

Estrés canino

Por Enric Homedes

www.floresdebach.eu

En general, el estrés se define como la respuesta no específica ante cualquier exigencia a la que se ve sometido un ser vivo. Se entiende por exigencia cualquier acción a realizar frente a un estímulo externo, por ejemplo empezar a correr porque se nos escapa el tren o en el caso de un animal emprender un movimiento hacia atrás (huir) o hacia delante (atacar) cuando se encuentra en una situación amenazante para él. Por tanto, ante una situación de riesgo, es saludable tener un mecanismo de respuesta correcto y entrar en una situación de estrés.

El problema surge cuando un ser vivo responde exageradamente a un estímulo exterior amenazante o mantiene su estado de estrés más allá de lo que la situación inicial requería. El aumento del nivel de estrés durante un tiempo prolongado favorece las patologías en el ser que vive una situación estresante. En cambio un cierto nivel de estrés y un cierto nivel de respuesta al estrés son sanos y saludables.

Según la neuropsicología, cuando un ser vivo se ve amenazado por una situación real de peligro (o vivida como real) se activan una serie de mecanismos por parte del sistema nervioso y del sistema endocrino. El estímulo exterior es captado por el sistema nervioso periférico (compuesto por los nervios que emergen de la médula espinal y del tronco encefálico y los órganos sensoriales) y éste lo transmite al sistema nervioso central

(compuesto por el encéfalo y la médula espinal) que será quien realmente procese lo que está pasando y decide qué se ha de hacer. Por un lado esta "decisión" será transmitida de vuelta al sistema nervioso periférico y éste dará una respuesta somática, es decir, una respuesta donde el ser vivo responde de forma consciente y por otro lado será transmitida al sistema vegetativo, relacionado con el sistema endocrino y todas sus glándulas.

El sistema vegetativo está constituido por dos: el simpático y el parasimpático.

El simpático es el encargado de activar ciertas funciones del organismo que intervienen en las respuestas frente al estrés (acelera el ritmo cardíaco, activa la formación de glucosa en el hígado para que ésta vaya a las células de los músculos y éstos se preparen para emprender un movimiento rápido). El sistema simpático también es el encargado de bloquear otras funciones de ese ser vivo. Y el parasimpático es el encargado de devolver a la normalidad todas las funciones que fueron activadas por el sistema simpático, como respuesta a una situación de estrés.

El sistema simpático y el parasimpático han de trabajar en equipo, es decir, si todo lo que activa el simpático, luego lo desactiva el parasimpático, el ser vivo que vivió el estímulo exterior desencadenante de estrés, retorna a su estado de equilibrio. El problema surge cuando el parasimpático no puede o no

llega a tiempo de desactivar las funciones que el simpático activó. Veamos un ejemplo. Supongamos el caso de un perro que es atacado por otro perro, y es mordido. El estímulo exterior, la mordedura, entrará por el sistema nervioso periférico del animal por varias vías: la presión de los incisivos en la piel, el dolor... y llegará al sistema nervioso central. Éste enviará una respuesta al sistema periférico (el perro chillará, se revolverá de dolor...) y otra respuesta al sistema vegetativo que activará el simpático para conseguir aumentar el ritmo cardíaco y el nivel de glucosa en sangre y emprender un movimiento de huida o de ataque.

Una vez el perro ha conseguido que no le muerdan más, bien porque ha huido o bien porque al contraatacar, el otro perro ha abandonado la lucha, la experiencia vivida no tendría más repercusión que los colmillos del otro perro clavados en su piel o un dolor en la pata. El problema surge porque el simpático se activa de forma muy aguda y el parasimpático no desactiva las funciones activadas con igual rapidez.

Esto ha de ser así. Frente a un estímulo amenazante hay que actuar de forma muy rápida, sobre todo si de ello depende la vida de ese animal. En cambio, una vez pasado el peligro, no hay una necesidad fisiológica de volver al equilibrio rápidamente. Además, no es una buena estrategia porque la activación de funciones supone un gasto de energía considerable y la desactivación rápida implicaría un suplemento de gasto energético considerable. Si se deja al perro que se

recupere con calma, él tiene mecanismos para gestionar por sí mismo los “residuos” de esa situación traumática. Bastarán de 2 a 3 días.

Pero lo que sucede normalmente, es que el perro atacado recibe un segundo estímulo exterior, a veces más “dañino” que el primero, la hiperpreocupación y/o el pánico y/o la angustia de su propietario o de la gente que le rodea en ese momento. Estos le acarician y le consuelan y el sistema central del perro interpreta que “aún está en peligro”. Frente a esa interpretación errónea, su sistema vegetativo seguirá manteniendo activas ciertas funciones y seguramente lo que hubiera sido una anécdota, pasa a ser un trauma.

Algunos perros que han vivido una situación de este tipo, nunca más se volverán a equilibrar, si no reciben tratamiento floral, tanto ellos como sus propietarios, y las directrices de un veterinario, o un educador canino o de un etólogo. Normalmente estos perros captan en cada nuevo paseo, el miedo y /o la angustia de sus propietarios que de forma inconsciente pero continua potencian en su animal la permanencia de un estado de desequilibrio llamado estrés. El animal frente a esto, mantendrá respuestas continuadas de estrés agudo y acabará sufriendo un estrés crónico (ansiedad).

Las situaciones de estrés agudo consumen una gran cantidad de energía del animal, de ahí la necesidad de dejarlos descansar para que se recuperen.

El tratamiento floral para un animal que ha vivido una situación puntual de estrés agudo (atropello sin

consecuencias físicas importantes, la pelea con otro animal, una caída o un golpe, un estruendo fuerte...) debe contemplar básicamente esencias que le ayuden a gestionar las secuelas de pánico postraumático y esencias que modulen su nivel de excitación.

En la mayoría de casos será suficiente la combinación de **ROCK ROSE** (pánico) + **STAR OF BETHLEHEM** (trauma) para restablecer el equilibrio de su sistema nervioso, afectado por la vivencia de una situación estresante y **VERVAIN** (sobreexcitación) + **WHITE CHESTNUT** (aceleración) para gestionar la hiperactividad que la situación desencadenante de estrés ha provocado en el animal, preparándolo para salir corriendo y huir o en su defecto emprender un movimiento hacia delante y atacar. Puede añadirse **RESCUE REMEDY** (emergencia) si el animal está muy nervioso e intranquilo. Bastarán 4 gotas, 4 veces al día durante unos 2-3 días para que el animal retorne a su estado anímico. Es conveniente añadir también **OLIVE** y dejar que el animal descanse.

Si detectamos que alguno de los propietarios del animal está en estado **RED CHESTNUT** (hiperpreocupación) o tiene una personalidad **CHICORY** (posesión) o simplemente se le ve asustado, angustiado o traumatizado, es conveniente tratarlo con esencias florales y darle unas directrices que le informen de cómo debe tratar a su animal para no cronificarle su estado de estrés. En este caso también se recomienda alargar el tratamiento del animal una semana más como mínimo.

El animal que cronifica su estado de estrés (animales que no fueron tratados tras una situación puntual de estrés, animales maltratados y/o abandonados, animales que son capturados y trasladados a una perrera o a una protectora...), al vivir en estado de alerta casi de forma permanente, tiene una producción de Cortisol y Adrenalina por parte de las glándulas suprarrenales superior a los valores considerados como normales y el exceso en sangre de estas hormonas esteroides provoca efectos secundarios en el animal. Su cuerpo se bloquea y experimenta baja resistencia al dolor y estado de letargo.

Las depresiones caninas suelen estar asociadas al estrés crónico. Un perro estresado necesita más oxígeno y jadea. Y también come más de la cuenta y no se engorda. Esto sucede porque el perro, al estar en estrés crónico, tiene un gasto de energía brutal y por eso demanda más comida. Un perro que vive en estrés crónico necesita un 300 % de suplemento de energía a través de su alimentación. Es un perro por tanto muy desequilibrado.

Un perro equilibrado es tranquilo en casa y más activo en la calle. Y está equilibrado si no ve como amenazantes la mayoría de situaciones que le rodean, ni se sobreexcita por los estímulos externos de su entorno. Lo único que hace al salir a pasear es cambiar una situación de reposo por otra de mayor actividad. Este perro equilibrado al cambiarle su rutina, por ejemplo si lo llevamos a casa de alguien que tenga un perro, jugará sin ningún problema con él, y se sobreexcitará un poco ante la situación nueva y poco

rutinaria (duerme en otro sitio, convive con otra gente...). Eso no es un problema, porque al día siguiente el perro se recuperará y volverá a su posición de equilibrio.

Algo parecido nos sucede a nosotros después de un día lleno de actividades. Si disponemos de un tiempo para descansar, nos recuperamos del estrés que ha supuesto un día con la agenda muy llena.

Al animal que sufre estrés crónico hay que enseñarle a afrontar las situaciones que antes le estresaban, no hay que eliminarlas, y tratarlo con esencias florales para que las gestione; así como tratar las consecuencias en su organismo del exceso de Cortisol y Adrenalina. Un perro no tratado, responderá cada vez más energicamente frente a estados o estímulos de alerta más pequeños. Y lo que empezó siendo un estrés, por ejemplo frente a una tormenta eléctrica, acabará siendo un estrés ante cualquier ruido.

El tratamiento floral para un animal con estrés crónico, además de reequilibrar su sistema nervioso con **ROCK ROSE +STAR OF BETHLEHEM** y mejorar su nivel energético con **OLIVE**, ha de contemplar la forma con la que el animal manifiesta su estrés. Algunos precisan de la esencia **MIMULUS**, porque sienten miedo frente a la mayoría de los estímulos externos de su vida cotidiana. Otros hiperventilan por el gasto energético que supone vivir, de forma casi permanente, en estado de alerta. A estos les habremos de añadir **SWEET CHESTNUT**. Otros se convierten en animales letárgicos que precisan **CLEMATIS**. Otros manifiestan agresividad. En estos deberemos considerar esencias como **HOLLY, CHERRY PLUM, BEECH**.

El tratamiento de un animal con estrés crónico debe durar como mínimo seis meses a una frecuencia de 4 gotas, 4-5-6 o más veces al día, según el nivel de estrés del animal.