

Efectos beneficiosos de los animales de compañía para los pacientes con enfermedades cardiovasculares

Beneficial effects of pet animals in patients with cardiovascular diseases

MSc. Dra. Beatriz Hugues Hernandorena✉, MSc. Aimée Álvarez Álvarez, MSc. Loraine Ledón Llanes, MSc. Madelin Mendoza Trujillo, MSc. Dra. Liset Castelo Elías-Calles y Dra. Emma Domínguez Alonso

Instituto Nacional de Endocrinología. La Habana, Cuba.

Full English text of this article is also available

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Recibido: 02 de diciembre de 2012

Aceptado: 27 de diciembre de 2012

Palabras Clave: Animales de compañía, Enfermedades cardiovasculares

Key words: Pet animals, Cardiovascular diseases

Señor Editor:

Los animales de compañía (aquellos que han sido domesticados con el propósito de brindar compañía o disfrute del poseedor), han desempeñado un papel preponderante en la vida del ser humano a través de la historia, porque ejercen un efecto beneficioso en la prevención y recuperación de la salud física y mental de las personas con quienes conviven o se vinculan¹.

Informar el beneficio que reporta la convivencia con estos animales en la salud de las personas con enfermedades cardiovasculares es el propósito de esta carta, para que se considere como una opción terapéutica complementaria a ofrecer en nuestras instituciones de salud.

Estos efectos pueden dividirse en terapéuticos, fisiológicos, psicológicos y psicosociales.

Efectos terapéuticos

La terapia asistida emocional consiste en la introducción de los animales, de forma permanente o regular, en el entorno de una persona para establecer una unión afectiva con ella², mediante esta práctica se ha potencializado la rehabilitación de pacientes con enfermedades cardíacas y se ha incrementado el porcentaje de supervivencia de la enfermedad coronaria³.

La terapia física es la que involucra animales para tratar algunos aspectos de la salud física humana, como los relacionados con el sistema locomotor y el sistema nervioso central. La más conocida es la equinoterapia, que se ha convertido en una herramienta para incrementar las habilidades físicas y permite aumentar el flujo sanguíneo hacia el sistema circulatorio, de manera que beneficia la función fisiológica de los órganos internos⁴.

✉ B Hugues Hernandorena

Instituto Nacional de Endocrinología.

Hospital "Comandante Manuel Fajardo"

Zapata y D. Vedado, Plaza CP 10400

La Habana, Cuba.

Correo electrónico: bettymig@infomed.sld.cu

Efectos fisiológicos

Protegen contra las enfermedades cardiovasculares, pues reducen la presión arterial (PA), las frecuencias cardíaca y respiratoria, la ansiedad y el estrés, en niños y en adultos, por igual. Acariciar un animal de compañía libera endorfinas, oxitocina, prolactina, dopamina y disminuye la concentración plasmática de cortisol, lo cual repercute positivamente en el estado de ánimo y proporciona sensación de bienestar⁵.

Friedmann *et al.*⁶⁻⁹ realizaron varias investigaciones a partir de la década del '80. En la más citada⁶ se evaluó la supervivencia al año de un grupo de pacientes egresados de la unidad coronaria y se encontró un porcentaje menor de mortalidad en el grupo de pacientes que eran dueños de animales (5,7 %), frente a los que no los poseían (8,2 %). Este efecto fue independiente de la gravedad de la enfermedad y de la existencia de otras fuentes de apoyo social. En 1983 demostraron que la presencia de un perro contribuía a disminuir significativamente las presiones arteriales sistólica y diastólica, así como la frecuencia cardíaca en niños entre 9 y 16 años⁷; en 1990 concluyeron que la presencia de perros amigables y conocidos reducía las manifestaciones fisiológicas y psicológicas del estrés moderado⁸, y en 1995, en un artículo publicado en *American Journal of Cardiology*⁹, encontraron que los pacientes que poseían perros como mascotas tuvieron menor mortalidad al año (1/87; 1,1 %) que aquellos que no las poseían (19/282; 6,7 %), por lo que concluyeron que, tener un perro y apoyo social eran factores predictivos de supervivencia después de un infarto agudo de miocardio.

Vormbrock y Grossberg¹⁰ valoraron la PA y la frecuencia cardíaca en un grupo de estudiantes, e informaron que interactuar con un perro resultaba menos estresante que con una persona. Anderson *et al.*¹¹ investigaron a 5.470 pacientes y encontraron que los que convivían con animales tenían valores de PA significativamente menores, y Nagengast *et al.*¹² en 1997 encontraron resultados similares en niños entre 3 y 6 años.

Ya en el presente siglo otros autores¹³⁻¹⁶ han corroboraron el efecto positivo que ejercen los animales de compañía en la disminución de la PA y la frecuencia cardíaca de sus poseedores.

Efectos psicológicos

Ayudan a disminuir los trastornos psicológicos, redu-

cen el sentimiento de soledad e incrementan el de intimidad, lo que estimula a la conservación de la vida en personas enfermas¹⁷, además en estados de ansiedad, depresión, duelo y aislamiento, las mascotas se convierten en una compañía incondicional; y permiten que se desarrolle el afecto en los niños^{17,18}.

McConnell *et al.*¹⁸ confirman, en un artículo de finales de 2011, que los animales de compañía representan una fuente de respaldo social y emocional para sus dueños (sanos o enfermos), quienes son más felices, saludables, tienen mayor autoestima y aptitud física, se sienten menos solitarios y temerosos, y están menos preocupados que los que no tienen estos animales.

Efectos psicosociales

Promueven la relación y socialización entre personas desconocidas, quienes se vuelven más solidarias y comunicativas, y facilitan la comunicación entre distintas generaciones por constituir un foco de interés común, lo mismo dentro del marco de la familia como en la comunidad. También promueven la participación en actividades recreativas^{16,19}.

Beneficios sobre el control metabólico y la salud física

En pacientes con factores de riesgo coronario como: diabetes mellitus, obesidad o alteraciones del metabolismo lipídico, así como en aquellos con cardiopatía conocida, la tenencia de un perro puede favorecer la actividad física (caminatas, marchas, carreras) con la consecuente pérdida de peso corporal, disminución de los niveles de lípidos (colesterol y triglicéridos), y estimulación del metabolismo glucídico^{11,20}.

En Cuba, Torres²¹ ha propuesto la práctica de caminatas dueños-perros como parte del programa de control de la diabetes mellitus, que pudiera ser igualmente útil si se implementara en las áreas de rehabilitación cardiovascular y en aquellos con enfermedad arterial periférica, donde la caminata favorece la formación de circulación colateral y disminuye el riesgo de amputaciones en pacientes diabéticos y normoglucémicos²².

Otro aspecto importante a tener en cuenta es que en pacientes con enfermedades avanzadas, con mala clase funcional (cardiopatía isquémica o valvular, miocardiopatías e insuficiencia cardíaca), o minusvalía, la ayuda de un perro adiestrado es incalculable²³.

Beneficios sobre la salud mental e intersocial

La depresión, la ansiedad, el estrés u otras manifestaciones psicológicas que padecen los pacientes con cardiopatía, pueden aliviarse mediante el contacto con animales de su agrado como: perros, gatos, aves peces ornamentales, u otros, pues acariciarlos o simplemente observarlos produce bienestar y tiene efectos relajantes y antidepressivos²⁴.

Secundariamente, el beneficio sobre la salud tiene un impacto económico para el paciente, la familia y la seguridad social, al reducir los gastos por concepto de atención, hospitalización, medicación e interrupción laboral^{25,26}.

Por otra parte, la convivencia en el seno de una familia humana, le reporta beneficios también a los animales, al recibir alimentación, espacio, cuidados de su salud, atención y afecto²⁷. Los efectos negativos de esta relación son tema de otro debate, pero seguramente no superan los beneficios; aunque es importante señalar que para tener un animal de compañía se necesitan conocimientos, medios y condiciones para la convivencia en el hogar porque este hecho constituye un acto de gran responsabilidad individual, familiar y social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Mentzel RE, Rubún E. Origen y evolución del vínculo humano-animal. *Rev Med Vet.* 2004;85(4):139-45.
2. Juliano RS, Jayme VS, Fioravanti MCS. Terapia asistida por animais (TAA): um tema atual para o médico-Veterinário. *A Hora Veterinária (Brazil).* 2006;26(152):55-8.
3. Anderson WP, Reid CM, Jennings GL. Pet ownership and risk factors for cardiovascular diseases. *Med J Aust.* 1992;157(5):98-301.
4. Oropesa P, García I, Puente V, Matute Y. Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador. *MEDISAN [Internet].* 2009 [citado 14 Feb 2013];13(6):[aprox. 5 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&id=S1029-30192009000600015&lng=es
5. Odendaal JS. Animal-assisted therapy - magic or medicine? *J Psychosom Res.* 2000;49(4):275-80.
6. Friedmann E, Katcher AH, Lynch JJ, Thomas S. Animals companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Rep.* 1980;95(4):307-12.
7. Friedmann E, Katcher AH, Thomas S, Lynch J, Messent PR. Social interaction and blood pressure. Influence of animal companions. *J Nerv Ment Dis.* 1983;171(8):461-5.
8. Friedmann E. The value of pets for health and recovery. In: Burger IH, ed. *Pets, Benefits, and Practice. Proceedings for the 20th Waltham Symposium.* London: British Veterinary Association Publications, 1990; p. 8-17.
9. Friedmann E, Thomas SA. Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *Am J Cardiol.* 1995;76(17):1213-7.
10. Vormbrock JK, Grossberg JM. Cardiovascular effects of human-pet dog interactions. *J Behav Med.* 1988; 11(5):509-17.
11. Anderson WP, Reid CM, Jennings GL. Pet ownership and risk factors for cardiovascular diseases. *Med J Aust.* 1992;157(5):98-301.
12. Nagengast SL, Baun MM, Megel M, Leibowitz JM. The effects of the presence of a companion animal on physiological arousal and behavioral distress in children during a physical examination. *Journal of Pediatric Nursing. J Pediatr Nurs.* 1997;12(6):323-30.
13. Allen K, Blascovich J, Mendes WB. Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine.* 2002;64(5):727-39.
14. Allen, K, Shykoff B, Izzo JL. Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension.* 2001; 38(4):815-20.
15. Millhouse-Flourie TJ. Physical, occupational, respiratory, speech, equine and pet therapies for mitochondrial disease Mitochondrion. 2004;4:549-58.
16. Wood L, Giles-Corti B, Bulsara M. The pet connection: pets as a conduit for social capital. *Soc Sci Med.* 2005;61:1159-73.
17. Gómez LF, Aterhortúa CG, Orozco SC. La influencia de las mascotas en la vida humana. *Rev Col Cienc Pec.* 2007;20(3):377-86.
18. McConnell AR, Brown CM, Shoda TM, Stayton LE, Martin CE. Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *J Pers Soc Psychol.* 2011 Dec;101(6):1239-52.
19. Jofré L. Visita terapéutica de mascotas en hospitales. *Rev Chil Infectol [Internet].* 2005 [citado 3

- Oct 2012];22(3):[aprox. 5 p.]. Disponible en:
[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext
&pid=S0716-
10182005000300007&lng=en&nrm=iso&ignore=.ht
ml](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0716-10182005000300007&lng=en&nrm=iso&ignore=.html)
20. Gutiérrez G, Granados D, Piar N. Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Rev Col Psicol.* 2007;16(1):163-84.
21. Torres O. *Controlar su diabetes*. 2da ed. La Habana: Científico Técnica; 2009. p. 66.
22. Sell Lluveras JL, Miguel Domínguez I. Guía práctica para el diagnóstico y el tratamiento del síndrome del pie diabético. *Rev Cubana Endocrinol* [Internet]. 2001 [citado 22 Mar 2013];12(3):[aprox. 5 p.]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532001000300008&lng=es
23. Zamarra MP. *Terapia asistida por animales de compañía*. Bienestar para el ser humano. Centro de salud. 2002;10(3):143-9.
24. Salama I. Los animales de compañía como moduladores positivos de la salud de los mayores [Internet]. [citado 4 Oct 2012; actualizado 25 Mar 2013]. Argentina: Enplenitud.com; ©2000-2012. Disponible en: <http://www.enplenitud.com/los-animales-de-companiia-como-moduladores-positivos-de-la-salud-de-los-mayores.html#ixzz1YsN9wDxt>
25. Paws for Healing Project. Are You Looking for a Service Therapy Dog? [Internet]. [citado 4 Nov 2012]. Disponible en:
<http://www.pawsforhealing.org/areyoulookingforaservicedog.pdf>
26. Martínez R. La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Indivisa*. 2008;9:117-46.
27. Fraser CM, Amstutz HE. Merck. *Manual de Medicina Veterinaria*. Comportamiento de los animales. Relación hombre animal. Barcelona: Océano. 2000. p. 345-67.