

¿Cuándo viene Nika?

María José Esnal

Dice el saber popular que el perro es el mejor amigo del hombre. Y a veces también es su mejor medicina. La asociación AEPA-Euskadi lo sabe bien, y no por sesudos estudios científicos, sino por su experiencia del día a día, ya que estos animales se han convertido de su mano en eficientes co-terapeutas en la asistencia a personas mayores. Gracias a Nika o a Luz los ancianos de dos residencias de Bizkaia reciben una inyección de vida cada semana.

AEPA-Euskadi es una asociación sin ánimo de lucro con sede en Bilbao que, además de ser acreditadora oficial de perros de asistencia, también participa en proyectos de terapia, educación y actividades con perros. Su objetivo es atender a personas con distintas discapacidades físicas y/o psíquicas; en riesgo de exclusión social; que sufren violencia de género o maltrato de otro tipo; personas mayores; y en general, según nos cuentan, a cualquier persona en situación de desigualdad que pueda beneficiarse de la ayuda de un perro de asistencia con el fin de mejorar su calidad de vida. Y *Nika*, *Luz*, *Kala*, *Chiste*, *Itxaso*, *Eureka* y *Oker* son parte fundamental en la mayoría de estos colectivos.

En este ámbito se enmarca el programa que desarrollan actualmente en dos centros gerontológicos de Bizkaia, las residencias San José de Erandio e Igurco-Umbe. Iñaki Linaza, vicepresidente de AEPA comenzó esta actividad de forma totalmente gratuita y voluntaria en 2006, que continuó en 2007 ya a través de la asociación, tanto en los centros mencionados como en otros del ámbito del País Vasco. Los resultados no pueden ser más satisfactorios, como nos cuenta Iñaki Linaza, y corrobora Ainara Ochoa, psicóloga de Igurco-Umbe, que lo resume de forma muy expresiva: «cada día que viene el perro es un «subidón» para ellos».

Un estímulo para los mayores

La terapia consiste fundamentalmente en sesiones de una hora en las que se realizan diversas actividades contando

con el aliciente que supone la presencia del perro. Se trata de trabajar aspectos cognitivos y afectivos sirviéndose de la presencia del animal que les estimula, según Linaza, a realizar actividades que habitualmente les resultan menos gratas. «Nuestras sesiones están más enfocadas a una visita o a una actividad asistida con un animal», explica. «Nosotros conocemos a las personas que forman ese grupo, de las que nos han proporcionado unos datos acerca de cuáles son sus problemas: de memoria, de relación, de visitas... y a las que, lógicamente les gustan los perros, pero no entramos demasiado en valorar estudios psicológicos. Creemos que da mucho mejor resultado que sea un tipo de visita asistida en la que el perro sirva de motivo de alegría, de vínculo con nosotros, que lo sientan como parte de ellos, como su perro que les va a visitar cada semana o cada quince días. Y, luego, en nuestra mano está realizar con ellos actividades que les puedan resultar gratas, o aquellas actividades que en otros momentos les resultan ingratas, como dibujar, pensar, sumar, restar... Sin embargo, si les pedimos que pinten al perro, les resulta muchísimo más agradable. Y así cantidad de actividades. En nuestra mano está, y no en la del perro, el enfocar todo ese tipo de cosas para poder sacar algo de ello», concluye.

Precisamente una de las premisas en las que se basa tanto el aprendizaje del animal, como en la actividad asistida que realizan se basa en que «el perro sea pe-

rrero y como tal llegue a las personas». Esta afirmación que *a priori* parece de Perogrullo contiene sin embargo toda la filosofía de AEPA. «Nosotros ahí nos diferenciamos de otro tipo de asociaciones, en cuanto a que piensan que los perros que trabajan en esas terapias o actividades asistidas tienen que ser unos perros perfectamente adiestrados para hacer cosas, que sobre el perro debe recaer el papel más importante en la sesión. Y nosotros no estamos muy de acuerdo. Más que hablar de adiestramiento nos gusta

© DIEGO VIVANCO



más hablar de educación, de convivencia, porque los perros con los que acudimos son de cada uno de nosotros, de casa, no han venido de ninguna línea especial, ni de razas puras. Lo que es cierto es de que nosotros nos hemos preocupado de obtener unos conocimientos y una formación de manera que esos perros lleven una vida lo más perruna posible, que sientan y disfruten como perros, porque creemos que precisamente ahí radica gran parte del éxito de este tipo de sesiones, en que el perro esté feliz haciendo lo que hace y que les sea tan agradable ir a una residencia, o a la cárcel, como ir al monte o a la playa a jugar.»

Y los mayores responden a este estímulo. Lo hacen por ejemplo mirando, «es fundamental, les encanta ver, observar», responde Iñaki. «Incluso cuando el perro está dormido te dicen que no le despiertes, porque para ellos eso también tiene un valor y es que el perro está súper a gusto. Igual se le ha quedado a alguno tumbado en los pies y está feliz, no quiere que nadie le mueva porque está allí con él. Y tocando también, con total libertad del perro, no cogiéndolo y poniéndolo encima de alguien y que el perro se sienta agobiado». Y además son felices con las pequeñas responsabilidades que les genera esta actividad asistida, como «llevarle el agua, poner las sillas para la sesión, recogerlas, retirar el bebedero, o quedarse con

Minicambios importantes

Tanto Iñaki Linaza como Ainara Ochoa hacen el mismo comentario cuando se les pregunta por las historias de estas personas y su convivencia con los perros («ufff, hay tantas...»), y si hay un antes y un después en el estado anímico o cognitivo de estas personas. Y hablan del caso de una mujer a la que nunca habían visto sonreír, que deambulaba por los pasillos. «Cuando empezamos con las visitas era tal la felicidad que tenía ante la llegada del perro que siempre nos esperaba fuera sentada y cuando veía al perro se le ponía una sonrisa enorme.» «Pero hay muchas –afirma Linaza– y generalmente casi todas van en esa línea, de gente que apenas habla, que durante todo el día está callada, y de repente

si no puede mover los brazos, se nota que hace el esfuerzo, se estira, que focaliza su atención. Es lo que más notamos.»

Otro aspecto importante de esta actividad es que tiene su pre y su post. «Pre, pensando que va a venir el perro. Unos días antes ya empiezan a preguntar ¿cuándo viene Nika? O te dicen que han soñado con el perro, que le llevaban cosas, o preocupándose de lo que se tienen que encargar, como darle de beber. Y después de que la perra se va, lo mismo, esa sensación de lo bien que han estado: ¡el otro día lo que hicimos! ¡qué lista es la perra! ¡qué bien lo pasamos!», narran ambos especialistas. Pero además, añade Iñaki, no solamente se produce en ellos el cambio, también en el propio personal de la resi-

© DIEGO VIVANCO



Diferentes momentos de las sesiones. En la última foto Iñaki Vivanco, Cristina Muro y Belén Fernández (vicepresidente, presidente y secretaria de AEPA, respectivamente) junto a la perra Luz

la perra esperando mientras llevamos a un compañero al salón. Para ellos es fantástico».

La psicóloga de Igarco, por su parte, corrobora el apoyo importante que proporciona el perro en su actividad con los mayores. «El grupo que tenemos está integrado por personas con deterioro cognitivo desde leve hasta más severo, y trabajamos para desarrollar ciertas capacidades cognitivas como la atención o la memoria o la comunicación. Y el hecho de utilizar un perro es más motivador para ello y les ayuda mucho a seguir la sesión.»

viene el perro, y no es que nos hable a nosotros, es que le habla al perro, le pregunta cosas, le dice cosas. O que le hablan en otro idioma que desconocíamos que sabía, como el euskera o el francés, y que para ellos es recuperar el idioma del cariño. Y en general esos "minicambios" que los terapeutas aprecian.»

Ainara lo certifica. «Tenemos una mujer de 103 años que tiene una demencia muy avanzada, que habla muy poco, que generalmente está muy poco comunicativa, con una movilidad muy reducida, y cuando está con la perra se le nota en la cara, sonríe, le intenta tocar, y aunque ca-

dencia. «Entras y saludan al perro, antes que a ti. Son ellos los que al final crean un ambiente distinto.»

En definitiva, los beneficios son evidentes. «Hasta la fecha nadie ha dicho nada negativo, no hemos tenido ninguna mala experiencia y mientras sea posible pensamos continuar con el programa», asegura Ainara Ortega. «Los familiares están también muy contentos. Recogí por escrito sus impresiones y están encantados, porque se lo notan a ellos. De hecho algunos me dicen que es la actividad favorita de sus mayores, lo que más les gusta, y ¡mira que hacemos cosas!» ■