

Comprendiendo la experiencia subjetiva de adolescentes con experiencia propia en salud mental respecto a la Terapia Asistida con Perros en un Hospital de Día: estudio fenomenológico-hermenéutico

Elías Guillén Guzmán, Irene Solà Caralps, Sara Beatriz García Herrero, Samara Sanabria Gómez, Delia Ibañez Salvador.

Enfermeras especialistas en salud mental. Servicio de Psiquiatría y Psicología, Instituto Clínico de Neurociencias, Hospital Clínic de Barcelona, Universidad de Barcelona.

Introducción

Las Intervenciones Asistidas con Animales, y en particular la Terapia Asistida con Perros, han mostrado beneficios en la regulación emocional, la motivación terapéutica y las habilidades sociales en población infanto-juvenil con trastornos mentales^{1,2}. Sin embargo, la evidencia cualitativa que explore en profundidad la experiencia subjetiva de adolescentes en dispositivos de hospital de día sigue siendo limitada³. Comprender estas vivencias es esencial para valorar el significado otorgado a la intervención, los procesos que facilita y su potencial integración dentro de itinerarios terapéuticos complejos.

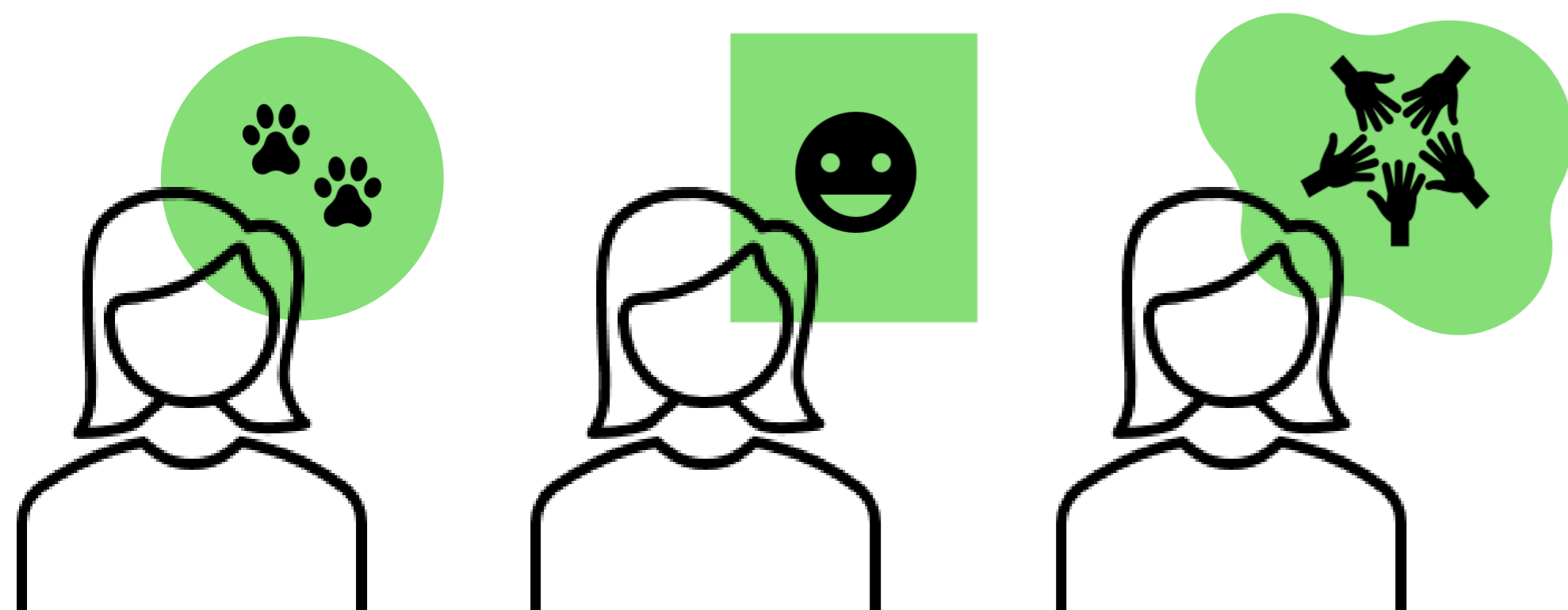
Metodología

Se desarrolló un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico-hermenéutico. Se empleó un muestreo por conveniencia, seleccionando a 6 adolescentes atendidos en el HD que participaron en sesiones estructuradas de Terapia Asistida con Perros. Las entrevistas fueron semiestructuradas y abiertas, permitiendo profundizar en las vivencias espontáneamente relevantes para los/as participantes. Fueron realizadas presencialmente, registradas en audio y transcritas íntegramente, incorporándose además notas del diario de campo del investigador principal. El análisis siguió etapas de codificación abierta, axial e integración, desarrolladas por dos investigadores para garantizar rigor, consenso interpretativo y solidez conceptual. La recogida y análisis se prolongaron hasta alcanzar saturación teórica. El estudio respetó los principios éticos vigentes y contó con consentimiento informado de adolescentes y tutores legales.

Resultados

Objetivo

Explorar y describir la experiencia vivida de los/as adolescentes que participan en un programa de Terapia Asistida con Perros en un Hospital de Día juvenil de Salud Mental.



1 FACILITADOR DE LA CALMA INMEDIANTA

Los adolescentes describieron la presencia del perro como un elemento regulador que disminuía la ansiedad en el momento exacto de hacer la intervención, generando un espacio seguro, de desconexión y tranquilidad.

“Cuando realizaba la TAP me sentía un poco más calmada. No cambiaban mis pensamientos, pero a veces sí que me servía para distraerme o para que me bajara la ansiedad”

2 MEJORA DEL ESTADO DE ÁNIMO Y AUMENTO DE LA MOTIVACIÓN TERAPÉUTICA.

La Terapia asistida con perros actuó como un modulador afectivo positivo, asociándose a un cambio inmediato del ánimo y, en algunos casos, a mayor disposición y adherencia al Hospital de día.

“Sí, sobre todo creo que me ha ayudado a cambiar mi estado de ánimo. Cuando tenía un mal día, pero tenía la terapia con los perros cambiaba completamente. El estado de ánimo estaba mucho más, mucho más contenta, mucho más tranquila”

3 Facilitador de comunicación y habilidades sociales

La interacción adolescente, perro, profesional redujo la incomodidad social, favoreció la expresión emocional y potenció aprendizajes sobre comunicación verbal y no verbal.

“Me siento más a mi rollo. En cambio, cuando estoy sola con alguien más y explicando mis cosas, pues me siento un poco más incómoda, a veces no sé qué decir exactamente. Y estando con los perros, pues me siento más yo. Puedo estar más tranquila, como he dicho antes, y me puedo expresar mejor estando con ellos”.

Conclusiones

La Terapia Asistida con Perros se vivencia como una intervención significativa que aporta beneficios inmediatos en la regulación emocional, el estado de ánimo y la interacción social dentro del tratamiento intensivo en Hospital de Día. Aunque los efectos percibidos son predominantemente situacionales, su contribución al vínculo terapéutico, a la participación y a la estabilización emocional sugiere un valor clínico relevante. Los hallazgos apoyan la incorporación de la Terapia Asistida con Perros como recurso complementario en contextos de salud mental juvenil y justifican futuras investigaciones que integren estas experiencias en modelos terapéuticos más amplios.

Bibliografía

1. Jones MG, Rice SM, Cotton SM. Incorporating animal-assisted therapy in mental health treatments for adolescents: A systematic review of canine assisted psychotherapy. PLoS One. 2019;14(1):e0210761.
2. Guillén Guzmán E, Sastre Rodríguez L, Santamarina-Pérez P, Hermida Barros L, García Giralto M, Domenec Elizalde E, et al. Los beneficios de la terapia asistida por perros como tratamiento complementario en un hospital de día de salud mental infantil. Animals (Basel) [Internet]. 2022;12(20):2841. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ani12202841>
3. Correale C, Borgi M, Collacchi B, et al. Improving the emotional distress and the experience of hospitalization in children and adolescent patients through animal assisted interventions: A systematic review. Front Psychol. 2022;13:840107.