



CUESTIONARIO EVALUADOR ESTRÉS EN PERROS

¿Tu perro está estresado? Copyright del original, Anders Hallgren, Sweden (1999) Copyright traducción, Luis Souto Soubrier (2015)

Pregunta 1: ¿Algún miembro de la familia lanza palos, pelotas o similares para que el perro juegue? En caso afirmativo dirías que esto sucede...

- Todos los días.
- Cada dos días.
- Rara vez.

Si la respuesta es “todos los días” entonces esta práctica constituye sin lugar a dudas un estresor en la vida del perro. Si la respuesta es que los juegos se practican en días alternos, existe la posibilidad de que constituya un estresor aunque no es seguro.

Pregunta 2: ¿Juega tu perro con uno o varios perros...

- ... todos los días?
- ... cada dos días?
- ... rara vez?

Si la respuesta es todos los días, se trataría de un estresor. Si, en cambio, los juegos acontecen en días alternos, se trataría de una mera posibilidad.

La lucha es también una conducta que requiere una secreción aumentada de hormonas adrenales al torrente sanguíneo. Rara vez los lobos se meten en peleas. Algunos perros se activan mucho cuando juegan este tipo de juegos, sin mencionar otros efectos negativos que derivan de su práctica. Por tanto, si es habitual, y por habitual quiero decir de forma cotidiana, puede considerarse un estresor. Por consiguiente, la siguiente pregunta de nuestro evaluador de estrés trata de esta conducta.

Pregunta 3: ¿Juega alguno de los miembros de la familia a pelearse con el perro? En caso afirmativo, ¿con qué frecuencia lo hace?

- Todos los días.
- De vez en cuando.
- Rara vez.



Si la respuesta es todos los días, entonces se puede concluir que está actuando como estresor. Si se proponen estos juegos de vez en cuando, puede o no ser un estresor.

Un estresor mucho menos común es el ejercicio excesivo. En el polo opuesto, encontramos perros que no obtienen el ejercicio suficiente.

Pregunta 4: Considerando cada salida del perro a pasear en un día normal, y tratando de ser tan crítico como te sea posible. ¿Cuánto tiempo dirías que paseáis? No incluyas el tiempo que el perro deambula por el jardín.

Si pasea más de 3 - 4 horas, podría ser un estresor. Anota la cantidad de tiempo porque deberás hacerla constar más adelante.

Pregunta 5: Los perros pueden pasar en el jardín mucho tiempo al cabo del día, pero lo dedican a descansar de forma apacible, sentados o tumbados. Cuando se mueven, suelen hacerlo por poco tiempo, como los 20 segundos que dedica a cazar un pájaro o los escasos minutos que dedica a merodear alrededor del jardín. Tomando esto en consideración, ¿dirías que tu perro se mueve más de veinte minutos en un día normal? En tal caso, ¿cuánto dirías que lo hace? Valóralo de una forma crítica. Anota el tiempo.

Si el perro se mueve o juega mucho y de forma activa, puede tratarse de un estresor.

Pregunta 6: ¿Se le permite al perro entrar a todas las habitaciones de la casa contigo o con otros miembros de la familia? De no ser así, ¿a qué habitaciones se le prohíbe la entrada?

Cuando un perro está confinado en una o solo algunas de las habitaciones de la casa, impidiéndosele estar con el resto de miembros de la familia durante más de 3 o 4 horas al día, este hecho puede ser un estresor.

Pregunta 7: ¿Atas a tu perro, le metes en una jaula, perrera o similar, excluyendo la valla que rodea el jardín en caso de tenerlo?

Si un perro está aislado durante más de 3 o 4 horas al día de esta forma, puede tratarse de un estresor. Un tiempo prolongado de soledad a lo largo del día puede considerarse también un estresor, ya que los perros siendo animales sociales, necesitan compañía. Un perro adulto debería poder quedarse solo entre 4 y 6 horas al día en total. Sin embargo, cuando la soledad excede las 7 u 8 horas diarias, este hecho puede constituir un estresor.

Pregunta 8: ¿Cuánto tiempo pasa tu perro solo durante el día?

Si este tiempo excede las 7 u 8 horas diarias, se trata probablemente de un estresor.



El ir siempre de correa y el coartar la libertad demasiado a menudo deben considerarse estresores. Los perros que van atados agreden con mayor frecuencia, en especial a otros perros, y esto es debido a la frustración que crea la restricción física. En sitios en los que los perros van sueltos, rara vez se producen peleas. Sin embargo, cuando se llevan de correa los problemas emergen.

Pregunta 9: ¿Tu perro va suelto?

- Casi nunca
- 50/50
- Casi siempre.

Si la respuesta es "casi nunca", será probablemente un estresor.

Pregunta 10: Los perros adultos suelen ser calmados dentro de casa. Sólo se mueven cuando sucede algo, como por ejemplo cuando llega alguien. Saludar al recién llegado no le llevará más de 3 o 4 minutos. Por otra parte, cuando juegas con tu perro tampoco inviertes mucho más tiempo. Con estas consideraciones en mente, ¿crees que tu perro está activo dentro de la casa por espacio de más de 20 minutos al día? Anota el tiempo.

Entre 10 y 20 minutos, es probablemente demasiado poco y dicho factor puede actuar como estresor.

A continuación suma el tiempo invertido en los paseos (P. 4), el tiempo que pasa activo en el jardín (P. 5) y el que pasa activo dentro de la casa (P. 10). Anota el resultado. Este tiempo total puede ser, por ejemplo, dos horas y media. Por consiguiente, el resto del tiempo (hasta 21,5 horas) las pasará descansando y recuperando energías. Cuando un perro descansa más de 20 horas cada día hay una alta probabilidad de que esté infraestimulado, lo cual es un estresor de primer orden.

Llegados a este punto, es momento de recopilar de forma esquemática los diversos factores constitutivos del análisis relativo al estrés.



Sobreestimulación:

- Palos, pelotas (anota si es demasiado).
- Jugar con perros (anota si es demasiado).
- Jugar a luchar (anota si es demasiado).
- Suma de paseos (anota tiempo total, y también si es excesivo).
- Jardín (anota tiempo total, y también si es excesivo)

Infraestimulación:

- Aislamiento dentro (anota si el perro está aislado de compañía en exceso).
- Aislamiento fuera (anota si el perro está aislado de compañía en exceso).
- Soledad (anota cuánto tiempo en total está el perro solo durante el día).
- Correa (anota si el perro va mucho, 50/50, o poco de correa).
- Dentro (anota cuánto tiempo está activo el perro dentro de casa).
- Descanso total (anota cuánto tiempo descansa el perro del total de 24 horas).

Estos datos proporcionan una imagen global de la situación de estrés del perro y, en función del resultado, puedo aconsejar medidas para la reducción de estrés. Después de llevar a cabo esta intervención, el entrenamiento será mucho más simple, en el caso de que sea siquiera necesario llevarlo a cabo.

NOTA DE CAMILA G. RICCARDINI (2021): Hay que tener presente que este cuestionario evalúa los niveles de estrés en función a estos dos parámetros (sobre e infra estimulación) pero que hay muchos otros que evaluar, tales como las señales de estrés que pueda dar el perro así como los estresores que le hagan reaccionar en su día a día, hasta la calidad de sus interacciones con personas y otros perros, también la calidad de sus paseos más que la cantidad de tiempo que pasa fuera de casa.