

BENEFICIOS DE LOS ANIMALES PARA LAS PERSONAS MAYORES



Las personas que conviven con una mascota suelen considerarla parte de la familia, debido a esto se les pone nombre, se les alimenta lo mejor posible, incluso se les habla.

Hay estudios que demuestran que nuestras mascotas pueden ayudar a los niños a crecer y desarrollarse como personas a lo largo de sus vidas, pero esta relación beneficiosa no acaba aquí, también aportan beneficios a medida que envejecemos.

Las mascotas pueden ayudar a las personas mayores en aspectos tanto físicos, psíquicos y sociales. La vejez conlleva cambios sociales como la pérdida de personas queridas, (esto provoca una necesidad de contacto físico creciente), jubilaciones, (más tiempo libre para “ocupar”), etc. A los animales se les puede hablar, nos sirven para establecer nuevas relaciones con otras personas, no discriminan por nuestra edad, devuelven el afecto que se les da...

Beneficios físicos: Ayudan en el tiempo de recuperación de enfermedades, (la necesidad de volver a casa para ocuparse de la mascota estimula el interés a recuperarse), estimulan la actividad física ya que “obligan” a sacarlos a pasear, y otros cuidados diarios. Muchos científicos hablan de disminución de la presión arterial, frecuencia cardiaca, etc. Reducen el número de visitas al médico, esto se debe a la disminución del estrés, a la distracción que el animal reporta a su dueño ya que obliga a pautar una serie de rutinas y tareas diarias.

Beneficios psíquicos: el poseedor de un animal descarga sobre él grandes dosis de afecto y cariño, considera al animal como un verdadero compañero, esto hace que el propietario mejore su autoestima al adoptar una actitud responsable de cuidar y respetar al animal, que para él se muestra como indefenso y dependiente. Hay un estudio en el que se demuestra que un animal puede actuar como soporte emocional, siendo alguien en quién se puede confiar y a quién se le puede hablar, facilitando así a nuestros mayores un apoyo ante el aislamiento. Les mejora el bienestar psicológico y su sentido de humor al entretenerles de forma desinteresada.

Beneficios sociales: Es indudable la tarea que los animales de compañía realizan en la interacción de sus ancianos propietarios, (y no tan mayores), con otras personas, y por tanto en el encuentro de nuevas amistades, también el efecto positivo que sobre la comunicación generan, ya que el animal es la excusa para iniciar una conversación, un comentario.

Podríamos pasarnos media vida enumerando las situaciones positivas para personas mayores por el hecho de convivir con animales añadiendo además que el riesgo generado por la posesión de un animal de compañía es mínimo, asegurando sus necesidades básicas, (tanto sanitarias, alimenticias y de afecto), y no hay que olvidar que podemos adaptar el tipo de animal a la persona poseedora.