

Etología Clínica: Ansiedad por separación

Etología, comportamiento canino: Dr. Moisés Heiblum Frid

ANSIEDAD

Es un sentimiento difuso de angustia o aprehensividad hacia un peligro o amenaza inespecífica, acompañado de una sensación de desolación y desprotección que lleva a conductas que pueden ser destructivas a la propiedad, peligrosas para el perro, o molestas para el dueño.

Ansiedad por separación: Es una respuesta de miedo o angustia del animal de compañía cuando es separado de una figura de apego o cuando es dejado solo. Es el desorden ansioso más prevalente en el perro, ocurre con mayor frecuencia en perros que han tenido una historia previa de abandono. Puede aumentar en perros geriátricos. Puede ser recurrente y presentarse por un cambio en la rutina diaria.

Signos clínicos

- Vocalización excesiva
- Conducta destructiva
- Eliminación inapropiada
- Los signos más intensos se dan por lo general durante la 1ª hora de ausencia y nuevamente unos minutos previos al regreso cuando existe un ritual consistente de salida y llegada por parte de la figura de apego.
- La eliminación y la destrucción se concentran principalmente en puertas, ventanas y objetos personales del dueño.

Signos que ocurren solo durante la ausencia del dueño

- Vocalización excesiva
- Eliminación indeseable
- Destrucción
- Autolesión
- Salivación excesiva
- Nervioso ir y venir

Signos que ocurren antes de que el dueño se vaya

- Esconderse o recluirse
- Se ve o actúa nervioso o ansioso (Ir y venir constante)
- Deprimido
- Sigue al dueño a donde este va (conducta velcro)
- Trata de impedir que el dueño se vaya
- Rehúsa entrar al sitio de seguridad

Signos que ocurren cuando el dueño regresa a casa

- Excesivamente excitable

- Tarda mucho tiempo en calmarse
- Se le pega al dueño estableciendo contacto físico (conducta velcro)

Otros signos inespecíficos de ansiedad por separación

- Jadeos
- Diarrea
- Vómito
- Granuloma acral por lamido
- Automutilación
- Anorexia
- Depresión o inactividad
- Temblores
- Gemidos, chillidos o aullidos

Causa primaria

Hiperapego: conducta velcro, búsqueda de atención, contacto físico

Mecanismos inadecuados de adaptación: el perro nunca aprendió a estar solo

Respuesta de pánico a estar solo: perros de asilos con historias de abandono

Papel del apego en la ansiedad por separación canina

Apego: Lazo emocional que un individuo siente por otro tratando de mantener una cercanía física hacia la figura de dependencia

Signos

- Mantener una cercanía espacial hacia la figura de dependencia
- Búsqueda de atención
- Gemir, aullar, ladrar
- Seguir al dueño
- Tratar de pasar por puertas y ventanas para encontrarse con la figura de apego

Las conductas de apego permiten la cohesión de grupo en los animales sociales como el perro, que en estado natural siempre se encuentra en grupo, y en el medio doméstico éste grupo incluye a los humanos con quienes el perro forma lazos de apego muy fuertes y que después los humanos, debido a sus actividades cotidianas, muchas veces se ven en la necesidad de dejar al perro solo por largos períodos del día rompiendo la condición natural del perro de no saber estar solo y la ruptura de este apego conlleva a conductas ansiosas.

Diagnósticos diferenciales

Vocalización excesiva:

- Disparada por estímulos externos

Eliminación inapropiada:

- Pérdida del entrenamiento de eliminación
- Conducta de marcación
- Aspectos de manejo como falta de acceso al sitio apropiado
- Respuesta aguda de miedo

Destrucción:

- Común en animales jóvenes, pero lo hacen también en presencia del dueño
- Dentición

- Estímulos externos como una tormenta eléctrica
- Falta de actividad o falta de estimulación mental

Tratamiento de ansiedad por separación en perros

Educación al dueño: Ansiedad por separación no es todo o nada, es un estado continuo de miedo o angustia, donde algunos perros pueden tener estados ansiosos y otros estados fóbicos

Modificación ambiental:

- Restringir acceso del perro a áreas donde pueda ocurrir destrucción o eliminación
- Sitio de seguridad
- Pensión o cuidador en casos extremos
- Juguetes interactivos
- Variar los juguetes disponibles para el perro para que no pierdan su atractivo

Modificación conductual:

- Evitar ausencias prolongadas al inicio de la terapia (poca viabilidad debido a las actividades cotidianas del dueño)
- Disminuir la intensidad de interacción en general con el perro y especialmente durante salidas y llegadas. Esto tiene como objetivo hacer una diferencia menos notoria entre la presencia y la ausencia del dueño y de ésta manera crear en el perro un proceso de habituación a la ausencia del dueño.
- Ignorar mientras se prepara para salir.
- Ignorar al regresar hasta que se pueda redirigir la conducta hacia algo deseable.
- Ejercicio regular y con un horario confiable.
- Promover mayor estimulación ambiental a través de juguetes interactivos y actividades recreativas.
- Obediencia como una herramienta cotidiana, que le dé al perro una sensación de liderazgo confiable por parte del dueño y a su vez una sensación de seguridad al tener un líder en quien confiar.
- Confinamiento si es que no causa ansiedad, para algunos perros estar en un sitio cómodo y pequeño, al cual se encuentre habituado previamente, les confiere un sentimiento de protección, mientras que a otros el confinamiento les da una sensación de mayor ansiedad y frustración.
- Entrenamiento de independencia, disminuir contacto físico con la figura de apego, fomentar interacción con otras personas de casa.
- Vida estructurada, el perro es un animal de hábitos regulares por lo que un estilo de vida con pocos cambios, consistente y confiable le da una sensación de seguridad.
- DS y CC, partidas graduales usando una clave de seguridad, una clave de seguridad es cualquier señal visual, auditiva u olfativa que el perro no conozca previamente y que cuando se presenta es relacionada con una ausencia corta. Es importante realizar los ejercicios de terapia en el sitio donde el dueño quiera que se

quede el perro durante ausencias reales.

Es importante usar las claves de seguridad solamente durante los ejercicios de terapia de otro modo éstos pierden su significado y gradualmente aumentar el tiempo en que el perro es dejado solo.

- No castigar: no existe una asociación directa entre la conducta y el castigo, es importante explicarle al dueño que la conducta ocurre debido a la ansiedad, es decir el animal tiene miedo a quedarse solo y por lo tanto no se trata de un acto voluntario de venganza por haberse quedado solo.

¿Hacerse de otra mascota?

Este puede ser un asunto de controversia, ya que en algunos casos puede ayudar, aunque la mayoría de las veces cuando tenemos a un animal con ansiedad por separación, la conducta de dependencia es hacia una figura de apego humana y el dueño entonces termina con 2 perros y sin resolver el problema de ansiedad por separación original.

Pronostico depende de:

- Severidad del problema, mientras más intensos sean los signos de ansiedad más reservado es el pronóstico.

- Duración del problema, mientras más tiempo lleve el problema más reservado es el pronóstico ésta es una condición que si no es tratada no solo no se resuelve, sino que tiende a empeorar.

- Complicidad de los dueños, particularmente en un problema como ansiedad por separación, debido a que el tratamiento requiere de mucha consistencia.