

SOLO EN CASA

La ansiedad por separación canina



Dr. James O'Heare

Traducción de María Reimóndez Meilán

Índice general

1. Comprender la ASC	15
1.1. Factores de riesgo de desarrollar ASC	19
1.1.1. Factores de riesgo	19
1.1.2. El objeto de apego	21
1.1.3. Signos	21
1.1.4. Expresión de la angustia	23
1.2. Elementos emocionales y cognitivos de la ASC	25
1.2.1. Patrón estándar de las dinámicas afectivas	25
1.2.2. Ansiedad y miedo	26
1.2.3. Pánico	26
1.2.4. Frustración	27
1.2.5. Aburrimiento	30
1.2.6. Diversión durante la separación	30
1.3. Teoría del aprendizaje y ASC	31
1.3.1. Habituaación y sensibilización	32
1.3.2. Condicionamiento clásico	35
1.4. Teoría de los sistemas de comportamiento	41
1.4.1. Condicionamiento operante	41
1.4.2. Procedimientos del condicionamiento operante	42
1.5. Anatomía y fisiología de la ASC	45
1.5.1. El sistema nervioso	45
1.5.2. Neurotransmisores (mensajeros químicos)	47

1.5.3.	El cortisol y el sistema HPA	49
1.5.4.	El sistema límbico	50
1.5.5.	Corteza cerebral	51
1.5.6.	Sistema límbico vs. corteza cerebral	51
1.6.	Estrés	52
1.6.1.	Umbral de estrés	53
1.6.2.	Respuesta al estrés agudo	53
1.6.3.	Respuesta al estrés crónico	54
1.6.4.	Signos de estrés	55
1.6.5.	Prueba de estrés	61
2.	Diagnóstico de la ASC	63
2.1.	Recopilación de datos	63
2.2.	Diagnóstico diferencial	64
2.3.	Problemas médicos	64
2.4.	Hacer sus necesidades	65
2.5.	Destrucción	69
2.6.	Vocalización	72
2.6.1.	Otros aspectos diferenciales	74
2.7.	El castigo y sus insidiosas consecuencias	76
2.8.	Análisis funcional (exclusiones)	78
2.8.1.	Cuestionario de gravedad	80
2.9.	Prognosis	81
2.9.1.	Cuestionario de prognosis	81
3.	Prevención de la ASC	89
4.	Tratamiento de la ASC	101
4.1.	Intervención farmacológica	101
4.2.	Intervención nutricional	105
4.3.	Estimulación mental	111
4.4.	Estimulación física (ejercicio)	113
4.5.	Masaje	119
4.6.	Sensibilización y señales de inhibición condici- cionada	119
4.7.	Tiempo de relax	120
4.8.	Enjaular o no enjaular	121

4.9. Adquirir otro perro	122
4.10. Cómo gestionarlo	123
4.10.1. Objeto aromatizado	123
4.10.2. Cortina sonora tranquilizante	124
4.10.3. Barrera ante estímulos externos	124
4.10.4. Los vecinos	124
4.10.5. Juegos de cazar y escarbar	125
4.10.6. Reducir el contraste presencia y ausencia	125
4.10.7. Rutina sistemática y estructurada	126
4.10.8. El principio Premack y el acceso indirecto	126
4.10.9. Ausencia de conflicto social	127
4.11. Protocolos de tratamiento para casos más graves	128
4.11.1. Identificación de las rutinas previas a la partida	128
4.11.2. Desensibilización sistemática	132
4.11.3. Cuando le entra el pánico sólo después de que nos marchemos	135
4.12. Estrés humano asociado	136
4.13. Programa de desensibilización alternativo	136

Índice analítico 139

Referencias y lecturas recomendadas 141

Agradecimientos de la edición en castellano 145

SECCIÓN 1.1

Factores de riesgo de desarrollar ASC

Algunos aspectos en la vida del perro pueden indicar que tenga mayor riesgo de desarrollar angustia por separación. Los siguientes puntos se consideran factores de riesgo.

1.1.1 Factores de riesgo

- Prácticas de cría punitivas
- Perros que pasan a un hogar nuevo o adoptados de perreras
- Perros que pasan largos períodos en residencias
- Cambios súbitos de pasar mucho tiempo con el dueño a pasar muy poco
- Cambios significativos en la rutina o hábitos diarios
- Traslado a un nuevo hogar (con el dueño)
- Perros muy sensibles a los movimientos del dueño
- Trastornos de ansiedad basados en problemas pre-existentes como depresión, fobias, comportamientos estereotipados o trastornos obsesivo-compulsivos
- Cualquier evento traumático que el perro haya experimentado mientras estaba solo
- Cualquier experiencia de trauma emocional
- Retirada temprana o tardía de la madre y de los otros cachorros
- Que quedase solo siendo muy joven
- Imposibilidad de ir exponiendo al cachorro gradualmente a situaciones de ausencia
- Ausencia larga o permanente de un miembro de la familia
- Aumento de un nuevo miembro en la familia
- En general, aislamiento social en los cuatro primeros meses de vida
- Disfunción cognitiva (trastorno geriátrico)
- Razas que hayan sido criadas para trabajar de forma voluntariosa y estrechamente con sus adiestradores.

SECCIÓN 2.5

Destrucción

Por destruir entendemos morder, rascar, excavar, o embestir como un carnero. Si el comportamiento ocurre SÓLO cuando el dueño no está, la causa puede deberse a:

- Angustia por separación
- Comportamiento de juego, exploración, aburrimiento
- Actividad de desplazamiento
- Estimulación externa

¿Muestra el perro algún tipo de angustia antes y después de la partida (según la grabación)? Si es así, entonces es más probable que sea angustia por separación que las otras causas. Si no, el comportamiento de juego, exploración o aburrimiento, actividad de desplazamiento o estimulación externa son igualmente o más probables.

SECCIÓN 2.6

Vocalización

Las vocalizaciones incluyen aullar, gemir, ladrar, gritar o lloriquear. Si el comportamiento ocurre **SÓLO** cuando el dueño no está en casa, entonces puede relacionarse con:

- Angustia por separación
- Estímulo externo (gatos, otros perros ladrando, intrusos, algo que le da miedo, etc.)
- Hábito o aburrimiento