Animal Health ACADEMY

Marta Subirats Laguarda

VIVIR CON UN PERRO MAYOR

"Lo bonito de esta etapa es poder disfrutarla juntos"

Un manual para que cuides de tu fiel amigo durante su vejez



Prólogo

A lo largo de mi carrera profesional me he encontrado con millones de historias preciosas, de vidas largas, de ilusiones y trayectorias de seres de cuatro patas compartiendo con sus queridos humanos.

Historias que llegan a su fin, un fin doloroso, pero a la vez hermoso que hace ver el amor mutuo que existe dentro de estas familias en las que un día llego un ángel de cuatro para compartir su vida con ellos.

Dicen, que llegan a nuestras vidas porque tienen una misión que realizar a nuestro lado, enseñarnos algo, hacer una labor dentro de este vínculo y, cuando lo terminan se marchan de cuerpo presente, pero siguen su trayectoria a nuestro lado de otra forma, con otro ser, con otra energía. Lo que si que puedo afirmar es que sacan lo mejor de cada uno de sus acompañantes, les enseñan algo y eso es lo que perdura en el tiempo, en su corazón, en su memoria.

A lo largo de los días veo infinitas historias que llegan a su fin, ves como su camino empieza a coger otro rumbo y, yo, como terapeuta, me siento en el deber y la labor de ayudarles, sobre todo a los seres humanos. Un camino final que, aunque en la mayor parte de la veces sea aceptado, siempre es doloroso.

Durant su vida se crean lazos extremadamente fuertes y únicos que a menudo no se encuentran en las interacciones con otras personas. Solo es necesario escuchar "le quiero más que ciertas personas incluso de mi familia".

Perder a nuestro compañero de vida es una de las fases más doloras que desgraciadamente tenemos que experimentar y genera un fuerte golpe emocional.

Para las personas que no comparten el amor de cuidar a un animal

doméstico, ver a alguien más llorar por la pérdida de su compañero de cuatro patas puede resultar una "exageración", no obstante, la ciencia ha demostrado que la muerte de tu "mejor amigo" llega a ser igual o más duro que sufrir la muerte de un familiar.

Ver que tu compañero envejece y que se generan cambios diarios, en la mayoría de las veces rápidos, cuesta aceptar, cuesta asumir y muchas veces, es difícil de afrontar. Lo bonito es poder llegar hasta el final y decirle el adiós y darle las gracias por haber querido compartir su vida a vuestro lado.

Que en tu trabajo pongan malas caras o hagan el típico comentario "solo es un perro". ¿Por qué tienes que llevar al perro al veterinario? ¿Por qué le compras un carrito? ¿Por qué le pones patucos? o incluso, ¿Por qué miras la cámara para ver que hace y solo piensas en la hora de salir para ir a casa y ver que está bien?, dejas de tomarte esa cerveza con los compañeros porque él te espera. Para muchas personas es algo que no se acepta, pero para los que hemos vivido o vivimos con un perro mayor, el cual nos lo ha dado todo, absolutamente todo y, ahora nos necesita es algo difícil expresarlo con palabras.

Este manual no son páginas para llorar ni un libro para ayudar a decirle adiós a nuestro compañero. Es un manual para propietarios de autoayuda para esa etapa de la vida, que hay que aprender a vivirla, hay que aprender a aceptarla porque también es bonita.

Carta

Me hubiese pasado toda mi vida a tu lado sin pedir nada a cambio, solo por el hecho de verte en tu rutina diaria gracias a mí. Sonaba el despertador a la 5:45 de la mañana y, antes de que pusieras tu primer pie en el suelo, yo ya me había desperezado cuatro veces y estaba preparado para empezar un nuevo día. La rutina del nuevo día salir a la calle, saludar a mis compañeros y a mis enemigos, hacer mis necesidades y lo mejor de la mañana volver a casa para el desayuno. ese olor a tostadas y a café, ese ruido de bolsa de cereales y ese ruido de la tapa de yogurt que me hacía salivar porque después de comerme mi ración de comida me dejabas dar unos lengüetazos a ese yogurt al que siempre dejabas el culin para mí con esa puntita de tostada.

Te ibas a trabajar y empezaba mi vida de perro, del colchón al sofá, del sofá al suelo, un rato a la terraza a tomar el sol y otra vez a mi colchón. Se acercaba alguien a la puerta y hacía mi trabajo, ladrar para que supieran que allí estaba. En ese momento a ti te sonaba el móvil porque se detectaba movimiento en casa y enseguida mirabas pensando: "que hará mi chico, lo que daría por estar allí con él".

Se acercaba la una y media y estabas al caer… me ponía contento, moviendo mi cola y haciéndote las mil y una fiestas porque íbamos a pasear, un paseo rápido teníamos que comer y después de tu descanso salíamos hacer la ruta larga y a recorrer todas las montañas que me conocía con los ojos cerrados de punta a punta. Tu caminabas y yo, de vez en cuando venía para decirte que estaba bien y seguía mi ruta, mi circular, visitando las madrigueras, saludando a los compañeros del bosque, ladrando… nos recogíamos y yo, sin perdonarlo, esperaba impaciente mi gran bol de comida y mi momento del día preferido: por fin caía la noche y estábamos todos juntos en el sofá. Llegaba mi última tarea, tumbado a tu lado vigilaba y daba paz al hogar.

Llegó un día en el que me costaba levantarme antes que tú, seguía esperando el yogurt y el pedacito de tostada, pero era incapaz de levantarme impaciente y esperar, eras tu quien me lo acercaba. Salimos a la calle y ya no quería ir muy lejos, con el primer árbol tenía suficiente para darme la vuelta y volver a mi colchón. Pasaban las horas y me movía menos, estaba más cansado, era necesario guardar fuerzas para la última salida del día, mi preferida. Cada vez te seguía más el ritmo. Te dabas cuenta, ¿verdad? Ya no me tenías que llamar tantas veces, siempre estaba allí. Llegábamos a casa, cenaba y me acostaba y así día tras día hasta, levantarme por la mañana y encontrarme húmedo, me costaba darte los buenos días, me llamabas para salir, me enseñabas la correa y no me apetecía y fue entonces cuando me miraste y lo vi en tu mirada…me estoy haciendo mayor.

Sabías que mi vida era más corta que la tuya y que estaba viviendo mi vejez.

Tu fiel compañero



Capitulo 1: **Cuándo te das cuenta de que él envejece**

Le empiezan a flaquear las piernas, cuando llegas a casa mueve la cola des de su colchón, hay días que hace esfuerzos para venir a recibirte. Tu fiel compañero ya no presenta las mismas ganas de emoción cuando coges su correa, prefiere quedarse durmiendo un poquito más. De las mil veces que le decías ves a tu colchón y el encima de ti, a tu lado en el sofá pasan a ser cada vez menos. Ese compañero que te acompañaba en tus largas caminatas por el monte, que corría horas y horas ladrándole a las olas del mar, es cachorro, ese perro joven que cautivo los corazones de todos los miembros de la familia se está haciendo mayor.

No sabes bien cuando sucedió, pero un día te levantas y tu compañero se ha hecho mayor.

Su hocico cambia de color, sus movimientos son más lentos, presenta sordera selectiva o es que quizás está perdiendo audición, empiezan aparecer problemas de salud.

Su vista ya no es la que era, por las noches a veces se desorienta, le tiemblan las piernas cuando esta mucho tiempo de pie, se vuelve más demandante, aumenta su ladrido y no perdona ni una de las tomas de la comida. Esto son algunos de los signos que se presentan a lo largo de la vejez.

Eso no quiere decir que los perros mayores pierdan las ganas de seguir al lado de su fiel humano, todavía pueden ser mascotas activas con ciertas limitaciones.
Los perros se consideran "mayores" alrededor de los siete años. Los perros más grandes tienden a tener una esperanza de vida más corta que los pequeños.

Mi vejez

El mayor indicio de que nos volvemos mayores es la aparición de problemas de salud relacionados con la edad.

Los perros mayores solemos perder parte de la vista y el oído, al igual que los humanos mayores. Si nuestra vista está fallando, debe evitar reorganizar o agregar muebles u otros elementos que podrían convertirse en obstáculos para nosotros.

Si al llegar a casa percibes que no me entero de que has llegado seguramente estoy perdiendo audición, acércate y tócame despacio, con tactos bruscos me puedo asustar. Comunícate con señales o con el tacto, deja que te huela.

Si soy glotón, pero ahora me muevo menos porque mis piernas empiezan a fallar y me cuesta levantarme y mantener el ritmo de actividad que mantenía antes, no me des la misma comida. El aumento de peso en perros geriátricos es preocupante porque aumenta el riesgo de problemas de salud. Dame alimentos especiales, que contengan ingredientes más fáciles de digerir y calorías reducidas.

Aunque no me apetezca salir, haz que me mueva, adapta el suelo para que me pueda levantar más fácilmente. Ponme una cama cómoda lo suficientemente firme para que me pueda incorporar, necesito mantener mi peso, tono y mi movilidad dentro de mis posibilidades y, no te preocupes si ves que cada vez me cuesta más, no hace falta que me hagas subir las escaleras para ir a dormir al piso de arriba, puedo quedarme en el salón y descansar en un cómodo colchón.

Sí ves que me cuesta un gran esfuerzo dar mis paseos diarios, infórmate sobre arneses y sillas de ruedas que me ayuden en mi

movilidad. Se recomienda un mínimo de 20 minutos de paseo para mantener el tono muscular y no inflamar las articulaciones. Evita el asfalto, eso hace aumentar el impacto articular y degrada más las articulaciones.

Si durante el paseo necesito parar, déjame parar, descansar, tumbarme en la hierba, ver como vuelan las palomas. Nuestro paseo de una hora durara igual pero no podré hacer mi ruta diaria, mi cuerpo me ira limitando hasta salir a la esquina y volver. Además de seguir ritmos inferiores en los paseos me tendrás que sacar con más frecuencia porque aguantare menos mis necesidades.

Ten en cuenta que los perros mayores somos susceptibles a la deshidratación, por lo que es muy importante que bebamos agua.

Acaríciame con frecuencia, haz tu ritual de tocarme, peinarme, el cuidado de mi piel y mi pelaje es importante no solo para mantenerlo sano sino para detectar cualquier bulto, tumor u otra anomalía que deba ser controlada por el veterinario.

Mis dientes tampoco serán siempre fuertes, puede que los vaya perdiendo a medida que me vaya haciendo mayor y desarrolle mal aliento. Aun así, manteniendo mis dientes limpios y libres de sarro disminuyen las posibilidades de que desarrolle enfermedades más graves como, caries, infecciones o enfermedades cardíacas.

Capitulo 2: **Mis visitas de control al veterinario**

A medida que los perros nos hacemos mayores van surgiendo más problemas de movilidad, va llegando la artritis y la artrosis a nuestras vidas además de tener más posibilidades de desarrollar enfermedades orgánicas de corazón, riñones o hígado entre otras.

El cáncer y la artritis son afecciones comunes de los perros mayores. El cáncer representa casi la mitad de las muertes de mascotas mayores de 10 años. Los perros padecen cáncer aproximadamente al mismo ritmo que los humanos.

Los veterinarios aconsejan a los dueños de perros que estén atentos a estos signos comunes de cáncer en perros:

- Una hinchazón anormal que persiste o continúa creciendo
- Heridas que no sanan
- Notable pérdida de peso en poco tiempo
- Jadeos constantes sin tener un factor climatológico desencadenante
- Pérdida de apetito
- Mal aliento
- Dificultad para comer o tragar
- Dificultad para incorporarme, caminar y pérdida de resistencia
- Problemas respiratorios
- Problemas de control de esfínteres

Si un perro presenta alguno de estos síntomas es necesario que sea examinado por un veterinario, no olvide hacer sus controles geriátricos dentro de su rutina anual. El veterinario es el único capacitado para hacer un diagnóstico y pruebas para detectar cualquier alteración que pueda estar apareciendo.

Que tenga un bulto no necesariamente quiere decir que sea maligno,

revisar su crecimiento y detectar si es necesario quitarlo quirúrgicamente puede alargarnos la vida. La edad es un numero si nuestro cuerpo y nuestros órganos están en buen estado podemos aguantar una sedación y medicaciones.

Hay ciertos tipos de cáncer que se pueden tratar con éxito, con cirugía. Además, muchos tratamientos disponibles para humanos se están utilizando en perros.

Si de joven ya presento problemas en mis articulaciones o alguna enfermedad genética como podría ser una displasia, empieza a cuidar mi estado físico a medida que me haga mayor necesitaré más ayuda y mi cuerpo envejecerá más pronto.

Los indicadores comunes de enfermedad articular (artritis y artrosis):

- Desequilibrios en la trasferencia de peso
- Dificultad en sentarse y levantarse
- Dificultad para el movimiento
- Aumento del descanso
- Aumento de peso
- Reactividad frente a estímulos
- Disminución por el interés en salir a pasear o jugar

Si sufro de dolor articular y soy un perro mayor, no tengas miedo en darme medicación, consulta con mi veterinario siempre hay algo que se pueda administrar y recuerda prefiero vivir sin dolor a vivir mucho tiempo aguantando.
Ponme una cama confortable para que puedan descansar mis

articulaciones, acomódame el suelo para que pueda moverme con más facilidad. Un buen plan para perder peso, reducir el estrés en las articulaciones y fortalecer el cuerpo y mantenerme activo.

Recuerda: **“El movimiento es salud”**

Los veterinarios sugieren que los perros mayores sean examinados al menos una vez al año para detectar su estado de salud.

Capitulo 3: **Mi comportamiento**

Con el paso del tiempo mi comportamiento también cambió. Empecé a mostrar rutinas diferentes, momentos de confusión, movimientos repetitivos, modifiqué mis horarios de descanso, mis horarios de salidas, de hecho, empecé hacer mis necesidades en sitios donde nunca los había hecho.

Cuando aparecen cambios de comportamiento con patrones semejantes a los descritos en humanos, los responsables de perros sospechan que su mascota envejecida muestra signos de disfunción cognitiva. A principios de la década de los 90, las investigaciones muestran por primera vez cambios cerebrales en perros mayores que eran similares a los cambios observados en personas con enfermedad de Alzheimer.

Durante ese tiempo también se realizaron pruebas de laboratorio para detectar déficits de aprendizaje y memoria en perros mayores.

Si ves que mi comportamiento se modifica llévame al veterinario, hay medicaciones recomendadas y dietas especiales que pueden enlentecer el proceso y no dejar que esto se agrave y sea más difícil de llevar y de tratar.

Situaciones de estrés, dolores articulares agudos e incluso algún proceso tumoral son las principales razones por las cual un perro modifica su comportamiento cuando llega a la vejez.

Una de tus principales responsabilidades como responsable es darme confort en esa etapa. Evita dejarme solo si eso me causa estrés, asegúrate de que mi cama es cómoda para que no sienta tanto dolor en mis articulaciones. Que no me pueda mover genera más estrés. Vigila que tenga agua cerca, aunque si bebo de forma descontrolada y no tengo ninguna patología asociada, deberías controlar la ingesta

de agua ya que, eso fomentara que tenga más necesidades de salir a la calle.

“Que mi zona de confort sea un espacio tranquilo donde yo me pueda sentir seguro”

Recuerda que el movimiento es vida así que, llévame a lugares donde siempre me había gustado ir aunque tengas que coger el coche para llevarme, ¡juega de alguna manera conmigo para que me pueda sentir feliz y dame la misma cantidad de atención y cariño que me dabas cuando era joven.

Capitulo 4: **Terapias que me pueden dar calidad de vida**

Cuando iniciamos nuestra etapa de vejez cambiamos nuestra fisiología, volviéndonos más lentos y menos activos a consecuencia del deterioro y envejecimiento de los tejidos, órganos y sistema nervioso.
Podemos recibir infinitos tratamientos siempre y cuando no este contraindicado porque suframos alguna afectación que lo impida.

Las sesiones de **fisioterapia y rehabilitación** para el mantenimiento son una buena opción para enlentecer el proceso degenerativo, mantener la movilidad, prevenir la obesidad, controlar el dolor y evitar que se atrofien los músculos y el sistema nervioso.

Los animales geriátricos representan más de la mitad de la población y su número aumenta cada vez más. Gracias a los avances de la veterinaria en el diagnóstico y la prevención, los animales tienen una vida más longeva. Un porcentaje elevado de los perros que viven la etapa de la vejez tienen limitaciones en su movimiento. Acudir a un centro especializado en fisioterapia y rehabilitación para mejorar nuestra calidad de vida en la mejor herramienta para optimizar nuestra salud y alargar nuestra esperanza de vida.

Con los perros geriátricos, el fisioterapeuta o veterinario rehabilitador puede identificar las discapacidades y deficiencias que afectan la vida diaria y establecer unos objetivos de mantenimiento para que vivamos mejor.

Entre los beneficios que puede aportar la fisioterapia en animales geriátricos encontramos la mejora de la movilidad, el tono y fuerza muscular. La fisioterapia ayuda a mantener o recuperar la movilidad, la coordinación y la fuerza, trabajando la articulación, el musculo y el sistema nervioso. Esto nos beneficia aportando más actividad, flexibilidad y no ayuda a la disminución del dolor.

Los problemas musculoesqueléticos causan dolor y perdida de la movilidad y con ello, pérdida de la masa y fuerza muscular.

La fisioterapia tiene infinitas técnicas que ayudan a reducir el dolor. Además, no solo trabaja el cuerpo sino también la mente con ejercicios activos que la estimulan.

Existen ejercicios terapéuticos, trabajo con agua, aparatología, diferentes técnicas de terapia pasiva que nos ayudan a estar activos, con menos dolor y a ser más felices.

Medicina tradicional china para tratar nuestros desequilibrios

La medicina tradicional china obtiene grandes resultados en perros con problemas de salud relacionados con la vejez. La acupuntura, la terapia con moxibustión, la fitoterápia, la auriculoterapia, la craneopuntura, la electroacupuntura, la cromoterapia entre otras técnicas trata los desequilibrios que se generan en el cuerpo para equilibrarlo y mantenerlo sano. Todo se genera y todo se transforma. Se desbloquea el flujo de energía con el objetivo de restaurar nuestra salud.

No hace falta tener una patología concreta para que el cuerpo entre en desequilibrio, falta tener una afectación en unos de los elementos para romper la estabilidad entre ellos y generar a la larga una patología instaurada. Por eso cuando oímos hablar de que hay un desequilibrio en meridiano de Bazo, o de Riñón no quiere decir que el órgano en concreto este afectado.

Estas dos terapias son las más usadas para mejorar nuestra calidad de vida en general para que así, podamos disfrutar de

nuestras actividades dentro de nuestras limitaciones, pasear, correr, jugar, mantener nuestra independencia eso que tanto nos gusta para mantener nuestra labor.

Capitulo 5: **Aprende a vivir conmigo**

Mi vejez no tiene que ser un problema sino la última etapa de mi vida junto a ti. Hay que saber afrontarla, disfrutarla y sacar lo mejor de ella para que no sea un sufrimiento para que cuando no este puedas recordar aquello que juntos nos hacía feliz.

Si, seguramente he cambiado, soy menos activo y me gusta dormir más, pero me gusta sentirte a mi lado, sentirme igual de especial que el primer día, aquel que nos vimos por primera vez.

No quiero incomodarte, hacerte sentir mal, verte llorar porque no puedo hacer las mismas cosas de siempre. Quiero verte sonreír, que me des una caricia que te sientas afortunado porque nos encontramos, porque nuestros caminos se juntaron y llegue hasta ti para hacerte o haceros la vida más bonita.

Aprende a vivir mi vejez y piensa en la suerte que tenemos de que podamos vivirla. Con poquito seré feliz, solo hace falta que nos adaptemos, sentir la brisa del mar, que leas un libro en tu piedra favorita, ir a comprar el pan, a desayunar al bar de la esquina. Nuestras rutinas cambiarán, pero no por ello serán más tristes, serán distintas, serán bonitas.

Capitulo 6: **Aprende a vivir conmigo**

Un día tocará que nuestros caminos se separen, mi labor contigo, con vosotros habrá terminado. Te lo haré saber, buscaré algún rincón favorito, esperaré a que todos estéis preparados. Si dejo de comer, si ya no me quiero mover, si no aguanto mis necesidades, si tengo dificultad para respirar, me desoriento o jadeo constantemente, está llegando el momento. Dame paz y dame, cariño. Busca a un profesional que te acompañe en esta última fase de duelo y me ayude a mí a partir hasta el arcoíris y allí te espere hasta que nos volvamos a encontrar.

El duelo por mascotas es una respuesta emocional profunda y natural que las personas experimentan al perder a su compañero animal. Involucra una variedad de sentimientos, como tristeza, dolor y confusión.

Los animales ocupan un lugar especial en los corazones de las personas y forjan vínculos profundos a lo largo del tiempo, lo que hace que su pérdida sea impactante y dolorosa.
Cada persona sufre el duelo de forma totalmente distinta. Algunas pueden sentir una profunda tristeza y llorar la pérdida de su querida mascota, mientras que otras pueden experimentar sentimientos de soledad o incluso culpa.
Es normal sentir un vacío emocional y sentirse solo y perdido, una parte de ti se va con él y el vacío interior que dejan es difícil de llenar.

A medida que los dueños de las mascotas enfrentan el duelo, pueden experimentar momentos de nostalgia y recordar momentos compartidos con sus queridos compañeros

La vejez es la última etapa de la vida, hay que aprender a vivirla siendo consciente de que un día llegará su final.

Una artrosis invalida, pero no mata si el dolor es controlado, no obstante, si la senilidad está avanzada el perro sufrimos mucho y necesitamos ayuda externa para poder seguir nuestro camino.

Nuestros últimos días o meses de vida no tienen que ser duros para nosotros, a veces el apego y el vínculo que generamos con los humanos no nos deja del todo marchar para no generarles más dolor. La senilidad en perros ancianos se manifiesta de formas muy distintas y, a veces, puede ser muy leve.

Siempre es difícil decir adiós después de una larga vida juntos. Disfruta del tiempo que tienes con tu peludo y acuérdate siempre de los buenos momentos y recuerda, venimos con una misión y cuando terminamos debéis dejarnos ir.

