



## LAT/ME (“Look At That/Mira Eso”): un ejercicio de entrenamiento para la conducta reactiva

LAT/ME significa “Look at That” (Mira eso), un protocolo desarrollado por Leslie McDevitt, CPDT-KA, CDDBC, autora del libro Control Unleashed (Control sin Correa). Si se utiliza correctamente, este protocolo de entrenamiento puede tener un gran impacto positivo al trabajar con conductas reactivas.

Las claves del ejercicio LAT/ME son:

- Configurar un escenario en el que tu perro pueda permanecer *por debajo del umbral de tolerancia* (donde aún pueda apartar la mirada del detonante).
- *Recompensándolos repetidamente por mirar con calma el objeto (o sujeto) detonante a una reacción.*

Observar el detonante = suceden cosas buenas, repetir el proceso. Si se practica de manera constante, se puede cambiar la respuesta emocional condicionada (REC) de tu perro al ver un detonante de una reacción negativa (aterradora o frustrante) a una positiva.

### ¿Por qué LAT/ME?

A muchos de nosotros nos enseñaron a intentar que nuestros perros IGNOREN un detonante que los asusta. ¿Por qué este juego enseña lo contrario, cuando el detonante es lo que hace que el perro ladre? Hay dos razones principales por las que este ejercicio es, en última instancia, más eficaz.

- **Si algo nos da miedo, queremos vigilarlo.** Si hay una araña enorme en el techo, ¿te sentirías más cómodo si estuvieras lejos de ella pero sabiendo dónde está, o si le dieras la espalda y confiaras en tu amigo para que te avise si se acerca demasiado?
- **Nuestro objetivo es la coexistencia, no pretender que el detonante no existe.** Si en última instancia queremos que nuestros perros puedan decir “ah, veo un perro, no es gran cosa”, entonces lo que queremos es practicar es ver un perro. Pero debemos *comenzar en un nivel en el que puedan tener éxito y avanzar gradualmente*. ¡Y a veces esto significa crear escenarios de práctica de forma creativa!

## Umbral de tolerancia: Tu concepto más importante

El “umbral” de un perro se refiere al punto en el que el perro ya no puede prestar atención a nada más que al desencadenante. Los ladridos y las embestidas son, sin duda, indicadores de que ha alcanzado el umbral, pero también lo son la hiperfijación y el hecho de dejar de ingerir alimentos favoritos. Hay tres factores principales que controlan el umbral de tu perro:

- **Distancia:** ¿A qué distancia se encuentra tu perro del detonante? ¡Esta suele ser la variable más fácil de cambiar!
- **Duración:** ¿Cuánto tiempo ha podido tu perro mirar fijamente el detonante? La tensión puede acumularse hasta provocar un estallido de reacciones.
- **Intensidad:** ¿Es un pastor alemán grande que ladra o un chihuahua viejito y diminuto? ¿Es tranquilo o hace ruido? ¿Asustó a tu perro o se acercó gradualmente?

Si tu perro alcanza el umbral, *tu único objetivo debe ser ayudarlo a bajar nuevamente del umbral*. Los perros que superan el umbral no están en un espacio donde puedan aprender. Es nuestra responsabilidad cambiar el entorno para que puedan tener éxito y, a menudo, la forma más fácil de hacerlo es crear distancia.

### Antes de comenzar:

- Para este juego de entrenamiento, *asegúrate de utilizar una recompensa de alto valor*, como salchichas, queso, carne de res, pollo, tocino, chuletas de cerdo, comida para bebés o lo que más le guste a tu perro y no coma con frecuencia. Puedes cortarlos en trozos muy pequeños para entrenarlo.
- Asegúrate de estar en un área y en un momento del día en el que *TÚ puedas determinar qué tan cerca o qué tan lejos estás del detonante*. Ya sea que estés trabajando a distancia con perros reales o en casa con un “detonante” casero (ver a continuación), asegúrate de tener la opción de alejarte si es necesario.

### Pasos del LAT/ME:

- **Mantén a tu perro por debajo del umbral.** Asegúrate de estar lo suficientemente lejos de lo que desencadena la conducta reactiva de tu perro (perros, personas, hombres con sombreros, autobuses, etc.) para que *pueda notarlo o mirarlo sin cruzar el umbral*. A veces, para mantener a un perro por debajo del umbral, esto significa que probablemente tendrás que comenzar este juego a una distancia muy grande del desencadenante. *Si tu perro está demasiado cerca del umbral con el desencadenante a cualquier distancia, comienza a practicar con un objetivo neutral en casa*. Algunos ejemplos podrían ser:
  - Un objeto que tu perro probablemente mire pero al que no reaccione (por ejemplo, un cono de tráfico, un juguete favorito, un plato de comida)

Para obtener más información o solicitar asistencia conductual, visita [eastbayspca.org/behavior](https://eastbayspca.org/behavior).

© 2024. This work is openly licensed via [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

- Un sonido nuevo reproducido en una computadora o teléfono (por ejemplo, ruidos de pájaros, maullidos de gatos, ruidos de juguetes chirriantes)
- Un amigo humano conocido que camina de un lado a otro como el "detonante" (se puede reproducir desde el otro lado de la habitación)

## Tu objetivo es preparar al perro para que MIRE AL DETONANTE SIN REACCIONAR.

- **Marca con un "clic" o dale un premio en el momento en que mire.** En el momento en que mire el detonante, haz clic con el clicker (o utiliza un marcador verbal, como "bien!") para marcar ese comportamiento y luego dale un delicioso premio. El clic marca el segundo exacto en el que hizo lo que queríamos: ¡miró el detonante! *NOTA: dale el premio de tal manera que el perro ya no esté mirando el detonante.* Esto puede significar usar la mano con la que tienes el premio como un "imán" para apartar su nariz o dejarla en el suelo para que deje de mirar. No porque no queramos que mire, sino porque queremos que esté listo para mirar OTRA VEZ.
- **¡Repite el ejercicio!** Al principio, esto puede parecer muy "rápido", especialmente si el perro está muy interesado en el detonante.
- **Mantén las sesiones breves y positivas.** Practica con un puñado de 5 a 10 galletitas y luego *toma un descanso de 1 a 2 minutos.* Si están jugando en casa, expresa tu cariño a tu perro y dile lo increíble que es. Si está afuera en el mundo, AUMENTA EL UMBRAL escondiéndose detrás de un obstáculo, aumentando la distancia del detonante o metiéndose a su vehículo. Practica este ejercicio hasta que tu perro busque con calma los detonantes con anticipación del clic y su recompensa.
- **Añade la señal verbal.** Cuando tu perro *ya esté mirando* rápidamente hacia el detonante, añade una señal como "¡Mira!". Tu perro empezará rápidamente a mirar los detonantes que lo asustan cuando le des la señal "¡Mira!" y se volverá hacia ti para recibir una recompensa. ¡Sigue recompensando su valentía!

Si tu perro no se da vuelta rápidamente hacia ti, *probablemente esté demasiado cerca del detonante para su comodidad, o su recompensa no es lo suficientemente valiosa.* Aumenta la distancia entre ustedes y el detonante e intenta nuevamente. Disminuye gradualmente la distancia a medida que tu perro aprenda a jugar el juego LAT/ME con cosas que le resulten preocupantes. *Si comienzas a ver un comportamiento tenso, nervioso o reactivo, es probable que estén demasiado cerca del detonante.* Ayuda a tu perro a crear cierta distancia moviéndose en la dirección opuesta. Para obtener ayuda con esto, consulta nuestro folleto de **Giro en U de Urgencia.**

### Ejemplos de videos LAT/ME:

- **SOBREPASO DEL UMBRAL:** En este primer video, el detonante está DEMASIADO CERCA o DEMASIADO INTENSO. Este no es un momento de entrenamiento y el adiestrador para el video y se aleja después de ver que no va a funcionar. [Ver Video](#)

Para obtener más información o solicitar asistencia conductual, visita [eastbayspca.org/behavior](http://eastbayspca.org/behavior).

© 2024. This work is openly licensed via [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

- **BAJO EL UMBRAL:** En este video, el perro está bajo el umbral y puede ser adiestrado, esta vez utilizando un perro falso al otro lado de la habitación sin un collar que haga ruido (menor intensidad, alta distancia). [Ver Video](#)
- **EN AL VIDA REAL:** Y en este video, está empezando a entender el concepto del ejercicio. ¡Han hecho la transición a un entorno al aire libre con un perro REAL! Hacen una sesión rápida y luego ella lo llama y se da vuelta para darle un respiro tomando algo de distancia. El lenguaje corporal del perro es más relajado, menos tenso y también puede prestar atención a cosas del entorno que no sean el detonante. [Ver Video](#)

El LAT/ME es un ejercicio que puede llevar algún tiempo dominar. La mecánica de manejar una correa, un clicker y alimento para premiar puede resultar complicada al principio, ésta es otra razón por la que puede resultar útil empezar en casa. Pasar del interior al patio trasero y luego a un parque tranquilo puede predisponer tanto a ti como a tu perro para el éxito.

Si estás interesado en practicar estas habilidades en un entorno controlado, *ofrece Calm, Cool and Collected, una clase grupal de reactividad especializada y sesiones de Polite Pooch Practice” en nuestras instalaciones de Oakland y Dublin.* Una vez que hayas tenido una consulta de introducción para ayudarlos a desarrollar sus habilidades, nuestros entrenadores pueden preparar escenarios con sonidos de collar, perros falsos y (cuando estén listos) perros de refugio reales (a distancia).