resultado de éstas, se desprende el hecho que los animales de compañía proporcionan notable alivio a las dolencias y calamidades, tanto corporales como espirituales de los seres humanos, a tal punto que está demostrado en distintos estudios, que personas con mascotas viven más tiempo y con mejor calidad de vida que las que no las tienen.

Los innumerables beneficios de esta interacción, son del todo comprobables ya que se trata de algo real y vivido por el hombre desde tiempos remotos. Se trata de concientizar y aprovechar al máximo los aspectos positivos de la relación del hombre con el animal. Es de resaltar que la puesta en marcha de este tipo de programas descansa sobre bases sólidas, con antecedentes que demuestran fehacientemente que nos encontramos en una vía, que cuenta con hechos importantes a través de estudios comprobados, en países de tecnología avanzada como Estados Unidos, Alemania, Inglaterra y España, entre otros, que han tomado la iniciativa y han aportado resultados muy prometedores, ante los cuales no podemos permanecer distantes ni indiferentes.

**Benéficos efectos con las personas mayores**

Las mascotas favorecen el mejoramiento de la salud y prolongan la vida, ya que contribuyen a un cambio en el estado de ánimo del paciente. La existencia de una mascota dentro del hogar, hace que sus propietarios se ejerciten, olviden sus problemas aunque sea por unos momentos, y eviten caer en la depresión al sentirse útiles y queridos incondicionalmente por alguien. Al conjunto de estos beneficios se les ha llamado *Efectos Mascota Positivos* y si bien son varios, se han destacado algunos para el caso de las personas mayores:

El aumento de la autoestima: el sentimiento de inutilidad que puede afectar a las personas mayores luego de su jubilación, puede ser compensado con los requerimientos de atención de una mascota.

Los aspectos positivos que una mascota puede dar a las personas de mayor edad, son emocionales y de salud. Su estado de ánimo sube y mejora al ver cosas cómicas y curiosas de la mascota, algunas veces provocando risa. El acariciar a la mascota por cierto tiempo, provoca un estado de paz y tranquilidad en las personas, provocando un ritmo normal en el corazón y regulando así su presión.

El estar pendientes de la mascota y de sus necesidades les ayuda a no sentirse como estorbos e inútiles; también el sacar a la mascota a paseos cortos favorece la actividad y mejora la salud.

Muchas personas de edad, al estar en la soledad por las diferentes ocupaciones de la familia o descuido de ellas, pueden poner en peligro su salud. El tener una mascota en esos casos es de verdad confortable para ellos, al poder hacer una vida para alguien: su mascota.

El poder tener una actividad diaria en compañía de alguien, aunque sea de una mascota, les ayudará a seguir adelante, ocuparse de algo ya sea la actividad diaria de sacar a la mascota, darle de comer o el de cepillarla, además de provocar un tema de conversación diferente, no hablar de enfermedades, sino de cosas productivas y cómicas que la mascota puede provocar.

El acariciar un animal también invita al movimiento de la mano y el brazo; para acariciar el pelo suave y cálido de nuestros perros, los dueños deben estirarse y girar su cuerpo.

Durante y después de la visita, los residentes se vuelven más activos y receptivos. Nuestras visitas ofrecen entretenimiento y una necesaria distracción del dolor, la depresión o de la rutina que les envuelve. Muy a menudo nos encontramos favoreciendo el renacimiento de una amistad o despertando la memoria de animales queridos.

El trato con las mascotas trae beneficios a los enfermos del corazón, pues el cuidado de éstas favorece la disminución de la presión sanguínea, aminora la ansiedad, por lo que no sería extraño que las mascotas sean recomendadas para contrarrestar ciertos trastornos emocionales derivados del estrés. Asimismo, los perros guardianes proporcionan sentimientos de seguridad a sus dueños.

### **...y en los niños**

En cuanto a los niños que crecen con mascotas, aparte de pasar momentos maravillosos jugando con ellas, se familiarizan con aspectos importantes de la vida como son el nacimiento, desarrollo, reproducción y muerte; les dan además sentido de responsabilidad, y el cariño que recibe de su mascota contribuye a elevar su autoestima.

### **Las mascotas... amigas del ser humano**

La relación entre amo y mascota llega a ser tan profunda, que cualquier estado de ánimo y salud, la mascota lo puede sentir y tratar de ayudar a su amo. Hay casos de personas de mayor edad, que sufrieron algún problema de salud y la acción oportuna de la mascota, aún siendo espontánea, ha logrado salvar a su dueño, llamando la atención de alguien y así de la oportuna intervención médica.

En la actualidad algunos doctores, en lugar de recetar medicamentos, recomiendan tener una mascota, como parte del tratamiento para diversos malestares. Según diversos estudios científicos, las mascotas además de proporcionar alegría y fomentar hábitos, contribuyen a que los humanos tengamos una vida más saludable y duradera.

### **Beneficios que proporcionan las mascotas**

**Efecto socializador o de puente social:** las mascotas constituyen un factor de acercamiento entre personas en las calles, parques, etc. Es fácil entablar conversación aún con extraños; cuando hay una mascota de por medio se fomenta la socialización de la persona, motivándola a salir de su casa.

**Valoración de lazos afectivos:** Perros y gatos son fieles compañeros de niños y adultos, uniéndolos una importante relación afectiva que al mismo tiempo estimula su aprendizaje.

**Compañía y entretenimiento:** Los niños logran grandes compañeros de juegos, que se convierten en grandes cómplices en lo que a amistad se refiere. Las personas jóvenes que viven solas, encuentran compañeros incondicionales que combaten la soledad al llegar a casa. Los ancianos encuentran compañeros de caminatas y grandes confidentes a la hora de conversar.

**Estimulan la responsabilidad:** Sobretudo los niños, deben asumir pequeñas responsabilidades, para no atentar contra la vida y salud de su mascota: limpiarla, darle una alimentación adecuada, sacarla a pasear, jugar...etc. El niño tendrá que ordenar sus actividades y priorizar actividades si quiere tener un perro o gato “feliz” en casa.

**Mayor sensibilidad:** Producen relajación por tacto, mejorando la sensibilidad y comunicación. Son capaces de producir bienestar psicológico en sus dueños. Al acariciarlos mejoran la sensibilidad, relajan a las personas y les brindan una grata y cariñosa compañía.

**Mejoran el equilibrio emocional de las personas:** Gracias a una mascota, se puede aprender a entregar cariño. Además se aprende a entender el ciclo de la vida, y se aprende a superar su ausencia recordando los agradables momentos pasados juntos.

**Mejoran la seguridad personal:** Hay un sentimiento de seguridad implícito al tener un perro cerca, ya sea mientras paseamos por una calle oscura, cuando un perro protege nuestro hogar o mientras dormimos. A los discapacitados les otorgan seguridad emocional para poder desplazarse por todas partes. Sin lugar a dudas, un perro engrandece el espíritu en todo el sentido de la palabra.