

# El estrés en los perros: Signos y principales factores desencadenantes

*Autora: Jacqueline Neilson, DVM, DACVB*

La posibilidad de que nuestros perros estén estresados puede resultar difícil de creer. Al fin y al cabo, ellos no tienen que enfrentarse a jornadas laborales de más de 8 horas o a fechas de entrega ajustadas, atascos de tráfico, adolescentes rebeldes, pagos de hipoteca o recibos de tarjetas de crédito. Sin embargo, aunque sus factores estresantes no sean los mismos que los nuestros, las investigaciones demuestran que los perros pueden sufrir estrés y que este afecta a su salud y a su bienestar general.<sup>1,2</sup> Por ejemplo, los estudios han explicado los detalles de la conexión entre el cerebro y el sistema digestivo: la secreción de norepinefrina (la hormona responsable de la reacción de alarma) afecta a la fisiología gastrointestinal, provocando cambios perjudiciales en las bacterias intestinales, la motilidad intestinal, la sensibilidad al dolor y otros parámetros.<sup>3</sup> A menudo, estas molestias digestivas se manifiestan en forma de diarrea, lo cual genera, a su vez, otra experiencia estresante para el perro y para su dueño, al hacer el perro sus necesidades dentro de casa. Aunque los factores estresantes que experimentan algunos perros son pasajeros, otros sufren estrés crónico. Un mayor conocimiento y comprensión de los factores que pueden provocar estrés, así como las consecuencias fisiológicas de este, pueden ayudarnos a identificar y reducir el estrés canino y sus consecuencias negativas para la salud.

## LOS 10 FACTORES PRINCIPALES DESENCADENANTES DE ESTRÉS EN LOS PERROS<sup>4</sup>:

1. Situaciones novedosas — exposición a nuevos objetos, personas, animales, etc.
2. Ruidos fuertes — fuegos artificiales, tormentas, etc.
3. Cambios de residencia — mudanza a un nuevo domicilio, estancia en una residencia canina, etc.
4. Cambios en los miembros del hogar — un recién nacido, una nueva mascota, el fallecimiento de una mascota o de una persona, invitados, etc.
5. Cambios de rutina doméstica — un nuevo horario laboral, la vuelta al colegio de los niños, vacaciones, etc.
6. Métodos de adiestramiento punitivos — collares de electrochoque, gritos, golpes, etc.
7. Invasión de su espacio vital — interrupción de su reposo, abrazos, besos, contenerlos a la fuerza, etc.
8. Falta de oportunidades para realizar comportamientos típicos de su raza — pastoreo, correr, buscar y recoger objetos, etc.
9. Separación de las personas de la familia — ansiedad por separación, etc.
10. Mala (o tensa) relación con otros miembros del hogar (bien sean mascotas o personas).



*Autora: La Dra. Jacqueline C. Neilson recibió la acreditación como especialista en Comportamiento Animal en 1997. Durante 14 años fue propietaria y gestionó una clínica especializada en comportamiento animal en Portland (Oregón, EE.UU.). Ha sido además presidenta del American College of Veterinary Behaviour.*

## LOS 10 SIGNOS PRINCIPALES DE ESTRÉS EN LOS PERROS<sup>4</sup>:

Aunque la manera de manifestar el estrés puede variar según la mascota, estos son los 10 signos más frecuentes en el caso de los perros:

1. Lamido de los belfos o del hocico
2. Bostezo
3. Jadeo
4. Disminución o ausencia de apetito
5. Diarrea
6. Cola bajada o escondida
7. Orejas estiradas hacia atrás
8. Postura corporal encogida o agazapada y/o esconderse
9. Temblores
10. Mayor vocalización — gemidos, aullidos, ladridos

Si un perro presenta estos signos de estrés, será necesario que identifiques los factores desencadenantes e intentes minimizarlos.

Además, para aquellos perros que pesan menos de 14 kg y tienen molestias gastrointestinales relacionadas con el estrés, puedes recomendar Hill's<sup>™</sup> Prescription Diet<sup>™</sup> i/d<sup>™</sup> Stress. i/d<sup>™</sup> Stress es un alimento altamente digestible formulado con proteína de leche hidrolizada, fibra prebiótica y jengibre, que ayuda a aliviar las molestias digestivas relacionadas con el estrés. Para lograr los mejores resultados lo ideal es utilizarlo con antelación a la situación estresante. Este alimento está formulado para el mantenimiento de perros adultos y es adecuado para su utilización a largo plazo en perros con estrés crónico.

<sup>1</sup>Bamberger M, Houpt KA. Signalment factors, comorbidity, and trends in behavior diagnoses in dogs: 1.644 cases (1991 – 2001). *J Am Vet Med Assoc.* 2006; 229(10): 1591 – 1601.

<sup>2</sup>Dreschel, NA. The effects of fear and anxiety on health and lifespan in pet dogs. *Applied Animal Behavior Science.* 2010; 125: 157 – 162.

<sup>3</sup>Konturek PC, Brzozowski T, and Konturek SJ. Stress and the gut: pathophysiology, clinical consequences, diagnostic approach and treatment options. *J Physiology and Pharmacology.* 2011; 62(6): 591 – 599.

<sup>4</sup>Notari L. Stress in veterinary behavioural medicine. In Horwitz DF and Mills DS, editors. *BSAVA Manual of Canine and Feline Behavioural Medicine.* Gloucester, England: BSAVA, 2009: 136 – 145.

