

El poder emocional de los animales terapeutas

En pleno siglo XXI, en un entorno dominado por el caos, la globalización y las nuevas tecnologías, surgen nuevas necesidades sociales que requieren de nuevos servicios alternativos. Paradójicamente, está surgiendo una tendencia de "lo natural" como fuente de salud y bienestar. Esta tendencia de "back to basic" está además fundamentada en numerosas investigaciones científicas que avalan los beneficios de la interacción del ser humano con la naturaleza y concretamente con los animales.

Ante esta situación, no queda otro remedio que investigar nuevas formas terapéuticas que tengan un impacto positivo en nuestra sociedad y que sean realmente efectivas. Pero, ¿por qué utilizar animales para hacer terapia? Pues bien, en principio por una cuestión fisiológica: el cerebro. Está demostrado que el cerebro de determinados mamíferos como el perro, el delfín y el caballo, está configurado especialmente como receptor emocional. Para entenderlo mejor, vayamos por partes y analicemos primero nuestro cerebro humano.

Externamente, podemos ver la división de nuestro cerebro en dos partes: hemisferio derecho (holístico, global y conceptual) y hemisferio izquierdo (secuencial, lineal y analítico), conectados cerca de la base por una red compleja de fibras: el cuerpo calloso. Asimismo, al realizar un corte longitudinal del cerebro, se distinguen tres divisiones consideradas por MacLean (1973) en su teoría del cerebro triuno: el sistema reticular (capacidad visceral), sistema límbico (capacidad emocional) y el neocórtex (capacidad intelectual). Como vemos, estas capacidades están presentes en todos nosotros y además con una ubicación bien diferenciada en nuestro cerebro.

Además existe en nosotros una especie de cadena cerebral en la que se dan diversos roles: desde el sistema reticular o "cerebro del reptil" que controla las respuestas instintivas básicas y está asociado a funciones biológicas (no aprende, es instintivo y caprichoso, vive exclusivamente en el presente...), pasando por el sistema límbico o "cerebro del mamífero" que es el encargado de la memoria, el aprendizaje y las emociones (relaciones humanas, interacción, afectos...) hasta el neocórtex o "cerebro propiamente humano" que está relacionado con los procesos intelectuales (reflexiona, visualiza, planifica y es capaz de formular estrategias para conseguir los objetivos).

En los mamíferos, la estructura cerebral es muy similar, aunque la capacidad intelectual (neocórtex) está menos desarrollada, por ahora... limitando así en estos animales capacidades como la planificación, la orientación a largo plazo o la imaginación. Lo interesante de comparar el cerebro humano con el de los mamíferos utilizados en procesos de terapia (perros, caballos y delfines) es que el de éstos posee un sistema límbico considerablemente mayor al nuestro. Es decir, su capacidad emocional es mayor a la humana. No quiere decir que sean más sensibles que nosotros (hoy por hoy, no hay ninguna investigación al respecto) sino que su capacidad para sincronizar con nuestras emociones es enorme.

Este potencial para el acompañamiento emocional no es igualable por ninguna máquina ni siquiera por ningún terapeuta, por muy empático que éste sea. Los animales de sangre caliente, necesitamos del contacto uno a uno y de la sincronización con otros para regular no sólo nuestros estados anímicos, sino nuestro organismo. Es una necesidad vital. Los niños necesitan contacto con sus padres para ajustar el ritmo cardíaco y la presión sanguínea (sincronicidad en la regulación).

Los seres humanos somos completamente interdependientes como especie, pero cada vez nos cuesta más relacionarnos, ya sea por nuestras barreras internas como prejuicios, miedos o inseguridades, como por las barreras externas relacionadas con el uso de las nuevas tecnologías como forma de relación. Además, con la edad tenemos más dificultades todavía para sincronizarnos con otros, para que una pareja se sincronice totalmente, hacen falta 20 años.

Esta sincronización de la que hablamos, se produce a nivel inconsciente, por lo que es muy difícil acceder a ella intencionadamente. Se dice que el animal co-terapeuta, es un catalizador, porque verdaderamente a través de su sistema límbico es capaz de llegar a sincronizar con el hombre a este nivel. Por nuestra experiencia en actividades terapéuticas con perros, podemos afirmar cómo verdaderamente, se produce un efecto de feedback o retroalimentación emocional entre perro y paciente, en el que el perro absorbe tanto las emociones positivas como las negativas, sincronizando totalmente su sistema límbico. Diríamos que lo que sucede es algo así como una relación bilateral en la que el paciente se lleva lo bueno y el perro lo bueno y lo malo. Por eso, tras las sesiones de terapia, el perro suele terminar agotado emocionalmente e incluso puede llegar a estresarse si las sesiones se prolongan más de lo recomendado. Para evitar estas situaciones, es fundamental tener conocimientos en materia terapéutica, pero sobre todo conocer al animal y saber "leerle".

Al hablar de Terapia Asistida con Animales de Compañía, siempre se enumeran multitud de beneficios relacionados con el trabajo al aire libre, el salir de la rutina, la carencia de juicios por parte del animal, el desarrollo de habilidades sociales, la mejora en los índices de calidad de vida, la reducción en la ingesta de analgésicos, la mejora en la atención, mejoras motoras, etc. Que son grandes logros, pero poco se habla del potencial de estos terapeutas para acceder y contactar con nosotros íntima y profundamente. Muchos psicoterapeutas está empezando a incorporar en sus sesiones a algún animal (mamífero) para generar un ambiente de confianza (rapport) y lograr precisamente esta conexión a nivel más profundo. De hecho, aunque el uso de animales como co-terapeutas viene de antiguo, la terapia con animales en un entorno profesional y como hoy la entendemos, surgió precisamente cuando el psiquiatra Boris M. Levinson en 1953 se percató de los beneficios obtenidos en sus sesiones cuando su perro Jingles estaba presente. Quizá gracias a ellos, hoy podemos aplicar científicamente la Terapia Asistida con Animales de Compañía (TAAC).

(* En este artículo sólo hacemos referencia a perros, caballos y delfines, porque existen investigaciones al respecto. Se está empezando a hablar también del sistema límbico de los gatos, pero todavía no tenemos información sobre ninguna investigación concluyente al respecto.

Marta Romo
Pedagoga y Terapeuta de la Asociación LealCan de Integración Canina

Enrique Solís
Director y Adiestrador de LealCan