

EVIDENCIA 2A

RESUMEN EJECUTIVO

**LA EFICACIA DE LOS PERROS DE SERVICIO PSIQUIÁTRICO EN
MILITARES CON TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO:
UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA**

TRABAJO DE FINAL DE GRADO
Año académico 2020-2021

Alumna: Andrea Estoquera Guallar
Tutora: Cynthia Binelli Capurro
(1258 palabras)

Grado en Psicología

AGENTES CLAVE

El presente estudio puede ser de especial interés para aquellos profesionales que se dedican a la investigación de intervenciones asistidas con animales para el trastorno por estrés postraumático.

La intervención que se presenta a continuación es relativamente desconocida. La evidencia científica que hay al respecto es escasa, por lo que es oportuno continuar con su estudio o, en su defecto, abrir líneas de investigación.

La finalidad última del estudio es visibilizar esta modalidad de intervención para que se pueda implantar en un futuro y ayudar de esta forma a aquellas personas que sufren de un trastorno por estrés postraumático.

INTRODUCCIÓN

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) lo padecen aquellas personas que han sufrido o han sido testigos de una vivencia traumática. Se caracteriza por presentar recuerdos intrusivos (pesadillas, flashbacks...), una evitación persistente de cualquier aspecto relacionado con el suceso traumático, alteraciones negativas cognitivas y del estado de ánimo, y una alteración importante de la alerta y reactividad.

Los individuos afectados por TEPT son un 80% más propensos a presentar otro trastorno mental. Los más comunes son el trastorno depresivo mayor (TDM), el trastorno por consumo de sustancias o de alcohol y algún otro tipo de trastorno de ansiedad.

Dada la complejidad y la gravedad del trastorno de estrés postraumático, se hace necesario determinar qué intervenciones pueden ser eficaces para tratar a las personas que lo sufren. Ante esta tesis, se ha planteado la convivencia con un perro de servicio psiquiátrico como un plausible tratamiento complementario.

Los perros de servicio psiquiátrico son aquellos perros entrenados específicamente para realizar tareas enfocadas a ayudar a una persona con un trastorno psicológico. Las tareas que aprenden se engloban en cuatro grupos: 1) detección e intervención cuando la persona está ansiosa; 2) contribuir en su seguridad; 3) contribuir en su relajación; y 4) ayudar en su socialización (**Tabla 1**).

Son dos los motivos principales de la elección de esta modalidad:

- En la mayoría de ocasiones, los traumas se originan debido a situaciones donde otras personas están implicadas o son las causantes, por lo que la intervención con un perro puede ser más favorable a la hora de transmitir confianza y crear una sensación de seguridad.
- Al ser una convivencia hay que tener presente que el perro de servicio psiquiátrico, además de realizar sus tareas entrenadas focalizadas en la sintomatología del trastorno, también ejerce de animal de compañía, lo cual conlleva que la persona sienta menos soledad, un amor incondicional, fidelidad, rutina, entre muchos otros aspectos.

Tabla 1

Comportamientos entrenados de un perro de servicio psiquiátrico para personas con TEPT (Rodríguez et al., 2020)

Tarea	Comportamiento
Interrumpir la ansiedad	El perro avisa al veterano cuando se siente ansioso e interrumpe su ansiedad con un golpe de nariz, colocando la cabeza en su regazo o con algún otro comportamiento.
Calmar la ansiedad	El perro realiza una conducta tranquilizadora como hacer contacto físico cuando el veterano siente angustia o ansiedad.
Bloquear (crear espacio)	El perro se posiciona horizontalmente frente al veterano para crear espacio personal.
Bloquear (proteger)	El perro se posiciona horizontalmente frente al veterano para proteger.
Cubrir (mirar atrás)	El perro se posiciona directamente detrás del veterano para vigilar y “cubrirle la espalda”.
Saludo social	El perro ayuda a saludar a las personas en público sentándose u ofreciendo la pata.
Despertar de una pesadilla	El perro reconoce que el veterano está teniendo una pesadilla y suavemente le despierta.

Ante esta contextualización, el objetivo principal del estudio fue realizar una revisión de la bibliografía disponible acerca de la eficacia de la convivencia con perros de servicio psiquiátrico en militares con trastorno por estrés postraumático.

Más concretamente, se pretendía determinar si tanto la sintomatología del TEPT como la de los trastornos comórbidos disminuía y qué modificaciones experimentaba el militar en su vida diaria.

METODOLOGÍA

Para llevar a cabo el estudio se recurrieron a las bases de datos PubMed, Medline y PsycINFO con las palabras clave “*service dog*”, “*veteran*” y “*posttraumatic stress disorder*”. Los criterios establecidos para determinar qué artículos se revisarían fueron los siguientes:

- **Criterios de inclusión:** (1) Estudios que analicen la eficacia terapéutica de los perros de servicio psiquiátrico en militares, (2) Los veteranos presentan un diagnóstico clínico de TEPT, (3) Estudios de los últimos 10 años y (4) Estudios en catalán, castellano o inglés.
- **Criterios de exclusión:** (1) Estudios de caso único y (2) Estudios que analicen la eficacia de los perros de servicio psiquiátrico fuera de una convivencia con el militar.

RESULTADOS

Con la aplicación de los criterios de exclusión e inclusión se obtuvieron 12 artículos de los cuales se extrajo la información principal (**Figura 1**).

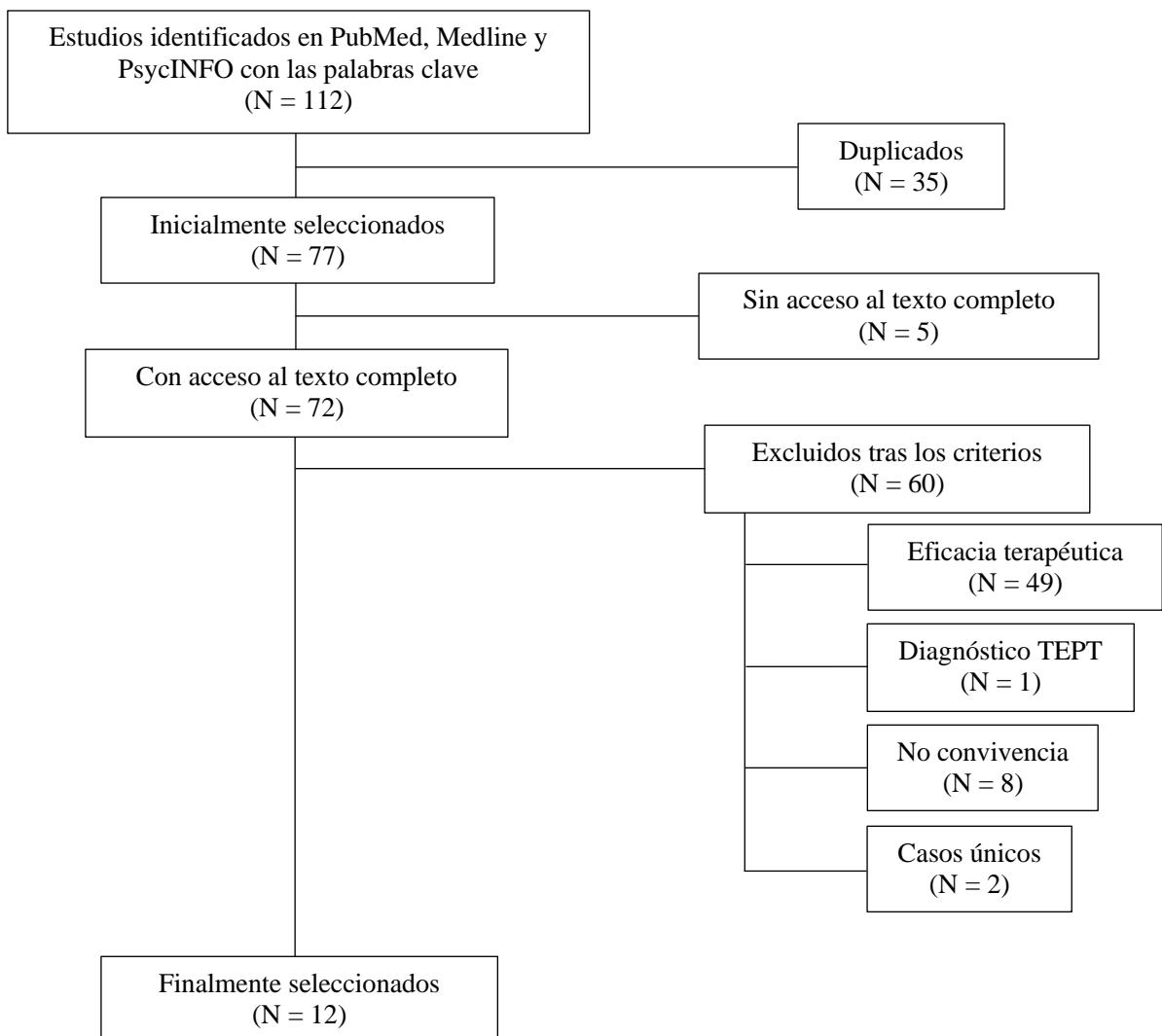


Figura 1. Diagrama de flujo

Tras la revisión de los artículos se observó que la convivencia con un perro de servicio psiquiátrico se asociaba a una mejora del trastorno por estrés postraumático en militares. Todos los síntomas del TEPT se vieron beneficiados por la presencia del animal, especialmente aquellos relacionados con las alteraciones negativas cognitivas y del estado del ánimo y con la alteración de la alerta y reactividad.

Además, los trastornos comórbidos que se encontraron (depresión, ansiedad y abuso de alcohol y de otras sustancias) y su correspondiente sintomatología (ideación suicida, intentos de suicidio y ataques de pánico) experimentaron una disminución después de un tiempo viviendo con el animal.

Finalmente, los perros de servicio psiquiátrico incidieron también en la vida diaria del militar aportando muchos efectos positivos. Estos fueron una reducción de medicación, aislamiento, emociones negativas y soledad; y un aumento de las relaciones interpersonales, ir a sitios públicos, calma, calidad de vida, seguridad, rutina, protección, actividad física, responsabilidad, compañía, felicidad, motivación y calidad del sueño.

CONCLUSIONES

En vista de los resultados obtenidos se puede considerar que la convivencia con un perro de servicio psiquiátrico es una intervención efectiva para aquellas personas afectadas con TEPT. No obstante, la parte más importante de si la intervención es o no beneficiosa es la conexión entre el animal y la persona. Sin este vínculo establecido, se ha demostrado que los militares sienten que el perro de servicio no es de tanta ayuda.

Esta intervención presenta sus propias limitaciones. Algunas de ellas son el alto coste que puede suponer el tener un perro de servicio psiquiátrico, el largo tiempo en lista de espera para obtenerlo y la noción del futuro fallecimiento del animal y sus respectivas consecuencias para el estado anímico y mental de la persona.

No obstante, teniendo en cuenta sus múltiples beneficios, puede ser importante investigar más sobre esta intervención, especialmente de cara a aquellas personas que hayan sufrido las experiencias traumáticas en su hogar. Sería el caso de víctimas de violencia doméstica, violencia de género (tanto mujeres como sus hijos), violencia familiar, agresiones y abusos sexuales, etc.

La casa de cada uno es considerada como un lugar seguro. Sin embargo, las personas que por desgracia sufren situaciones horribles en su propia casa dejan de percibir su hogar como tal, convirtiéndose así en un sitio donde tampoco pueden estar a salvo de cualquier mal. Si estas personas vivieran con un perro de servicio psiquiátrico, además de mejorar su sintomatología del TEPT, con el tiempo podrían volver a considerar su hogar digno de ser llamado como tal.