

EL PERRO Y EL DESCANSO



**Rosana Álvarez Bueno.
Veterinaria etóloga. Col. 933.
Servicio Etología Veterinaria.**

COMPORTAMIENTO DE DESCANSO DEL PERRO

¿Cómo descansa el perro?

Los perros muestran una variedad de comportamientos de descanso, incluyendo la postura de sentarse, acostarse permaneciendo alertas, sueño de onda lenta y sueño REM (rapid eye movement)

En la postura usada para sentarse, el perro descansa sobre el periné y las tuberosidades isquiáticas. (Fig.1) En esta postura las piernas miran normalmente hacia delante, dependiendo un poco de la conformación física de la raza.



Fig.1

Cuando el perro está tumbado, normalmente usa una de cuatro posturas. La más usada cuando hay una situación cualquiera en la que el perro debe estar alerta es la de tumbado sobre el esternón, que podría llamarse decúbito prono o *tumbado esternal*. En esta posición, el cuerpo descansa sobre el esternón y tanto éste, como los codos flexionados están en contacto con el suelo. (Fig.2) De esta manera, el perro tiene más disposición a levantarse rápidamente si hay algo que le estimula, le llama la atención o le alerta.

Otra variación del *tumbado esternal* sería la misma posición delantera pero con las patas traseras totalmente estiradas hacia atrás de manera que su zona abdominal e inguinal tocan el suelo. Esta postura es muy común en cachorros que la aprenden de sus madres y en momentos en los que la temperatura exterior es extrema, pudiendo refrigerarse por la zona ventral del cuerpo.

	TIEMPO EN MINUTOS
ACICALARSE	20
CAMINAR	278
ESTAR DE PIE	83
SENTADO	63
TUMBADO:	
▪ Posición esternal	200
▪ Posición lateral	263
▪ Combinadas	529
▪ Decúbito supino	4

Tabla 1. Etograma de 24 horas de Beagles en laboratorio.



Fig.2

En la posición de *tumbado lateral*, el perro descansa con uno de los dos flancos sobre el suelo. Esta postura permite una completa relajación que facilita el sueño profundo. (Fig.3)



Fig.3

Sin embargo, la postura de tumbado más usada es la combinación de tumbado esternal con tumbado lateral. El tren delantero permanecería sobre el esternón y el trasero sobre el lateral del fémur. Es una postura de tumbado más relajado y no tan alerta, aunque este estado de alerta ante posibles estímulos permanece. (Fig.4)



Fig.4

Una postura que no es tan frecuente en adultos y sí lo es más en cachorros es la de decúbito supino o *tumbado sobre la espalda*. (Fig.5) La utilizan también para refrigerarse a través de la zona ventral.



Fig.5

¿Dónde descansa el perro?

El lugar donde un perro prefiere descansar varía mucho con el individuo y con su forma de vida.

Normalmente, y cuando el propietario está en casa, el perro prefiere descansar junto a él, para ello es recomendable que disponga de un cojín específico para este fin. Esto es debido primordialmente a que el perro es un animal social, de manada, y lo que menos le agrada es estar solo.

Si el dueño no se encuentra en casa, suelen tener lugares favoritos donde relajarse, ese debe ser el lugar de emplazamiento del cojín. Esto también depende mucho del clima en el que nos encontremos, de la raza y de la estación del año. Si el animal necesita estar fresquito, buscará el lugar de la casa donde exista una pequeña corriente de aire o donde pueda estar pegado al suelo o algún objeto pueda proporcionarle esta sensación. Actualmente en el mercado existen cojines con características termo-reguladoras. Algunos perros tienen como lugar preferido el cuarto de baño, ya que la zona de los sanitarios suele estar siempre fresca y silenciosa. En este caso es recomendable proporcionar un cojín con características anti-bacterianas y tejidos que permitan la descarga electrostática.

Si no tiene calor, y es un animal al que no le hemos destinado un sitio para dormir, lo hará probablemente en la cama del propietario o en el sofá. (Fig. 7)



Fig.7

Si el perro prefiere dormir en alto puede ser porque quiere dominar el horizonte y estar más preparado para reaccionar en cualquier situación, porque es más dominante o simplemente porque está más blandito. Los perros ancianos tienden a buscar estos lugares porque sus articulaciones sufren menos y están más cómodos, para lo cual se prescriben cojines con rellenos viscoelásticos, que previenen y tratan las patologías traumatológicas.

Si estamos hablando de perros que viven fuera de la casa, en un jardín o parcela, podemos encontrarnos que nuestro perro, en vez de permanecer dentro de la caseta que nos ha costado tan cara, prefiere hacerlo encima de su tejado, para divisar mejor el horizonte y los posibles “peligros” que puedan acechar: cuestión de supervivencia.

Según el estudio de Beagles a que hace referencia la tabla 1, vemos que la distribución de posturas refleja una hora al día que pasan sentados frente a 16 que pasan en las distintas posturas de tumbado. Hay que tener en cuenta que esto está basado en un estudio de laboratorio, y que aunque otros investigadores perciben otros porcentajes según el tamaño de la jaula en la que descansa el perro, esta distribución comentada en la tabla podría asemejarse bastante a la de los perros domésticos que viven en semilibertad (casa con jardín) o en pisos.

Contrariamente a lo que la gente se piensa, los perros suelen adoptar para dormir una postura de tumbado y acurrucado, con lo que a veces nos empeñamos en comprarles una camita excesivamente grande para que luego el animal permanezca enroscado en un rinconcito. Por supuesto, esta forma de descansar se lleva a cabo más en estaciones o climas fríos, y también depende de la raza, ya que algunos animales poseen unas capas de sub pelo

que les protege más y no necesitan generar más calor. Todos hemos visto en películas o en documentales, cómo los perros nórdicos se enroscan sobre sí mismos encima de la nieve, e incluso en las ventiscas dejan que la nieve forme una capa dura en su espalda para que el frío no les golpee directamente en la piel. Sería más o menos a modo de un iglú. (Fig. 8)



(Fig. 8)

Estas observaciones se pueden constatar en la naturaleza o en nuestro propio jardín, donde los perros suelen cavar en la tierra un agujero en forma de medialuna para acoplarse luego dando unas vueltas sobre sí mismos a la forma de esta abertura. Esta conducta hace que al tumbarse, la curvatura de la columna quede adaptada a la forma de la excavación hecha en la tierra. Actualmente existen en el mercado cojines con formas de donut con rellenos móviles para que el perro desplace el material interior y lo adapte a su necesidad ergonómica.

En ocasiones podemos observar también que colocan la cabeza por encima de la elevación del terreno excavado, a modo de almohada, aunque en opinión de otros autores y en la mía propia, sigue siendo cuestión de supervivencia, debido a que de esta manera los sentidos están más expuestos y el animal puede estar más alerta. De hecho, estas conductas las podemos observar a veces sin que exista un sustrato debajo que el animal pueda moldear, por ejemplo, el suelo.

Otras veces observamos que hacen colgar sus extremidades anteriores sobre un escalón. Y con esto volvemos al mismo tema, cuestión de dominar lo que tienen por debajo y estar menos incómodos al no tener que colocar sus antebrazos rectos.

En la naturaleza, algunos perros duermen en cuevas, y siguiendo este patrón su perro puede buscar un lugar protegido en su casa, por ejemplo debajo de una cama.

En los lobos ocurre que después de haber estado durante todo un día caminando más de 40 Km. en busca de una presa, al atardecer van en busca de un refugio seguro donde descansar hasta el alba en que empezará un nuevo día.



(Fig. 9)

Los lugares preferentes de descanso son aquellos desde donde se observa el terreno más inmediato de forma amplia, es decir controlar a quien se acerca y por otro lado lugares confortables donde no mojarse y no pasar frío. (Fig. 9) Esto ocurre según la especie y la zona donde vivan.

En algunos ecosistemas los lobos se reúnen para sus conductas sociales y para defender el territorio, al amanecer y atardecer, y para el descanso durante la noche. Duermen a la intemperie, acurrucados, con la nariz por debajo de la cola. Algunos animales pueden dormir juntos. No usan guaridas para descansar por la noche, y durante la temporada de cría sólo las hembras de cría y de enfermería utilizan estas madrigueras.

El lobo es una especie muy adaptable y flexible, capaz de vivir en aquellos lugares donde encuentre comida y no sea muy perseguido. Su hábitat es variado, bosques, montañas, estepas y desiertos, por lo que dependiendo de éste así será su lugar y sustrato de descanso, utilizándolo a su conveniencia. (Fig.9)



(Fig.9)

En cuanto a los cachorros, en los primeros días de su vida, en el periodo neonatal, duermen formando una pequeña montaña, como una “melé”, para mantener el calor de su cuerpo, dado que aún a esta edad no tienen capacidad para termo regularse. Una vez que comienzan a alcanzar esta capacidad por sí mismos, en la etapa de transición (tercera semana de vida), tienden a cambiar esta posición por otra en paralelo. (Fig. 8)

Se recomienda proporcionarles un cojín con características termo-reguladoras y rellenos móviles.



Fig.8

Cambios en los patrones de sueño.

Desde que un cachorro nace hasta que alcanza su madurez ocurren cambios en sus patrones de sueño que adaptan su organismo hacia el etograma de adulto, así como inciden en su supervivencia. Estos cambios han sido constatados mediante observación y realización de EEG. Alrededor del nacimiento, los cachorros alternan patrones de sueño profundo y despertar, así que el EEG muestra pocas alteraciones. En este periodo neonatal, que dura dos semanas, el tipo de sueño que se observa es de tipo REM.

Durante la tercera semana, o periodo de transición, podemos observar ya una alternancia entre los patrones de onda lenta y REM. El tiempo que los

cachorros pasan despiertos va aumentando mientras decrece el tiempo de sueño profundo. En este momento ya no es tan común pasar directamente de estar despierto al sueño profundo.

A partir de las 4 semanas de vida, estamos ya en el periodo de socialización, los cachorros permanecen alerta más del 50% del tiempo. Poco a poco, y hasta las 8 semanas, los patrones de sueño se asemejan más al de un adulto.

Los patrones de sueño en los perros adultos variarán según el foto periodo, la actividad vital que el perro desarrolle y la familiaridad con el entorno. Los perros adultos pasan de estar despiertos a un estado de somnolencia, luego al patrón de onda lenta y después al de sueño REM. De aquí otra vez al de onda lenta o de nuevo a la vigilia.

El estado de alerta va disminuyendo aproximadamente una hora antes de decrecer la luz del día y va aumentando una hora antes de amanecer de nuevo.

Durante el sueño de onda lenta, el perro permanece tumbado y con las piernas dobladas, cierra sus ojos y respira regularmente. Relativamente no responderá al medio que le rodea en esta postura.

Durante el sueño REM, el EEG es prácticamente igual al del perro despierto, pero existe una parálisis de los músculos esqueléticos. La respiración se convierte en irregular y se producen movimientos de las extremidades, de los músculos faciales, oculares y de la cola. A veces existe también vocalización. Esta es la fase en la que los propietarios suelen decir que su perro sueña que corre detrás de un conejo.

Los perros tienen un promedio de 23 episodios de dormir-despertar cada hora durante un periodo de 8 horas. Cada episodio consta de un rato de sueño de entre 5 y 16 minutos seguido de un despertar de unos 5 minutos.

En las 24 horas el perro pasa un promedio de 9,67 horas en sueño de onda lenta y unas 3,24 horas en sueño profundo.

En resumen, un perro normal pasa un 44-48% de su tiempo despierto, un 19-21% en situación de somnolencia, un 22-23% en sueño de onda lenta y un 10-12% en fase REM. Es decir, 50% vigilia y 50% sueño, sea éste más o menos profundo. Por supuesto esto depende de la vida que lleven dueño y perro. Hay algunos que no tienen más remedio que dormir o destrozar, debido al ajeteo diario de sus propietarios. Disponemos también en el mercado de productos de descanso con tejidos resistentes a los mordiscos, si bien en estos casos de mordida excesiva debemos acudir a un profesional del comportamiento canino.

Los humanos son más fácilmente despertados del sueño REM que del sueño de onda lenta, y se piensa que en perros ocurre de la misma manera.

Lo que está muy claro, es que si queremos evitar riesgos innecesarios, no debemos despertar bruscamente a nuestro perro de su sueño, ya que puede tener una reacción agresiva, peligrosa sobre todo si hay niños presentes.

Asimismo, el hecho de que un animal sea privado del sueño crónicamente, puede desembocar en estrés y enfermedad grave, al igual que ocurre en humanos. De hecho el sueño está destinado a reordenar los sucesos del día y al procesamiento de datos y consolidación de la memoria. De ahí la importancia de un descanso correcto.

En resumen, desde la etapa de cachorro hasta su madurez se debe proporcionar al perro un producto de descanso saludable y cómodo, sobre el que puedan descansar correctamente.

Todos los animales con problemas articulares, viejecitos y con poco pelo deberían dormir en productos fabricados con tejidos especiales, que proporcionen características termo-reguladoras, así como rellenos viscoelásticos que les permita permanecer frescos en verano y calientes en invierno.

Actualmente en el mercado disponemos de productos con todas estas características: hipoalérgicas, anti-bacterianas, anti-ácaros, termo-reguladoras, anti-manchas, rellenos viscoelásticos, etc., que mejoraran el bienestar y la calidad de vida del perro al mismo tiempo que la convivencia con su dueño.