

Percepción de los beneficios de la tenencia de animales de compañía en pacientes con enfermedades cardiovasculares

MSc. Dra. Beatriz Hugues Hernandorena[✉], MSc. Aimée Álvarez Álvarez, MSc. Loraine Ledón Llanes, MSc. Madelín Mendoza Trujillo, MSc. Dra. Liset Castelo Elías-Calles y Dra. Emma Domínguez Alonso

Instituto Nacional de Endocrinología. La Habana, Cuba.

Full English text of this article is also available

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Recibido: 30 de abril de 2013
Aceptado: 21 de junio de 2013

Conflictos de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses

Abreviaturas

AC: animales de compañía

Versiones On-Line:
Español - Inglés

[✉] B Hugues Hernandorena
Instituto Nacional de Endocrinología.
Sótano Hospital "Cmte. Manuel Fajardo". Zapata y D. Vedado. Plaza.
La Habana. CP 10400. Correo electrónico: bettymig@infomed.sld.cu

RESUMEN

Introducción: Los animales de compañía han desempeñado un importante papel en la vida de los seres humanos. En disímiles estudios se ha demostrado un efecto beneficioso en la prevención y recuperación de la salud física y mental.

Objetivo: Describir la percepción de los beneficios de la tenencia de animales de compañía en pacientes con enfermedades cardiovasculares.

Método: Se realizó un estudio exploratorio descriptivo, transversal, con 37 personas que padecen enfermedades cardiovasculares y asistieron con sus animales de compañía a la clínica principal de animales afectivos de La Habana entre septiembre y diciembre de 2012. Se confeccionó un cuestionario en el que se evaluaron los aspectos y datos sociodemográficos necesarios.

Resultados: Todas las personas admitieron que se sentían muy satisfechas o satisfechas al compartir sus vidas con animales de compañía y que esta relación les prodigaba un gran beneficio sobre la salud psicoemocional. Con relación al beneficio para el tratamiento y control de la enfermedad cardiovascular todas las personas admitieron que los motivaba a cuidarse más y el 41 % se sentía estimulado a realizar actividades físicas (caminatas).

Conclusiones y recomendaciones: En el grupo estudiado existe la percepción de que la tenencia de animales de compañía ejerce, sobre las personas a su cargo, efectos beneficiosos en la salud física y psicoemocional, y se recomendó que prosiguieran y ampliaran las investigaciones relacionadas con el tema, abarcar otros sectores e incrementar la muestra.

Palabras clave: Animales de compañía, Enfermedades cardiovasculares, Salud psicoemocional, Actividad física

Perception of the benefits of pet ownership in patients with cardiovascular disease

ABSTRACT

Introduction: Pets have played an important role in the life of human beings. In dissimilar studies a beneficial effect in the prevention and recovery of physical and men-

tal health has been shown.

Objective: To describe the perception of the benefits of pet ownership in patients with cardiovascular disease.

Method: A descriptive cross-sectional exploratory study was conducted with 37 people that suffer from cardiovascular disease and brought their pets to the main clinic of affective pets in Havana between September and December 2012. A questionnaire was made in which the necessary aspects and socio-demographic data were assessed.

Results: All persons admitted that they felt very satisfied or satisfied to share their lives with pets and that this relationship lavished them with a great benefit on their psycho-emotional health. In relation to the benefit for the treatment and control of cardiovascular disease every person admitted they were more motivated to take better care of themselves and 41 % felt motivated to perform physical activity (walking).

Conclusions and recommendations: In the group studied there is a perception that pet ownership exerts beneficial effects on the physical and psycho-emotional health of the owner, and it was recommended to continue and expand research related to the topic, cover other sectors and increase the sample.

Key words: Pets, Cardiovascular diseases, Psycho-emotional health, Physical activity

INTRODUCCIÓN

Los animales de compañía (AC) han desempeñado un importante papel en la vida de los seres humanos a través de la historia. En disímiles estudios se ha demostrado que ejercen un efecto beneficioso en la prevención y recuperación de la salud física y mental de las personas con quienes conviven o se vinculan¹.

Entre estos efectos beneficiosos se encuentran el control y recuperación de algunas enfermedades cardiovasculares como la disminución de la presión arterial²⁻⁵, el estrés y de los niveles de colesterol; una mejor socialización del individuo y la atenuación del sentimiento de soledad, entre otros²⁻⁶.

En nuestro entorno no hemos encontrado referencia de estudios sobre los beneficios de la tenencia de AC en personas que padecen de enfermedades cardiovasculares. Sobre estas bases se decidió realizar un estudio con el objetivo de conocer la percepción que tienen estas personas con respecto a los beneficios que le brinda la tenencia de AC y su relación con la satisfacción personal, la salud psicoemocional, la motivación para el control de su enfermedad cardiovascular y la realización de actividad física.

MÉTODO

Se realizó un estudio exploratorio descriptivo, transversal, en el que se utilizó metodología cuantitativa y cualitativa de investigación, durante los meses de septiembre a diciembre de 2012.

La población objeto de estudio estuvo constituida

por 37 personas que asistieron con sus AC a la consulta de oftalmología de la clínica principal de animales afectivos de La Habana.

Criterios de inclusión: Personas de ambos sexos, mayores de 18 años, que tuvieran a su cargo AC y padecieran de enfermedades cardiovasculares.

Criterios de exclusión: Se excluyeron las personas que presentaron condiciones físicas o de salud mental que dificultaran la lectura y comprensión del cuestionario.

El conocimiento del diagnóstico de enfermedad cardiovascular de estas personas se obtuvo mediante su autorreferencia.

Se elaboró un cuestionario autoadministrado –Cuestionario sobre Tenencia de AC– de 19 ítems, en el cual se exploraron los siguientes aspectos:

- Datos sociodemográficos: sexo, edad, nivel de escolaridad, ocupación y convivencia o no con otras personas.
- Satisfacción personal sobre la tenencia de AC: valoración de la satisfacción que siente una persona al estar en contacto directo con un animal afectivo o de compañía, el bienestar que le produce esta interrelación.
- Beneficios sobre la salud psicoemocional: valoración de los posibles efectos beneficiosos que ejerce la tenencia de AC, relacionados con los aspectos psíquicos, el estado emocional y la calidad de vida

- de las personas a su cargo.
- Beneficios sobre el control de las enfermedades cardiovasculares: valoración de los posibles efectos beneficiosos que ejerce la tenencia de AC sobre el control de las enfermedades cardiovasculares de las personas que los atienden.
- Motivaciones para la actividad física: se entendieron como tales las razones que impulsaron la realización de actividades físicas (caminatas) en relación con la tenencia de los AC. Se tuvo en cuenta además la frecuencia y el tiempo de realización de estas caminatas.

Análisis estadísticos

Para la realización del análisis estadístico se empleó el sistema SPSS versión 19. Se utilizaron números absolutos y porcentajes de las variables evaluadas.

Aspectos éticos

La participación de los sujetos en el estudio fue voluntaria y anónima. A cada persona que cumplió con los criterios de inclusión se le solicitó su participación, previa información oral de los objetivos, relevancia y características del estudio. Tras el consentimiento, se les brindó el cuestionario que respondieron y entregaron a uno de los miembros del equipo de investigación.

RESULTADOS

Datos sociodemográficos

De un total de 37 participantes, 29 (78 %) eran mujeres (**Tabla 1**). Fue notorio encontrar personas de edad avanzada, pues predominaron las mayores de 60 años (65 %) seguidos del grupo entre 51 y 60 (24 %). También predominó el nivel superior de escolaridad, 18 de los entrevistados (48 %) eran universitarios, y con respecto a la ocupación, predominaron las amas de casa y jubilados (59 %). Al indagar sobre la convivencia, se encontró que el 19 % vivía solamente en compañía de sus animales y el resto (81 %), con otras personas.

Satisfacción personal sobre la tenencia de AC

La mayoría (32 %) convivían con perros (**Tabla 2**), le siguen por orden de frecuencia los que lo hacen con gatos (16 %) aves y peces ornamentales (11 %, respectivamente) y, en menor frecuencia, con roedores (8 %) y jicoteas (3 %). En las personas que convivían con varias especies de animales (19 %), el denominador común siempre fueron los perros. Con respecto al tiem-

Tabla 1. Datos demográficos de las personas encuestadas (n = 37).

| Datos demográficos | Nº | % |
|---------------------------------------|----|----|
| Sexo | | |
| Femenino | 29 | 78 |
| Masculino | 8 | 22 |
| Grupos de edad (años) | | |
| 41 - 50 | 4 | 11 |
| 51 - 60 | 9 | 24 |
| Más de 60 | 24 | 65 |
| Nivel de escolaridad | | |
| Primaria | 4 | 11 |
| Secundaria | 5 | 14 |
| Medio | 10 | 27 |
| Superior | 18 | 48 |
| Ocupación | | |
| Amas de casa y jubilados | 22 | 59 |
| Trabajadores | 15 | 41 |
| Convivencia con otras personas | | |
| Sí | 30 | 81 |
| No | 7 | 19 |

po de convivencia con los AC, se observó que los integrantes del estudio los poseían, con mayor frecuencia, desde hacía 10 o más años (41 %) y estaban muy satisfechos (70 %) o satisfechos (30 %) al compartir sus vidas con ellos. Ninguno mostró insatisfacción.

Al analizar el efecto de la interrelación entre dueños y AC, las opiniones fueron muy positivas (**Anexo**). Las respuestas obtenidas con mayor frecuencia se refirieron a que los animales prodigaban bienestar (62 %), contribuían a cuidar mejor de la salud (57 %) y brindaban compañía (54 %). Respuestas muy señaladas fueron las referidas al hecho de que la interrelación entre animales y dueños permitía la comunicación entre las personas con sus animales (44 %), el mejoramiento del estado de ánimo de los dueños (35 %) y del ambiente familiar (30 %).

Beneficios sobre la salud psicoemocional

De muy beneficiosa (73 %) o beneficiosa (27%) catalogaron los dueños la relación con sus AC (**Tabla 3**), el 97 % de ellos recomendaría a otras personas que tuviera este tipo de animales, y de forma unánime (100 %) consideraron que la tenencia de un AC mejoraba su calidad de vida.

Tabla 2. Evaluación de los aspectos sobre la satisfacción personal relacionados con la tenencia de AC (n = 37).

| Variables | Nº | % |
|---|----|----|
| Especies de animales de compañía | | |
| Perro | 12 | 32 |
| Gato | 6 | 16 |
| Aves ornamentales | 4 | 11 |
| Peces ornamentales | 4 | 11 |
| Tortugas | 1 | 3 |
| Roedores | 3 | 8 |
| Varias especies | 7 | 19 |
| Tiempo de tenencia del animal de compañía (años) | | |
| < 1 | 2 | 5 |
| 1 - 3 | 2 | 5 |
| 4 - 6 | 10 | 27 |
| 7 - 9 | 8 | 22 |
| ≥ 10 | 15 | 41 |
| Satisfacción con la tenencia del animal | | |
| Muy satisfecho | 26 | 70 |
| Satisfecho | 11 | 30 |
| Efecto de la relación con el animal de compañía | | |
| Brinda compañía | 20 | 54 |
| Brinda bienestar | 23 | 62 |
| Libera tensiones | 12 | 32 |
| Satisface contacto con animal | 9 | 24 |
| Mejora el ánimo | 13 | 35 |
| Permite comunicarme con él | 16 | 44 |
| Facilita comunicación familiar | 11 | 30 |
| Cuido mejor de mi salud | 21 | 57 |
| Compañero para mi soledad | 7 | 19 |

Beneficios sobre el control de las enfermedades cardiovasculares

La enfermedad referida con mayor frecuencia fue la hipertensión arterial (54 %), pero solo 4 personas de 20 tenían hipertensión aislada, en los 16 restantes estaba asociada a otras enfermedades como diabetes mellitus, obesidad e hipotiroidismo (Tabla 4). Al valorar la motivación del cumplimiento del tratamiento de sus enfermedades por convivir con un AC, la respuesta más significativas fueron que se cuidaban más (100 %), que los motivaba a realizar ejercicios (41 %) y a cuidar su nutrición (35 %).

En este estudio se indagó sobre los posibles cambios de conducta que podían advertirse en los AC si los dueños manifestaban síntomas de su enfermedad car-

Tabla 3. Evaluación de aspectos relacionados con la salud psicoemocional relacionados con la tenencia de AC (n= 37).

| Variables | Nº | % |
|--|----|-----|
| Beneficios relación dueño-animal | | |
| Muy beneficiosa | 27 | 73 |
| Beneficiosa | 10 | 27 |
| Recomendar tenencia de animales de compañía | | |
| Sí | 36 | 97 |
| No | 1 | 3 |
| No sé | - | - |
| Animal de compañía /calidad de vida | | |
| Sí | 37 | 100 |
| No | - | - |

Tabla 4. Evaluación de los aspectos sobre los beneficios para el control de la enfermedad cardiovascular relacionados con la tenencia de AC (n =37).

| Control de la enfermedad | Nº | % |
|--|----|-----|
| Enfermedades cardiovasculares | | |
| Infartos de miocardio | 7 | 19 |
| Hipotensión arterial | 2 | 5 |
| Hipertensión arterial | 20 | 54 |
| Diabetes Mellitus | 10 | 27 |
| Obesidad | 5 | 13 |
| Hipotiroidismo | 1 | 3 |
| Otras | 8 | 22 |
| Efecto sobre el cumplimiento del tratamiento | | |
| Me quita tiempo | - | - |
| Motiva a mejor nutrición | 13 | 35 |
| Motiva a hacer ejercicios | 15 | 41 |
| Me cuida más | 37 | 100 |
| Advierte cambio de conducta en su animal de compañía si presenta síntomas de la enfermedad cardiovascular | | |
| Sí | 16 | 44 |
| No | 2 | 5 |
| No lo ha percibido | 19 | 51 |
| Toma cuidados al observar cambios de conducta en el animal (n=16) | | |
| Sí | 13 | 81 |
| No | 3 | 19 |
| Su animal de compañía le ayuda en el control de la enfermedad cardiovascular | | |
| Sí | 33 | 89 |
| No | - | - |
| No precisa | 4 | 11 |

diovascular, y 16 encuestados (44 %) respondieron que sí. Los cambios que notaban (en perros y gatos) eran: intranquilidad, nerviosismo, que no se separaban de su lado y estaban más atentos a sus dueños, ladraban o maullaban de forma especial y corrían hacia otras personas para luego regresar a su lado. De estas 16 personas, 13 (81 %) plantearon que tomaban medidas cuando notaban que sus animales cambiaban de conducta. Además, 33 (89 %) consideran que sus animales le ayudaban al control de la enfermedad cardiovascular.

Tabla 5. Evaluación de los aspectos sobre la motivación para la realización de la actividad física relacionados con la tenencia de AC (n = 12).

| Aspectos relacionados con las caminatas | Nº | % |
|---|----|-----|
| Frecuencia de las caminatas | | |
| 1 vez/semana | 1 | 8 |
| 2 – 3 veces/semana | 1 | 8 |
| Más de 4 veces/semana | 2 | 16 |
| Todos los días | 8 | 68 |
| Tiempo de las caminatas | | |
| 15 – 30 minutos | 10 | 84 |
| 30 – 60 minutos | 2 | 16 |
| Efecto de las caminatas | | |
| Estímulo importante para la realización de ejercicios | 6 | 50 |
| Ayuda a disminuir peso corporal | 4 | 33 |
| Promueve más caminatas | 8 | 68 |
| Disfruto de la compañía del animal | 12 | 100 |
| Me ayuda a mantenerme saludable | 7 | 58 |
| Me produce relajación | 3 | 25 |
| Si no fuera por mascota no lo haría | 9 | 75 |
| Es una rutina | 4 | 33 |
| Ejercicios para el animal | 1 | 8 |

Motivaciones para la realización de actividad física

Con referencia a la motivación para la realización de la actividad física, se observó que solo 12 personas (32 %) hacían caminatas con sus perros. Los 25 que no las hacían eran debido a que presentaban limitaciones físicas (16 %), consideraban que era peligroso para ellos por tener una edad avanzada (12 %), o que era riesgo

so para el animal (24 %), y el 48 % restante no pudo responder debido a que con el animal que poseían no podían realizar este tipo de actividad.

Las 12 personas que afirmaron que caminaban con sus AC (Tabla 5), realizaban esta actividad con mayor frecuencia a diario (68 %) y durante 15-30 minutos (84 %). Las principales motivaciones para la actividad física fueron disfrutar de la compañía del animal (100 %), si no fuera por el animal no lo harían (75 %), y que caminar con sus perros los ayudaba a mantenerse saludables (58 %).

DISCUSIÓN

En el estudio de León *et al.*⁷, realizado en Santa Clara, Cuba, sobre el cuidado de los AC, se obtuvo como resultado que la población de seres humanos estudiada estaba compuesta sobre todo por varones (53,3 %) y sobresalían las personas adultas jóvenes (42,7 %). Estos datos no se correspondieron con los hallados en nuestra investigación donde predominó el sexo femenino y el grupo de amas de casa y jubilados (59 %), lo cual está en correspondencia con las edades de los encuestados. Este mismo autor⁷ señala que los animales preferidos eran los perros y los gatos, lo cual sí coincidió con lo encontrado por nosotros. No obstante, es conveniente aclarar que no siempre coincide la tenencia de un animal con el que se prefiere, pues en ocasiones las personas prefieren a una especie determinada y no tienen las condiciones para ello, por lo que adoptan a otros animales.

Perdomo⁸, informó un 60 % de preferencia por los perros en personas de Mayabeque y La Habana; y Domínguez *et al.*⁹, encontraron que existían 1,83 gatos por cada núcleo familiar que visitaron en la ciudad de Matanzas. Nosotros hallamos que el grupo de personas que tenía inclinación hacia la tenencia y preferencia por los peces ornamentales eran, principalmente, mayores de 60 años, quienes expresaron que se debía al efecto relajante que les proporcionaba al contemplar las peceras y al cuidado menos complicado que estos animales necesitaban, en comparación con otras especies. Según Salama¹⁰, Gowing observó que los que tenían peces mejoraban su interés y grado de responsabilidad, y Martínez¹¹ describió que la contemplación de las actividades de los pájaros y los peces inducía un estado de relajación o ensueño, lo cual fue expresado por las personas encuestadas en nuestra investigación.

Al analizar los beneficios sobre la salud psicoemocional referido a la relación con los AC no se obtuvie-

ron respuestas negativas. Los criterios expresados por los entrevistados coinciden con los encontrados por otros autores¹²⁻¹⁴ que expresan que los animales afectivos constituían una distracción y un vehículo de expresión de afecto principalmente para los ancianos. En un mundo en el cual las relaciones con otras personas puede ser estresante y estar llena de conflictos, los animales proporcionan descanso a los seres humanos, al solo buscar la compañía de su dueño¹⁵.

Al igual que en esta investigación, Martínez¹¹ planteó que las personas que poseen AC se cuidan más, para evitar enfermarse, debido a que se sienten necesarias para su animal, pues si les faltaran, estos podían quedar desvalidos, desprotegidos y no habría quien los cuidara como ellos lo hacen.

La mayoría de los encuestados emitió criterios favorables sobre la contribución de los AC para el control de su enfermedad cardiovascular (**Anexo**), resultados que sugieren que la tenencia de estos animales puede ser de gran utilidad porque, además, algunas especies son capaces de apreciar o advertir cambios en las manifestaciones sintomatológicas de sus dueños y pueden prestar una ayuda (aviso o alerta), principalmente los que están entrenados para ese fin¹⁶.

Los efectos beneficiosos de la actividad física entre personas ancianas y AC fueron corroborados por Motooka *et al.*¹⁷, al encontrar que aquellas que caminaban con sus perros obtenían mayor beneficio para su salud. Esto demuestra que la tenencia de AC puede servir de estímulo para la realización de actividades físicas y el mantenimiento del buen estado de salud aún en personas de edad avanzada. En nuestro estudio la consideración sobre las caminatas fue emitida primordialmente por los hombres, para las mujeres adquirió importancia el hecho de cuidarse más y de nutrirse de forma adecuada, porque sentían que si les faltaban a sus animales, estos podrían sufrir. Por otra parte González y Landero¹⁸ encontraron que en el grupo de personas que consideraba al animal como un miembro de la familia (34,8 %) salía a pasear con ellos y compartían juntos actividades fuera del hogar, lo cual mostró beneficios para la salud al aumentar la motivación para la realización de actividad física.

CONCLUSIONES

La percepción de los encuestados fue que la tenencia de AC aporta importantes beneficios a la salud física y mental de los pacientes con enfermedades cardiovasculares.

RECOMENDACIONES

Que prosigan y se amplíen las investigaciones relacionadas con esta temática con el interés de diseñar y realizar estudios experimentales que evalúen, de forma objetiva, la influencia de los AC en la salud de los seres humanos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Mentzel RE, Rubún E. Origen y evolución del vínculo humano-animal. *Rev Med Vet.* 2004;85(4): 139-45.
2. Anderson WP, Reid CM, Jennings GI. Pet ownership and risk factors for cardiovascular diseases. *Med J Aust.* 1992;157(5):98-301.
3. Odendaal JS. Animal-assisted therapy - magic or medicine? *J Psychosom Res.* 2000;49(4):275-80.
4. Friedmann E, Katcher AH, Lynch JJ, Thomas S. Animals companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Rep.* 1980;95(4):307-12.
5. Friedmann E, Katcher AH, Thomas S, Lynch J, Mes- sent PR. Social interaction and blood pressure. Influence of animal companions. *J Nerv Ment Dis.* 1983;171(8):461-5.
6. Vásquez JA. Actividades y terapia asistida por animales desde la mirada del modelo de ocupación humana. *Rev Chil Ter Ocup.* 2011;11(1):29-36.
7. León MR, Silveira EA, Norman O. Evaluación del conocimiento sobre manejo y cuidado de mascotas en el municipio Santa Clara, Cuba. *REDVET* [Internet]. 2011 [citado 2013 Mar 12];11(3B):[aprox. 12 p.]. Disponible en: http://www.veterinaria.org/revistas/redvet/n030310B/0310B_DS22.pdf
8. Perdomo L. El bienestar que prodigan las mascotas. *Actas del Evento Naturaleza 2012.* La Habana, Cuba; 5 Octubre 2012.
9. Domínguez H. Características de la tenencia de la población felina en la ciudad de Matanzas. VII Congreso Internacional de Ciencias Veterinarias. La Habana, Cuba; 11-14 Abril 2011.
10. Salama I. Los animales de compañía como moduladores positivos de la salud de los mayores [Internet]. [citado 2013 Feb 4]. Argentina: Disponible en: <http://www.enplenitud.com/los-animales-de-companiia-como-moduladores-positivos-de-la-salud-de-los-mayores.html>
11. Martínez R. La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la

- atención a la diversidad. *Indivisa*. 2008;9:17-46.
12. Figueroa L. 2006. Tenencia Responsable de Mascotas Caninas en la Comuna de Pudahuel. Región Metropolitana, Chile. [Tesis de Grado]. Santiago de Chile: Universidad Iberoamericana de Ciencias y Tecnología; 2006.
 13. Jofré LR. Visita terapéutica de mascotas en hospitales. *Rev Chil Infectol*. 2005;22(3):257-63.
 14. Anzizu L, Botella L, Ferrer JC. Evaluación de una terapia asistida por animales de compañía (TAAC) en un colectivo de ancianos institucionalizados a partir del análisis del discurso de los usuarios. *Psiquiatria.com* [Internet]. 2001 [citado 2013 Mar 12];5(3): [aprox. 26 p.]. Disponible en: [http://www.psiquiatria.com/psicogeriatría/evaluación-de-una-terapia-asistida-por-animales-de-compañía-taac-en-un-colectivo-de-ancianos-institucionalizados-a-partir-del-análisis-del-](http://www.psiquiatria.com/psicogeriatría/evaluación-de-una-terapia-asistida-por-animales-de-compañía-taac-en-un-colectivo-de-ancianos-institucionalizados-a-partir-del-análisis-del-discurso-de-los-usuarios/)
 15. Cruz C. Mascotas: ¿Amigos medicinales? *Altern Psicología* [Internet]. 2009 [citado 2013 Mar 10];XIV(20): 48-57. Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/alpsi/v14n20/v14n20a05.pdf>
 16. Gutiérrez G, Granados DR, Piar N. Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Rev Col Psicol*. 2007; 16:163-84.
 17. Motooka M, Kennedy NL, Koike H, Yokoyama T. Effect of dog-walking on autonomic nervous activity in senior citizens. *Med J Aust*. 2006;184(2):60-3.
 18. González MT, Landero R. Diferencias en estrés percibido, salud mental y física de acuerdo al tipo de relación humano-perro. *Rev Col Psicol*. 2011;20(1): 75-86.

ANEXO. Principales consideraciones expresadas por los encuestados:

- **Relación con los AC:** Proporcionan amor, tranquilidad, paz, entretenimiento, son incondicionales y fieles, ayudan en los estados de enfermedad de las personas al transmitir energía y son un estímulo para seguir viviendo.
- **Relación con el medio ambiente:** Brinda un mejor conocimiento sobre las maravillas del reino animal y permite interactuar con el entorno.
- **Relación con la educación:** Necesidad de que se fomenten planes educativos con respecto al cuidado de los animales y a evitar su maltrato o abuso. Se propuso que en los círculos de abuelos, consultorios de la familia, actividades comunitarias se trate el tema del beneficio de la tenencia de AC, así como en los estudios dedicados al adulto mayor.
- **El cuestionario:** Estaba muy bien diseñado y la temática era muy interesante. Los encuestados expresaron su interés por conocer lo que piensan otras personas al respecto y opinaron que deberían realizarse más investigaciones sobre los beneficios que aportan y reciben los animales cuando conviven con los seres humanos.