

Vínculos que sanan: la terapia ocupacional asistida con animales en personas mayores

María Paula Serrato Mendoza

Profesora de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

María José Guancha Valencia

Estudiante de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

En los últimos años, el enfoque hacia la atención de adultos mayores ha evolucionado y, una de las intervenciones más innovadoras ha sido el uso de animales en terapias asistidas. Las Intervenciones Asistidas por Animales (en adelante IAA) han demostrado tener un impacto significativo en la mejora de las funciones cognitivas, físicas, sociales y emocionales de las personas mayores. Esta intervención, basada en el vínculo humano-animal, no solo mejora la calidad de vida de los usuarios, sino que también resulta en cambios positivos en su bienestar general, especialmente cuando se trata de personas con enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer y la demencia.

¿Qué son las Intervenciones Asistidas por Animales?

Son un conjunto de terapias en las que los animales desempeñan un papel fundamental como facilitadores del tratamiento. Según Ortiz (2020, como se cita en Sandoval, 2021), estas intervenciones están diseñadas con objetivos específicos y plazos determinados, y tienen como finalidad, mejorar funciones cognitivas, físicas, sociales y emocionales de los pacientes. Este tipo de terapia es ampliamente utilizado en diversas poblaciones, entre ellas las personas mayores que padecen enfermedades como la demencia, el Alzheimer, depresión o alteraciones físicas crónicas. Los animales se integran en los planos terapéuticos con el objetivo de mejorar la calidad de vida y promover la integración social de quienes participan.

El vínculo humano-animal es la base fundamental de las IAA. Se trata de una relación especial que se forma entre una persona y un animal, en la que ambos obtienen beneficios emocionales y psicológicos. Diversos estudios han demostrado que la interacción con animales tiene un impacto positivo en la salud física y mental, al reducir el estrés, promover la relajación y mejorar el estado emocional general. Para muchas personas mayores, el simple hecho de interactuar con un perro o un gato puede traerles paz, compañía y una sensación de propósito.

Este vínculo no solo ayuda a reducir la ansiedad y el estrés, sino que, estimula la motivación en las personas mayores para participar activamente en las sesiones de terapia. El uso de animales en terapia se basa en su capacidad para generar respuestas positivas en los usuarios, lo que hace que estos se involucren más en el tratamiento y que los objetivos terapéuticos sean alcanzados de manera más efectiva.

La International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO, 2018) y el Centro de Terapias Asistidas con Canes (CTAC, 2024) clasifican las IAA en tres categorías principales:

1. **Terapia Asistida con Animales (TAA):** es un tratamiento dirigido por un profesional de la salud, como un terapeuta ocupacional, que establece objetivos terapéuticos específicos. El animal es una parte activa del proceso y las sesiones están diseñadas para abordar necesidades particulares del paciente, como mejorar habilidades motoras, reducir el dolor o aumentar la motivación para realizar actividades físicas.
2. **Actividades Asistidas con Animales (AAA):** Abellán y De Lara-López (2021) mencionan que, a diferencia de la TAA, las AAA no están supervisadas por un terapeuta y no tienen objetivos terapéuticos específicos.

Están enfocadas en actividades recreativas o motivacionales, donde los animales realizan un papel importante para mejorar el bienestar general de las personas. Un ejemplo común es la visita de perros a residencias de ancianos para ofrecer compañía y alegría a los residentes.

3. Educación Asistida con Animales (EAA): Abellán y De Lara-López (2021) refieren que está enfocada en el ámbito educativo, con la participación de animales en programas diseñados para fomentar habilidades sociales y cognitivas en diversas poblaciones, incluidos los adultos mayores. Aunque no es directamente terapéutico, la EAA también contribuye al bienestar general.

Ahora bien, para garantizar el éxito de las IAA, es fundamental que los animales involucrados cumplan con ciertos requisitos. Martos-Montes et al. (2015) explican que los animales seleccionados para participar activa o pasivamente en programas terapéuticos, deben cumplir con características específicas que aseguren su comportamiento adecuado en diversas situaciones. Estas características incluyen:

- **Fiabilidad:** los animales deben responder de manera predecible y amable en los contextos terapéuticos. Por ejemplo: los perros no deben asustarse ante la presencia de sillas de ruedas o andadores.
- **Predecibilidad:** es esencial que los terapeutas puedan anticipar el comportamiento del animal en diferentes situaciones, lo que asegura la eficacia de las intervenciones.
- **Controlabilidad:** los animales deben estar entrenados para comportamientos regulares inadecuados, lo que facilita su manejo durante las sesiones.

Además de las características del animal, Vásquez (2021) señala la importancia de los roles específicos en estas intervenciones, lo que ayuda a definir y comprender el enfoque y la finalidad del tratamiento; estos incluyen:

- **El rol del terapeuta:** este es responsable de evaluar y planificar las sesiones de acuerdo con los objetivos de tratamiento. Sin embargo, no es su responsabilidad guiar al animal, ya que esto podría interferir con el desarrollo de las sesiones.
- **El rol del usuario:** este debe participar activamente en las sesiones y seguir las pautas proporcionadas por la guía del animal.

- **El rol del guía:** se encarga de asegurar que los animales cumplan con los requisitos necesarios para participar en las intervenciones; esto incluye la evaluación de su personalidad (obediencia, tolerancia a la manipulación y novedad) y el entrenamiento básico, así como la garantía de que los animales estén en buen estado de salud e higiene.
- **El rol del animal:** debe aprender los comandos y ejercicios necesarios para las actividades, obedeciendo las indicaciones de la guía, lo que a su vez motiva al usuario a cumplir con las actividades planificadas por el terapeuta.

Esta estructura organizada y multidisciplinaria permite que las IAA sean llevadas a cabo de manera efectiva, promoviendo mejoras en la calidad de vida de las personas mayores mediante la interacción con los animales y la colaboración entre todos los involucrados en el proceso terapéutico.

Figura 1

Terapia asistida con animales para personas mayores



Nota. Adobe Firefly, (2024).

Teniendo en cuenta lo anterior, algunas residencias para personas mayores han comenzado a incluir animales como residentes fijos o como visitantes regulares, ya que estos han demostrado ser de gran ayuda durante las actividades y las intervenciones. La presencia de animales ha generado un impacto positivo en las personas mayores, quienes encuentran en ellos una fuente de apoyo emocional y motivación. Las especies involucradas en estas actividades varían según la



afinidad de los pacientes; entre ellas, se incluye perros, gatos, aves, peces, conejos y pequeños roedores. Sin embargo, el perro sigue siendo el animal más utilizado debido a su capacidad de aprendizaje, entrenamiento a una edad temprana, accesibilidad y, especialmente, su temperamento amigable (International Federation on Ageing, 2024).

La relación entre terapia ocupacional e intervenciones asistidas con animales

La terapia ocupacional, según la American Occupational Therapy Association (AOTA, 2020), se define como el uso terapéutico de las ocupaciones diarias con personas, grupos o poblaciones, para mejorar o permitir la participación en actividades valiosas, con un enfoque en la relación transaccional entre el cliente y su entorno. Dentro de este marco, las IAA complementan la terapia ocupacional al fomentar la interacción entre el paciente y el animal, poniendo énfasis en los logros funcionales a través de actividades compartidas.

En este sentido, Coloma (2015) concluye que ambas disciplinas son totalmente compatibles y complementarias. En la TAA, el enfoque no se centra en una 'deficiencia' que deba ser tratada, sino en la interacción con el animal y en la realización de actividades significativas. Esto permite al paciente utilizar sus habilidades adaptativas y recibir una respuesta inmediata del animal, lo cual resulta altamente motivador; por lo tanto, es crucial que la experiencia ocupacional incluya la cercanía con un animal, ya que esto puede ser un factor determinante en la motivación del paciente.

Pravia (2020), por su parte, resalta que la IAA tiene objetivos prediseñados y que el animal desempeña un papel fundamental en el tratamiento, propiciando beneficios en múltiples dimensiones: físicas, sociales, emocionales y cognitivas. Estas intervenciones pueden ser desarrolladas de forma individual o grupal, y su objetivo es promover la salud, prevenir discapacidades y fomentar la autonomía, lo que se alinea con los objetivos de la terapia ocupacional.

Motivación y participación en el proceso terapéutico

La motivación es un elemento central en el éxito de las IAA. Si se establece que la interacción con los animales genera un aumento en la motivación intrínseca del usuario, se puede observar que la presencia de un animal en el entorno terapéutico transforma la experiencia en algo más ameno y atractivo; esto puede ayudar a prevenir y disminuir las tasas de abandono de los programas de terapia ocupacional.

González et al. (2019) sostienen que la TAA se convierte en una herramienta valiosa para los terapeutas ocupacionales en el tratamiento de personas mayores con trastornos del estado de ánimo y otros problemas psiquiátricos. La participación de animales, adecuadamente dirigida, no solo aporta beneficios terapéuticos, sino que estimula la motivación, la implicación y la atención en el paciente.

Estrategias para la Implementación de las IAA

Según Jonkers (2017), es esencial llevar a cabo las IAA de diversas maneras, para facilitar la autonomía de los usuarios en actividades cotidianas. Las intervenciones pueden incluir juegos de roles entre el paciente, el terapeuta y el coterapeuta animal, así como actividades terapéuticas previamente diseñadas en función de los objetivos establecidos al inicio del tratamiento. Durante estas sesiones, que deben durar entre 30 y 40 minutos para evitar el estrés en el animal, es fundamental proporcionar un entorno adecuado para el descanso del animal antes y después de las actividades. El terapeuta ocupacional tiene la responsabilidad de presentar al paciente al animal de terapia, fomentando una interacción adecuada que se mantenga en línea con los objetivos de la intervención (Organización Mundial de Sanidad Animal, OMSA, 2024).

Conclusiones

Las IAA representan un enfoque innovador y efectivo en la atención a personas mayores, contribuyendo significativamente a mejorar su calidad de vida. Al fomentar el vínculo humano-animal, estas intervenciones no solo permiten la mejora de funciones cognitivas, físicas, sociales y emocionales, sino que crean un ambiente en el que los adultos mayores pueden encontrar compañía, propósito y bienestar. La integración de animales en contextos terapéuticos ha demostrado ser particularmente beneficiosa para aquellos que sufren de enfermedades neurodegenerativas, como el Alzheimer y la demencia, proporcionando un soporte emocional valioso que facilita su participación activa en la terapia.

Además, la relación entre la Terapia Ocupacional y las IAA se fortalece, al considerar que ambas disciplinas son complementarias. La terapia ocupacional se enfoca en las ocupaciones diarias y el bienestar del paciente, mientras que las IAA utilizan el contacto con animales como un medio para mejorar la motivación y el compromiso del usuario en el tratamiento. Esta sinergia permite que los terapeutas ocupacionales desarrollen planes de intervención adaptados a las necesidades individuales de los pacientes, promoviendo así su autonomía y bienestar.

Finalmente, es esencial implementar las IAA de manera estructurada y multidisciplinaria, para maximizar sus beneficios. La preparación adecuada de los animales y la colaboración entre terapeutas, guías y usuarios son esenciales para garantizar que estas intervenciones sean efectivas y seguras. Con el diseño adecuado de sesiones terapéuticas y el enfoque en las necesidades de los usuarios, las IAA no solo pueden transformar esta experiencia, sino, ayudar a prevenir el abandono del tratamiento, lo que a su vez contribuye a mejorar la calidad de vida de las personas mayores en diferentes contextos.

Referencias

- Abellán, L. y De Lara-López, Á. (2021). Autocontrol emocional y adquisición de habilidades sociales en estudiantes a través de terapias con animales. *Educación y Sociedad*, 19(1), 77-92.
- American Occupational Therapy Association (AOTA). (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4th ed.). *American Journal of Occupational Therapy*, 74(Suppl. 2), 7412410010. <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
- Centro de Terapias Asistidas con Canes (CTAC). (2024). Human-animal interaction. <https://ctac.cat/>
- Coloma, A. (2015). *Programa de terapias ecuestres para niños con discapacidad intelectual desde terapia ocupacional* [Tesis de pregrado, Universidad de Zaragoza]. <https://core.ac.uk/download/pdf/289982465.pdf>
- EntreÁlamos, Centro Residencial de Mayores (2018). Terapia asistida con animales para personas mayores. <https://www.entrealamos.com/terapia-asistida-con-animales-para-personas-mayores/>
- González, R., Barragán, F. J., Vaca, C. S., Pastor, N. M. y Yepes, M. S. (2019). Terapia con mascotas: perspectivas en la salud pública. *Revista UNIANDES Ciencias de la Salud*, 2(3), 265-282.
- International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO). (2018). La definición de IAHAIO para las intervenciones asistidas con animales y las directivas para el bienestar de los animales involucrados en las intervenciones asistidas con animales. <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2019/06/iahaio-white-paper-spanish.pdf>
- International Federation on Ageing. (2024). Our news. <https://ifa.ngo/>
- Jonkers, A. (2017). *Beneficios terapéuticos de la terapia asistida con animales (TAA) en oncología infantil y juvenil: una revisión* [Tesis de pregrado, Universidad Miguel Hernández]. <https://dspace.umh.es/bitstream/11000/3610/1/Jonkers%2C%20Anna%C3%AFk.pdf>
- Martos-Montes, R., Ordóñez-Pérez, D., Fuente-Hidalgo, I., Martos-Luque, R. y García-Viedma, M. R. (2015). Intervención asistida con animales (IAA): análisis de la situación en España. *Escritos de Psicología (Internet)*, 8(3), 1-10. <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2015.2004>
- Organización Mundial de Sanidad Animal (OMSA). (2024). Bienestar animal. <https://www.woah.org/es/que-hacemos/sanidad-y-bienestar-animal/bienestar-animal/>
- Pravia, F. (2020). Terapia asistida por animales desde una perspectiva del pensamiento complejo. *Revista de Estudiantes de Terapia Ocupacional*, 7(1), 36-43.
- Sandoval, D. (2021). Pacientes con TEA se benefician de la terapia asistida con perros. <https://www.uv.mx/prensa/general/pacientes-con-tea-se-benefician-de-la-terapia-asistida-por-perros/>
- Vásquez, J. A. (2021). Actividades y terapia asistida por animales desde la mirada del Modelo de Ocupación Humana. *Revista Chilena de Terapia ocupacional*, 22(2), 177-183. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2021.17080>

