



En portada Comportamiento

La ciencia del comportamiento animal es una de las disciplinas veterinarias más solicitadas en la actualidad. El especial de este mes trata sobre uno de los problemas más frecuentes: la ansiedad, tanto felina como canina. Un tercer artículo nos da la pauta para evaluar correctamente a un paciente canino en una consulta estándar.

Cómo reconocer y tratar la ansiedad en el gato

Son muchos los factores que pueden provocar ansiedad en el gato, algunos bastante evidentes otros, menos. Lo más importante para resolver el problema consiste en determinar exactamente qué estímulos lo causaron y aplicar una terapia adecuada.

Vanessa Carballés Pérez
Gattos Centro Clínico Felino
gattos@gattos.net
www.gattos.net
Imágenes cedidas por la autora

La aparición de un cuadro de ansiedad en un gato depende tanto de la naturaleza del estímulo que lo causa como de la predisposición de cada animal a experimentar ansiedad. Es muy importante conocer todos los acontecimientos sufridos en la vida del gato, ya que las experiencias previas pueden condicionar su respuesta a los cambios.

La relación del gato con su entorno, con las personas u otros animales con los que convive, así como su comportamiento frente a los cambios, nos pueden dar una idea del carácter del animal y ayudarnos a identificar qué factores provocan ansiedad en ese gato.

Los factores ambientales más importantes que pueden provocar ansiedad en un gato son de dos tipos: los relacionados con el entorno físico y los relacionados con el social.

Entorno físico

Los factores que apuntamos a continuación son algunos de los más relevantes.

- Ausencia de lugares que permitan un uso tridimensional del espacio: plataformas elevadas, rascadores altos, escaleras o estanterías que les permitan llegar a sitios altos, ventanas a las que puedan subirse, etc. (*figura 1*).
- Ausencia de lugares que permitan que el gato pueda aislarse y evitar el contacto con personas y otros animales.
- Caja de arena inadecuada: el primer signo de que al gato no le gusta la caja de arena es la defecación o micción fuera de ella, generalmente justo al lado. El gato



Figura 1. Gato de interior realizando marcaje con uñas en un rascador.

acude a la caja de arena, pero existe algún factor desagradable en ella que hace que decida defecar u orinar justo al lado. Estos factores pueden ser: el tipo de caja, el tipo de arena, su grado de limpieza, la situación, número de cajas de arena, episodios de estrés sufridos en su interior (ruidos, otros animales, etc.).

- Disposición inadecuada o número insuficiente de recipientes de agua y de comida: cuando conviven varios gatos en la misma casa, debemos proporcionar un comedero y un bebedero a cada gato para evitar conflictos entre ellos.

- Cambios en el entorno físico.

Entorno social

Éstos son algunos de los factores más importantes:

- Existencia de conflictos entre animales que conviven juntos o agresividad hacia personas.
- Manejo inadecuado de los propietarios: utilización de castigos físicos, exceso de manipulación, etc.
- Llegada de una nueva persona a la casa, un bebé, niños, otros animales, etc. [1,2,3,4].

Por supuesto, esto no significa que todos los gatos sientan ansiedad ante todas ▶

Características de la caja de arena

Tipo de arena:

- Les gusta la aglomerante, porque es cómoda y limpia.
- No les gusta la arena perfumada ni la de sílice.

Caja de arena: debe ser amplia, lo suficiente como para que un gato pueda dar la vuelta dentro de ella, y sin bordes. En general prefieren las cajas descubiertas, pero las cubiertas también pueden ser bien toleradas si se les quita la puerta.

Situación: un sitio tranquilo y accesible. No les gustan los ruidos (junto a una lavadora, lavavajillas...), ni los ambientes impredecibles (por ejemplo, frente a una puerta que puede abrirse en cualquier momento).

Número de cajas de arena: siempre se ha dicho que el número de cajas de arena en una casa debe ser el número de gatos más una, pero se puede tener un menor número de cajas siempre que sean amplias y se mantengan siempre limpias. Si alguna de las cajas no es utilizada por ninguno de los gatos, se puede suprimir, pero si todas las cajas se utilizan, deben mantenerse.

Episodios de estrés asociados a la caja: si el gato sufre de estreñimiento o cistitis, puede que asocie el dolor a la caja de arena y que por eso empiece a defecar u orinar fuera de ella.

Además, si cuando está en la caja de arena oye un ruido que le asusta u otro animal le acosa o le molesta, puede comenzar a defecar u orinar fuera de ella por miedo (se siente inseguro en el interior).

Caja de arena cubierta sin puerta.



Cambios en el entorno físico

- Mudanza a una nueva casa, viajes (aunque siempre sea al mismo lugar), visitas al veterinario, pintar, cambio de mobiliario (nuevos muebles o reubicación de los muebles en otro lugar).
- Cambios o reubicación de recursos importantes para el gato: comida, agua, bandeja de arena, zona de descanso, etc. En general, cualquier cambio en su entorno puede estresarlo.
- Entorno monótono: un entorno monótono puede acabar siendo estresante para un gato. Son curiosos e inquietos por naturaleza y necesitan sorprenderse con nuevos escondrijos, nuevos juguetes o nuevas experiencias para ser felices.



Figura 2. Gato bajo los efectos del catnip.

► estas situaciones pero sí muchos de ellos y mientras algunos aprenden a adaptarse a los cambios, otros simplemente no pueden.

Signos de ansiedad en el gato

La ansiedad se manifiesta de forma muy distinta en cada gato aunque sea por la misma causa.

Cambios en el comportamiento

Podemos destacar tres:
1 Síntomas productivos de estrés: conductas que aumentan en frecuencia o intensidad, o que se presentan provocadas por el cuadro de ansiedad.

- Agresividad o aumento del estado de alerta: el gato es más irritable y reactivo ante los estímulos ambientales.
- Marcaje con orina o con heces.
- Aumento del acicalamiento o *grooming* que provoca alopecias y heridas en la piel. En algunos casos es tan frecuente que puede convertirse en una esterotipia o trastorno obsesivo-compulsivo. Es importante señalar que para diagnosticar una alopecia psicógena primero habrá que descartar todas las causas posibles de prurito o alteraciones dermatológicas en el gato.

- Síndrome de hiperestesia felino: contracciones espasmódicas de la musculatura dorsal del tronco (*rolling skin*), aumento de la vocalización y conductas de automutilación del pelo o la piel (es frecuente que se persigan el rabo y se lo muerdan). Es importante descartar primero causas que provoquen dolor (por ejemplo artrosis) o prurito en la zona para poder asegurar que es un signo de estrés.

2 Síntomas deficitarios de estrés: disminución de la frecuencia o intensidad como resultado del cuadro de ansiedad. Esta depresión de una o más facetas del comportamiento puede ser el resultado de una conducta pasiva frente a un entorno percibido como amenazador o debido a una reducción gradual del interés por un ambiente pobre en estímulos.

- Disminución de la conducta exploratoria: el gato prácticamente no se mueve ni explora su entorno.
- Disminución de la conducta de juego: no presenta interés por el juego ni iniciativa para jugar.

- Disminución de las ganas de comer o anorexia: puede ser indicativo de ansiedad, depresión o cualquier patología orgánica, por lo tanto, es muy importante que el gato sea examinado por un veterinario con la mayor brevedad posible, debido al riesgo de deshidratación y de sufrir un cuadro de lipodosis hepática.

- Aumento de los periodos de descanso y aislamiento en zonas donde no pueda ser molestado.

3 Cambios posturales de estrés: andar agazapado, cola enganchada al cuerpo, cabeza muy por debajo de la altura de la cruz y pupilas dilatadas.

Aparición de patologías orgánicas

La existencia de un estado de estrés crónico se asocia a una mayor tendencia a padecer numerosos procesos patológicos y, a su vez, cuando un gato tiene una patología orgánica que implica dolor, ésta constituye en sí misma un elemento de estrés. La cistitis idiopática en el gato es un buen ejemplo de causa y consecuencia de un estado de estrés, ya que éste provoca una exacerbación de los signos clínicos e incluso un aumento de los episodios de cistitis [1,2,3,4].

Cuadros de ansiedad en el gato

Son muchos los cuadros de ansiedad que puede sufrir un gato, a continuación se nombran los más frecuentes.

- **Fobias:** miedo o sensación de desagrado ante la presencia de un estímulo. El miedo normalmente se considera un comportamiento normal o esperado en el felino al ser un animal huidizo, pero se convierte en una enfermedad cuando no se habitúa a los estímulos desencadenantes que se presentan regularmente en su entorno. Ejemplos: ruidos, personas, otros animales, situaciones concretas (veterinario, viajes...), etc.

- **Ansiedad generalizada:** estado de temor y de estrés casi permanente, sin que se pueda determinar una causa desencadenante concreta.

- **Ansiedad ligada al territorio:** si se eliminan las marcas territoriales (marcaje facial y con uñas) del gato, por ejemplo en una mudanza, cambio de ubicación o limpieza profunda del mobiliario, el gato puede sufrir ansiedad y aumentará el marcaje con uñas, con orina o facial.

- **Ansiedad interespecífica por pérdida de rituales:** se produce cuando un gato deja de mantener sus rituales sociales, que tenían una función tranquilizadora, con las personas con las que convive, por ejemplo, cuando éstas ya no están o cambian.

La ansiedad interespecífica por pérdida de rituales se produce cuando un gato deja de mantener sus rituales sociales, que tenían una función tranquilizadora, con las personas con las que convive.

- **Ansiedad intraespecífica entre gatos que conviven juntos** o al introducir un gato nuevo en casa.

- **Ansiedad en lugares cerrados** (apartamentos): especialmente ocurre en gatos que viven en ambientes poco estimulantes y de pequeñas dimensiones y cuando no se les permite desarrollar comportamientos de caza o exploración. Es muy frecuente que desarrollen comportamientos predadores dirigidos hacia sus propietarios (morder tobillos, manos, etc.).

- **Ansiedad ligada a una enfermedad orgánica:** la propia enfermedad provoca un cuadro de ansiedad.

- Ataques de pánico [1].

Manejo de los cuadros de ansiedad en el gato

Se puede tratar aplicando diferentes técnicas.

Técnicas de modificación de la conducta y manipulación del entorno

- Identificar y corregir qué está causando el cuadro de ansiedad: habrá que realizar una historia clínica detallada para poder identificar la causa principal de estrés ambiental y eliminar o reducir su impacto.
- **Enriquecimiento ambiental:** consiste en proporcionar al gato un ambiente rico en estímulos, que permita la expresión de las pautas de conducta propias de la especie. Se debe realizar en cualquier cuadro de ansiedad, identifiquemos la causa o no.
 - Proporcionar un espacio físico tridimensional: a los gatos les gusta descansar y moverse por zonas elevadas dentro de su territorio. Por lo tanto, debemos proporcionarles escaleras, plataformas, rascadores altos, estanterías altas por las que pueda trepar.
 - Promover la conducta de búsqueda del alimento: una parte del alimento, preferiblemente comida húmeda, ya que tiene más olor, se puede esconder en ►



Figuras 3 y 4. Diferentes modalidades de juegos para gatos.

Fármacos más utilizados para el tratamiento de ansiedad en gatos

Clase de fármaco	Principio activo	Uso terapéutico	Dosis	Efectos secundarios	Inicio de la acción
Benzodiacepinas	Alprazolam	- Ataques de pánico, fobias - Tratamiento de episodios puntuales de ansiedad o miedo	0,1 mg/kg oral cada 12 horas	Sedación	Rápido
Antidrepresivos tricíclicos	Clomipramina	Cuadros de ansiedad crónicos, trastornos obsesivo-compulsivos	1ª semana: 0,25 mg/kg oral cada 24 horas, luego 0,5 mg/kg oral cada 24 horas	Retención urinaria, estreñimiento, sedación, sequedad bucal	4 semanas
	Amitriptilina	Cuadros de ansiedad crónicos, trastornos obsesivo-compulsivos	0,5 mg-2 mg/kg oral cada 12-24 horas	Retención urinaria, estreñimiento, sedación, sequedad bucal	4 semanas
Inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina	Fluoxetina	Cuadros de ansiedad crónicos, trastornos obsesivo-compulsivos	0,5-1 mg/kg oral cada 24 horas (dosis máxima 2 mg/kg al día)	Disminución del apetito, vómitos, inquietud	De 4 a 6 semanas
	Paroxetina	Antidepresivo, ataques de pánico, trastornos obsesivo-compulsivos	0,25-0,5 mg/kg oral cada 24 horas	Náuseas	De 4 a 6 semanas
	Sertralina	Trastornos obsesivo-compulsivos	0,5-3 mg/kg oral cada 24 horas	Náuseas	De 4 a 6 semanas

► determinados lugares de la casa para estimular la conducta de rastreo (mediante dispensadores de comida tipo Kong). Estos lugares deben ir variándose. Otra opción para que ellos tengan el control de su comida y puedan desarrollar su instinto de caza es utilizar una caja de cartón con agujeros como comedero, en la que se puede ir racionando la comida si el gato presenta sobrepeso o poner la ración diaria. Si conviven varios gatos en la misma casa, lo más recomendable es que haya una caja por gato. (Se puede ver el vídeo de la caja comedero en: www.gattos.net/videos_clinica_veterinaria.html).

- Colocar agua fresca en más de una zona de la casa, en recipientes anchos, y si le gusta beber de grifos, proporcionarle una fuente para gatos.

- Poner uno o dos rascadores cerca de la zona más frecuentada por el gato, sobre todo cerca de la zona de descanso.

- Poner una caja de arena amplia y de fácil acceso y lejos de la comida y el agua.

La aplicación de un programa de enriquecimiento ambiental y la aplicación de feromonas sintéticas ofrece un resultado muy satisfactorio en la mayoría de los casos.

- Utilizar arena aglomerante o normal no aromatizada.

- Mantener de forma estricta una rutina diaria de limpieza de la arena, eliminando pisces y heces.

- Proporcionar nuevos juguetes y estimular de forma activa la conducta de juego. Lo ideal es ir renovando los juguetes, ya que si se le proporcionan un montón un mismo día y se dejan por la casa, acabará cansándose de ellos. Utilizar *catnip* (*Nepeta cataria*), hierba que estimula el juego en el gato y hace los juguetes más atractivos (figuras 2, 3 y 4).

• Evitar una manipulación excesiva: dejar que sea el propio animal quien decida el grado de contacto que desea tener con sus propietarios. Hay gatos a los que les encantan las caricias y otros que no toleran el contacto. En general, el periodo de socialización de los gatos con las personas va de la segunda semana de vida a la octava, si durante ese periodo el gato no ha tenido contacto con personas o no ha sido manipulado por ellas, es difícil que posteriormente tolere el contacto [1,5,6,7,8].

Aplicación de feromonas sintéticas en el entorno

Se utiliza la feromona sintética felina F3 para la prevención y el tratamiento del estrés felino en general. Existen dos formatos, en *spray* y en difusor. El *spray* debe aplicarse como un ambientador en todas las habitaciones de la casa dos veces al día o según necesidad. El difusor se debe enchufar en la habitación más amplia de la casa y sustituir el recambio cuando se termine el producto. El problema del difusor es que no hace efecto en toda la casa y en algunos casos puede no ser suficiente. Es muy práctico si se va a dejar al gato sólo unos días o para prevenir la aparición de cuadros de estrés [1,2,3,4].

Fármacos ansiolíticos

La aplicación de un programa de enriquecimiento ambiental y la aplicación de feromonas sintéticas ofrece un resultado muy satisfactorio en la mayoría de los casos, por lo que debe limitarse la utilización de fármacos ansiolíticos a los casos refractarios a todas las medidas explicadas anteriormente. Además, la adminis-

tración de fármacos por vía oral durante periodos prolongados de tiempo es complicada en el gato, y más en pacientes estresados; de hecho, la mera acción de dar una pastilla a un gato puede provocar aún más estrés en algunos casos y empeorar el cuadro clínico.

Existen numerosos fármacos en el mercado para tratar los cuadros de ansiedad en los gatos (ver *tabla*) [1,2,9,10].

La duración del tratamiento farmacológico es variable:

• De 0 a 3 semanas: acción poco reguladora con riesgo de recidiva inmediata si se detiene el tratamiento, sobre todo si no se ha realizado una terapia comportamental.

• De 3 semanas a 3 o 6 meses: acción reguladora, con estabilización de los efectos;

es posible que se produzca una recaída a los días o semanas tras la eliminación del tratamiento.

• Más de 6 meses: acción profunda sobre los genes y sobre la estructura de las redes nerviosas de los patrones cognitivos. No obstante, son posibles las recaídas si el trastorno de ansiedad es de carácter crónico.

En general, se recomienda seguir con la terapia farmacológica de 1 a 3 meses tras la mejoría clínica y la estabilización de dicha mejoría para comenzar a retirar el fármaco paulatinamente [1]. □

Bibliografía disponible en www.argos.grupoasis.com/bibliografias/ansiedadgatos122.doc



Hyal Oral®

La forma más avanzada de combatir la degeneración articular



Regeneración del cartilago hialino



Lubricación articular



Acción antiinflamatoria

» Ácido Hialurónico

» Colágeno Hidrolizado enzimáticamente de alta pureza (Colatech®)

» Gamma Orizanol

» Glucosamina Sulfato cristalizada

» Condrotin Sulfato



60 comprimidos

HYALORAL
Cachorros y Gatos



90 y 180 comprimidos

HYALORAL
Razas Pequeñas y Medianas (hasta 20 kg)



120 y 240 comprimidos

HYALORAL
Razas Grandes y Gigantes (a partir de 20 kg)

» HYALORAL

mejor relación coste/tratamiento/respuesta.

VENTA EN CLÍNICAS VETERINARIAS

Farmadiet S.L., es una empresa del grupo:



Pl. Europa 13-15
08908 Hospitalet del Llobregat (Barcelona)
Tel. 93 409 90 40 - Fax 93 491 46 73
info@fdg-farmadiet.com
www.fdg-farmadiet.com/farmadiet



Empresa certificada según la norma ISO 9001:13485 por el Grupo TÜV Rheinland.



Conformidad en la aplicación de las cGMP (Current Good Manufacturing Practice)