

Teràpia assistida amb animals

Presentació

Sempre m'han agradat molt els animals, especialment els gossos i els cavalls, i ara fa un parell d'anys que tenim un gos a casa. En poc temps m'he adonat que ens aporta molta alegria i positivisme a tota la família i això m'ha portat a pensar que la gent gran que viu sola i té un animal a casa també obté uns beneficis d'aquesta companyia. També, com alguna vegada he sentit a dir, el contacte amb animals dut a terme per professionals s'ha fet servir com a teràpia per millorar certes malalties. D'aquí ve el meu interès per saber-ne més i decideixo que el tema de la meua recerca sigui aquest: «Teràpia assistida amb animals (TAA)», i em plantejo si és certa la hipòtesi que els animals aporten beneficis als pacients que segueixen les teràpies amb animals.

Metodologia

El treball està dividit en dues parts. La primera part és la teòrica i hi explico en quin moment de la història es comença a treballar amb animals com a teràpia, quin és el seu origen i quina és la seva evolució. Exposo les diferents modalitats d'intervencions amb animals, la seva classificació segons els objectius que es volen aconseguir i segons els professionals que hi intervenen, les seves característiques i les diferèn-



cies. Tot seguit, explico el principi en què es basa la TAA, a qui va dirigida i les àrees que es treballen. Després, anomeno amb quins tipus d'animals es poden portar a terme les teràpies i quins són els més utilitzats. També parlo d'un punt molt important, segons el meu parer, que és el benestar dels animals de teràpia. En la meua recerca m'estenc més en la teràpia amb gossos, per la meua afinitat amb ells i perquè en tinc més informació a l'abast i més facilitat per portar a terme la part pràctica. Per finalitzar aquesta primera part, exposo els problemes que poden afectar els gossos de les teràpies.

La segona part del meu treball és la pràctica i consta de tres apartats. En el primer d'ells he fet una enquesta a 185 persones entre 14 i 76 anys residents a Girona. L'objectiu és, per una part, saber quin percentatge de persones creuen que els animals milloren el nostre estat d'ànim i, per l'altra, comprovar quin grau de coneixement es té de la TAA, quantes persones creuen que és efectiva i quantes l'han utilitzat.

En el segon apartat he realitzat una sèrie d'entrevistes. D'una banda, a empreses o entitats que ofereixen les Teràpies Assistides amb Gossos (TAG) i, de l'altra, a residències de gent gran que han incorporat aquestes teràpies en els seus centres. El motiu d'aquestes entrevistes és saber les seves opinions i els seus punts de vista i veure si hi ha aspectes on coincideixin.

I en el tercer apartat, que per mi ha estat el més interessant, he assistit a dues sessions de TAG realitzades en residències de gent gran, on he pogut gravar i fer fotografies que m'han servit per poder editar un vídeo de les teràpies i treure les meves conclusions (enllaç del vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=7P7DK_-gqK4&t=6s>).

Cos del treball

Per tothom és sabut que els animals han estat al costat dels humans des de fa milions d'anys per ajudar-los en el treball, el transport i la protecció; però amb el temps molts d'ells han passat a ser animals de companyia.

El que no tothom coneix és la utilització dels animals com a teràpia per millorar certes malalties. Les teràpies amb animals tenen un llarg recorregut dins la història, però van començar oficialment el 1953 amb Boris Levinson, que va introduir a la societat el terme teràpia, i a Espanya no comencen fins als anys noranta.

La Teràpia Assistida amb Animals, juntament amb l'Educació Assistida amb Animals, formen part del que s'anomena Intervencions Assistides amb Animals. Són programes on intervenen animals per aconseguir uns objectius mèdics o educatius. Aquests objectius són: millorar el funcionament físic, social, educacional, emocional i cognitiu del pacient. Es basen en crear un vincle afectiu entre pacient i animal per aconseguir que evolucioni el procés terapèutic. És molt important que les intervencions estiguin dirigides, desenvolupades i avaluades per un professional de la salut,

en el cas de Teràpia Assistida amb Animals, o per un de l'educació, en el cas de l'Educació Assistida amb Animals.

Aquestes teràpies van dirigides a un ampli grup de persones: les que tenen discapacitats (sensorials, motrius, mentals o cognitives), persones amb trastorns psicopatològics, persones que pateixen exclusió social, persones de la tercera edat...

Normalment es treballa dins de quatre àrees: física, cognitiva, emocional i relacional. Els beneficis són nombrosos i s'agrupen segons diversos camps: beneficis fisiològics, de l'àrea motora (millores en coordinació, equilibri, musculars), de l'àrea mèdica (com l'estimulació del sistema respiratori i del seu control), cognitius, socials, relacionals i emocionals.

Els animals utilitzats són diversos (cavalls, dofins, gossos, gats, aus, peixos...), segons els objectius que s'hagin d'aconseguir i segons la persona a qui va dirigida la teràpia. És molt important mirar pel benestar de tots aquests animals i, tot i que a Espanya no hi ha cap llei que reguli les teràpies amb animals, estan emparats per codis ètics que ajuden a establir una teràpia efectiva dins del seu benestar.

Pel que fa a les TAG, cal dir que les races utilitzades més fàcilment són: el pastor alemany, el labrador i el golden retriever, a banda de l'Australian Cobberdog que té el pèl hipoal·lèrgic. Però el més important és que el gos estigui ben ensinistrat i seleccionat.

Cada gos serà assignat a un tipus de programa, tenint en compte les necessitats i limitacions de l'usuari. Per exemple, amb gent gran s'utilitzarà un gos petit, que pesi poc, que no sigui fosc...

Els beneficis de les TAG són molt amplis i molts d'ells coincideixen amb els que aporten els altres animals. Són beneficis cognitius i emocionals (empatia pacient-animal, relació favorable entre pacient i terapeuta, acceptació, entreteniment, augment de la socialització, estímul mental...) i beneficis físics (relaxació, augment de l'exercici, millores motores...).

On més s'apliquen les TAG és en centres geriàtrics, en penitenciaris, en la salut mental (programes per a discapacitats intel·lectuals, per a nens autistes i pacients amb processos depressius), en programes d'estimulació i en programes relacionals.

Cal tenir en compte els problemes que poden afectar els gossos de les TAG: mèdics (obesitat pels repetits premis de menjar, artrosi...) o de conducta. Aquests últims no es presentaran si els animals estan ben escollits i ben educats i les teràpies estan ben planificades.

A la part pràctica he pogut comprovar que és certa la meua hipòtesi, ja que en les sessions en dos geriàtrics on vaig estar present vaig veure alguns beneficis d'aquestes teràpies des del primer moment. També he de dir que tant els professionals que les porten a terme com els que les introdueixen en els seus centres coincideixen a dir que aporten beneficis, sigui a curt o a llarg termini.

Conclusions

He pogut treure diverses conclusions del meu treball. En primer lloc, que les teràpies amb animals són relativament noves en el nostre entorn, ja que el moment en el qual sorgeix el terme de teràpia no és tan llunyà, i menys a Espanya on fins als anys noranta no es comencen a desenvolupar. Crec que per això, i gràcies a l'enquesta que he realitzat, he comprovat que són força desconegudes entre la població o, encara que se n'hagi sentit a parlar, realment no es coneix gaire en què consisteixen. La segona conclusió que he tret, i la més important, és que ara puc afirmar que és realment certa la meva hipòtesi que els animals aporten beneficis als pacients que segueixen les teràpies amb animals.

He arribat a aquesta conclusió recollint informació i realitzant la part teòrica del treball però, sobretot, a partir del resultat de les entrevistes fetes, tant als professionals que practiquen les TAA com als responsables i treballadors de residències per a gent gran, i gràcies a la meva experiència viscuda durant les dues sessions on he estat present.

He comprovat en primera persona que en les teràpies amb animals, concretament amb gossos (que són aquelles en les quals m'he centrat i a les quals he assistit), el gos actua com a element motivador en les sessions. El contacte amb el gos ajuda els usuaris a realitzar activitat física, a estimular els aspectes cognitius i socials, així com a reforçar la comunicació afectiva amb la resta de persones. L'animal amb el qual es fa la teràpia aconsegueix que l'usuari percebi de manera positiva la sessió i no tingui la sensació d'estar treballant, sinó jugant. He pogut veure com els gossos, fins i tot una gossa que té la discapacitat de ser sorda de naixement, saben transmetre afecte envers els usuaris, sense jutjar-los per la situació en la qual es troben. Aquest afecte és correspost pels pacients, que senten un benestar tant físic (per exemple relaxació quan l'animal descansa sobre ells i l'acaricien) com emocional (se senten estimats i s'allunya el possible sentiment de solitud).

Amb el gos com a protagonista de les sessions, per exemple portant unes motxilles sobre el llom, es crida l'atenció de la gent gran perquè participi i així s'arribi a l'objectiu de coordinar mà-ull, cosa que comporta un benefici ja que moltes accions de la seva vida necessiten aquesta coordinació i per això és important estimular-la. També he vist com s'estimula el llenguatge quan la gent gran s'esforça a dir el nom dels objectes que porten els gossos dins les motxilles o quan responen a preguntes que els fa el tècnic de la teràpia. Això també els aporta un benefici social ja que estimula la conversa amb els altres usuaris.

En definitiva ha estat molt gratificant veure que aquestes teràpies aporten tants beneficis a diferents nivells i en qualsevol grup social.

Bibliografia i webgrafia

<https://criatures.ara.cat/infancia/Terapia-assistida-animals_0_1861613949.html> –
<<https://faros.hsjdbcn.org/ca/noticia/intervencions-assistides-animals-gran-eina-terapeutica>> – <<http://www.gosllucanes.com/breu-historia-zooterapia/>> – <<http://animalesterapeutas.blogspot.com/p/historia.html>> – <<https://terapiaconanimalessomosdos.wordpress.com/2011/09/13/diferencias-entre-a-a-a-y-ta-a/>& – <<https://metabolicas.sjdhospitalbarcelona.org/consejo/intervenciones-apoyo-animales-perro-como-herramienta-terapeutica>> – <<https://faros.hsjdbcn.org/ca/video/tenir-anim-al-casa-aporta-beneficis-pero-alhora-requereix-re-sponsabilitats>> – <<http://asem-catalunya.com/iniciem-terapia-de-gossos-ase-catalunya-dogking-sant-cugat/>> – <<http://asociacionyoucan.com/modalidades-iaa-intervenciones-asistidas-con-animales/>> – <<https://www.conectadogs.com/blog/investigacion-taa-introduccion-al-estado-la-cuestion/>> – <<https://www.fundacion-affinity.org/blog/terapias-con-animales-e-inteligencia-emocional>> – <<https://www.ctac.cat/ca/ctac/ctac>>
