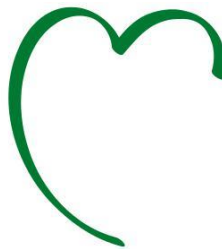




Programa de Terapia Asistida con Animales para la Promoción de la Salud Mental Positiva



Judith Balaguer, M^a Carmen Moreno, M^a Teresa Lluch, Francesc Ristol y Montserrat Puig Barcelona, 2023

EDICIONES

Llibreria Universitaria
BARCELONA

Como citar este documento:

Balaguer J, Moreno MC, Lluch MT, Ristol F, Puig M. Acompdog^{SMP+}: Programa de Terapia Asistida con Animales para la Promoción de la Salud Mental Positiva. Ed. Llibreria Universitaria SL. Barcelona, 2023.

Edita: EDICIONES LIBRERÍA UNIVERSITARIA SL

Impresión: Gráficas Rey SL

Coordinación de Contenidos: Judith Balaguer-Sancho, M^a Carmen Moreno-Arroyo, M^a Teresa Lluch-Canut, Francesc Ristol Ubach, Montserrat Puig-Llobet

Ilustraciones: Judith Balaguer, CTAC

Diseño y Maquetación: Gráficas Rey

ISBN: 978-84-19282-59-0

Depósito Legal: B-6676-2023

Libro bajo licencia Creative Commons BY-NC-SA

Como citar este documento:

Balaguer J, Moreno MC, Lluch MT, Ristol F, Puig M. Acompdog^{SMP+}: Programa de Terapia Asistida con Animales para la Promoción de la Salud Mental Positiva. Ed. Librería Universitaria SL. Barcelona, 2023.

Autores

Sra. Judith Balaguer-Sancho

Enfermera Especialista en Salud Mental, Hospital de la Santa Creu I Sant Pau. Barcelona. Profesora Asociada de la Escuela de Enfermería. Departamento de Enfermería de Salud Pública, Salud Mental y Materno Infantil. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universitat de Barcelona.

Dra. M^a Carmen Moreno Arroyo

Enfermera y Doctora en Ciencias Enfermeras. Profesora Agregada de la Escuela de Enfermería. Departamento de Enfermería Fundamental y Médico-quirúrgica. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universitat de Barcelona.

Dra. M^a Teresa Lluch Canut

Enfermera Especialista en Salud Mental y Doctora en Psicología. Profesora Catedrática de la Escuela de Enfermería. Departamento de Enfermería de Salud Pública, Salud Mental y Materno Infantil. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universitat de Barcelona.

Sr. Francesc Ristol Ubach

Técnico en Intervenciones Asistidas con Animales. Centre de Teràpies Assistides amb Cans, CTAC. Barcelona.

Dra. Montserrat Puig Llobet

Enfermera y Doctora en Sociología de la Salud. Profesora Agregada de la Escuela de Enfermería. Departamento de Enfermería de Salud Pública, Salud Mental y Materno Infantil. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universitat de Barcelona.



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Facultat d'Infermeria



Centre de Teràpies Assistides
amb Cans, Barcelona.

Como citar este documento:

Balaguer J, Moreno MC, Lluch MT, Ristol F, Puig M. Acompdog^{SMP+}: Programa de Terapia Asistida con Animales para la Promoción de la Salud Mental Positiva. Ed. Librería Universitaria SL. Barcelona, 2023.

1. Introducción	7
2. Marco Teórico	7
2.1. Modelo Multifactorial de Salud Mental Positiva de Lluch	7
2.2. Terapia Asistida con Animales (TAA)	8
2.2.1. Componentes de la TAA	8
2.2.2. Criterios definitorios de TAA aplicados al programa Acompdog ^{SMP+}	8
2.3. <i>Nursing Intervention Classification</i> (NIC) “Terapia Asistida con Animales”	9
3. Objetivos de Acompdog ^{SMP+}	9
4. Participantes	10
5. Procedimiento	10
5.1. Consideraciones relacionadas con el Bienestar del animal	10
6. Estructura de las sesiones	11
7. Descripción de las sesiones	11
1ª Sesión. Vínculo mediante huesos temáticos: comunicación y contacto	11
2ª Sesión. Refuerzo del vínculo y aprendizaje de habilidades básicas con el perro	11
3ª Sesión. Creación grupal de un circuito de habilidades	12
4ª Sesión. “Ponte en mis zapatos”	12
5ª Sesión. “Veo-Veo, Siento-Siento”	13
6ª Sesión. “Frío-Frío, Caliente-Caliente”	13
7ª Sesión. La Higiene Perruna	13
8ª Sesión. Gincana Peluda	13
9ª Sesión. Los Bolos Sociales	14
10ª Sesión. Finalización “Huella Peluda”	14
8. Evaluación del Programa	16
9. Referencias Bibliográficas	16
10. Anexos	17
Anexo 1. Significado de los Factores Específicos del Modelo Multifactorial de la Salud Mental Positiva	17
Anexo 2. Cuestionario de Salud Mental Positiva, (Lluch, 1999)	18

Como citar este documento:

Balaguer J, Moreno MC, Lluch MT, Ristol F, Puig M. Acompdog^{SMP+}: Programa de Terapia Asistida con Animales para la Promoción de la Salud Mental Positiva. Ed. Librería Universitaria SL. Barcelona, 2023.

1. Introducción

El programa de Terapia Asistida con Animales Acompdog^{SMP+} nace de la cohesión del marco teórico del Modelo Multifactorial de la Salud Mental Positiva (MMSMP) de la Dra. Lluch (1999)¹, la Terapia Asistida con Animales (TAA)² y la Intervención Enfermera “Tera-pia Asistida con Animales” clasificada en el *Nursing Intervention Classification* (NIC: 4320)³.

2. Marco Teórico

2.1. Modelo Multifactorial de Salud Mental Positiva de Lluch

El término de Salud Mental Positiva (SMP) se entiende como la salud mental de las personas sanas construida sobre la optimización del bienestar general en el transcurso de vida. Es un término dirigido y dedicado especialmente a la promoción y prevención de la salud mental para fortalecer y desarrollar el funcionamiento óptimo del ser humano¹.

La Dra. Lluch en 1999, en este sentido, describió conceptualmente el término de SMP, entendiéndolo como un constructo. Considerar la SMP como un constructo significa que no puede ser definido de forma directa, es decir, se precisan términos, factores o dimensiones más específicos¹.

Así, Lluch definió el Modelo Multifactorial de Salud Mental Positiva (MMSMP) (Lluch 1999), a partir de seis Factores Específicos^{4, 5}. (Tabla1.)

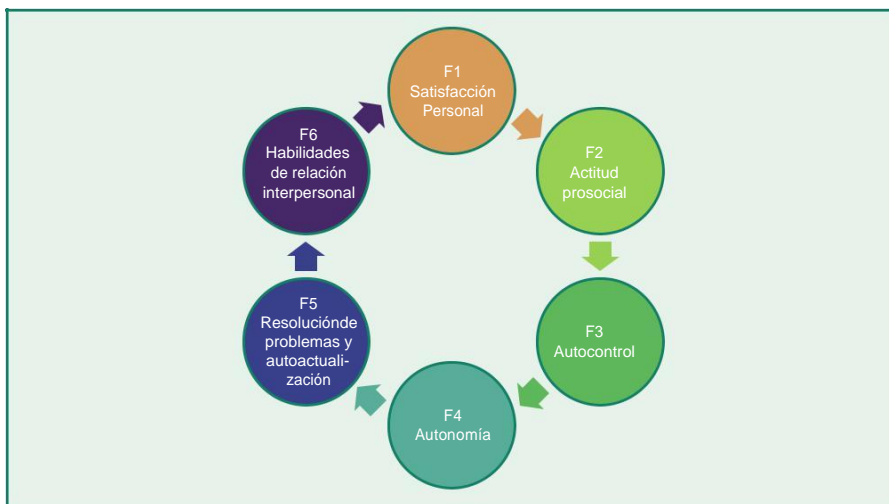


Tabla 1. Factores Específicos del Modelo Multifactorial de la Salud Mental Positiva (Lluch, 1999).

Más tarde, la autora construyó una escala específica para evaluar la SMP que se corresponde con el Modelo Multifactorial. Constituido por los seis factores que se evalúan en el Cuestionario de Salud Mental Positiva (CSMP). Disponer de dicho cuestionario permite utilizarlo como instrumento de screening para la valoración del nivel de SMP en población general y como instrumento para evaluar la eficacia de programas de promoción de la salud mental⁶.

Acompdog^{SMP+} se ha elaborado con un enfoque basado en el MMSMP (Lluch, 1999). El significado de cada Factor Específico del MMSMP se ha traducido a través de ejercicios que el perro realizará en cada sesión, con el objetivo de promover en el participante conductas y estados emocionales de SMP.

2.2. Terapia Asistida con Animales (TAA)

Para implementar esta nueva visión del modelo de cuidar, encaminada a la promoción y prevención de la salud mental en la población de personas con un Trastorno Mental Severo TMS, se enmarcan nuevas estrategias y programas alternativos y no farmacológicos para desarrollar conductas de SMP. Una de estas intervenciones de reciente incorporación es la conocida como Terapia Asistida con Animales (TAA)⁷.

La TAA, fue definida por la *International Association of Human-Animal Interaction Organizations* (IAHAIO), como intervención dirigida por un profesional cualificado del ámbito de la salud, educativo o de servicios sociales. Se requiere una evaluación y un registro formal de la intervención, considerada un elemento integrante del proceso terapéutico⁸.

2.2.1. Componentes de la TAA

- TIA. Técnico experto en Intervenciones Asistidas con Animales
- PI. Profesional de Intervención: es un profesional de salud con formación en Salud Mental, que participa en la intervención.
- RI. Receptor de la Intervención: es el usuario que recibe la intervención.
- UI. Unidad de Intervención: es el binomio formado por el Animal y el TIA.

2.2.2. Criterios definitorios de TAA aplicados al programa Acompdog^{SMP+}

La TAA se define como una intervención programada, formal y dirigida por un profesional cualificado del ámbito de la salud, educativo o de servicios sociales y un TIA. Los profesionales que llevarán a cabo Acompdog^{SMP+} serán un TIA, dos perros y un enfermero/a de Salud Mental (PI).

En la TAA el animal debe tener el Certificado específicamente para la terapia.

La TAA ha de definir un entorno y contexto dónde se llevará a cabo.

La TAA además exige un diseño previo, una evaluación y un registro formal de la intervención, con unos objetivos predefinidos.

2.3. Nursing Intervention Classification (NIC) “Terapia Asistida con Animales”

En el marco de los lenguajes enfermeros estandarizados, la *Nursing Intervention Clas-sification* (NIC), incluye la intervención enfermera TAA (NIC:4320) y la define como “*la utilización intencionada de animales para conseguir afecto, atención diversión y relaja-ción*”. Acompdog^{SMP+} se ha elaborado bajo este marco teórico contemplando las si-guientes actividades descritas en la NIC²:

- Determinar la aceptación, por parte del paciente, de los animales como agentes terapéuticos.
- Determinar si existe alguna alergia a los animales.
- Enseñar al paciente / familia el objeto de la presencia de animales en un ambiente de cuidados.
- Hacer cumplir el patrón de exploración, entretenimiento y cuidados de los animales en el programa de terapia.
- Cumplir con las normas de los inspectores sanitarios respecto a la presencia de animales en una institución.
- Desarrollar un protocolo que exprese la respuesta adecuada ante un accidente o una lesión como resultado del contacto con los animales.
- Facilitar al paciente el cuidado y contacto con los animales de la terapia.
- Facilitar la observación de los animales de la terapia por parte del paciente.
- Fomentar la expresión de emociones del paciente hacia los animales.
- Disponer ejercicios del paciente con los animales de la terapia.
- Animar al paciente a que juegue con los animales de la terapia.
- Animar al paciente a que participe en la alimentación y el cuidado de los animales de terapia.
- Mantener una higiene adecuada cuando se tenga contacto con el animal de tera-pia (limpieza de manos...).
- Facilitar el recuerdo y compartir experiencias anteriores con animales domésticos y no domésticos.

3. Objetivos de Acompdog^{SMP+}

En Acompdog^{SMP+} se plantean objetivos individuales y grupales que se revisarán de forma conjunta al finalizar cada sesión.

Los objetivos individuales promoverán la capacidad de trabajar los Factores Especí-ficos del MMSMP de Lluch (1999) Satisfacción Personal (F1), Actitud Prosocial (F2), Autocontrol (F3) y Autonomía (F4).

Los objetivos grupales promoverán la capacidad de Resolución de Problemas y Au-toactualización (F5) y el fomento de Habilidades de Relación Interpersonal (F6).

4. Participantes

Los participantes serán personas con un Trastorno Mental Severo vinculados a Servicios de Rehabilitación Comunitaria de Salud Mental que cumplan con la mayoría de edad. No presentarán alergia a los perros. No se incluirá a aquellas personas cuyas creencias culturales y/o religiosas no les permitan realizar la terapia, o aquellas que presenten fobia a los perros. Además, los participantes no deben presentar un diagnóstico de Retraso Mental Leve o Moderado ningún tipo de Demencia que les impida el seguimiento de las sesiones. La participación será voluntaria en todo momento.

Será un criterio de retirada del grupo cualquier indicio, actitud comportamiento agresivo o violento hacia el animal.

5. Procedimiento

Antes del inicio del programa el PI informará al TIA del recurso en el que se encuentra y el perfil de RI con los que va a interactuar. Asimismo, ofrecerá apoyo y/o herramientas, si las precisa, para el manejo y/o comunicación con los RI, en caso que sea necesario.

En su totalidad la TAA debe ser considerada un elemento integrante del proceso terapéutico, en Acompdog^{SMP+} se contempla al perro como elemento facilitador y motivador para la consecución de los objetivos.

5.1. Consideraciones relacionadas con el bienestar del animal

Previo al inicio del programa el TIA, el TIA acompañado por el PI, evaluarán la pertenencia del entorno en el que se realizarán las sesiones. Los espacios y salas serán adecuados tanto para el animal como para el tipo de actividad. Se buscarán espacios alternativos en caso de lluvia o temperaturas extremas cuidando el bienestar de todos.

Se contemplarán espacios de descanso para el animal.

El TIA, previo al inicio del programa, evaluará la inclusión y elección del perro en función del perfil de RI y los objetivos a trabajar.

El TIA asegurará el estado óptimo del animal de terapia, su nivel de cansancio, estrés y su necesidad de beber. Se contemplarán todos los aspectos relacionados con la salud física en general, del animal. Se velará, en todo momento por el confort del animal durante las sesiones.

Los perros de terapia que participarán en las sesiones poseen el Certificado de Aptitud pertinente para llevar a cabo Acompdog^{SMP+}.

Se establecerá un protocolo de actuación en caso de accidente durante la realización de las sesiones.

6. Estructura de las Sesiones

El programa Acompdog^{SMP+} se estructura en diez sesiones con una frecuencia semanal y una duración de una hora. El número máximo de RI por sesión será de ocho personas.

Se contempla como un grupo cerrado desde la primera sesión hasta la décima. Las sesiones seguirán la siguiente estructura transversal:

- Saludo de bienvenida-vínculo con el perro.
- Mediante el contacto directo con el perro se realizarán ejercicios de dinámica individual y grupal.
- Tras la actividad en sí, se ofrecerá un espacio de calma con el perro para la relajación.
- Cierre de la sesión y despedida.

La dinámica de cada sesión se vehicula a través de los “premios” que el RI va obteniendo, tras la realización del ejercicio o actividad. Estos “premios” son un tipo de golosina específica para el perro. Este premio será ofrecido al perro, mediante la realización, previa, de una habilidad perruna que el RI irá aprendiendo a realizar con la ayuda del TIA. Las habilidades perrunas son aquellas acciones, que el perro es capaz de aprender con la ayuda de la persona, como dar la pata, tumbarse al suelo, girar sobre sí mismo, etc.

7. Descripción de las Sesiones

1ª Sesión. Vínculo mediante huesos temáticos: comunicación y contacto

Sesión dirigida a crear vínculo entre el RI, y la UI, basada en la comunicación distendida y relajada y el contacto humano-animal. Se pretende establecer un vínculo del RI con el perro, donde ambos toman contacto, se expresan, se conocen y se relajan.

Para la dinámica, se presentan huesos temáticos (fichas de materiales de colores en forma de hueso) con distintas preguntas acerca de información general como gustos, deseos, lugares favoritos, etc. El PI evalúa la pertinencia de la temática de los huesos.

Los RI descubren los huesos temáticos y el PI plantea las preguntas. Se establece diálogo y comunicación y los RI toman contacto con el perro y comparten con el grupo, sus respuestas. Posteriormente se canjean los huesos por premios que se ofrecen al perro. El TIA ofrece a los RI el aprendizaje para realizar, con el perro, las habilidades perrunas.

2ª Sesión. Refuerzo del vínculo y aprendizaje de habilidades básicas con el perro

Se incide en la relación entre el animal, el TIA, el PI y los RI, para promover el vínculo terapéutico. Mediante la comunicación y el contacto, se crea un ambiente relajado, de calma, agradable y distendido propicio para realizar los ejercicios propuestos.

El RI marca la actividad tomando contacto con el animal y realizando las habilidades con el perro, siguiendo las indicaciones del TIA. El aprendizaje es a nivel gestual y ver-bal. Se refuerza el aprendizaje de la primera sesión, aumentando la Autonomía (F4), en la realización de los ejercicios aprendidos.

El PI prepara tarjetas individualizadas para cada RI con la información relevante de la sesión anterior. Las tarjetas llevan impresas, en la parte trasera, habilidades perrunas, y en la parte delantera, contienen información que se obtuvo de los RI en la primera sesión. Se reparte a cada RI tarjetas y se establece una dinámica de asociar la información de la tarjeta con el RI. Por ejemplo, si en la sesión anterior un RI comentó que su deseo sería viajar a Egipto, en esta segunda sesión el grupo tendrá que recordar a quién le correspondía esa información. Todo ello se realiza a través del diálogo. El perro irá entregando cada tarjeta a su propietario.

El RI pone en práctica aquellas habilidades perrunas que indica su tarjeta con la ayuda del TIA que le muestra y le ofrece herramientas, para que adquiera mayor habilidad, destreza y Autonomía (F4).

3ª Sesión. Creación grupal de un circuito de habilidades

Aprovechando el material de la sala (sillas, colchonetas, etc.), el grupo construye un circuito de obstáculos y habilidades. Una vez está diseñado, el PI intercala en él preguntas de temáticas predeterminadas acerca de situaciones de la vida diaria, para que los RI las puedan responder a medida que realizan por turnos el circuito. El RI debe intercalar durante el circuito, consignas propuestas por PI y el TIA para valorar la adquisición de habilidades.

En función de los RI se evalúa la pertinencia de la temática de las tarjetas, en relación a temas relacionados con habilidades sociales y de comunicación.

4ª Sesión. “Ponte en mis zapatos”

El PI escribe en papeles, distintas situaciones de la vida diaria de temática social, familiar o laboral, evaluadas como pertinentes para el grupo.

El PI reparte una hoja a cada RI pidiendo que hagan con ella una bola de papel para que luego todos al mismo tiempo la lancen. A continuación, cada RI coge una tarjeta de rol y el perro les acerca una de las bolas de papel. El RI debe resolver la situación indicada en el papel realizando el rol que les haya tocado ser (madre, padre, abuelo, etc.). El RI debe solicitar ayuda de quién elija para representar la situación (en cada situación a representar siempre aparece el perro como mascota y como elemento de participación dentro del rol).

Una vez realizado el rol asignado, se obtienen premios para realizar las habilidades perrunas.

5ª Sesión. “Veo-Veo, Siento-Siento”

Se reparte a cada RI una tarjeta-situación, que corresponde a una emoción. El PI inicia la dinámica realizando preguntas acerca de esa emoción: se le pide a uno de los RI si identifica esa emoción como de alta o baja intensidad, en qué situación la siente, como responde su cuerpo ante ella, etc. Los demás RI intentan averiguar de qué emoción se trata. Una vez identificadas las emociones se asocian a las señales de calma que emiten los perros cuando las sienten.

Los RI ganan premios para los perros, si identifican recursos para afrontar dichas emociones.

6ª Sesión. “Frío-Frío, Caliente-Caliente”

Se explica al RI el funcionamiento del clicker (herramienta para trabajar conductas de forma positiva). Se pretende que el RI entienda cómo el animal lo percibe como una herramienta educativa. Se explica cómo funciona el adiestramiento en positivo y se les invita a ponerse en la situación del perro por un momento.

La dinámica implica que un RI abandona el grupo mientras los otros deciden qué actividad deberá realizar. Cuando lo han decidido, el RI entra de nuevo a la sala y siguiendo las consignas no verbales de sus compañeros (únicamente picando de manos cuando se encamine hacia la opción correcta) debe realizar la actividad previamente establecida.

Finalmente, se pregunta a los RI cómo se han sentido y cómo han gestionado las emociones que han percibido.

7ª Sesión. La Higiene Perruna

La dinámica será atender la higiene del perro.

Cada RI, a través de tarjetas elaboradas, y con la ayuda del TIA y del PI comparte e identifica algún aspecto relacionado con la autonomía e higiene del animal. El RI ganará dos elementos necesarios para poder realizar la higiene del perro: un cepillo y otro elemento (toallitas, cepillo de dientes, talco, lima de uñas, pasta de dientes, colonia). Se identifican los cuidados que se pueden dispensar al animal, en relación al autocuidado, y los beneficios que reportan, así como, la importancia de ello en la satisfacción personal.

Una vez compartido y analizado, el RI le pide al perro que le traiga un elemento de su higiene canina, para que le ofrezca el cuidado.

8ª Sesión. Gincana Peluda

Actividad de dinámica grupal que consiste en realizar diferentes pruebas de motricidad y actividad física, previamente preparadas por cada RI con la ayuda del PI y del TIA. Las

pruebas a realizar implican la participación del perro en ellas. Durante la actividad, la interacción será constante entre todos los miembros del grupo y el perro de terapia. TIA y PI, reconducen la dinámica.

Al finalizar la gincama se entregarán premios a los perros por su participación y los grupos de RI tomarán un refrigerio como obsequio de llegada a la meta.

9ª Sesión. Los Bolos Sociales

En grupos de tres personas se monta una partida de bolos. Cada bolo lleva pegado un mensaje correspondiente a una habilidad social positiva para fomentar la relación con el entorno. Al RI se le concede un tiempo para que, en grupo, identifique los mensajes de cada bolo, antes de empezar la partida.

De forma paralela, en las pelotas, se escriben mensajes que entorpecen las habilidades de relación social con el entorno.

Una vez escritos los mensajes en los bolos y en las pelotas, se monta la pista de juego.

El grupo 1 reparte a cada compañero del siguiente grupo, una pelota con su mensaje. El grupo 1 da la orden y se lanzan las pelotas a la bolera. El perro coge una pelota lanzada y la entrega al grupo 2 para montar la segunda bolera.

La secuencia se repite hasta comentar todas las habilidades sociales positivas que fomentan la relación interpersonal y las que las entorpecen.

10ª Sesión. Finalización “Huella Peluda”

Devolución del vínculo emocional a través de un elemento en forma de presente, importante para el RI.

Se pone de manifiesto el grado de satisfacción con el programa realizado. Se realiza un cuestionario de satisfacción al participante para evaluar su percepción personal del programa. Interrelación Modelo Multifactorial de SMP y Acompdog^{SMP+}.

En la tabla 2 se muestra la interrelación entre los seis factores específicos del Modelo Multifactorial de Salud Mental Positiva (Lluch, 1999) y el Programa Acompdog^{SMP+}, en relación a las actividades realizadas y a las sesiones en las que se desarrollan.

Factor SMP Relacionado	Actividad de Acompdog ^{SMP+} que fomenta cada factor	Sesión en que se aplica
F1 Satisfacción Personal	Comunicación, contacto con el grupo y con el perro.* Creación del vínculo con el perro mediante el contacto.* Interacción personal dentro del grupo.* Ejercicio de expresar su opinión acerca del programa y las sesiones.* Recibir un presente (recuerdo) tras la consecución de todas las sesiones como RI.**	*En todas las sesiones. ** En la última sesión.
F2 Actitud Prosocial	Creación del vínculo y de un clima relajado y distendido.* Aceptación de hechos sociales propios y de los demás RI a través de los ejercicios de comunicación y diálogo.* Puesta en práctica de habilidades sociales básicas de la comunicación, la escucha, y el contacto visual.* Con ejercicios de Role Playing promueve la sensibilidad del RI hacia su entorno social, fomentar el deseo de colaborar con los demás y aceptarlos.** A través de la elaboración y ejecución de una gimcana puesta en práctica de habilidades sociales básicas en la comunicación y el contacto con el animal y resto del grupo.***	*En todas las sesiones. ** En la sesión 4. *** En sesión 8 y 9.
F3 Autocontrol	Creación del vínculo con el perro.* Puesta en práctica con el perro de habilidades para la consecución de las habilidades perrunas.* Capacidad del RI para no intervenir mientras el perro realiza una acción.* Conectar y aceptar distintas emociones.* Capacidad de autorregular la propia conducta y mantener una seguridad personal durante la dinámica.*	*En todas las sesiones.
F4 Autonomía	Fomento de la capacidad para elegir y decidir la intervención que se va a realizar en respuesta al ejercicio solicitado.* Primera puesta en práctica de los ejercicios para la consecución de las habilidades perrunas.** Buscar alternativas de gestión.** Conectar, aceptar y reconocer de distintas emociones.*** Capacidad de autorregular la propia conducta y mantener una seguridad personal al conectar con la emoción.*** Reconocer los avances conseguidos.**	*En sesión 1,2 y 3. ** En todas las sesiones. ***En sesión 4.
F5 Resolución de Problemas y Autoactualización	Realización de consecución de las habilidades perrunas.* Las actividades grupales del circuito/ gimcana implican una adaptación al grupo, capacidad de tolerar diversidad de opiniones, tolerar la frustración si el ejercicio no sale bien.**	*En todas las sesiones. **En sesión 3, 8 y 9.
F6 Habilidades de Relación Interpersonal	Comunicación.* Realización de la dinámica grupal.* Interacción a través de los ejercicios con el perro y RI.* Gestionar la configuración de la representación de la situación social mediante el Role Playing.** Para realizar actividades grupales como el circuito y la dinámica de la sesión se fomentan las habilidades de relación imprescindibles para avanzar en el circuito, comunicar, expresar, compartir. ***	*En todas las sesiones. **En sesión 4. *** En sesión 3, 6, 8 y 9.

Tabla 2. Relación entre los Factores Específicos del Modelo Multifactorial de la Salud Mental Positiva (Lluch,1999), la actividad que los fomenta y las sesiones donde se aplica.

8. Evaluación del Programa

El participante, firmará el consentimiento informado y de participación. En el primer encuentro, se informará de la estructura del programa. Antes de iniciar la intervención, se pasarán los instrumentos de recogida pretest, necesarios para obtener las variables definidas. En primer lugar, el instrumento utilizado para la recogida de la variable dependiente, es decir, las referidas a la Salud Mental Positiva, será el Cuestionario de Salud Mental Positiva (CSMP), de Lluich (1999).

Es un instrumento que pretende evaluar la salud mental, desde una perspectiva positiva. Fue construido a partir del Modelo Multifactorial de SMP planteado por Lluich¹⁰ y consta de 39 ítems, distribuidos, de forma desigual, entre los 6 factores de SMP que se postulan en el modelo. Los ítems están formulados como afirmaciones (positivas y negativas) ofreciendo cuatro alternativas de respuesta (siempre; con bastante frecuencia; algunas veces; nunca). Para su análisis, los ítems negativos han de ser invertidos. Se puede obtener una puntuación global del CSMP y puntuaciones de cada uno de los 6 factores. En general, los valores bajos se asocian con una baja SMP y los valores altos, indican una elevada SMP.

En la última sesión de la intervención, se recogerá la fase postest compuesta por el CSMP de Lluich (1999).

Con el objetivo de determinar el grado de satisfacción de la intervención, se cumplimentará un cuestionario ad hoc autoadministrado.

9. Referencias Bibliográficas

1. Lluich MT, Sequeira C, J R. La salud mental positiva desde una perspectiva multifactorial. In En V. Fragoso y M. Sotto Mayor (Coords.), Gerontología e transdisciplinariedad I (pp. 114-129). São Paulo (Brasil): Portal Edições Envelhecimento; 2017.
2. Ristol F, Domenech E. Terapia Asistida con Animales. Método CTAC. Técnicas y Ejercicios para Intervenciones Asistidas con Perros. Segunda ed. Grupo CTAC, editor. 2015.
3. McCloskey J, Bulechek G. Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC). 4ª ed. S.A. Elsevier España, editor. 2005. 1120 p.
4. Lluich T. Evaluación empírica de un modelo conceptual de salud mental positiva. Salud Ment. 2002; 25(4):42–55.
5. Lluich MT. Concepto de Salud Mental Positiva: Factores Relacionados. En: Fornés-Vives J, Gómez-Salgado J, eds. Recursos y programas para la salud mental: enfermería psicosocial II. Madrid: Funden. 2008; 37–69.
6. Lluich MT. Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva [tesis doctoral]. Universidad de Barcelona. 1999.
7. Balaguer J, Lluich MT, Puig M, Moreno MC. La Terapia Asistida con Animales. Un análisis de concepto. Cultura de los cuidados. 2021; 25(60): 320-334. Disponible en: <https://culturacuidados.ua.es/article/view/2021-n60-La-Terapia-Asistida-con-Ani-males-Un-an%C3%A1lisis-de-concepto>.
8. International Association of Human-Animal Interaction Organizations (2014). *The IAHAIO definitions for animal assisted intervention and animal assisted activity and guidelines for wellness of animals involved*. Recuperado de: [http://www.iahaio.org/new/fileuploads/4163IAHAIO white paper- final - nov 24-2014.pdf](http://www.iahaio.org/new/fileuploads/4163IAHAIO%20white%20paper-final-nov-24-2014.pdf).

10. Anexos

Anexo 1. Significado de los Factores Específicos del Modelo Multifactorial de la Salud Mental Positiva

F1. Satisfacción Personal Satisfacción con uno mismo con la vida personal que uno tiene y con las perspectivas de futuro	F2. Actitud Prosocial Sensibilidad de la persona hacia su entorno social, la actitud y el deseo de ayudar-apoyar a los demás. Aceptación de los demás y de los hechos sociales diferenciales	F3. Autocontrol Capacidad para el afrontamiento del estrés y de situaciones conflictivas, el equilibrio emocional, y la tolerancia a la frustración, a la ansiedad y al estrés
F4. Autonomía Capacidad para tomar sus propias decisiones aplicando criterios propios, autorregulando la propia conducta y manteniendo un buen nivel de seguridad personal	F5. Resolución de Problemas Capacidad para tomar decisiones e ir resolviendo los problemas que la vida. Capacidad para adaptarse a los cambios, desarrollando una actitud flexible y de crecimiento personal continuo	F6. Habilidades de Relación Interpersonal Capacidad para comunicarse y establecer relaciones interpersonales armoniosas con su entorno y la habilidad para comunicar sentimientos, dar y recibir afecto

Anexo 2. Cuestionario de Salud Mental Positiva, (Lluch, 1999)

	SIEMPRE O CASI SIEMPRE	CON BASTANTE FRECUENCIA	ALGUNAS VECES	NUNCA O CASI NUNCA
1. A mi, me resulta especialmente difícil aceptar a los otros cuando tienen actitudes distintas a las mías.	4	3	2	1
2. Los problemas me bloquean fácilmente.	4	3	2	1
3. A mi, me resulta especialmente difícil escuchar a las personas que me cuentan sus problemas.	4	3	2	1
4. me gusto como soy.	4	3	2	1
5. soy capaz de controlarme cuando experimento emociones negativas.	4	3	2	1
6. me siento a punto de explotar.	4	3	2	1
7. Para mi, la vida es aburrida y monótona.	4	3	2	1
8. A mi, me resulta especialmente difícil dar apoyo emocional.	4	3	2	1
9. tengo dificultades para establecer relaciones interpersonales profundas y satisfactorias con algunas personas.	4	3	2	1
10. me preocupa mucho lo que los demás piensan de mi.	4	3	2	1
11. Creo que tengo mucha capacidad para ponerme en el lugar de los demás y comprender sus respuestas.	4	3	2	1
12. veo mi futuro con pesimismo.	4	3	2	1
13. Las opiniones de los demás me influyen mucho a la hora de tomar mis decisiones.	4	3	2	1

	SIEMPRE O CASI SIEMPRE	CON BASTANTE FRECUENCIA	ALGUNAS VECES	NUNCA O CASI NUNCA
14. me considero una persona menos importante que el resto de personas que me rodean.	4	3	2	1
15. soy capaz de tomar decisiones por mi misma/o.	4	3	2	1
16. intento sacar los aspectos positivos de las cosas malas que me suceden.	4	3	2	1
17. intento mejorar como persona.	4	3	2	1
18. me considero "un/a buen/a psicólogo/a".	4	3	2	1
19. me preocupa que la gente me critique.	4	3	2	1
20. creo que soy una persona sociable.	4	3	2	1
21. soy capaz de controlarme cuando tengo pensamientos negativos.	4	3	2	1
22. soy capaz de mantener un buen nivel de autocontrol en las situaciones conflictivas de mi vida.	4	3	2	1
23. pienso que soy una persona digna de confianza.	4	3	2	1
24. A mi, me resulta especialmente difícil entender los sentimientos de los demás.	4	3	2	1
25. pienso en las necesidades de los demás.	4	3	2	1
26. Si estoy viviendo presiones exteriores desfavorables soy capaz de continuar manteniendo mi equilibrio personal.	4	3	2	1
27. Cuando hay cambios en mi entorno intento adaptarme.	4	3	2	1
28. Delante de un problema soy capaz de solicitar información.	4	3	2	1

	SIEMPRE O CASI SIEMPRE	CON BASTANTE FRECUENCIA	ALGUNAS VECES	NUNCA O CASI NUNCA
29. Los cambios que ocurren en mi rutina habitual me estimulan.	4	3	2	1
30. tengo dificultades para relacionarme abiertamente con mis profesores/jefes.	4	3	2	1
31. creo que soy un/a inútil y no sirvo para nada.	4	3	2	1
32. trato de desarrollar y potenciar mis buenas aptitudes.	4	3	2	1
33. me resulta difícil tener opiniones personales.	4	3	2	1
34. Cuando tengo que tomar decisiones importantes me siento muy insegura/o.	4	3	2	1
35. soy capaz de decir no cuando quiero decir no.	4	3	2	1
36. Cuando se me plantea un problema intento buscar posibles soluciones.	4	3	2	1
37. me gusta ayudar a los demás.	4	3	2	1
38. me siento insatisfecha/o conmigo misma/o.	4	3	2	1
39. me siento insatisfecha/o de mi aspecto físico.	4	3	2	1



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Facultat d'Infermeria



Centre de Teràpies Assistides
amb Cans, Barcelona.