

[TENDENCIAS]

# Ansiedad canina: por qué se produce, de qué manera identificarla y cómo tratarla

Este trastorno, que afecta a más perros de lo que se cree, es capaz de poner en riesgo la salud del animal.

Ignacio Arriagada M.

**A**l igual como las personas, los perros pueden experimentar trastornos psicológicos. Y uno de los más comunes en estos animales, aunque poco se crea, es la ansiedad, que puede impactar tanto su salud física como mental. Un experto fue consultado por este medio para ahondar, por ejemplo, en cómo se manifiesta esta condición, de qué manera puede perjudicar a los canes y, lo más importante, las alternativas para tratarla.

"Como concepto, se define (la ansiedad canina) como la respuesta física, emocional y conductual a un posible peligro futuro. En el fondo, es un estado de alerta en el que se están previniendo esos posibles riesgos. La ansiedad no es mala en sí misma, ya que es lo que nos mantiene vivos", parte explicando Pablo Gómez, médico veterinario y académico de la Universi-

dad San Sebastián (USS).

**MOTIVO Y DETECCIÓN**

Si bien existen varios factores que producen ansiedad en los perros, Gómez comenta que los principales son falta de socialización, pensamientos futuros, es decir, algo que puede o no ocurrir; cambios en el entorno o en las rutinas; experiencias traumáticas; y separación de su dueño.

A diferencia de los humanos, los perros no pueden expresar sus emociones de forma verbal, por lo que es clave descifrar su lenguaje corporal para identificar si es que tienen o no ansiedad.

En esa línea, Gómez comenta que este trastorno psicológico se puede detectar analizando el estado de alerta del can: "Puede que estén aparentemente durmiendo o descansando, pero una vez que el humano se mueve, inmediatamente lo sigue detrás, lo que significa

que no estaba realmente descansando. Otra forma de visualizar la ansiedad en los perros es que van a reaccionar a estímulos muy pequeños, como por ejemplo a una caída de lápiz o una risa, asustándose como si se tratara de un petardo de ruido. También podría evidenciarse en su conducta agresiva, la que se originará a partir del miedo, desde lo defensivo".

A pesar de estos signos, el especialista reconoce que "no es completamente sencillo identificarlo, ya que la ansiedad también puede es-

“ (La ansiedad) se define como la respuesta física, emocional y conductual a un posible peligro futuro.

Pablo Gómez  
 médico veterinario

tar asociada a otros trastornos u orígenes, por ejemplo, a un estilo de vida sin rutina, con desorden, falta de socialización en la primera infancia que genere que sean animales más temerosos, por un trastorno de apego, etcétera".

**MANEJO Y TRATAMIENTO**

Reconocer las acciones y comportamientos asociados a la ansiedad permitirá a los dueños ayudar a sus mascotas a controlarla. Para concretarlo se requiere un enfoque integral que combine cambios en el entorno y en las rutinas y, en algunas ocasiones, tratamiento médico.

Para reducir los niveles de este trastorno, el médico veterinario recomienda "generar una rutina más estricta, que va desde que inicia el día abriéndole la puerta para

que haga sus necesidades, luego siga con la primera comida, después vengan unos minutos de juego, y así sucesivamente. Es decir, contar con una estructura de acciones que se puedan repetir en el tiempo. De esa forma, eliminamos el pensamiento futuro del perro, porque el can ya sabrá lo que va a pasar después y eso le dará tranquilidad, calma".

La situación cambia cuando un can es diagnosticado con ansiedad generalizada, hipersensibilidad o hiperactividad. En ese escenario, Pablo Gómez sugiere pedir ayuda a un médico veterinario, quien debe "desarrollar un plan de tratamiento que involucre las acciones antes mencionadas, así como también otro tipo de estrategias: una relación de confianza con sus tutores, contar con zonas seguras dentro de la casa, hacer uso de psicofármacos recetados por el veterinario, en caso de ser necesario, o aplicar terapias complementarias".



SHUTTERSTOCK

Confecionan una cámara que