

## **Aliviando ansiedad por separación**

Por **Nicole Wilde**, CPDT (Entrenadora certificada por el Consejo Profesional de Entrenadores de perros en EU)

La ansiedad por separación puede ser un problema emocional muy complicado tanto para los perros como para sus amos. Cuando los dueños están ausentes, algunos perros experimentan ansiedad que puede manifestarse con ladridos, quejidos, nerviosismo ó incluso llegar a la destrucción. Algunos otros comienzan a temblar, salivar excesivamente e incluso defecarse. En casos extremos los perros pueden lastimarse ellos mismos rasguñando puertas, querer brincar por ventanas ó inclusive se llegan a mutilar en sus corrales ó jaulas.

En casos moderados, la Thundershirt por si sola puede ser suficiente para calmar la ansiedad canina. Pon la Thundershirt en tu perro unos 10 ó 15 minutos antes de irte y dale algún juguete para que lo mastique. Para que tu perro no asocie únicamente la Thundershirt con el hecho que lo dejes solo, asegúrate de ponerle su Thundershirt para otras ocasiones ó actividades como cuando juega, come ó cuando disfruta de algún premio en tu presencia.

¿Qué pasa si Thundershirt por si sola no resuelve los problemas de separación en tu perro? Primero, en caso de que la ansiedad llegue a ser extrema como se menciona anteriormente, consulta un experto en comportamiento como puede ser tu veterinario para saber si requiere algún medicamento en conjunto para modificar su comportamiento. Para casos moderados de ansiedad por separación, algún entrenador especializado puede ayudar, por lo pronto, te facilitamos estos tips:

1. Si tu perro se queda solo la mayoría de la semana, hazle el hábito de darle un paseo largo antes que te vayas de casa. Entre más cansado esté, tiene menos probabilidad de volverse un perro ansioso.
2. Déjale algún artículo que lleve tu olor ó esencia en él, como puede ser alguna playera que hayas estado usando ó una toalla (frotada en ti) en el lugar que acostumbre echarse.
3. Asegúrate de que tu perro tenga algo que masticar ó que lo enganche para que lo tenga entretenido de 30 á 45 minutos después que te has ido. Jugando con alguna pelota que le guste lo puede tener enfocado y para cuando acabe con suerte tomará una larga siesta.
4. Trata de practicar separaciones cortas. Deja la casa por unos 10 minutos, después regresa. A la siguiente, vete por 15 minutos. Establece el tiempo meta que quieres alcanzar y ve realizando estos ejercicios pero hazlo impredecible para él/ella. De esta manera, te irás por 10 minutos, luego por 15, luego 5 y luego 15 de nuevo; poco a poco haciendo más grande el tiempo que lo dejas solo.
5. Tus emociones afectan a tu perro. Mantén tus idas y llegadas de manera tranquila.

Para más información en el tratamiento de ansiedad por separación y otros asuntos relacionados con Miedos, por favor revisar "Help your fearful dog" (Ayudando a tu temeroso perro) en [www.phantompub.com](http://www.phantompub.com) .