



Importancia de la zooterapia, animales que curan

8 agosto, 2013

[Opinión](#)

[Deja un comentario](#)

1,194 Vistas



En la antigüedad los animales no solo eran considerados bestias sin valor alguno como acompañantes, sino también como seres irracionales que solo servían para ayudar a los seres humanos a realizar tareas pesadas como carga o provisión de comida, entre otras. La terapia con animales, o zooterapia, es una metodología que involucra a los animales en la prevención y tratamiento de patologías humanas, tanto físicas como psíquicas, sin embargo es importante destacar que no necesariamente, se tiene que padecer alguna enfermedad para disfrutar de la experiencia de convivir con animales.

Existen animales que poseen condiciones que hacen renovar al hombre sus emociones más puras, devuelven la sonrisa, estimulan el carácter social y ayudan al control de los impulsos. Leales, lúdicos y gratos, los animales son la mejor terapia para una vida saludable. Los grandiosos lazos que, en ocasiones, se establecen entre los seres humanos y los animales es una forma de mostrar una lección de nobleza y amor incondicional.

La compañía y el cariño que nos muestran los animales nos ayudan a sentirnos mejor cuando estamos deprimidos y evitan que las personas se sientan solas. Derivado de estos efectos se creó la zooterapia, que es un tratamiento que sirve para prevenir y mejorar las enfermedades tanto psíquicas como mentales y que realiza un terapeuta asistido por la compañía animal.

Existen en la actualidad programas en que los animales visitan a personas en los hospitales, hospicios y casas de ancianos, se trata de mascotas que pertenecen en general a voluntarios y a las que se suele llamar “mascotas como terapia”. Y es que hay personas dispuestas a visitar y compartir sus perros y gatos con gente enferma, deprimida o sola. Resultan asimismo útiles otros animales dóciles como canarios, tortugas, conejos e incluso **peces**.

De acuerdo con los expertos, los dueños de mascotas que habían sido hospitalizados con enfermedades cardíacas, incluso infartos, después de convivir con animales manifestaron un mejor ritmo cardíaco que otro grupo que no aceptó tener contacto con animales.

Médicos especialistas también afirman que existen estudios que demuestran que la suma de mascotas a la terapia de enfermos de SIDA les da a los pacientes razones para luchar por la vida, situación que ha impulsado a diversos organismos a crear redes de apoyo con mascotas a enfermos, es decir, que los pacientes cuiden de estos animales durante su tratamiento, responsabilidad que a la vez les brinda fortaleza.

Ahora bien, la terapia animal no solo resulta útil en casos de enfermedad, las mascotas suelen representar un gran alivio para personas desconsoladas. Se ha verificado incluso que, en casos de **duelo** por la pérdida de un ser querido, **quienes** poseían animales de compañía presentaron menor tendencia a la desesperación y el aislamiento que los que no poseían animales.

Estos animales casi figuran en el anonimato, y día tras día entregan todo su afecto a niños con parálisis cerebral, síndrome de Down, autismo y otras patologías, esto se debe a que las mascotas sin mucho esfuerzo logran arrancar una mirada, una sonrisa a niños y adultos en diálisis, con esmero y delicadeza, que a veces el mismo doctor tratante no tiene. Apoyan sus cabezas sobre el regazo del paciente esperando una caricia e intercambiar una mirada. Es un contacto casi mágico.

Existen tres modalidades importantes de zooterapia: Hipoterapia, delfinoterapia y visitas programadas con animales domésticos (perros, gatos, canarios, pericos australianos, pinzones etcetera), incluso de corral (chivos, corejos, borregos, cerdos, becerros, patos, gallinas y gansos). Los principales efectos orgánicos que produce el contacto con animales son: Se estimula la producción de células, endorfinas y hormonas; mediante la entretenición generada, los pacientes se distraen de dolores y estados depresivos; se facilita la interacción entre desconocidos, disminuyendo la sensación de soledad; mediante el ejercicio, la actividad, la alegría y el optimismo se favorece enormemente la autoestima de **quienes** acceden a las terapias con animales.

Por ejemplo, los perros ayudan a controlar la obesidad y la osteoporosis Con nuestros amigos los canes establecemos una relación en la que no existe competitividad: nos sabemos superiores a ellos y, sobre todo, sentimos que nos necesitan. Además, estos animales son capaces de darnos cariño incondicional, nos demuestran su afecto simplemente por existir, sin hacer juicios de valor. Estos son sus beneficios para los seres humanos. Según un estudio el 99 por ciento de los pacientes que sufren un ataque cardíaco y tienen perro, sigue con vida un año después, frente a sólo el 70 por ciento de los que sobreviven sin tener mascota.

Los caballos dan movilidad. La equinoterapia, hipoterapia o equitación terapéutica puede utilizarse para mejorar esclerosis múltiple, paraplejías, secuelas de accidentes vasculares o traumatismos craneoencefálicos; los gatos son animales antiestrés por naturaleza. Acariciar su pelo proporciona relajación y ayuda a combatir la ansiedad y el nerviosismo; Los burros fomentan el optimismo, existen organismos que los utilizan para visitar asilos y escuelas; los peces, son animales que hacen que el ser humano se sienta en calma y en bienestar; las aves brindan la capacidad de observación y las tortugas estimulan la concentración.

En cuanto a terapias con pequeños animales salvajes, en investigaciones recientes, se ha encontrado que sus beneficios son muy positivos, idénticos a los que otorga la terapia con especies domésticas y de corral, de tal suerte que especialistas recomiendan acudir a zoológicos o a sitios de reproducción legal o de aseguramiento de este tipo de especies, de tal manera que sea posible convivir por unos minutos con **cachorros de tigres**, leones, monos, osos o venados, etcétera.

En síntesis, los animales nos ponen en contacto con el instinto más puro y nos proponen una interacción en la que prima la humildad y la nobleza de espíritu. Ayudan a mejorar las relaciones interpersonales, así como la imagen de uno mismo. Son catalizadores mentales, productores de pensamientos benéficos. La relación del hombre con ellos, una de las más antiguas, se sustenta en este poder: Los animales curan.

*Agradezco de antemano sus comentarios y sugerencias sobre temas agropecuarios y ambientales en el correo electrónico heidywagner@yahoo.com en Facebook Heidy Wagner Laclette, en Twitter @heidyDiario y en el Blog: <http://heidywagner.tumblr.com/>

Adaptado de: <https://www.inforural.com.mx/importancia-de-la-zooterapia-animales-que-curan/>

¡A DEBATIR!

1. ¿Qué aspectos te llamaron más la atención del texto?
2. ¿Habías escuchado sobre la terapia con los animales o la zooterapia? ¿Conoces algún caso donde se haya implementado esta técnica?
3. “Existen animales que poseen condiciones que hacen renovar al hombre sus emociones más puras, devuelven la sonrisa, estimulan el carácter social y ayudan al control de los impulsos. Leales, lúdicos y gratos, los animales son la mejor terapia para una vida saludable.” ¿Estás de acuerdo con esta afirmación?, ¿cómo te sientes al estar en compañía o en contacto con un animal y/o mascota?
4. De acuerdo con el texto, existen tres modalidades importantes de zooterapia: hipoterapia o equinoterapia, delfinoterapia y visitas programadas con animales domésticos y/o de corral. Investiga un poco sobre cada una de estas y comparte con tu compañera(o) los datos más importantes e interesantes.
5. Si tuvieras la oportunidad de participar como voluntaria(o) en una de las tres modalidades de la zooterapia, ¿cuál escogerías?, ¿por qué?
6. Una de las recomendaciones es la de asistir a zoológicos y convivir con animales salvajes. Desde tu punto de vista, ¿crees que es un método de terapia efectivo?, ¿cómo ha sido tu experiencia al visitar los zoológicos?
7. ¿Estar en contacto con un animal mejora nuestras relaciones interpersonales y la imagen que tenemos de nosotros mismos?

Reflexionando sobre nuestra lengua...

¿Sabías que...

“un cachorro de tigre” es “um filhote de tigre”?

En español existe singular y plural para el pronombre “quien”?

Ejemplo: ¿quién eres? ¿Quiénes son esas personas?

- Comenta con tu compañera(o) los contextos de uso de “duelo” y de “pez y pescado”

- Traduce al portugués el siguiente fragmento y comenta las semejanzas y diferencias entre los dos idiomas.

“Ahora bien, la terapia animal no sólo resulta útil en casos de enfermedad, las mascotas suelen representar un gran alivio para personas desconsoladas.”



O perigo de uma única história

Por Marcos Rolim* / Publicado em 10 de abril de 2015

Você **conhece** Chimamanda Ngozi Adichie? Se não conhece, permita que eu a apresente. Chimamanda (38 anos) é uma escritora nigeriana de excepcional qualidade. Seus trabalhos já receberam traduções em mais de 30 idiomas e três dos seus romances (*Americanah*, *Hibisco Roxo* e *Meio Sol Amarelo*) foram lançados no Brasil pela Companhia das Letras.

Ela foi uma das convidadas do projeto *TED ideas worth spreading*, uma iniciativa global de promoção de palestras curtas, não mais que 18 minutos, com pessoas que realmente têm algo importante a dizer. Em 2009, Chimamanda falou no TED sobre *Os perigos de uma única história*¹.

O que ela conta é que, ainda criança, lia muitas histórias britânicas e americanas. Por isso, seus textos infantis eram povoados por personagens loiras, que comiam maçãs, **brincavam na neve** e que se alegravam quando o sol aparecia. Assim, apesar de viver na Nigéria, um lugar onde as pessoas são quase todas negras como ela, onde se come manga e não há surpresas com o sol, os livros haviam produzido uma realidade imaginária na criança, mais forte que seu próprio mundo. Chimamanda conclui que isto demonstra o quanto somos vulneráveis a uma história.

Quando ela encontrou os primeiros romances africanos, percebeu que pessoas com a pele cor de chocolate e com cabelos que não permitiam formar rabos-de-cavalo também poderiam ser personagens literários. Os autores africanos, diz ela, a salvaram de ter uma única história sobre a literatura.

Chimamanda conta que nasceu em uma família de classe média e que havia uma empregada doméstica na casa de seus pais. E também um menino de nome Fide, o filho da empregada. Só o que lhe disseram sobre Fide é que ele era muito pobre e que era preciso mandar roupas e alimentos para sua família.

Aos oito anos, Chimamanda acompanhou sua mãe em uma visita à aldeia próxima onde Fide morava. Então, a mãe do menino mostrou uma linda peça de artesanato, feita pelo irmão de Fide. O fato impressionou Chimamanda, porque ela nunca poderia imaginar que alguém em uma família tão pobre pudesse criar algo. A única história que havia ouvido a respeito deles a impedia de vê-los para além da pobreza.

Aos 19 anos, ela voltou a pensar sobre isso quando foi estudar nos EUA. A colega de quarto dela, uma americana, ficou chocada quando percebeu que Chimamanda tinha um inglês perfeito e quis saber onde ela tinha aprendido. A **moça** ficou surpresa ao ser informada que o inglês é o idioma oficial da Nigéria. Então, perguntou se Chimamanda poderia lhe mostrar uma “música tribal”, ficando desapontada quando ela disse que curtiá Mariah Carey.

A americana também presumiu que Chimamanda não saberia como usar o fogão. Antes de conhecê-la, ela sentia pena da “pobre nigeriana”, porque tinha uma única história sobre a África. Nesta única história, não havia a possibilidade de uma africana ser, em muitas coisas, bem parecida com uma americana.

A palestra é genial e espero ter despertado sua curiosidade para assisti-la. O tema se presta a uma reflexão sobre a realidade brasileira. Até que ponto não estamos todos superlotados de histórias únicas? Até que ponto a dignidade das pessoas não tem sido subtraída pela repetição insistente de estereótipos? Pensem, por exemplo, nos contenciosos políticos em curso e nos seus principais protagonistas. Quantas histórias temos de cada um deles? Quantas, além da única que nos contaram?

Agora lancem um olhar sobre grupos humanos específicos como, por exemplo, os nordestinos, ou os presos, ou os homossexuais, ou os índios. Quantas são as histórias que nos foram contadas sobre eles? Não seriam as pessoas destes grupos tão diferentes entre si quanto são todas as demais não inseridas em grupo algum?

Os significados que portamos a respeito destes e de outros grupos não são exatamente aqueles que nos têm sido oferecidos pela mídia? Não seria esta a forma mais efetiva e radical do exercício do poder nas sociedades contemporâneas? Regrar o mundo de acordo com o que penso dele, de tal forma que os demais imaginem que as noções que compartilham são de fato suas e não exatamente aquelas que eu produzi. Não seria este, afinal, o crime perfeito?

Disponível em: <https://www.extraclasse.org.br/opiniao/colunistas/2015/04/o-perigo-de-uma-unica-historia/>



Link para o vídeo:
<https://www.youtube.com/watch?v=qDovHZVdyVQ&feature=youtu.be>

PARA DEBATER!

1. O que mais chamou sua atenção no texto?
2. Para você, o que é uma história única?
3. Quais são as consequências de uma única narrativa na história e nas imagens construídas sobre os lugares e as pessoas?
4. Você acredita que contar histórias envolve uma relação de poder? No nosso dia a dia, quais são as histórias únicas que enfrentamos?
5. É possível estabelecer relações entre a história contada pela escritora Nigeriana Chimamanda Ngozi e a(s) história(s) contadas em seu país/região?
6. Comente estas afirmações de Chimamanda: a) “O poder é a capacidade não apenas de contar a história de outra pessoa, mas de torná-la a história definitiva dessa pessoa”; e b) “Mostre às pessoas como uma coisa – como apenas uma coisa – repetidamente, e é isso que elas se tornam”
7. Em seu país/região a escola exerce um papel preponderante na construção de uma história única dos povos originários?
8. Em sua opinião, o quão é importante que protagonistas de uma realidade/cultura contem suas próprias histórias?

Refletindo sobre a nossa língua...

Você sabia que...

O verbo “conhecer” não vai acompanhado de preposição? Quem conhece, “conhece alguém”!

*Exemplo: Você **conhece** Chimamanda Ngozi Adichie?* E em espanhol?

- Comente com seu(sua) colega os significados do substantivo “moça” e do verbo “brincar”
- Traduza o seguinte fragmento do texto para o espanhol e comente as diferenças e semelhanças entre os dois idiomas.

“Quando ela encontrou os primeiros romances africanos, percebeu que pessoas com a pele cor de chocolate e com cabelos que não permitiam formar rabos-de-cavalo também poderiam ser personagens literários.”