



## HUMANE SOCIETY OF BROWARD COUNTY

### Modificación de comportamiento

#### **Ansiedad de separación**

La ansiedad de separación no es un problema tan común como usted puede pensar. Ciertos comportamientos que los perros desarrollan cuando se dejan solos a menudo, son muchas veces confundidos con “ansiedad de separación.” El miedo de ser dejado solo puede ser el disparador de ansiedad y tensión en su mascota y el resultado de esta tensión extrema puede ser comportamiento destructivo. El tipo de comportamiento destructivo visto en casos de ansiedad de separación es generalmente en una escala más alta que masticación inadecuada al azar. Es importante recordar que su perro no está reaccionando de esta manera por rencor o de cólera por haber sido dejado solo. Él está reaccionando a una fobia (miedo de ser dejado solo) y está teniendo una respuesta de pánico.

#### **Comportamientos Asociados con Ansiedad de Separación**

Una diagnosis exacta de la ansiedad de separación debería de ser determinada antes de intentar cualquier plan de modificación de comportamiento con su mascota. Usted puede notar algunos o todos estos comportamientos en su mascota si él está sufriendo de ansiedad de separación:

- Un perro de sombra - él le persigue alrededor de la casa y se incómoda cuando usted está fuera de su vista.
- Él puede mostrar señales de tensión como el jadeo o salivación hiperactiva cuando usted se prepara para salir de la casa.
- Cuando usted regrese a casa los saludos puede ser frenéticos y su perro puede tardar en volver al comportamiento tranquilo normal.
- El marcar indistinto de la casa (especialmente en un perro que es adiestrado).
- Comportamiento destructivo significativo - masticando moldeados de las puertas, rasgando las puertas o las pantallas de la ventana, desenterrando la alfombra en los umbrales. Este tipo de destrucción ocurre de los intentos de escape de la casa de su mascota para encontrarle.
- Aullido, ladridos excesivos o lloriqueo cuando usted se marcha.
- La mayoría del comportamiento destructivo sucederá en un lapso de 30 minutos a una hora después de que usted se haya ido.
- Todo o la mayor parte del comportamiento destructivo sucede cuando el perro se deja solo.

#### **Disparadores o causas probables de la ansiedad de separación**

La ansiedad y la tensión se pueden disparar por ciertas condiciones en el ambiente de su mascota.

- Reubicarse a una nueva casa o un apartamento, especialmente si es perceptiblemente espaciado diferente que su hogar anterior.

- Un cambio en horario o rutina.
- Una visita al veterinario (estadía en el hospital), u otro periodo de tiempo donde su animal doméstico se separo de usted (la separación pudo haber sido traumática o asustadiza).
- Un cambio en la familia - el hijo se marcha a la universidad, otra mascota muere o alguien nuevo se muda con usted.
- Un perro que ha sido re-dirigido a una nueva casa después de vivir en un ambiente de albergue.

Hay muchas razones que se pueden asociarse a la ansiedad de separación y nunca poder ser identificados completamente. Su mascota es única y hay muchos comportamientos y acontecimientos que fluctúan en su vida los cuales influenciarán cómo él lidie con la tensión. Será crítico disminuir la tensión de su mascota cuando se le deje solo para eficazmente combatir de sus problemas de ansiedad de separación.

### **Reducir Ansiedad y Fundar Confianza**

Hay varios ejercicios y oportunidades de entrenamiento que usted puede practicar con su mascota. Estos ejercicios ayudarán a reducir su tensión y a construir su confianza mientras que usted lo ayuda a mejorar su comportamiento cuando su mascota se quede sola.

- Fortalezca los comandos básicos de obediencia sentarse, abajo y quieto. Enseñándole a su perro estos comandos le permitirán trabajar en crear una distancia cada vez mayor entre usted y su mascota. Él hace un sentar, abajo y quieto mientras que usted se mueve hacia atrás lentamente. Gradualmente usted podrá lograr salir del cuarto por cortos períodos de tiempo.
- Practique un saludo y un adiós inalterable. La mayoría de los dueños pueden empeorar la situación siendo muy emocional y de tal modo reforzando el comportamiento ansioso. Hola y adiós deben ser eventos muy comunes. Ignorando al perro por varios minutos y después solamente hacer un breve reconocimiento del perro al irse o llegar a su hogar.
- Las salidas falsas son una extensión del ejercicio de hola y adiós impasible. Usted debe practicar el salir de la casa y después de un par de minutos regresar. Gradualmente, aumente el tiempo que se va mientras que el perro se excite menos por la actividad. Esto ayudará a hacer el perro más cómodo con la idea que usted no se está yendo para siempre y usted regresara.
- Cambie su rutina de salida con frecuencia. Evite siempre hacer la misma rutina; adquiera sus llaves, ponga su chaqueta, agarre su bolso. La mayor parte de nosotros tenemos un régimen de cosas que hacemos constantemente antes de irnos. Su perro pillaré fácilmente estas señales y comenzará a anticipar su partida. Esto fija la etapa para que su perro se ponga ansioso. Usted también puede practicar hacer estas señales y después sentarse y no irse en absoluto. Esto hará salidas menos predecibles para su perro. Estos tipos de ejercicios necesitan ser repetidos con mucha frecuencia (10 o más veces al día) y desensibilizar su mascota podría tardar semanas. No hay solución rápida para la ansiedad de separación.
- Dejar un TV o un radio encendido para proporcionar ruido de fondo, puede bloquear el ruido de la vecindad como el tráfico, puertas que se cierran de golpe, otros perros

que ladran, que pueden estimular su perro. También puede simular la actividad normal del hogar similar a cuando usted esta en casa. Evite la música y programas de TV ruidosos y cerciórese de lo que usted vea o escuche sea suave y calmante. Esto puede pacificar solamente a un perro nervioso y puede no ser provechoso con casos severos de la ansiedad de separación.

- Creando un ambiente libre de tensión y calmado durante el entrenamiento y no-estimulante cuando usted no este, va a ser beneficioso en la reducción de comportamientos ansiosos. Un área fresca, y poco alumbrada puede estimular ciclos del sueño en su mascota.
- Proporcione juguetes interesantes de masticar como KONGs, usted puede rellenar con bocaditos o comida de perro. Esto puede concentrar a su perro en algo diferente en vez de estar obsesionado con su partida. De nuevo, esto puede no ser extremadamente provechoso para un perro con ansiedad de separación severa.
- Un viaje a su veterinario puede ser necesario. Su veterinario puede proporcionar la medicación para asistirle durante el entrenamiento de su mascota. Medica su perro no debe nunca ser considerado como un acercamiento singular a la ansiedad de separación si no como una herramienta para ayudarle a reducir la tensión de su mascota. Su perro no podrá aprender si esta constantemente asustado. Hay medicaciones disponibles para bajar el nivel de intensidad de excitación y para que un aprendizaje pueda ocurrir.

Ayudar a que su perro haga frente a la fobia de ser dejado solo requiere tiempo y paciencia. Durante el proceso de entrenamiento puede que usted considere llevar a su perrito a una facilidad de cuidado diaria o tener alguien de la familia o un amigo cuidando a su mascota. Si usted puede resolver los detalles esto puede deshacerse de mucha frustración de una situación muy difícil.

### **Evitar las trampas Tenga**

Por favor sea cuidadoso al considerar tipos de confinamiento para su perro. Los perros que sufren de ansiedad de separación, a menudo no les va en una jaula tradicional y podría causarse lesiones así mismo. Cierta ensayo y error pueden ser necesarios para determinar cuál es el ambiente más adecuado para su mascota.

Usando cualquier tipo de castigo para controlar o para reducir los problemas asociados con la ansiedad de separación probablemente creará los comportamientos peores. El miedo es la fuerza primaria detrás de estos comportamientos y castigar a su mascota solamente lo hará más ansioso y asustado.