

EFFECTS OF ANIMAL ASSISTED THERAPY ON ELDERLY

Cristina-Elena Mercea

Lecturer, PhD, "Vasile Goldiș" Western University of Arad

Abstract: Animal Assisted Therapy (AAT) is an intentional therapeutic process in which the role of the animal is to support the goals achievement in mental health, physiotherapy, occupational therapy or logotherapy. A complementary benefit of this therapy is the augmentation of cognitive, affective, physical and social well-being. Many studies have been conducted on the beneficial effects that animals have on elderly. In this paper I'll present how specialty research revealed that AAT improved elderly blood pressure, anxiety, depression, physical functioning, self-care, social interactions, sense of loneliness, life satisfaction. These important studies support the scientific background of AAT and show that, in certain conditions, introducing an animal in patient's therapy can make the difference.

Keywords: animal assisted therapy, elderly, research, mental health, physical health

Terapia Asistată de Animale (TAA) este un proces terapeutic organizat, în care animalul este utilizat cu scopul de a facilita atingerea unor obiective din cadrul sănătății mentale, fizioterapiei, terapiei ocupaționale ori logoterapiei. Concomitent, se obține ca beneficiu suplimentar și augmentarea stării de bine cognitive, afective, fizice și sociale. În TAA întotdeauna intervențiile sunt documentate și evaluate, procesul terapeutic fiind condus de un specialist. Animalele utilizate sunt atent selectate, fiind dresate special în acest scop. De obicei, această formă terapeutică se organizează în ședințe de 45-60 de minute, în care se realizează diverse activități, alese special de către terapeutul avizat pentru a împlini obiectivele stabilite.

Un caz aparte, în această categorie, este cel al animalelor însoțitoare. În cele mai multe situații, aceste animale sunt câini, care sunt special dresați pentru a acoperi anumite dizabilități ale stăpânului lor. Vorbim aici despre câinii care însoțesc persoanele cu deficiențe de vedere, de auz, de motricitate. Aceste animale muncesc în continuu, fără pauze substanțiale, fiind în permanență vigilente. Ele sunt animale atent selectate, deoarece, în mintea și acțiunile lor, adesea stă viața stăpânului lor¹.

În funcție de animalele care sunt folosite în procesul terapeutic și după structura procesului, putem întâlni mai multe forme de terapie:

- terapia asistată de cai (hipoterapia). Acest tip de terapie folosește mișcarea calului pentru a îmbunătăți sesiunile de fizioterapie, terapie ocupațională ori logoterapie. Folosirea calului în fizioterapie a început în anii 1960²;
- psihoterapia facilitată de cai (EFP – Equine-Facilitated Psychotherapy) este o formă a TAA, practică de specialiști în domeniul sănătății mentale și dedicată eficientizării procesului terapeutic prin facilitarea atingerii obiectivelor stabilite, cu ajutorul relației om-cal (Chandler, 2005²; Bachi, 2012³);

¹ Mercea C.E. (2017), Beneficiile terapiei asistate de animale în comunicare, dezvoltare personală, fizioterapie și sănătate mentală, in Sinaci M., Maduta C. (coord.), *Comunicare, cultura si societate. Culegere de studii*, Budapesta: Trivent, pp.34-44, ISBN 978-615-80340-8-1

² Chandler C.K. (2005), *Animal Assisted Therapy in Counseling*, Abingdon:Taylor & Francis

³ Bachy K. (2012), Equine-Facilitated Psychotherapy: The Gap between Practice and Knowledge, *Society & Animals*, Volume 20, Issue 4, pp. 364 – 380

- terapia cu animale de fermă. Este realizată în ferme speciale, cu animale domestice, ca de exemplu cai de fermă, găini, porci, lame, etc. În principiu, orice animal poate fi inclus în procesul terapeutic atât timp cât poate fi coordonat în scopul dorit de terapeut;
- terapia asistată de delfini (DAT – Dolphin-assisted therapy). Delfinul se folosește pentru a lucra problemele fizice și cognitive⁴, cum sunt: abilitățile motorii fine și grosiere, integrarea senzorială, comunicarea. Deoarece adesea implică și intrarea clientului în apă, pentru o mai bună interacțiune cu animalul, este necesară absența dificultăților sale în acest sens, sau dacă ele există, să fie în prealabil soluționate;
- terapia asistată de câini. Este cea mai comună și comodă formă de TAA⁵. Câinii pot fi utilizați atât în fizioterapie, logoterapie cât și în psihoterapie. Câinii dresați se folosesc în asistarea permanentă a bolnavilor cu probleme vizuale sau diverse alte dizabilități motorii;
- terapia asistată de pisici. Pisicile s-au folosit mai mult în activitățile asistate de animale decât în TAA. Atributele care le fac utile în terapie sunt: liniștea și calmul, dorința de a fi atinse, mângâiate, motivația de a fi în jurul oamenilor (Cole, 2009⁶, Chandler, 2005²). Totodată pisicile jucăușe pot juca rolul de facilitator în relația psihoterapeutică (Chandler, 2005²).
- terapia cu animale mici. Pot fi folosite animale precum papagali, pești, hamsteri, porcușori de guineea. Animalele mici sunt ideale în instituții cu posibile restricții față de animale, cum sunt spitale, săli de clasă, ori birouri.

TAA nu este o terapie de sine stătătoare, ci una adjuvantă, ea sprijinind alte terapii clasice. Cercetarea în domeniu este la început, ne deținând încă metode validate științific, deși s-au obținut rezultate care îi justifică și îi atestă utilitatea.

În continuare vom parcurge diverse cercetări care s-au realizat de-a lungul timpului și au fost cuprinse în literatura de specialitate. Într-un capitol inclus într-o lucrare anterioară¹ am realizat o prezentare generală a beneficiilor TAA, iar în această prezentare voi include aspectele referitoare la efectele acestei terapii asupra vârstnicilor. Sunt mai multe studii care atestă beneficiile TAA asupra persoanelor în etate, adesea desfășurate în centre de îngrijire.

Efectele asupra singurătății la vârstnici au fost studiate de către Banks M. R. și Banks, W. A. (2002)⁷. Cercetarea a fost realizată în trei cămine pentru bătrâni, cu pacienți funcționali cognitiv. Participanții au fost împărțiți în trei grupuri: un grup de control și două grupuri care au participat la TAA. Un grup a beneficiat de câte o ședință de TAA pe săptămână, iar celălalt de câte trei ședințe. Terapia a constat în ședințe individuale de câte 30 de minute, cu același câine, în fiecare săptămână. Activitățile s-au întins pe o perioadă de 6 săptămâni, timp în care grupul de control nu a primit vizite. Scorurile pe scala singurătății au fost măsurate înainte de intervenție și la sfârșitul celor șase săptămâni. S-au obținut diferențe semnificative în grupurile cu TAA ($p < .001$), spre deosebire de grupul de control. În schimb nu s-au obținut diferențe între cele două grupuri care au beneficiat de ședințele terapeutice, ceea ce poate însemna că și o ședință de terapie pe săptămână ar fi suficientă pentru a scădea scorurile pe scala singurătății. Trei ani mai târziu, autorii⁸ extind cercetarea pentru a

⁴ Breusing K., Linke K., Busch M., Matthes I., Eke van der Woude S. (2015) Impact of different groups of swimmers on dolphins in swim-with-the-dolphin programs in two settings, *Anthrozoös*, 18:4, pp. 409-429, DOI: 10.2752/089279305785593956

⁵ Beck A.M., Katcher A.H. (2003), Future Directions in Human-Animal Bond Research, *American Behavioral Scientist*, Vol. 47 No. 1, September 2003, pp. 79-93, DOI: 10.1177/0002764203255214

⁶ Cole, M.L. (2009), *Literature review and manual: Animal Assisted Therapy*, Lethbridge, Alberta

⁷ Banks, M. R., Banks, W. A. (2002), „The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities”. *The Journals of Gerontology*, 57A(7), pp. 428-432

⁸ Banks, M. R., Banks, W. A. (2005) „The effects of group and individual animal-assisted therapy on loneliness in residents of long-term care facilities”. *Anthrozoos*, 18(4), pp. 396-408

vedea dacă se obțin diferențe în resimțirea singurătății, atunci când TAA se desfășoară în ședințe individuale sau de grup. Studiul s-a desfășurat tot pe o perioadă de șase săptămâni, cu același câine, tot asupra vârstnicilor fără deteriorare cognitivă. Scorurile s-au îmbunătățit în ambele grupuri, dar totuși, doar grupul cu ședințe individuale a obținut rezultate semnificative statistic ($p < .05$). O posibilă explicație asupra ne semnificativității rezultatelor din TAA de grup, a fost oferită de către cercetători, prin eventuala incompatibilitate a membrilor grupului, ceea ce a putut abate atenția lor de la terapia în sine.

Efectele terapiei asistate de câine asupra interacțiunilor sociale și hiperkineziei la vârstnicii cu început de demență au fost studiate de către Richeson (2003)⁹. Cercetătorul a realizat un studiu cvasiexperimental, cu participarea a 15 pacienți. Compararea între pre-test și post-test a oferit rezultate semnificative statistic, obținându-se îmbunătățiri atât la nivelul interacțiunilor sociale, cât și în manifestările hiperkinetice.

O altă intervenție cu rezultate semnificative a fost cea realizată de Macauley (2006)¹⁰, asupra a trei pacienți cu afazie post AVC. TAA s-a derulat pe o perioadă de 12 săptămâni. În timpul ședințelor de câte 30 de minute de terapie cu un câine, pacienții au înregistrat o creștere semnificativă a comunicării spontane.

Asupra efectului TAA în presiunea sanguină și ritmul cardiac au fost realizate mai multe studii. Vom exemplifica în cele ce urmează pe cel al cercetătorilor Stasi, Amati, Costa, Resta, Senepa, Scarafioiti, Aimonino și Molaschi (2004)¹¹. Aceștia au examinat eficacitatea TAA la vârstnici instituționalizați, fără deficiențe cognitive. Participanții au fost împărțiți randomizat în două grupuri: un grup care participa la TAA cu o pisică, de trei ori pe săptămână, și grupul de control, în care participanții erau implicați doar în activitățile obișnuite ale căminului respective, fără a beneficia de TAA. Subiecții din grupul experimental își petreceau timp ținând în brațe și mângâind pisica. Presiunea sanguină a fost măsurată înainte și după șase săptămâni de terapie. Rezultatul a fost că participanții din grupul experimental au avut îmbunătățite atât tensiunea sistolică, cât și cea diastolică ($p < .05$), comparative cu grupul de control.

Un alt studiu realizat, nu are la bază intervenții specifice TAA, ci vizează așa-numita „Pet Therapy” – Terapie prin animale de companie, care vizează efectele benefice pe care îngrijirea unui animal le are asupra unei persoane. Colombo, Dello-Buono, Smania, Raviola și De Leo (2006)¹² au examinat efectele pe care animalele de companie le-au avut asupra degradării cognitive, măsurate cu Mini Mental State Examinations (MMSE) și asupra calității percepute a vieții. Participanții au fost împărțiți în trei grupuri: un grup a fost responsabil pentru îngrijirea unui canar, un alt grup a fost responsabil pentru îngrijirea unei plante, iar grupul de control nu avea un animal sau o plantă pe care să le îngrijească. După 3 luni, a existat o îmbunătățire semnificativă a sănătății percepute pentru grupul care îngrijise pasărea ($p < .001$). Deși nu a fost semnificativă, a existat o îmbunătățire în sănătatea percepută și în grupul care îngrijise planta. În grupul de control, în schimb a fost înregistrată o degradare a sănătății percepute. Au fost documentate îmbunătățiri și în alte măsuri ale bunăstării, inclusiv scalele de auto-îngrijire ($p < .05$), anxietatea ($p < .01$), depresia ($p < .001$), funcționarea fizică ($p < .001$) și scala de satisfacție a vieții ($p < .001$).

⁹ Richeson, N. E. (2003) „Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia”. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 18(6),: 353-358

¹⁰ Macauley, B. L. (2006) Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 43(3), pp. 357-366

¹¹ Stasi, M. F., Amati, D., Costa, C., Resta, D., Senepa, G., Scarafioiti, C., Aimonino N., Molaschi M. (2004) „Pet therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients”. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 9, pp. 407-412.

¹² Colombo, G., Dello-Buono, M., Smania, K., Raviola, R., De Leo, D. (2006) „Pet therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects”, *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 42 (2), pp. 207-216

Acestea sunt doar câteva exemple dintre studiile care au fost realizate și care vin să încurajeze deschiderea spre valorificarea potențialului sanogen pe care Terapia Asistată de Animale îl are. De asemenea, este necesară și sporirea cercetării în domeniu, pentru a avea date cât mai clare despre modul în care funcționează TAA, despre tehnici de lucru eficiente, despre tipuri de animale care pot fi folosite, despre structura pe care un animal care asistă un proces terapeutic este necesar să o aibă, despre modul în care pot fi trecute obstacolele în calea folosirii acestui tip de terapie (cum sunt alergii ale clienților, ori fobii, ori preconcepții, etc.), ș.a. Concomitent, referitor la cultura și populația românească, este necesară educarea oamenilor în acest sens, și totodată încurajarea extinderii cercetării și pe populație românească, pentru a identifica atribute culturale specifice, elemente facilitatoare ori inhibitoare pentru un atare proces terapeutic.

BIBLIOGRAPHY

- Bachy K. (2012), Equine-Facilitated Psychotherapy: The Gap between Practice and Knowledge, *Society & Animals*, Volume 20, Issue 4, pp. 364 – 380
- Banks, M. R., Banks, W. A. (2002), „The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities”. *The Journals of Gerontology*, 57A(7), pp. 428-432
- Banks, M. R., Banks, W. A. (2005) „The effects of group and individual animal-assisted therapy on loneliness in residents of long-term care facilities”. *Anthrozoos*, 18(4), pp. 396-408
- Beck A.M., Katcher A.H. (2003), Future Directions in Human-Animal Bond Research, *American Behavioral Scientist*, Vol. 47 No. 1, September 2003, pp. 79-93, DOI: 10.1177/0002764203255214
- Brensing K., Linke K., Busch M., Matthes I., Eke van der Woude S. (2015) Impact of different groups of swimmers on dolphins in swim-with-the-dolphin programs in two settings, *Anthrozoos*, 18:4, pp. 409-429, DOI: 10.2752/089279305785593956
- Chandler C.K. (2005), *Animal Assisted Therapy in Counseling*, Abingdon: Taylor & Francis
- Cole, M.L. (2009), *Literature review and manual: Animal Assisted Therapy*, Lethbridge, Alberta
- Colombo, G., Dello-Buono, M., Smania, K., Raviola, R., De Leo, D. (2006) „Pet therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects”, *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 42 (2), pp. 207-216
- Macauley, B. L. (2006) Animal-assisted therapy for persons with aphasia: A pilot study. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 43(3), pp. 357-366
- Mercea C.E. (2017), Beneficiile terapiei asistate de animale în comunicare, dezvoltare personală, fizioterapie și sănătate mentală, in Sinaci M., Maduta C. (coord.), *Comunicare, cultura si societate. Culegere de studii*, Budapesta: Trivent, pp.34-44, ISBN 978-615-80340-8-1
- Richeson, N. E. (2003) „Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia”. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 18(6),: 353-358
- Stasi, M. F., Amati, D., Costa, C., Resta, D., Senepa, G., Scarafioiti, C., Aimonino N., Molaschi M. (2004) „Pet therapy: A trial for institutionalized frail elderly patients”. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 9, pp. 407-412