

RINCÓN ANIMAL

El duelo, entendido como una respuesta psicológica frente a la muerte de un ser querido, con sentimientos de pérdida acompañada de dolor y aflicción emocional, es un proceso muy semejante entre humanos y animales; sin embargo, existen diferencias importantes que mencionar.

Entre los sentimientos que podemos experimentar los humanos, hasta finalmente aceptar el proceso de duelo, se encuentran: la incredulidad, el dolor, la rabia, la ansiedad y la culpa. Esta última es más común en situaciones en que el ser querido no muere por "causas naturales" como la vejez y a veces es bastante complejo de superar, requiriendo de apoyo de personal especializado. Entre los sentimientos asociados al duelo por pérdida de animales de compañía están: depresión, llanto, trastornos del sueño, pérdida del apetito, desesperación, sensación de abandono, cefalea, fatiga y desorientación, pensando en que quizás la muerte pudo ser evitada, o pensando en cómo se encontrará el animal si es que esta pérdida fue por ejemplo por un extravío, recordando los momentos felices del pasado, las circunstancias actuales de la muerte y peor aún, imaginando el futuro sin este ser querido.

Una emergencia o desastre puede enfrentarnos a situaciones límite como la antes indicada, llevándonos a explorar muchas veces en lo más profundo de nuestras emociones. En la mayoría de los desastres las pérdidas son enormes, peor aún en el caso de los incendios, donde la pérdida es generalmente completa. La mayoría de los bienes materiales son reemplazables; sin embargo, existen pérdidas que son completamente irremplazables como la de un integrante de nuestra familia. Reconociendo la importancia de este punto, sabemos que los animales son considerados un miembro más de la familia, constituyendo familias "multiespecie", instalando incluso en el lenguaje cotidiano conceptos como "perrhijo" o "gathijo".

Duelo por la pérdida de animales y duelo en animales (con la Médico Veterinaria Liza Fonseca)



Hachikō, el perro japonés de raza akita recordado por haber esperado a su amigo, el profesor Hidesaburō Ueno, en la estación de Shibuya, cerca de nueve años después de la muerte de este.

Taller "Animales y Desastres"
Sábado 18 Mayo 2024. 10:30 a 12:30 horas
Liza Fonseca M.V.

¿Cómo podemos proteger a nuestros animales ANTES, DURANTE y DESPUÉS de un desastre siconatural?

y si no alcanzamos a llegar a tiempo...

¿Cómo ayudamos a nuestros animales con sus propios duelos?

¿Cómo nos despedimos de ellos?





Entonces, ¿cómo nos reponemos si perdemos a este amigo incondicional? o ¿cómo podemos ayudar a nuestro animal a enfrentar sus propios duelos?, son preguntas que han ido surgiendo a medida que las investigaciones en este tema avanzan. En este sentido, como Universidad de Chile, a través del Núcleo de Investigación e Intervención en Emergencias y Desastres (NIID), además de reforzar permanentemente en la comunidad aspectos relacionados a la protección de los animales ante un desastre siconatural, hemos implementado distintas estrategias para acompañar a los afectados en estos difíciles momentos, sobre todo considerando que las manifestaciones de emociones por estas pérdidas, muchas veces no son entendidas de la manera correcta por una parte de la sociedad que nunca ha experimentado afecto por un animal, así, es más "socialmente permitido" ver a un niño o niña llorar por la pérdida de su amigo animal, que ver a un adulto expresando su emoción por esta pérdida, donde éste último muchas veces se ve obligado a "ocultar" su tristeza. Al respecto, en el mes de abril 2024, fue comentado en redes sociales que parlamentarios chilenos ya desde el año 2022 habían presentado un proyecto de ley que otorgase un permiso laboral por la muerte de un animal de compañía, retomando el presente año este proyecto, ahora denominado "Ley Duque", que en resumen permitiría establecer un permiso laboral especial y un permiso de ausencia por un día de clases para estudiantes, en caso de la muerte de un animal de compañía, requiriendo las respectivas modificaciones en el Código del Trabajo y la Ley General de Educación.

En este sentido, es clave recalcar que este amable grupo de animales ha sabido evolucionar con el fin de adaptarse a los cambios de la familia y sus nuevas necesidades, creando un vínculo humano- animal cada vez más fuerte. La liberación en nuestros cuerpos de las "hormonas de la felicidad" (dopamina, endorfinas, oxitocina, vasopresina) cada vez que acariciamos a nuestros animales fortalece este lazo inseparable.

Nuestro animal de compañía ha estado con nosotros en los distintos ciclos de nuestra vida, en la infancia, tener un animal en casa a nuestro cuidado aumenta nuestros niveles de confianza, autoestima y seguridad al vernos a cargo de un ser generalmente más pequeño y físicamente más vulnerable que nosotros; en la adolescencia, cuando nos sentimos confundidos y pensamos que todo está en nuestra contra, nuestro amigo animal nos entrega un amor incondicional que nos da calma; en la adultez, muchas parejas se sienten "padres" de un animal de compañía postergando o reemplazando

la idea de tener hijos propios, donde el animal los entrena y prepara para cuando llegue ese momento. También nos entregan consuelo, compañía confiable y muchas veces hasta se vuelven sustitutos de algún cariño perdido; ya cuando somos adultos mayores un animal nos permite mantenernos atentos a sus cuidados, nos distrae de nuestros problemas y nos ayuda a expresar nuestros afectos, además de mejorar algunos parámetros fisiológicos que nos permiten tener una mejor calidad de vida.

Además, los animales nos invitan a interactuar con otras personas, a conversar con otros tutores y compartir experiencias, mejorando también la vida comunitaria. Cuando estamos tristes, depresivos, estresados o viviendo un duelo, los animales nos brindan un acompañamiento incondicional, mejoran nuestra autoestima, nos devuelven el sentido de responsabilidad y nos ayudan a integrarnos a la sociedad, aportando también a nuestra salud mental.

Entonces, si ya reconocemos el problema como nuestro, es importante indagar en estrategias de apoyo. La manera de enfrentar este complejo pero natural proceso es por ejemplo averiguar sobre las causas de esta pérdida, a modo de encontrar la calma que necesitamos; buscando al animal extraviado; conversando con el médico veterinario sobre todo lo relacionado a la enfermedad que está poniendo en riesgo la vida del animal; o averiguando sobre la existencia de grupos de apoyo para tutores en duelo, entre otras sugerencias. Por parte del médico veterinario este debe enfocarse en el paciente y su entorno familiar, procurando que la atención sea respetuosa, con cariño, compasiva y empática por sobre una atención netamente técnica y medicamentosa. Todo esto hará que el proceso sea natural y podamos integrar de manera correcta esta pérdida a nuestras vidas.

Por otra parte, cuando el duelo lo está experimentando el animal, podemos observar en él: aumento del apego con su tutor, pérdida del apetito, aumento de vocalizaciones, depresión, cambios de comportamiento con otros animales, cambios en sus rutinas de descanso, insomnio o hipersomnia, letargia, decaimiento, aislamiento, desinterés, desorientación, reestructuración jerárquica y aumento en las rutinas de espera, como recordamos ocurrió en la hermosa historia del perro Hachiko, en Tokio Japón, donde un perro de raza Akita fue por siempre leal a su tutor, el profesor Ueno. En estos casos, podemos apoyar a nuestro animal con su propio duelo otorgando apoyo inmediato, observando los cambios de comportamiento, manteniendo sus rutinas en la medida de lo posible, sacándolos a pasear y a interactuar con otras personas y animales, permitiendo sus nuevos ordenamientos jerárquicos, y apoyarlo con medicina natural si es necesario.

Es importante no realizar cambios de rutina en esta etapa, como cambiar de alimento o regalar excesivas golosinas para mascotas, ya que estos cambios pueden ser interpretados por el animal como un nuevo estrés a su nueva vida sin su ser querido. No es recomendable obligarlo a retomar en su totalidad sus rutinas anteriores, ni integrar un nuevo animal a la familia hasta que toda la familia esté preparada. Sabemos que existen procesos más complejos que otros, uno de estos es que en la vida "lo natural" es que los padres "partan primero", la evolución nos ha permitido entender y aceptar en la mayoría de los casos esta situación, sin embargo, esta nueva realidad, en que los "perrhijos" o "gathijos" "parten primero", es algo propio de estas generaciones y que seguramente requerirá de estudios más profundos sobre el duelo. Otro punto complejo, es cuando no contamos con un cuerpo a quien realizar el respectivo ritual de despedida, en estos casos existen variadas herramientas que podemos aplicar desde la psicología. Como NIID, hemos implementado en la región de Valparaíso talleres en terreno y clases virtuales para apoyar



Liza Fonseca

**Médico Veterinaria Diplomada en Ética, Protección y Legislación Animal, Universidad de Chile.
Coordinadora RRD, Centro de Gestión Ambiental y Biodiversidad CGAB FAVET UCHILE.
Coordinadora RRD Dimensión Animal, Núcleo de Investigación e Intervención en Emergencias y Desastres NIID FACSO UCHILE.
Coordinadora Unidad de Estudios y Educación Socioambiental en Reducción del Riesgo de Desastres UdEESA-RRD CITRID VID UCHILE
estudioscitrid@uchile.cl**

