

## ■ GATOS Y ESTRÉS

Como nosotros, los gatos sufren cuando el estrés es excesivo. Cuánto estrés es demasiado para cada gato, depende de multitud de factores como: la "inmunización" al estrés que el gato recibió de gatito, las estrategias que éste aprendió durante esta "inmunización", así como la duración y naturaleza del factor estresante.

### ¿Qué es estresante para un gato?

Es interesante resaltar que casi todos los factores desencadenantes que pueden causar o exacerbar el estrés en el gato son de origen ambiental. Estos desencadenantes ambientales pueden provocar en el gato una reacción emocional, afectando su carácter y ocasionalmente su salud.

La experiencia nos muestra que los factores estresantes más habituales para los gatos son aquellos que parecen amenazar sus recursos, particularmente aquellos que lo hacen dentro de la seguridad de sus hogares. La entrada de otro gato, un perrito, un recién nacido o incluso la presencia de obreros en casa, pueden desencadenar una reacción psicológica intensa en algunos gatos sensibles. Esta situación puede ser muy difícil de rectificar, particularmente en aquellos casos donde el estresante es permanente.

### ¿Cómo demuestran los gatos que sufren de estrés?

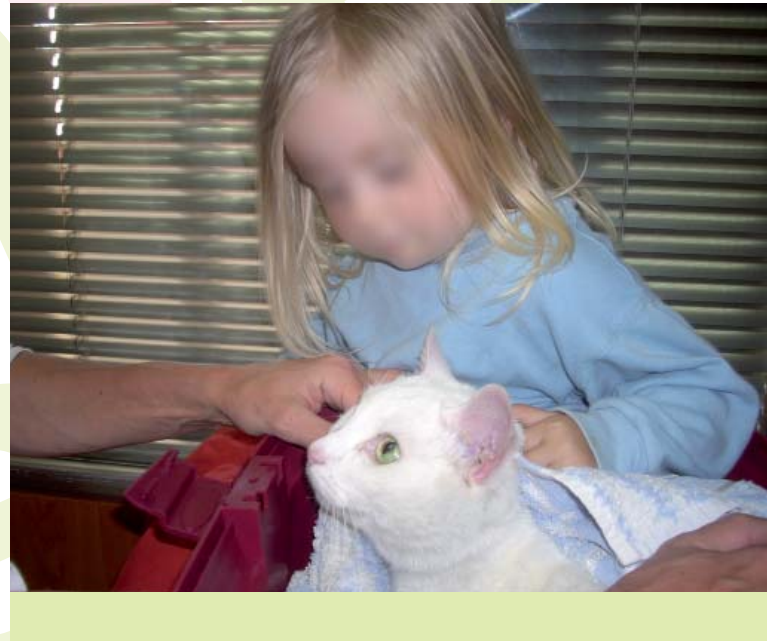
A diferencia de los seres humanos, los gatos son incapaces de mostrar su estado emocional a través del lenguaje o la expresión facial. En su lugar, ponen de manifiesto sus sentimientos de manera que puede ser muy molesto, e incluso desagradable para sus dueños.

A corto plazo, los gatos bajo presión o angustiados pueden demostrar sus sentimientos incrementando aquellas actividades que les hacen sentir más seguros. Algunos gatos pueden empezar a buscar más el contacto humano, por ejemplo, o pueden frotarse en los muebles o en sus dueños con más frecuencia. Los gatos que han tenido un trauma fuera de casa pueden elegir quedarse más tiempo dentro, mientras que si la causa del estrés está en su casa tenderán a prolongar los periodos en el exterior.

Si el estrés no disminuye, los gatos pueden incrementar su comportamiento de marcaje de forma dramática. Arafñarán, orinarán y/o defecarán en sitios inapropiados con la intención de que el dueño se dé cuenta. Estos métodos serán utilizados para recuperar una tranquilidad que antes habían saboreado en casa. De forma opuesta el gato que no puede hacer frente al estrés de dentro de su casa puede optar por abandonar su hogar.

Ocasionalmente, podemos encontrarnos con gatos que están tan sumamente superados por la ansiedad o el estrés que simplemente han abandonado la lucha o la esperanza de huir de esta situación, y se vuelven pasivos e indiferentes. Este tipo de impotencia extrema y aprendida por suerte es rara, pero puede traducirse en que el gato no desee acicalarse más, que pierda el interés por la comida y que permanezca casi inmóvil durante grandes periodos de tiempo. Salvando las distancias, estas situaciones se parecen mucho a los síntomas de la depresión clínica severa que sufrimos los humanos, donde cualquier tipo de actividad es suprimida y poco gratificante.

A largo plazo, el estrés ha demostrado que incrementa el riesgo de padecer enfermedades. Tanto en los animales como en las personas que están sufriendo de estrés crónico que no se resuelve, podemos observar una reducción de la respuesta inmune. Es interesante recalcar que infecciones y enfermedades digestivas son muy comunes en animales estresados y que parecen promover un círculo vicioso de enfermedad-fatiga como consecuencia la incapacidad para superar el problema emocional que causa la debilidad física inicial.



### ¿Qué podemos hacer para prevenir el estrés?

Muchos ejemplos en el comportamiento humano y en otras especies sugieren que aquellos animales que han experimentado y resuelto situaciones de estrés de bajo grado de jóvenes, sobrellevan mejor el estrés cuando son adultos. Esto es debido a que durante las primeras semanas de vida se aprenden estrategias que conllevan una ligera desensibilización a los efectos del estrés. Estas serán aplicadas en situaciones similares en un futuro. El período durante el cual los gatos aprenden a manejar el estrés sin excesiva ansiedad es, ciertamente, muy temprano —entre las dos y las siete semanas de vida—. Esto significa que un ambiente poco estimulante dejará al gatito con muy pocos mecanismos de defensa emocional, sin importar lo bien cuidado que haya podido estar durante este período. Lo ideal sería que todos los gatitos fueran manejados por tantas personas diferentes como fuera posible durante estas semanas tan esenciales. Alterar su entorno para permitir a los gatitos aprender por sí mismos es algo también esencial. Aquellos gatitos que han tenido la oportunidad de familiarizarse con las visiones, sonidos y aromas, a veces caóticas, de una casa tendrán una importante ventaja. Permitir a los gatitos encontrarse y mezclarse con perros amistosos, niños y todo tipo de gente, generará una "inmunización contra el estrés" que les hará más resistentes al estrés en el futuro.

## ¿Cómo saber si su gato sufre de estrés excesivo?

Cualquier cambio de comportamiento repentino debe ser comentado al veterinario, ya que él indicará si se trata de un problema clínico orgánico que necesita ser investigado.

Sin embargo, una vez que esta posibilidad queda descartada, el siguiente paso es buscar signos de estrés. Pregúntese: ¿Cuándo empezó el gato a comportarse de un modo distinto?. ¿Coincidió con algún suceso inusual



La salivación excesiva puede ser signo de estrés

en casa? Para algunos gatos con hiperapego, incluso una breve ausencia del propietario puede ser traumática. Esto puede convertir las vacaciones del dueño en una pesadilla, y la presencia de un extraño en casa (no importa de que tipo) para alimentarlo y cuidarlo puede simplemente, no servir de nada.

## ¿Qué podemos hacer para aliviar este estrés?

Naturalmente, la respuesta obvia es decir que debemos identificar la causa del estrés y eliminarla. Sin embargo, es más fácil decirlo que hacerlo. Por ejemplo: las gateras magnéticas pueden ayudar a reducir el riesgo de gatos intrusos en casa, aunque algunos dueños prefieren quitar las gateras actuando de guardaespaldas de su gato y controlar manualmente las entradas y salidas de su gato. Ofrecer más recursos, como proporcionar escondrijos lejos de los estresantes permanentes como son los niños y los perros también suele funcionar. Igualmente, llevarse al animal de un ambiente con estresantes temporales como son unas obras en el edificio suele dar resultado. Irónicamente, para el gato con hiperapego, una buena guardería puede ser mejor opción para su cuidado durante nuestras vacaciones, debido probablemente a que un cambio total genera menos impacto en el gato que la obvia ausencia del dueño.

En general, la preocupación por su gato es la clave. Aquellos que disfrutan de una relación cercana y solícita con su gato a menudo detectan los primeros estadios de los efectos del estrés, pudiendo prevenir la angustia, antes que se haya producido un daño mayor.



compartiendo información  
por el bien del gato

GEMFE es un miembro de FVF

El Feline Advisory Bureau es el organismo sin ánimo de lucro líder en la promoción de la salud y bienestar de los gatos a través de la mejora de nuestros conocimientos de todo aquello que tiene que ver con los felinos, para ayudarnos a cuidar mejor a nuestros gatos. Actualmente ayudamos a casi 4 millones de gatos y a sus dueños cada año. Si esta hoja te ha ayudado a cuidar mejor de tu gato, por favor permítenos ayudar a otros gatos haciendo un donativo. Puedes hacerlo tanto en la web como mandando un cheque a la dirección de abajo (pagable a "Feline Advisory Bureau")

FAB, Taeselbury, High Street, Tisbury, Wiltshire, SP3 6LD, UK

[www.fabcats.org](http://www.fabcats.org)

INFORMACIÓN PATROCINADA POR:

