A square with text in the middle

Description automatically generated with medium confidence

**¿Qué Es La Ansiedad Por Separación En Los Perros?**

Los perros son animales sociales y les encanta pasar tiempo con sus humanos. Sin embargo, algunos perros pueden sentir lo que se llama **ansiedad por separación** – un tipo de ansiedad que sucede cuando un perro se pone mal cuando es separado de la persona a quien más apego le tiene. La ansiedad por separación puede provocar que tu perro se sienta angustiado cuando no estás, incluso si sólo es por un periodo breve.

**Señales De Separación Por Ansiedad**

Cuando un perro sufre de ansiedad por separación, puede mostrar alguno de los siguientes comportamientos:

* **Ladrar o aullar:** Suele suceder tan pronto como se de cuenta de que estás por irte y puede continuar hasta tu regreso.
* **Comportamiento destructivo:** Algunos perros pueden mordisquear los muebles, cavar en las puertas o ventanas, o arañar superficies cuando se les deja solos.
* **Escapar:** Los perros con ansiedad por separación pueden intentar escapar saliéndose de sus jaulas, saltando por las ventanas o arañando las puertas, lo cual puede causarle heridas.
* **Rehusarse a comer:** A algunos perros les da tanta ansiedad cuando su amo no está que no pueden ni si quiera comer o jugar con sus juguetes.

**¿Por Qué El Refuerzo Positivo Es Importante?**

Una de las mejores maneras de ayudarle a tu perro con su separación por ansiedad es con ayuda del **refuerzo positivo**. El refuerzo positivo es cuando recompensas a tu perro por su buen comportamiento y lo alientas a repetirlo. Por ejemplo, si tu perro se queda tranquilo mientras te estás preparando para salir, le puedes dar un premio, felicitarlo o darle su juguete favorito. Si recompensas a tu perro cuando se porte bien, le ayudaras a que se sienta mejor y con más confianza durante estas situaciones.

Este método funciona porque le enseña a tu perro que estar tranquilo o solo en casa le traerán cosas buenas. Con el tiempo, esto reducirá su ansiedad.

**Pasos Para Ayudar A Tu Perro Con La Ansiedad Por Separación**

* **Empieza con ausencias cortas:** Acostumbra poco a poco a tu perro a quedarse solo en casa saliendo por periodos de algunos cada vez. Felicítalo y dale un premio cuando regreses si se ha quedado tranquilo.
* **Crea una rutina:** Los perros se sienten más seguros cuando saben qué esperar. Mantén una rutina regular para darle de comer, sacarlo a caminar y dejarlo solo en casa.
* **Déjale algo que hacer:** Dale juguetes para que se entretenga cuando no estés. Los dispensadores de comida tipo puzzle le ayudarán a distraerse.
* **Sal de casa en silencio y con tranquilidad:** Cuando salgas de casa intenta no hacer un gran lío. No lo conviertas en un gran evento dándole demasiada atención a tu perro antes de irte. Esto le ayudará a reducir su ansiedad ya que tu salida se sentirá como algo normal y nada estresante.
* **Utiliza artículos relajantes:** Puedes poner música o usar difusores de feromonas que le ayuden a sentirse más relajado cuando no estés en casa.

**Evita Las Correcciones O Regaños Fuertes**

Es muy importante **nunca castigar** a tu perro al mostrar señales de separación por ansiedad. Castigar a tu perro por comportamientos como ladrar, mascar o intentar escapar sólo empeorará el problema. Si se castiga a un perro por sentirse ansioso, esto puede causarle más estrés o miedo, lo cual incrementaría sus niveles de ansiedad.

Por ejemplo, si tu perro destruye algo cuando no estás en casa, castigarlo cuando regreses no le ayudaría a comprender qué es lo que hizo mal. Se comporta así por el miedo, no por se desobediente.

**¿Por Qué El Refuerzo Positivo Funciona Mejor Que Los Castigos?**

El refuerzo positivo reduce la ansiedad enseñándole a tu perro qué es lo que debe hacer en lugar de enfocarse en detener los comportamientos negativos. Si recompensas el comportamiento tranquilo, tu perro asociará la idea de quedarse solo con cosas buenas, lo cual le ayudará a reducir su miedo. Por otra parte, los castigos le enseñarán a tener miedo de tu regreso, lo cual empeoraría su ansiedad.

**¿Cuándo Recurrir A Ayuda Profesional?**

Si la ansiedad por separación de tu perro es muy fuerte, quizá necesites la ayuda de un adiestrador canino profesional o de un entrenador conductual (etólogo). Ellos podrán ayudar a diseñar un plan específico para las necesidades de tu perro. En algunos casos, un veterinario también podría recomendarte medicamentos para reducir los niveles de ansiedad de tu perro mientras trabajas en su adiestramiento.

**Conclusión**

La separación por ansiedad puede ser un reto difícil tanto para ti como para tu perro, pero con paciencia y el uso del refuerzo positivo podrás ayudar a tu perro a sentirse más tranquilo cuando se quede solo. Comienza con ausencias cortas, crea una rutina predecible, y siempre recompénsalo por su buen comportamiento. Sal de casa tranquilamente sin que sea la gran cosa y evita los castigos, ya que estos sólo empeorarían la ansiedad. Si te enfocas en crear un entorno tranquilo y con apoyo, tu perro aprenderá a sentirse más relajado y con confianza incluso cuando no estés en casa.