

Como identificar si tu perro esta estresado

Por Jorge Quiroga Mariscal



¿Qué es el estrés?

En muchas ocasiones los propietarios de perros, se quedan extrañados cuándo se les dice que su perro sufre estrés y en ocasiones suelen responder que como es posible si ellos no tienen que preocuparse de nada y se lo dan todo hecho.

No entienden que el estrés no es solo tener que pagar una hipoteca, trabajar mucho, ir a llevar y recoger a los niños al colegio, llegar a fin de mes, organizarse el tiempo para poder hacer todas las labores cotidianas ...

El estrés es una respuesta no específica del organismo cuando se ve sometido a una exigencia de cualquier tipo e intensidad y se genera por una combinación de estímulos externos y motivaciones internas dando una conducta específica que altera el equilibrio del organismo.

Si la situación de estrés es momentánea, los mecanismos biológicos nos permiten adaptarnos y dar una respuesta adecuada para resolver la situación, pero si las situaciones de estrés se prolongan en el tiempo, la propia respuesta biológica se convierte en perjudicial para el organismo.

Esto quiere decir que el estrés es totalmente necesario para la supervivencia y cada día tanto las personas como los perros, como cualquier otro animal independientemente del entorno en el que vivamos, nos vemos sometidos a situaciones de estrés.

Por ejemplo, reaccionar rápido ante una amenaza (problema o peligro) no se podría llevar a cabo sin estrés y eso hace que salgamos exitosos de dicha situación, pero en el momento que las amenazas son constantes o de una magnitud que nuestro organismo no puede gestionar, es cuándo el estrés se vuelve perjudicial.

La mayoría de problemas de comportamientos no deseados en perros tienen como origen el estrés.

Tipos de estrés

Eustrés (positivo): Se trata de un estrés agudo que permite adaptarse a los cambios y reaccionar rápidamente y con mayor fuerza ante los problemas y peligros.

Distrés (negativo): Se trata de estrés crónico y son situaciones amenazantes continuas en el tiempo y da respuestas desproporcionadas.

Eustrés (positivo)	Distrés (negativo)
Máxima conciencia	Aumento de la reactividad
Alerta	Hipervigilante
Euforia	Irritabilidad
Aprender cosas nuevas	Incapacidad de concentrarse y aprender

Causas comunes

Genética: algunos perros son más propensos a sufrir problemas de estrés que otros.

Lenguaje corporal y verbal humano: el perro no comprende que le estamos comunicando.

Lenguaje corporal y verbal canino: la persona no comprende lo que el perro nos comunica.

Aprendizaje disfuncional: aprendizaje basado en el castigo y la confrontación.

Temperatura: exceso de frío o calor.

Cambios de domicilio: el perro tiene que adaptarse al nuevo domicilio y al entorno.

Obras: ruidos, olores, extraños ...

Descanso insuficiente: no dispone de un sitio donde poder estar relajado sin que se le moleste.

Factores fisiológicos: lesiones, dolor, falta de rutinas para la comida y el paseo.

Un nuevo miembro en la familia: la llegada de un bebé.

Salida de un miembro de la familia: separación, emancipación, fallecimiento ...

Llegada de otro animal: perro, gato, loro ..., debe haber período de adaptación.

Excesivas exigencias: constantemente le decimos lo que tiene que hacer.

Falta de ejercicio: no cubrir sus necesidades físicas.

Exceso de ejercicio: agotar al perro.

La soledad: el perro no debería estar más de 4 o 5 horas sin contacto social.

Falta de estimulación mental: los perros necesitan tener estimulada la mente (juegos de pensar)

Falta de obediencia: la obediencia permite al perro saber lo que le pedimos.

Falta de contacto social: necesidad de interactuar con personas y perros.

Ansiedad: aprensión inespecífica ante la posibilidad de que se presente un estímulo aversivo

Miedo irracional (fobia): suele ser un miedo no apropiado a la situación (ej. Miedo a perros, miedo a personas, miedo a ruidos ...)

Agresividad: situaciones que el perro no sabe gestionar sin mostrar agresividad.

Identificación

Trastornos obsesivos compulsivos más frecuentes:

- Caminar en círculos sin parar
- Perseguirse la cola
- Perseguir luces y sombras
- Quedarse paralizado
- Automutilación
- Lamerse en exceso
- Lamidos al aire o la trufa
- Morder o lamer objetos
- Comer en exceso
- No comer
- Beber mucha agua
- Comer cosas u objetos no comestibles
- Ladrado compulsivo
- Aullidos persistentes
- Autoagresiones
- Agresividad dirigida a objetos
- Agresividad impredecible a personas
- Mirar fijamente sombras
- Mirar fijamente objetos
- Perseguir reflejos
- Evitar objetos inexistentes
- Atacar objetos inexistentes

Signos

- Pupilas dilatadas
- Ojos entrecerrados
- Ojos rojos
- Parpadear
- Movimientos rápidos
- Orejas hacia atrás
- Orejas desiguales
- Cabeza agachada
- Conductas de evitación
- Temblores siempre y cuando no sean razas propensas a temblar
- Huellas húmedas
- Heces sueltas
- Rascarse continuamente
- Mal olor corporal sin estar sucio

- Frotarse excesivamente el hocico
- Bostezar continuamente
- Jadeo sin que haya hecho ejercicio o sin hacer calor
- Exceso de salivación
- Lloriquear
- Ladridos agudos
- Rigidez
- Exceso de micción
- Caspa sin un problema orgánico aparente
- Conductas destructivas
- Vómitos
- Agresividad
- Miedo
- Ansiedad
- Exceso de señales de apaciguamiento

Presentar uno de estos signos no es sinónimo de estrés, se trata de un conjunto de signos (normalmente siempre hay más de uno) y la evaluación del entorno, la que nos permitirá saber si el perro se encuentra amenazado en ese momento.

Principio de las 5 libertades de Bienestar Animal

- Libres de sed y hambre
- Libres de sufrimiento e incomodidad
- Libres de dolor, lesiones y enfermedad
- Libres para expresar un comportamiento normal de la especie
- Libres de miedo y angustia