



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
Psicología

LA ASOCIACIÓN DE LA TENENCIA DE MASCOTAS Y DISTINTOS
INDICADORES DE SALUD MENTAL EN ADULTOS: UNA REVISIÓN
CRÍTICA DE LITERATURA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORAS:

ALEJANDRA CAMPOS DIAZ

MARIA PIA CASTAÑEDA MEJIA

ASESORA: Mg. SUSANA ELIZABETH MAMANI GUERRA

LIMA - PERÚ

2026



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Los egresados:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	CAMPOS DIAZ, ALEJANDRA
2.	CASTAÑEDA MEJIA, MARIA PIA

(Agregar filas adicionales si hay más autores)

Pertenecientes al programa de la carrera profesional de Psicología, autores del trabajo titulado: **LA ASOCIACIÓN DE LA TENENCIA DE MASCOTAS Y DISTINTOS INDICADORES DE SALUD MENTAL EN ADULTOS: UNA REVISIÓN CRÍTICA DE LITERATURA**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el **Título Profesional** bajo la modalidad de Trabajo de Investigación.

En calidad de docentes asesores de la Universidad Peruana Cayetano Heredia:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	Mamani Guerra, Susana Elizabeth	Psicología	Asesor

Declaramos que el contenido del presente documento es original y que las citas y referencias a otros autores cumplen con las normas académicas establecidas. En ese sentido, hacemos constar que:

- El documento presenta un porcentaje de similitud de **11%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **tm:oid:::1:3666704622**; fecha de entrega: **01-10-2026**).
- Tras una revisión detallada del reporte y del contenido del trabajo en cuestión, no se han identificado indicios de plagio.
- Se certifica que el documento respeta los principios de integridad académica y cumple con los requisitos institucionales de originalidad.

Lugar y fecha: Lima, 02 de octubre de 2026

N° DNI: 72209956
ORCID: 0000-0002-5433-858X

MIEMBROS DEL JURADO

Mg. RITA SELENE ORIHUELA ANAYA

Presidente

Mg. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHAVEZ

Vocal

Mg. JENNIFER DENISSE CARRASCO TACURI

Secretaria

- *Para ti, papito, que me cuidas desde el cielo*

Alejandra Campos Díaz

- *A mi familia, por su apoyo incondicional*

María Pía Castañeda Mejía

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

- *A mis papás, por su apoyo incondicional y a María Pía por compartir conmigo esta etapa y ser mi soporte*

Alejandra Campos Díaz

- *A mi compañera y amiga Alejandra por compartir esta etapa conmigo y a mi perrita Mia, por ser inspiración*

María Pía Castañeda Mejía

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	1
METODOLOGÍA	10
1. Diseño de estudio:	10
2. Búsqueda bibliográfica	11
3. Criterios de selección	18
4. Evaluación de la calidad de las fuentes de información.....	20
5. Selección de estudios.....	28
6. Extracción y análisis de datos	32
RESULTADOS	35
DISCUSIÓN.....	64
CONCLUSIONES	76
RECOMENDACIONES	78
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	79
ANEXOS.....	

RESUMEN

Esta revisión exploró la evidencia científica sobre la tenencia de mascotas en la salud mental de adultos, incorporando 14 artículos científicos analizados entre los años 2015 y 2025, donde se utilizó una perspectiva multidimensional en el caso de la salud mental, comprendida por bienestar psicológico, estrés, soledad y sintomatología de ansiedad y/o depresión. Dichos artículos fueron elegidos mediante un procedimiento riguroso, empezando por la búsqueda en tres bases de datos, procediendo por la eliminación de duplicados y filtrado de términos no relacionados, finalizando con la evaluación de las fuentes en relación a los criterios de inclusión. Los resultados mencionan que la tenencia de mascotas no siempre se encuentra asociado a la salud mental, esto debido a la heterogeneidad de estos. En conclusión, no se puede afirmar que la tenencia de mascotas tiene o no tiene una asociación directa en la salud mental de los adultos, debido a la posible influencia de características socioculturales y personales de las mismas.

Palabras clave: tenencia de mascotas, salud mental, adultos

ABSTRACT

This review explored the scientific evidence on pet ownership in adult mental health, incorporating 14 scientific articles published between 2015 and 2025. It adopted a multidimensional perspective on mental health, encompassing psychological well-being, stress, loneliness, and symptoms of anxiety and/or depression. These articles were selected through a rigorous process, beginning with a search of three databases, followed by the removal of duplicates and filtering of unrelated terms, and concluding with the evaluation of the sources against the inclusion criteria. The results indicate that pet ownership is not always associated with mental health, due to the heterogeneity of these factors. In conclusion, it cannot be stated whether or not pet ownership has a direct association with adults' mental health, due to the possible influence of their sociocultural and personal characteristics.

Keywords: pet ownership, mental health, adult

INTRODUCCIÓN

La salud mental está directamente relacionada al bienestar y salud de la persona, ayuda a poder lidiar con las distintas adversidades que se nos presentan e influye en la manera que tenemos de relacionarnos y contribuir a nuestra sociedad; al hablar de salud mental, no se habla exclusivamente de la ausencia de trastornos mentales, se trata de un proceso que es experimentado de manera distinta por cada individuo (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2025). Tanto la salud como el bienestar son importantes para tener una vida plena, la persona tiene la posibilidad de realizarse, comprometerse socialmente y lidiar con dificultades que se presenten (OMS, 2022).

Existen diversos factores que pueden contribuir a la protección o degradación de nuestra salud mental, estos factores pueden ser individuales, familiares, comunitarios y estructurales; los factores de protección puede ser los atributos sociales y emocionales, además de las interacciones sociales positivas y un entorno donde haya cohesión comunitaria son algunas de las cosas que pueden ayudar a fortalecer la resiliencia de cada individuo y por ende, tener una mejor salud mental (OMS, 2022). Esto se evidencia en las políticas públicas de cada país cuando se busca brindar apoyo a la salud mental y psicosocial a través de programas promocionales desde la primera infancia y en las escuelas (OMS, 2025).

Por otro lado, los factores que influyen en la degradación de la salud mental pueden encontrarse en diferentes estadios de la vida y en diferentes medidas, afectando a la persona a nivel personal, familiar, social y mundial (OMS, 2025), donde se encuentran retos que la persona puede percibir como nuevos o difíciles; estos retos influyen en que la persona experimente estrés y si los niveles son altos

puede llevarla a tener problemas de salud graves (U.S. Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2025).

En relación a ello, en la encuesta del Día Mundial de la Salud Mental de Institut Públic de Sondage d'Opinion Secteur [Ipsos] (2023) se encontró que, en dicho año, el 39% de la población mundial se ausentó al trabajo a causa del estrés y el 62% señaló que, su vida diaria se había visto alterada como consecuencia de esta misma causa. En tal sentido y para la presente investigación, se considerará que la salud mental será abordada como el estado en el que la persona desarrolla sus capacidades y afronta el estrés, debido a que como se mencionó, esta va más allá de la ausencia de enfermedades y reconoce que el verdadero bienestar abarca diferentes áreas interconectadas (Steckl, 2025), teniendo como característica el bienestar emocional y la relativa ausencia de síntomas incapacitantes (Gautam et al., 2024).

Cuando se habla de tenencia de mascotas, se hace referencia a una variable dicotómica y puramente sociodemográfica que se limita a registrar la presencia o ausencia física de un animal en el hogar, a su vez, es la forma más común de vínculo humano-animal, que es definida como un vínculo dinámico y beneficioso que existe entre las personas y los animales (Scoresby et al., 2021), donde se distinguen dos tipos: a) unión no emocional, donde solo se comparte el entorno físico y b) unión emocional, haciendo referencia a un vínculo estrecho percibido en donde hay una fuente de seguridad emocional (Calvo y Calcerrada, 2021). Ello, relacionado a lo mencionado por Orlando y Chin (2025), donde en suma mencionan que la unión emocional tiene beneficios psicológicos como mejoras en la salud mental y mayor probabilidad de la realización de actividad física.

El vínculo humano-animal se refiere al vínculo social de apego que se desarrolla entre dueños y mascotas donde las conductas se ven influenciadas al bienestar de ambos (Díaz, 2020), además, posee cualidades parecidas a las de las relaciones interpersonales y se ha demostrado que los humanos y las mascotas pueden ser figuras de apego entre sí, por lo que, se ha propuesto que el término “apego” sea utilizado para medir los vínculos humano-animal debido a que pueden compartir atributos del apego entre humanos (Smolkovic et al., 2012) y ambos forman vínculos de forma comparable, con comportamientos en común (De Souza et al., 2025). Es por ello que, basado en dicha definición, la presente investigación tomará los conceptos “apego” y “vínculo” como equivalentes. Por otro lado, la relación se define como un proceso progresivo, a partir de la acumulación de interacciones a lo largo del tiempo, entendiendo interacción como evento individual (Rault et al., 2020); es por ello que, en el caso de la presente revisión, no se utilizarán dichos términos. Sin embargo, es importante mencionar que a lo largo de la revisión se ha tomado en cuenta el estudio de Wang et al. (2025), donde si se utiliza el término interacción, dado que los autores lo mencionan como equivalente a la variable vínculo humano-animal.

Es importante mencionar lo anterior debido a que, aunque la presente revisión se centra en la tenencia de mascotas como principal variable, se identificó durante el proceso de revisión que diversos estudios operacionalizan este vínculo mediante constructos como apego o interacción humano-animal. Dichos estudios fueron incluidos, ya que representan diferentes formas en que los investigadores han estudiado el vínculo humano-animal, sin embargo, únicamente fueron incluidos

para ser analizados de manera diferenciada, especificando el constructo evaluado en cada caso como se muestra en la siguiente tabla.

Constructo	Definición Operacional
Tenencia de mascotas (variable principal)	Presencia o ausencia de mascotas
Vínculo humano-animal	Vínculo social de apego que se desarrolla entre dueños y mascotas
Apego a la mascota	Dimensión del vínculo humano-animal
Interacción con la mascota	Conductas o frecuencia de contacto con la mascota

Tradicionalmente, los humanos han tenido interacción con otros humanos y otras especies no humanas con las que han establecido vínculos que han jugado un papel importante en la supervivencia y evolución. Los estudios han demostrado que estos vínculos, especialmente los que se establecen con animales domésticos, son el resultado de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales, donde no se puede categorizar fácilmente como positivas o negativas, sino que pueden ser variables y tener diferentes matices. Se considera que los niveles funcionales de empatía, apego y la humanización de animales pueden impulsar la preocupación por el bienestar animal y fomentar vínculos positivos con ellos, lo que se propone como un punto en común con algunos estudios donde se muestran que cuando las personas forman fuertes vínculos afectivos con sus animales de compañía, manifestando apego, llegan a considerarlos miembros de su familia o incluso hijos (Prato-Previde et al., 2022).

La Teoría del Apego sugiere que el apego es un comportamiento que comienza al nacer pero que se presenta a lo largo de toda la vida y es la base de las

interacciones sociales con las personas significativas de nuestra vida, además de tener las funciones de base segura y refugio seguro, esta última se activa en contextos de estrés, promoviendo proximidad y búsqueda de consuelo (Bowlby, 1988), además de estar presente y haber sido documentada en el vínculo humano-animal, mostrando, que al existir separación, hay comportamientos como búsqueda de proximidad, contacto físico y atención intensificada; esto sugiere la activación del sistema de apego (De Souza et al., 2025).

Por otro lado, Netting et al. (1987) plantearon que la Teoría del Intercambio Social, aquella teoría que menciona que los vínculos y relaciones humanas se mantienen cuando se perciben costos y beneficios, donde hay más beneficios que costos o donde ambos se mantienen equilibrados, puede ser utilizada para explicar los vínculos entre humanos y animales teniendo en cuenta los aspectos positivos y negativos de la tenencia de mascotas (Dwyer et al., 2006).

En suma a lo mencionado por anteriores autores, un punto de convergencia refiere que la tenencia de mascotas se asocia con una mayor actividad física en las personas, y con una mayor socialización con sus familias y comunidades (Kassem, et al., 2024), lo cual se asocia con el fortalecimiento de la salud mental de acuerdo a la OMS (2022). Relacionado a lo mencionado por Hugues, et al. (2022), los animales son percibidos por los adultos como compañeros en la soledad, relacionados también con el bienestar, el entretenimiento, la motivación por cuidar mejor de su salud, así como ayudando a liberar estrés, tensiones, y contribuyendo a la comunicación familiar. Así como Langgartner et al. (2025), donde se menciona que la tenencia de mascotas se asocia con un menor nivel de estrés, reduciendo la

probabilidad de padecer patologías derivadas del mismo y procesos de inflamación crónica a lo largo de la vida.

A partir de los antecedentes del tema planteado, se ha percibido una notoria diferenciación epistemológica. En este sentido, se han identificado diversos factores que podrían ser influyentes en las variantes de la evidencia, los cuales, a su vez han sido señalados por los autores revisados. Entre los principales factores se encuentran las características individuales de las personas como rasgos de personalidad o estilos de vida; así como aspectos contextuales como el ámbito socioeconómico (Gillet et al., 2025) o espacio de la vivienda; o finalmente ámbitos relacionales como las redes de apoyo. De manera similar, autores como Hansen et al. (2024) mencionan que una posible causa de una repercusión negativa por tenencia de mascotas se puede ver relacionado a problemas psicosociales como una red social disfuncional.

Es por ello que, tras un análisis crítico y el contraste de los antecedentes, nace el vacío de conocimiento existente, el cual surge de una inconsistencia conceptual y metodológica. Por un lado, la literatura psicométrica reporta una correlación entre la tenencia de mascotas y la reducción de estrés Hugues, et al. (2022), viéndolo como un beneficio de la tenencia. Así como, por otro lado existen estudios que contradicen estos hallazgos al no encontrar diferencias significativas en la salud mental de adultos con o sin mascotas, e incluso que asocian significativamente la tenencia de mascotas con mayores niveles de soledad longitudinalmente (Hansen et al., 2024). Al contrastar estas posturas, se observa que los antecedentes presentan resultados divergentes respecto a la asociación entre la tenencia de mascotas y la salud mental en adultos. Esto podría deberse a que la

mayoría de los estudios ha analizado esta asociación de manera general, planteando que la presencia física del animal podría estar asociada con determinados resultados, sin considerar adecuadamente variables que podrían influir en ella, como la carga económica que implica el cuidado de la mascota o el estado previo de salud mental del cuidador. En consecuencia, el vacío de conocimiento no radica en la falta de investigaciones sobre el tema, sino en la ausencia de una evaluación que integre la polarización, descifrando el por qué y bajo qué condiciones contextuales los antecedentes arrojan conclusiones diferentes sobre la salud mental en adultos.

Por lo que, surge el problema científico que justifica esta revisión crítica. Puesto que, a pesar de ser un tema de interés creciente en la comunidad científica, probablemente debido a la creciente humanización de las mascotas (Prato-Previde et al., 2022), y la proliferación de estudios que sugieren una consecuencia positiva de las mascotas en los humanos; se ha notado una profunda fragmentación en el conocimiento, y por ende evidencia, del tema en la última década. Los estudios actuales alternan entre los beneficios psicológicos que el animal de compañía podría tener en sus respectivos dueños, por ejemplo, al destacar su implicación en el apoyo social, reduciendo la ansiedad y el estrés (Hawkins et al., 2024); así como, estudios emergentes que reportan resultados nulos, contradictorios e incluso perjudiciales para la salud mental, vinculados por ejemplo a las exigencias psicológicas y prácticas del cuidado, desafíos económicos o el duelo por pérdida (Gillet et al., 2025).

De la misma forma, la justificación de este estudio se ve inmersa en la importancia de recopilar y esclarecer la información que existe para validar o refutar

el papel de la tenencia de mascotas frente a distintos indicadores de la salud mental en adultos, lo que puede servir de orientación para futuras investigaciones o intervenciones. De igual forma, conocer si la tenencia de mascotas constituye un factor asociado a la salud mental, y en qué forma, puede contribuir a identificar elementos protectores que favorezcan la prevención de problemas de salud mental, así como el diseño de estrategias de promoción.

La presente revisión de literatura aportó al campo de la salud mental al sistematizar y analizar críticamente la evidencia científica existente sobre la asociación entre la tenencia de mascotas y la salud mental. La cual no fue utilizada como concepto global, sino que se consideró bajo una perspectiva multidimensional, que estuvo comprendida por a) bienestar psicológico (como componente positivo) y b) componentes de malestar, refiriéndonos en este caso en sintomatología de ansiedad y/o depresión, estrés y/o soledad. Esta diferenciación permitirá observar si la tenencia de mascotas tiene asociaciones diferentes sobre el bienestar psicológico y la reducción del malestar.

Con respecto al diseño metodológico, una revisión crítica de literatura constituye el modelo idóneo para responder a la presente problemática debido a que su propósito no sólo se enfoca en una recopilación o descripción de datos que caracteriza a otros formatos de revisión, si no que aporta el valor agregado del análisis crítico, incluyendo la perspectiva conceptual y metodológica de la evidencia disponible (Manterola et al., 2023). Mientras que, por ejemplo, una revisión narrativa aceptaría sin cuestionamientos los resultados fragmentados sobre el vínculo humano-animal, la revisión crítica interroga activamente los sesgos de

diseño, y las contradicciones conceptuales de las investigaciones previas. Este diseño metodológico permite desmontar y analizar la idea de que tener una mascota siempre mejora la salud mental. Para ello, identifica y pone en evidencia los factores que pueden influir en esta asociación. Así, teniendo como producto final no solo una recapitulación de estudios previos, si no, una interpretación integrada y con ello, una apertura a nuevas rutas teóricas para la psicología.

Por ello, esta investigación tuvo como objetivo general, analizar la asociación entre la tenencia de mascotas y distintos indicadores de salud mental en población adulta de acuerdo a la literatura encontrada; para alcanzar dicho objetivo, en primer lugar, se describió el tipo de asociación en la tenencia de mascotas en la salud mental de aquellos adultos que tienen mascotas y aquellos adultos que no tienen mascotas y en segundo lugar, se analizaron las herramientas de evaluación utilizadas para medir la salud mental en adultos con mascotas; todo ello, de acuerdo a la literatura encontrada.

De acuerdo a lo planteado, se ideó la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué evidencia científica se reporta sobre la asociación que tiene la tenencia de mascotas en la salud mental en adultos?

METODOLOGÍA

1. Diseño de estudio:

El siguiente estudio fue un estudio teórico, es decir, un trabajo que recopiló información sobre los avances en la teoría o metodología del tema a investigar y no se recopiló datos empíricos originales (Ato et al., 2013), por lo tanto, solo se analizó la información existente de acuerdo al tipo de revisión.

En este caso, se realizó una Revisión Crítica de Literatura, que, de acuerdo a Taherdoost (2023), es un resumen y análisis que se realiza a la literatura relacionada con el tema que se quiere investigar, donde se busca evaluar de manera crítica la efectividad y calidad de los recursos utilizados (Manterola et al., 2023), en este caso, artículos científicos.

Dentro de la revisión, se busca identificar los hallazgos más relevantes con respecto al tema de interés, comparando y examinando cada uno de ellos, de acuerdo a un criterio, para poder encarnar la teoría que se busca validar o derivar a una nueva (Taherdoost, 2023), en este caso, se utilizó la Tabla de Criterios Metodológicos (Tabla 1), que se muestra más adelante para contrastar la evidencia recopilada.

El diseño de la revisión crítica de literatura resultó fundamental para responder de forma sistemática a los objetivos específicos planteados en esta investigación a través de un análisis interpretativo de los datos hallados. Para el primer objetivo específico, describir el tipo de asociación de la tenencia de mascotas en la salud mental de aquellos adultos que tienen mascotas y aquellos adultos que no tienen mascotas, el diseño documental permitió poder analizar cómo los tipos de asociaciones difirieron dependiendo del indicador de salud mental que se medía con

la presencia o ausencia de mascotas de cada estudio. Con respecto al segundo objetivo, centrado en analizar las herramientas de evaluación utilizadas para medir la salud mental en adultos con mascotas, las propiedades del diseño facilitaron evaluar la validez y confiabilidad de las escalas utilizadas, permitiendo identificar si son válidas o solo traducidas en los países aplicados.

2. Búsqueda bibliográfica

La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos Scopus, ProQuest y PubMed, debido a que contiene publicaciones científicas especializadas en el área de psicología y ciencias sociales.

Se emplearon investigaciones en inglés, incluyendo variantes terminológicas de acuerdo a cada variable de interés. Para la variable de “tenencia de mascotas”, se utilizaron los términos “pet ownership”, “dog ownership”, “cat ownership” y “companion animal”. Para salud mental se consideró “mental health”, “depression”, “anxiety”, “stress, psychological”, “loneliness” y “well-being”.

Con fines de obtener evidencia contemporánea, se ha delimitado la búsqueda científica a los años 2015-2025. Cabe considerar que no se usaron variables como "terapia asistida por animales" ya que los mecanismos involucrados en la salud mental son distintos.

Para una revisión crítica sobre la asociación entre la tenencia de mascotas y la salud mental, la estrategia de búsqueda fue lo suficientemente amplia para capturar variables como sintomatología de ansiedad, depresión y bienestar, y lo suficientemente específica para filtrar estudios en adultos. En tal sentido, la estructura técnica de búsqueda utilizada ha empleado operadores booleanos,

descriptores controlados (MeSH) y términos de lenguaje libre. Así se tuvo la siguiente cadena de búsqueda final: (("Pets"[Mesh] OR "Pet ownership" OR "Companion animal" OR "Dog ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health"[Mesh] OR "Depression" OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness")) AND ("Adult"[Mesh] OR "Adults")) NOT ("Veterinary Medicine" OR Veterinary* OR "Animal Disease*" OR "Animal Behavior" OR Livestock OR Cattle OR Equine).

A continuación, se muestra la estrategia de búsqueda utilizada, de acuerdo a cada base de datos y la fase de búsqueda realizada:

Scopus

Primera fase

(Pets OR Pet ownership OR Companion animals OR Dog ownership OR Cat ownership) AND (Mental Health OR Depression OR Anxiety OR Stress , Psychological OR Well-being OR Loneliness) AND (Adult OR Adults) NOT ("Veterinary Medicine" OR Veterinar* OR "Animal Disease*" OR "Animal Behavior" OR Livestock OR Cattle OR Equine) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , "English") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Spanish")) AND (LIMIT-TO (OA , "all")) AND (LIMIT-TO (PUBSTAGE , "final")) AND (EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Aged, 80 And Over") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Very Elderly") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Child") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Adolescent") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Older Adults") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Dementia") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Animal Assisted Therapy") OR EXCLUDE

(EXACTKEYWORD , "Cohort Analysis") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Posttraumatic Stress Disorder") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Mental Disease") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Schizophrenia") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Psychosis") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Leisure") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Urban Population") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Diabetes Mellitus") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Autism") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Animal-assisted Therapy") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Cerebrovascular Accident") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Demography")) AND PUBYEAR > 2015 AND PUBYEAR < 2025

Segunda fase

(("Pets" Mesh OR "Pet ownership" OR "Companion animal" OR "Dog
 ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health" Mesh OR "Depression"
 OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness")
 AND ("Adult" Mesh OR "Adults")) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar"))
 AND (LIMIT-TO (PUBSTAGE , "final")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE ,
 "English")) AND (LIMIT-TO (OA , "all")) AND (EXCLUDE (SUBJAREA ,
 "AGRI") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "ENVI") OR EXCLUDE (SUBJAREA ,
 "BIOC") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "COMP") OR EXCLUDE
 (SUBJAREA , "IMMU") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "PHAR") OR
 EXCLUDE (SUBJAREA , "ENER") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "PHYS")
 OR EXCLUDE (SUBJAREA , "ECON") OR EXCLUDE (SUBJAREA ,

"CENG") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "CHEM") OR EXCLUDE
 (SUBJAREA , "MATH") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "EART") OR
 EXCLUDE (SUBJAREA , "DECI") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "MATE")
 OR EXCLUDE (SUBJAREA , "BUSI") OR EXCLUDE (SUBJAREA , "VETE")
 OR EXCLUDE (SUBJAREA , "ENGI") OR EXCLUDE (SUBJAREA ,
 "MEDI")) AND (EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Aged, 80 And Over") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Veterinary Medicine") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Clinical Article") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Very Elderly") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Veterinarian") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Animal-assisted Intervention") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Autism Spectrum Disorder") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Awareness") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Child, Preschool") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Cognitive Defect")
 OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Alcohol Consumption") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Animal Behavior") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Animal Care") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Educational Status") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Gender") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Horse") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Leisure") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Therapy") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Treatment Outcome") OR
 EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Animal Model") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Animal-assisted Therapy") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Randomized Controlled Trial") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Preschool Child") OR EXCLUDE

(EXACTKEYWORD , "Disease Severity") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Older Adults") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Posttraumatic Stress Disorder") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD ,
 "Systematic Review") OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Veterinarians")
 OR EXCLUDE (EXACTKEYWORD , "Autism") OR EXCLUDE
 (EXACTKEYWORD , "Self Report")) AND PUBYEAR > 2015 AND
 PUBYEAR < 2025

Proquest

Primera fase

title("Pets" OR "Pet ownership" OR "Companion animals" OR "Dog
 ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health" [Mesh] OR "Depression"
 OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness")
 AND ("Adult" OR "Adults") NOT (older people AND mental disorders AND
 veterinary medicine AND mortality AND children & youth AND children AND
 chronic illnesses AND systematic review AND disease transmission AND diabetes
 AND microorganisms AND cancer AND microbiota AND veterinarians AND
 bacteria AND health risk assessment AND nutrition AND pathogens AND robotics
 AND severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 AND teenagers AND
 assistance animals AND child development AND cohort analysis)

(Artículo principal) NOT (Reseña/Revisión AND Noticias AND Estudio de
 caso AND Comentario AND Revisión de literatura AND Informe AND Editorial)

Límites adicionales - Fecha: Desde January 01 2015 hasta December 31
 2025

Segunda fase

("Pets" [Mesh] OR "Pet ownership" OR "Companion animal" OR "Dog ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health" [Mesh] OR "Depression" OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness") AND ("Adult" [Mesh] OR "Adults")

FILTROS: (Scholarly Journals OR Trade Journals) NOT (Wire Feeds AND Dissertations & Theses AND Reports AND Books AND Newspapers AND Blogs, Podcasts, & Websites AND Magazines AND Other Sources AND Working Papers AND Conference Papers & Proceedings AND Audio & Video Works)

(dogs OR pets OR animals OR mental health OR well being OR anxiety OR quality of life OR loneliness OR stress) NOT (pharmaceutical industry AND industry analysis AND industrywide conditions AND market analysis AND older people AND fda approval AND astrazeneca AND cancer therapies AND patients AND eli lilly & co AND pharmaceutical sciences AND pfizer inc AND mental disorders AND clinical trials AND intervention AND bristol-myers squibb co AND amgen inc AND systematic review AND veterinary medicine AND animal welfare AND abbvie inc AND gsk plc AND johnson & johnson AND children & youth AND collaboration AND vaccines AND diabetes AND disease AND oncology AND families & family life AND children AND animal assisted therapy AND aging AND asthma AND infections AND pediatrics AND pharmaceuticals AND population AND drug dosages AND chronic illnesses AND physiology AND animal cognition AND medical research AND laboratories AND dementia AND lung cancer AND disease prevention AND obesity AND alzheimer's disease AND

metastasis AND qualitative research AND manufacturing AND risk factors AND mortality AND epidemiology AND multiple myeloma AND cardiovascular disease AND chemotherapy AND zoonoses AND literature reviews AND veterinarians AND earnings per share AND gender AND households AND animal behavior AND diet AND disease transmission AND animal training AND domestication AND animal shelters AND decision making AND livestock AND pet supplies AND physical fitness AND proteins AND severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 AND fatty acids AND feces AND heart rate AND education AND employees AND neighborhoods AND nutrients AND pet food AND post traumatic stress disorder AND shelter in place AND urban areas AND walking AND demography AND ecosystems AND guide dogs AND housing AND laboratory animals AND metabolites AND training AND climate change AND fermentation AND ingredients AND microbiota)

(Artículo principal) NOT (Reseña/Revisión AND Noticias AND Estudio de caso AND Comentario AND Revisión de literatura AND Informe AND Editorial)

(Inglés OR Español) NOT (Francés AND Alemán AND Turco)

Límites adicionales - Fecha: Desde 2015 hasta 2025

PubMed

Primera fase

(Pets[Mesh] OR Pet ownership OR Companion animal OR Dog ownership OR cat ownership) AND (Mental Health [Mesh] OR Depression OR Anxiety OR Stress, Psychological OR Well-being OR Loneliness) AND (Adult [Mesh] OR Adults) NOT ("Veterinary medicine" OR Veterinary OR Animal Disease OR

"Animal Behaviour" OR geriatric OR older people OR older adults). Filters applied: Abstract, Free full text, Full text, English, Spanish, Adult: 19-44 years, Middle Aged: 45-64 years, Exclude preprints

Segunda fase

((("Pets"[MeSH Terms] OR "Pet ownership"[All Fields] OR "Companion animal"[All Fields] OR "Dog ownership"[All Fields] OR "Cat ownership"[All Fields]) AND ("Mental Health"[MeSH Terms] OR "Depression"[All Fields] OR "Anxiety"[All Fields] OR "stress psychological"[All Fields] OR "Well-being"[All Fields] OR "Loneliness"[All Fields]) AND ("Adult"[MeSH Terms] OR "Adults"[All Fields])) AND ((ffrft[Filter]) AND (excludepreprints[Filter]) AND (2015/1/1:2025/12/31[pdat]) AND (english[Filter] OR spanish[Filter]) AND (alladult[Filter] OR youngadult[Filter] OR adult[Filter] OR middleagedaged[Filter] OR middleaged[Filter]))

3. Criterios de selección

En cuanto a los criterios de elegibilidad, se delimitaron las investigaciones a los siguientes criterios:

a. Criterios de Inclusión

Se incluyeron los estudios que presentaban población adulta (18 a 64 años) sin distinción de país, en el caso de incluir varios grupos etarios, solo fueron incluidos aquellos estudios que presentaban resultados de manera segregada y analizable de forma independiente, de lo contrario el estudio fue excluido; además, se incluyeron estudios empíricos de tipo correlacional, asociativo, comparativo o

predictivo, incluyendo los diseños transversales o longitudinales que utilizaron metodología cuantitativa o mixta (cuantitativa y cualitativa), investigaciones que analizaron la tenencia de mascotas (perros y gatos principalmente) y su asociación con indicadores de salud mental (bienestar, estrés, soledad y/o síntomas de ansiedad y/o depresión) y, en el caso de investigaciones que hayan medido variables de salud física o biológica, solo se extrajeron y analizaron críticamente los datos correspondientes a los indicadores de salud mental definidos en esta revisión; también se incluyeron investigaciones publicadas entre los años 2015 y 2025 en inglés y que sean artículos originales publicados en revistas indexadas.

b. Criterios de Exclusión

Se descartaron investigaciones que presentaron población clínica, es decir, sujetos con diagnósticos previos de trastornos mentales severos, discapacidades de desarrollo o que asistan a terapias asistidas con animales; grupos etarios específicos como niños, adolescentes o adultos mayores, debido a que sus dinámicas de apego y necesidades de salud mental difieren del adulto promedio; intervenciones específicas como terapia asistida con animales (TAA), animales de servicio o perros de asistencia, ya que las consecuencias de una intervención profesional es distinto al de la tenencia cotidiana; diseños no elegibles como revisiones sistemáticas, estudios de casos o tesis para la obtención de algún grado académico y estudios que solo tengan metodología cualitativa, debido a que se buscó garantizar la homogeneidad en la comparación de estudios, al poder contrastar directamente la validez interna y los sesgos metodológicos de las escalas cuantitativas analizadas; estudios con instrumentos de elaboración propia, es decir, como criterio de control

de calidad, se excluyeron estudios que hayan utilizado encuestas de elaboración propia sin procesos reportados de validación o confiabilidad, asegurando que los resultados provinieron de escalas estandarizadas con evidencias de coeficientes de confiabilidad, como alfa de Cronbach (< 0.70) u Omega de McDonald (< 0.80).

4. Evaluación de la calidad de las fuentes de información

Para garantizar la solidez de este análisis, los estudios seleccionados pasaron por una evaluación crítica que determinó su pertinencia y rigor metodológico. En este proceso, se examinaron elementos fundamentales para la revisión:

- **Diseño:** Se evaluó si el estudio es correlacional o asociativo. En el tema de mascotas, se valoró positivamente si el diseño propuso la correlación o asociación
- **Muestra:** La muestra se limitó a un grupo específico, adultos y se valoró si la muestra era representativa o si era muy pequeña.
- **Instrumentos:** La revisión crítica no consideró estudios que usen encuestas no validadas, ya que restaban comparabilidad a los indicadores de salud mental.
- **Coherencia Técnica:** Se evaluó que el autor no sobreinterpretara datos, es decir, si existió alineación entre la pregunta de investigación, los resultados presentados y las conclusiones realizadas por el autor.

La examinación de estos elementos se realizó a través de una tabla de criterios metodológicos que puntuaba del 0 al 2 los parámetros establecidos para cada criterio de evaluación.

Tabla 1

Tabla de criterios metodológicos

Criterio de evaluación	Parámetros de calidad (Checklist)	Puntuación sugerida (0-2)
Diseño de Investigación	¿El diseño es apropiado para el objetivo?	0: Inadecuado 1: Con limitaciones 2: Riguroso
Muestra y Muestreo	¿El tamaño de la muestra es representativo? ¿Se describen criterios de inclusión/exclusión y características sociodemográficas de los adultos participantes?	0: Sesgada/Pequeña 1: Aceptable 2: Representativa
Instrumentos de Medición	¿Se utilizaron escalas validadas para medir salud mental y el apego a la mascota?	0: No validados 1: Solo algunos 2: Altamente fiables
Coherencia Técnica	¿Existe alineación entre la pregunta de investigación, los resultados presentados y las conclusiones?	0: Sin coherencia 1: Coherencia parcial 2: Total coherencia

A continuación, se muestran los puntajes asignados a cada estudio por las investigadoras teniendo en cuenta los criterios de evaluación.

Tabla 2*Tabla de puntuación de calidad por estudio*

N°	Autor	Criterio de evaluación	Puntaje obtenido en la tabla de criterios metodológicos				
			Puntaje de Investigadora 1	Puntaje total Investigadora 1	Puntaje de Investigadora 2	Puntaje total Investigadora 2	Promedio total de ambas investigadoras
1	Damberg y Frömbling	Diseño de Investigación	1	6	1	5	5.5
		Muestra y muestreo	1		0		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
2	Denis-Robichaud, J., Aenishaenslin, C., Richard, L., Desmarchelier, M., & Carabin, H	Diseño de Investigación	2	7	2	7	7
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	1		1		
		Coherencia técnica	2		2		

3	Ellis, A., Stanton, S. C. E., Hawkins, R. D., & Loughnan, S.	Diseño de Investigación	1	7	1	7	7
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
4	Endo, K., Mutoh, A., Ogawa, K., & Satoh, M.	Diseño de Investigación	1	6	1	6	6
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	1		1		
		Coherencia técnica	2		2		
5	Goh, Y. X., Shi Quan, T. J., Syn, N. L., Tan Beverley, S. W., Low, J. Y., Han, F. Y., . . . Yee Mun, Y. F.	Diseño de Investigación	1	7	1	6	6.5
		Muestra y muestreo	2		1		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		

6	Hawkins, R. D., Ellis, A., & Robinson, C.	Diseño de Investigación	1	7	1	6	6.5
		Muestra y muestreo	2		1		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
7	Lass-Hennemann, J., Schäfer, S.,K., Sopp, M. R., & Michael, T.	Diseño de Investigación	1	7	1	6	6.5
		Muestra y muestreo	2		1		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
8	Li & Wong	Diseño de Investigación	1	7	1	7	7
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		

9	Miyake, H., Inoue, Y., Okazaki, H., Miyamoto, T., Eguchi, M., Kochi, T., Kabe, I., Tomizawa, A., Fukunaga, A., Yamamoto, S., Konishi, M., Dohi, S., & Mizoue, T.	Diseño de Investigación	1	6	1	6	6
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	1		1		
		Coherencia técnica	2		2		
10	Northrope, K., Ruby, M. B., & Howell, T. J.	Diseño de Investigación	1	7	1	6	6.5
		Muestra y muestreo	2		1		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
11	Orlando y Chin	Diseño de Investigación	1	7	1	7	7
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		

12	Tan, J. S. Q., Fung, W., Tan, B. S. W., Low, J. Y., Syn, N. L., Goh, Y. X., & Pang, J.	Diseño de Investigación	1	7	1	6	6.5
		Muestra y muestreo	2		1		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	2		2		
13	Wang, Y., Tsai, C., & Liu, C.	Diseño de Investigación	1	6	1	4	5
		Muestra y muestreo	2		0		
		Instrumentos de medición	2		2		
		Coherencia técnica	1		1		
14	Zhao, J., Koohsari, M. J., Li, J., Luo, Y., Kaczynski, A. T., McCormack, G. R., . . . Hanibuchi, T.	Diseño de Investigación	1	6	1	6	6
		Muestra y muestreo	2		2		
		Instrumentos de medición	1		1		
		Coherencia técnica	2		2		

Como se puede visualizar en el cuadro, las puntuaciones asignadas a los estudios oscilan entre 5 y 7, siendo la investigación de Wang et al. (2025) la que tiene menor puntaje y las de Denis-Robichaud et al. (2022), Ellis et al. (2024), Li & Wong(2021) y Orlando y Chin (2025), lo que muestra que hay una diferencia en el puntaje obtenido, sin embargo, esto no muestra que un estudio sea mejor que otro, debido a que todos han sido hallados a partir de la estrategia de búsqueda y destacan en sus respectivas muestras o metodología.

5. Selección de estudios

La búsqueda bibliográfica se realizó en dos fases durante el mes de mayo del año 2026, con el fin de evitar la pérdida de información valiosa por la rigidez de la búsqueda. En la primera fase, se realizó la estrategia de búsqueda: (("Pets"[Mesh] OR "Pet ownership" OR "Companion animal" OR "Dog ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health"[Mesh] OR "Depression" OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness")) AND ("Adult"[Mesh] OR "Adults")) NOT ("Veterinary Medicine" OR Veterinary* OR "Animal Disease*" OR "Animal Behavior" OR Livestock OR Cattle OR Equine).

Se obtuvieron un total de 302 registros que fueron exportaron en formato RIS (Research Information Systems) y se añadió a Zotero con el fin de poder realizar un mejor filtrado de fuentes bibliográficas.

Tras la eliminación de artículos duplicados, se obtuvo un total de 287 registros y luego se realizó un descarte manual de términos que no estaban relacionados con nuestro tema, estos fueron: bio, patient, child, abuse, adolescent, veterinary, autism, teen, older, systemic review, disorder, dementia, robots, neuro, gender, review, therapy, environment, analysis, cell, animal (artículos no relacionados a tenencia de mascotas), interaction, psych (artículos no relacionados a estudios sobre salud mental y tenencia de mascotas), stress (artículos no relacionados con estrés y tenencia de mascotas), quality y home.

Tras el filtrado de estos términos, se obtuvo un total de 49 registros, de los cuales, fueron examinados uno por uno y se descartaron 24 debido a no estar relacionados con las variables utilizadas, teniendo un total de 25 registros.

Se utilizó la Tabla de criterios metodológicos (Tabla 1) para verificar los registros restantes; esta evaluación se realizó por las investigadoras de manera independiente y luego se contrastó los análisis realizados y se llegó a un consenso, donde se descartaron 5 debido a que no cumplían con la población o muestra requerida y 14 debido a la metodología utilizada, resultando en un total de 6 artículos incluidos para la revisión crítica final.

Sin embargo, se consideró que la muestra de estudios era muy pequeña para la revisión crítica de literatura, por lo que, para la segunda fase, se cambió la estrategia de búsqueda de las bases de datos, eliminando el operador NOT, para garantizar una mayor amplitud en la búsqueda.

Estrategia de búsqueda de la segunda fase: (("Pets"[Mesh] OR "Pet ownership" OR "Companion animal" OR "Dog ownership" OR "Cat ownership") AND ("Mental Health"[Mesh] OR "Depression" OR "Anxiety" OR "Stress, Psychological" OR "Well-being" OR "Loneliness") AND ("Adult"[Mesh] OR "Adults"))

Al realizar el cambio, la búsqueda bibliográfica obtuvo un total de 668 registros. Estos registros, al igual que en la primera fase, se exportaron en formato RIS (Research Information Systems) y se añadió a Zotero con el fin de poder realizar un mejor filtrado de las fuentes bibliográficas.

Tras la eliminación de artículos duplicados, se obtuvo un total de 624 registros y se repitió el proceso de descarte manual de términos no relacionados al tema, dichos términos fueron: bio, patient, child, abuse, adolescent, veterinary, autism, teen, older, review, disorder, dementia, systematic, robots, neuro, therapy, abstract, conference, diet, analysis, congress, gender, environment, cell, animal

(artículos no relacionados a tenencia de mascotas), population, interaction, psych (artículos no relacionados a estudios sobre salud mental y tenencia de mascotas), stress (artículos no relacionados con estrés y tenencia de mascotas), home, place, society, guide, dog (artículos no relacionados a tenencia de perros) y perception.

Tras el filtrado de estos términos, se obtuvo un total de 56 registros, de los cuales, fueron examinados uno por uno y se descartaron 29 debido a no estar relacionados con las variables utilizadas, teniendo un total de 27 registros.

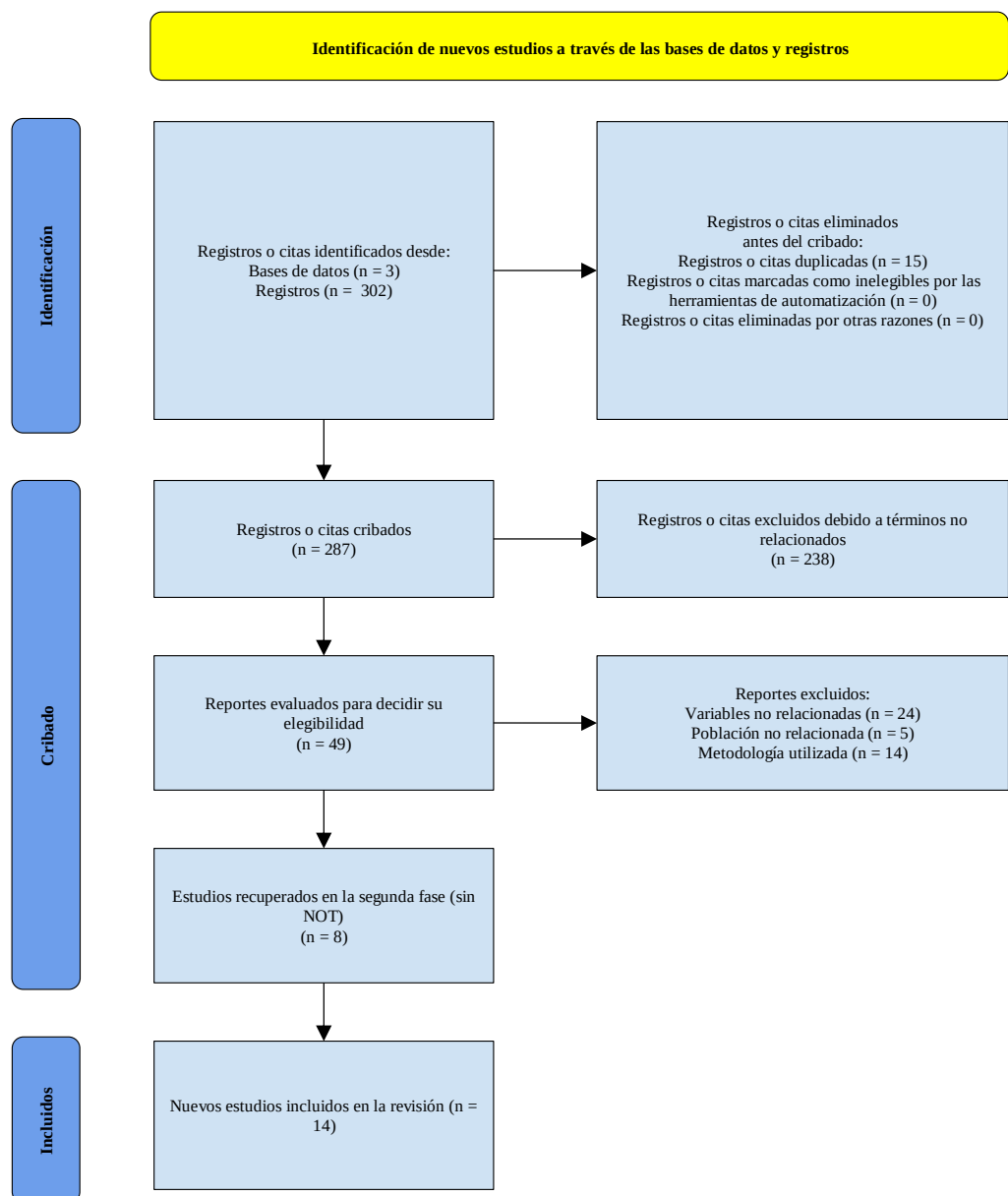
Se utilizó la Tabla de criterios metodológicos (Tabla 1) para verificar los registros restantes; esta evaluación se realizó por las investigadoras de manera independiente y luego se contrastó los análisis realizados y se llegó a un consenso, donde se descartaron 5 debido a que no cumplían con la población requerida, 7 debido a la metodología utilizada y 1 debido a que no era de libre acceso, resultando en un total de 14 artículos incluidos para la revisión crítica final (Figura 1), incluidos los 6 artículos que se encontraron en la primera fase.

La Declaración PRISMA se utiliza como un estándar internacional de transparencia, rigor y replicabilidad, ya que está diseñada para recomendar la presentación de revisiones sistemáticas a través de 27 puntos recomendados, con informes y ejemplos por cada uno de ellos, con el fin de poder brindar una presentación más completa de las revisiones (Page et al., 2021). En la presente investigación se usaron directrices de PRISMA, a pesar de ser una revisión crítica de literatura, con el fin de poder plasmar el número exacto de registros identificados, cribados, elegibles e incluidos en la presente revisión, mostrando que no han sido incluidos por arbitrariedad o sesgo de conveniencia de las tesis, sino que han seguido un proceso riguroso, transparente y replicable de búsqueda y selección,

proporcionando una base de registros limpia y legítima sobre la que se ha realizado el análisis interpretativo, la discusión teórica y la fiscalización conceptual propios de una revisión crítica.

Figura 1

Diagrama de flujo de los registros recopilados



6. Extracción y análisis de datos

Inicialmente, se organizó la información obtenida por parte de los estudios en una matriz de Microsoft Excel (Anexo 2), con el fin de poder analizar la información de manera ordenada. Dentro de esta, se observaron los datos más relevantes tales como: autor(es), año de publicación, país de procedencia, objetivo general, muestra, diseño de estudio, metodología, instrumentos utilizados para medir salud mental y vínculo con mascotas y resultados estadísticos en relación a ambas variables. Segundo, se realizó el contraste entre los estudios con el fin de poder identificar similitudes y diferencias entre los diversos estudios, resaltando sus puntos de acuerdos y discrepancias estadísticas; este proceso fue realizado por las investigadoras de manera independiente, luego se contrastó la información recabada y se llegó a un consenso sobre la misma para poder resolver las discrepancias y unificar la postura con respecto a cada estudio.

Todo ello con el fin de examinar de manera transversal las tendencias de la última década, como por ejemplo, el cambio de medir la “tenencia” a evaluar “calidad de vínculo” con respecto a las mascotas, permitiendo identificar los vacíos de conocimiento, evidenciando la necesidad de controlar variables mediadoras como el nivel socioeconómico y la carga de cuidado que presentan las personas con respecto a sus mascotas.

De esta manera, el presente estudio no es una mera acumulación de resúmenes, sino una recopilación interpretativa y analítica que responde a la pregunta de investigación.

7. Consideraciones éticas:

El presente estudio tuvo como único objetivo y base el proceso de examinar y evaluar los datos e información encontrada en los artículos científicos que ya han sido divulgados por revistas científicas y repositorios académicos. En consecuencia, al tratarse de una revisión crítica de la literatura, no fue necesario realizar procesos de reclutamiento de participantes ni de recolección de datos, ya que la investigación no involucró la participación de personas.

No obstante, ello no exime a la revisión del cumplimiento de los principios éticos fundamentales, por lo cual, se cumplió con la culminación de la capacitación “Conducta Responsable en Investigación- F3” (CITY Program). Adicional a ello, la investigación pasó por un proceso de revisión y registro en la Dirección Universitaria de Asuntos Regulatorios de la Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, quienes mencionaron, que debido a sus características, no requiere evaluación por el Comité Institucional de Ética en Investigación en Humanos, ni por el Comité Institucional de Ética para Uso de animales.

Ello no excluye que las bases y pilares de este estudio estuvieron enfocados en la integridad y honradez académica, así como rigurosidad y respeto a la autoría. Por lo que, se aseguró una adecuada mención y refería a los autores correspondientes, basándose en las normas que establecen los estándares de calidad según el Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (ICMJE 2017), así como la fidelidad en relación a los resultados obtenidos en cada investigación, con el fin de impedir algún tipo de distorsión o alteración de la información científica, debido a que ello es primordial para la validez y la actualización de saberes.

Para cumplir con los rigores metodológicos de las revisiones documentales, el proceso se estructuró bajo principios de transparencia, auditabilidad y exhaustividad, los que fueron asegurados al detallar la estrategia de búsqueda realizada en cada base de datos y aplicar el diagrama de flujo, con el fin de viabilizar la replicación del estudio, además de emplear matrices donde se registraron de forma precisa los datos, las variables y los resultados de cada estudio. Finalmente, se incluyó toda la evidencia disponible sin exclusiones deliberadas, logrando una síntesis crítica e imparcial donde las asociaciones positivas, negativas o nulas de la tenencia de mascotas en la salud mental se examinan bajo el mismo nivel de rigor.

RESULTADOS

Con respecto a la muestra de los artículos revisados, se tomó en cuenta un total de 14 estudios, los cuales se encontraban publicados entre los años 2015-2025, teniendo como lugar de procedencia países de Asia, Europa y Norteamérica; donde 4 estudios fueron llevados a cabo en Europa, 3 en Reino Unido y 1 en Alemania; 7 estudios fueron llevados a cabo en Asia, 3 en Japón, 2 en Singapur, 1 en China y 1 en Taiwán; y 3 estudios en Norteamérica, siendo 2 de Estados Unidos y 1 de Canadá, asimismo, las áreas de la salud mental en las que se ha enfocado la presente investigación son: bienestar psicológico, soledad, estrés y sintomatología de ansiedad o depresión.

Dentro de los estudios analizados, se han utilizado estudios que han tenido como población, dueños y no dueños de mascotas, donde 11 estudios respondieron al objetivo general, 4 al primer objetivo específico, y los 14 al segundo objetivo específico.

Es importante mencionar que no todos los estudios presentan sólo un tipo de asociación, ya que se encontraron asociaciones positivas, negativas y nulas en el mismo estudio. En el caso del objetivo general, se encontraron 10 estudios que incluían asociaciones positivas, 6 estudios que incluían asociaciones negativas y 3 estudios que incluían asociaciones nulas. En el caso del primer objetivo específico, se encontraron 3 estudios que incluían asociaciones positivas, 2 estudios que incluían asociaciones nulas y ninguno de los estudios incluían asociaciones negativas; por lo tanto, se entiende que el número de asociaciones contabilizadas en total, supera el número de los estudios analizados (14).

Referente a lo anterior, cabe precisar que los términos asociación positiva, negativa o nula refieren exclusivamente a la dirección estadística identificada en los estudios. Por lo tanto, una asociación positiva no implica necesariamente un beneficio para la salud mental, del mismo modo que una asociación negativa no representa necesariamente un resultado perjudicial para la salud mental.

El objetivo general planteado fue el analizar la asociación entre la tenencia de mascotas y distintos indicadores de salud mental en población adulta de acuerdo a la literatura encontrada; para alcanzar dicho objetivo, en primer lugar, se describió el tipo de asociación de la tenencia de mascotas en la salud mental de aquellos adultos que tienen y no tienen mascotas; y, en segundo lugar, se analizaron las herramientas de evaluación utilizadas para medir la salud mental en adultos con mascotas.

Teniendo en cuenta el objetivo general, los resultados hallados se rigen en si existe una asociación entre la tenencia de mascotas ante indicadores de la salud mental de las personas, en donde se hallaron los siguientes resultados.

Antes de realizar el recopilado de los resultados, es importante mencionar que han habido autores que han utilizado The Pet Attachment Questionnaire (PAQ), el cual es un cuestionario que mide el apego a las mascotas y lo clasifica como apego ansioso o evitativo, y forma parte de lo que mide la herramienta y que, a pesar de no constituir como conceptos delimitados en la presente revisión, se ha tomado en cuenta estos estudios por cumplir con los criterios metodológicos expuestos anteriormente, mostrando la evaluación del apego a la mascota para tener una mejor comprensión de la misma.

Iniciando con la dimensión de **bienestar**, Damberg y Frömbling (2022), buscaron comprender el bienestar subjetivo teniendo en cuenta el contexto del distanciamiento social durante la pandemia, y evidenciaron que la tenencia de mascotas como soporte tuvo un efecto positivo ante el bienestar subjetivo dentro del modelo de ecuaciones estructurales (SEM) propuesto ($\beta = 0,329$, $p < 0,01$), lo que evidencia una asociación positiva entre ambas variables; así como lo reportado por Endo et al. (2025), donde se encontró que la tenencia de mascotas, específicamente perros, se asocia positivamente con el bienestar en el ámbito de comunidad ($\beta = 0,15$; $p = 0,016$). Continuando con las convergencias de resultados, Wang et al. (2025), de igual forma, encontraron una asociación positiva, evidenciada por una correlación positiva entre la dimensión “Crecimiento y aceptación” ($r = 0,19$; $p < 0.01$), y el “Propósito de vida” ($r = 0,19$; $p < 0.01$) con la interacción con la mascota, y utilizando interacción con la mascota como equivalente al término vínculo humano- animal de acuerdo al autor. De la misma forma, con respecto a la dimensión “Relación positiva con los demás”, se evidenció una correlación positiva con el apego ansioso ($r = 0,08$), apego evitativo ($r = 0,01$) y la interacción con la mascota ($r = 0,04$); entiendo apego ansioso y evitativo como las dos dimensiones de apego a las mascotas, dentro del vínculo humano-animal. Las dimensiones “Crecimiento y aceptación”, “Propósito de vida” y “Relación positiva con los demás” corresponden a la variable bienestar, de acuerdo con el autor.

Por otro lado, también se encontraron asociaciones negativas dentro de la misma dimensión, como corresponde a lo mencionado por Ellis et al. (2024) , los cuales encontraron que el apego hacia las mascotas se asocia de manera negativa

con la afectividad positiva ($r = -0,483$), considerada dentro del área de bienestar de acuerdo al autor; asimismo, Endo et al. (2025) hallaron que la tenencia de mascotas se asocia negativamente con el bienestar en las dimensiones de ingresos ($\beta = -0,12$; $p = 0,044$), trabajo ($\beta = -0,12$; $p = 0,043$) y ambiente ($\beta = -0,15$; $p = 0,007$). Además, un estudio convergente en resultado es el de Li & Wong (2021), donde se buscaba indagar como la tenencia de mascotas puede influir en la soledad y el bienestar, donde se demostró que el bienestar se correlaciona de manera negativa con el apego a las mascotas ($r = -0,20$). Finalmente, Wang et al. (2025) encontraron una asociación negativa, entre la dimensión “Crecimiento y aceptación” ($r = -0,24$; $p < 0.01$) y el estilo de apego evitativo con respecto a las mascotas, así como en la dimensión “Propósito de vida” con el estilo de apego ansioso ($r = -0,10$) y el estilo de apego evitativo ($r = -0,13$). Finalmente, Wang et al. (2025) hallaron que en la dimensión “Crecimiento y aceptación”, correspondiente a la variable Bienestar, tuvo asociación nula con respecto al estilo de apego ansioso hacia las mascotas ($r = 0,00$).

Con respecto a la **soledad**, Li & Wong (2021) identificaron una asociación positiva, sustentada en la presencia de una correlación positiva entre la variable soledad y apego a las mascotas ($\rho = 0,11$), así como Zhao et al. (2025) quienes buscaron explorar la asociación entre la tenencia de mascotas y los beneficios psicosociales en una muestra extensa de personas en Japón, donde se encontró que el capital social está significativamente asociado con la propiedad de perros ($B = 0.49$, 95% CI = 0.22–0.76), dicha variable relacionada a la soledad de acuerdo a su investigación. Sin embargo, autores como Damberg y Frömbli (2022) evidenciaron que el vínculo humano-animal está asociado negativamente al

aislamiento social derivado del Covid-19 ($\beta = -0,192$, $p < 0,01$), siendo esta relacionada a la soledad por los mismos autores. Por último, en el caso de Ellis et al. (2024), se halló que la soledad tiene nula asociación con el apego a las mascotas ($r = 0,012$).

Con respecto a la siguiente dimensión, Northrope et al. (2024) encontraron una asociación positiva, sustentada en la presencia de una correlación positiva entre el **estrés** y el apego evitativo ($p = 0,37$); sin embargo, los mismos autores encontraron una asociación negativa, sustentada en la presencia de una correlación negativa entre el estrés y el apego ansioso ($p = -0,54$). De igual forma que Damberg y Frömbing (2022) encontraron que el vínculo con la mascota se asocia negativamente con el malestar psicológico ($\beta = -0,207$, $p < 0,01$), es decir, a mayor vínculo, menor malestar. Es importante recalcar que el malestar psicológico ha sido considerado parte del estrés, según los autores.

Con respecto a los **síntomas de ansiedad**, Ellis et al. (2024) buscaron comprender cómo la naturaleza del vínculo entre humanos y animales de compañía está asociada con el bienestar mental de los dueños, y encontraron que el apego hacia las mascotas se asocia positivamente con la ansiedad ($r = 0,100$), evidenciada mediante una relación medida a través del coeficiente de correlación r de Pearson. Además, Hawkins et al. (2025) concluyeron que la tenencia de mascotas está asociada a un estilo de apego ansioso, por lo que los dueños tienen mayores niveles de sintomatología ansiosa ($r = 0,124$, $p < 0,05$), evidenciando una asociación positiva.

En relación a la **sintomatología depresiva**, Ellis et al. (2024) encontraron que el apego hacia las mascotas se asocia positivamente con la depresión ($r = 0,077$), así como en el caso de Hawkins et al. (2025) quienes mencionan que los dueños de mascotas presentan un mayor nivel de sintomatología depresiva ($r = 0.196$, $p < 0.01$). Lo que se vincula con lo mencionado por Orlando y Chin (2025), quienes analizaron la asociación entre las características del vínculo humano-animal y la salud mental, donde se encontró una asociación positiva entre el apego ansioso con la mascota y la sintomatología de depresión (AOR = 2.17, 95% CI [1.74, 2.71], $p < 0.001$). En este sentido, Miyake, H. et al. (2023) buscaron explorar cómo influye el vivir solo y los **síntomas depresivos** en trabajadores japoneses considerando el papel de la tenencia de mascotas, por lo que encontraron que no existe asociación significativa entre tenencia de mascotas y los síntomas depresivos (PR = 1,04, IC del 95%: 0,97–1,11).

Finalmente, Lass-Hennemann et al. (2022) fueron los únicos autores que no separaron la **sintomatología ansiosa** de la **depresiva**, los cuales buscaron saber si el apego hacia las mascotas se asociaba con la salud mental, en lo cual concluyeron que si existe una asociación positiva medida a través del coeficiente de correlación r de Pearson, entre el apego al propio perro y el malestar psicológico ($r = 0,16$), siendo esta una dimensión de la sintomatología de ansiedad y depresión, de acuerdo a la investigación realizada.

Tabla 3

Artículos que demuestran la asociación entre tenencia de mascotas, vínculo o apego, y salud mental en adultos

N°	Indicador de salud mental evaluado	Dimensión del indicador evaluada	¿Qué evalúa?	Coefficiente reportado	Tipo de asociación	Autor
1	Bienestar	-	Vínculo hacia la mascota	$\beta = 0,329; p < 0,01$	Positiva	Damberg y Frömbling (2022)
		Afectividad positiva	Apego a la mascota	$r = -0,483$	Negativa	Ellis et al. (2024)
		Comunidad	Tenencia de mascotas	$\beta = 0,15; p = 0,016$	Positiva	Endo et al. (2025)
		Ingresos		$\beta = -0,12; p = 0,044$	Negativa	
		Ambiente		$\beta = -0,15; p = 0,007$	Negativa	
		Trabajo		$\beta = -0,12; p = 0,043$	Negativa	
		-	Apego emocional a la mascota	$\rho = -0,20$	Negativa	Li & Wong (2021)
		Crecimiento y aceptación	Interacción con la	$r = 0,00^*$	Nula	

N°	Indicador de salud mental evaluado	Dimensión del indicador evaluada	¿Qué evalúa?	Coefficiente reportado	Tipo de asociación	Autor
		Relación positiva con los demás	mascota****	$r = -0,24; p < 0,01^{**}$	Negativa	Wang et al. (2025)
				$r = 0,19; p < 0,01^{***}$	Positiva	
				$r = 0,08^*$	Positiva	
				$r = 0,01^{**}$	Positiva	
				$r = 0,04^{***}$	Positiva	
				$r = -0,10^*$	Negativa	
				$r = -0,13^{**}$	Negativa	
				$r = 0,04^{***}$	Positiva	
2	Soledad	Aislamiento social derivado del covid 19	Vínculo hacia la mascota	$\beta = -0,192, p < 0,01$	Negativa	Damberg y Frömbling (2022)
		-	Apego a la mascota	$r = 0,012$	Nula	Ellis et al. (2024)

N°	Indicador de salud mental evaluado	Dimensión del indicador evaluada	¿Qué evalúa?	Coefficiente reportado	Tipo de asociación	Autor
3	Estrés	-	Apego emocional a la mascota	$\rho = 0,11$	Positiva	Li & Wong (2021)
		Capital social**	Tenencia de mascotas	$\beta = 0.49, 95\% \text{ CI} = 0.22-0.76$	Positiva	Zhao et al. (2025)
		Malestar psicológico	Vínculo hacia la mascota	$\beta = -0,207, p < 0,01$	Negativa	Damberg y Frömbling (2022)
		-	Apego a la mascota	$\rho = -0.54^*$ $\rho = 0,37^{**}$	Negativa Positiva	Northrope et al. (2024)
4	Síntomas de ansiedad	-	Apego a la mascota	$r = 0,100$	Positiva	Ellis et al. (2024)
			Apego a la mascota	$r = 0,124; p < 0.05$	Positiva	Hawkins et al. (2025)
5	Síntomas de depresión	-	Apego a la mascota	$r = 0,077$	Positiva	Ellis et al. (2024)
			Apego a la mascota	$r = 0,196; p < 0.01$	Positiva	Hawkins et al. (2025)
		-	Tenencia de mascotas	PR = 1,04, IC del	Nula	Miyake et al.

N°	Indicador de salud mental evaluado	Dimensión del indicador evaluada	¿Qué evalúa?	Coefficiente reportado	Tipo de asociación	Autor
				95%: 0,97–1,11		(2023)
		-	Apego a la mascota	(AOR = 2.17, 95% CI [1.74, 2.71], p < 0.001)*	Positiva	Orlando y Chin (2025)
6	Síntomas de ansiedad y depresión*****	Malestar psicológico	Apego emocional a la mascota	r = 0,16	Positivo	Lass-Hennemann et al. (2022)

*Nota coeficiente reportado: *Correlación entre esa dimensión y apego ansioso **Correlación entre esa dimensión y apego evitativo*

**** Correlación entre esa dimensión e interacción con la mascota ****el autor menciona la interacción como un equivalente al*

*vínculo humano-animal*****los autores no separan las variables*

En conclusión, en lo que respecta al objetivo general, los estudios analizados muestran que la asociación entre la tenencia de mascotas y los indicadores seleccionados con respecto a la salud mental, no es uniforme. Inicialmente, existe convergencia entre los artículos al señalar que la tenencia de mascotas presenta una asociación estadísticamente positiva, entendida como aquella donde ambas variables van hacia la misma dirección; por lo que, la tenencia de mascotas se asocia con un aumento en el bienestar, la soledad y la sintomatología ansioso-depresiva, considerando asimismo el contexto de vulnerabilidad como la pandemia por COVID-19. Sin embargo, también se identificaron discrepancias importantes, ya que en algunas investigaciones se evidencian asociaciones negativas con respecto a las mismas variables, entendida como el tipo de asociación donde una variable aumenta y la otra disminuye. En este caso, a mayor apego a las mascotas, menor nivel de bienestar, y la tenencia de mascotas se relaciona con menor soledad y estrés, según mencionan los autores. Por último, la contradicción recae en el hallazgo donde los mismos autores evidenciaron asimismo asociaciones no significativas entre la tenencia de mascotas y variables como la soledad, la sintomatología depresiva y el bienestar.

Tabla 4*Resultados de acuerdo al objetivo específico 1*

Autor	Muestra	Indicador de Salud Mental evaluado	Comparación	Resultados	Tipo de asociación
Denis et al. (2022)	1500 canadienses	Soledad	Dueños vs No dueños (crudo)	Estimate = 0.31, IC 95% [0,11, 0,51]	Positivo
			Dueños vs No dueños (ajustado)	Estimate = -0,10, IC 95% [-0,30; 0,09]	Nulo
		Síntomas de ansiedad	Dueños vs No dueños (crudo)	OR = 1,42; IC 95%: [1,26; 1,60]	Positiva
			Dueños vs No dueños (ajustado)	OR = 1,12; IC 95%: [0,96; 1,30]	Nula
Miyake et al.	17,078	Síntomas de	Viven solos	PR = 1.17, IC 95%: 1.09-1.26	Positiva

(2023)	trabajadores	depresión	Viven solo con mascotas	PR=1.42, IC 95%: 1.18-1.69	Positiva
Goh et al. (2020)	823 dueños y no dueños de mascotas	Salud mental	Dueños vs No dueños	$\beta = 1,31$, IC del 95 % [-1,55 a 4,18]; $p < 0,370$	Nula
Tan et al. (2021)	534 dueños y no dueños de mascotas	Bienestar	Dueños vs No dueños	$\beta = 9,66$, IC del 95 % 4,97 a 14,4; $p < 0,001$	Positiva

Respecto al primer objetivo específico, los resultados hallados están relacionados al tipo de asociación que tiene la tenencia de mascotas en la salud mental de personas con mascotas en comparación a las que no.

Dentro de los indicadores de salud mental, Denis-Robichaud et al. (2022) encontraron una asociación positiva entre la tenencia de mascotas y la **soledad** en los dueños de mascotas (Estimate = 0.31, IC 95% [0,11, 0,51]), es decir, puntajes más altos de soledad en comparación a los no dueños de mascotas, en el modelo crudo. Sin embargo, al controlar las variables de confusión, en este caso socioeconómicas, demográficas, de salud y relacionadas con las mascotas, en el modelo ajustado, se encontró que el resultado tuvo un giro a una asociación poco significativa o nula (Estimate = -0,10, IC 95% [-0,30; 0,09]).

De la misma manera ocurrió en la misma investigación con respecto a **sintomatología ansiosa**, donde se encontró que en el modelo crudo, la tenencia de mascotas, por sí misma, se asoció con un aumento en los síntomas de ansiedad (OR = 1,42; IC 95%: [1,26; 1,60]) en dueños de mascotas; sin embargo, al controlar las variables de confusión, la asociación dejó de ser significativa (OR = 1,12; IC 95%: [0,96; 1,30]). Además, en lo que respecta a la sintomatología de depresión, Miyake et al. (2023) con una muestra de 17 078 trabajadores en Japón, se halló una mayor prevalencia de **síntomas depresivos** en personas que viven solas (PR = 1.17, 95% CI: 1.09-1.26), así como en personas que viven solo con mascotas (PR=1.42, 95% CI: 1.18-1.69).

Pasando a la salud mental, Goh et al. (2020) realizó una investigación en la que se encontró que no hubo diferencias significativas ($\beta = 1,31$, IC del 95 %

$[-1,55 \text{ a } 4,18]$; $p < 0,370$ en la **salud mental** entre dueños y no dueños de mascotas, por lo que se evidenció una asociación nula.

Finalmente, Tan et al. (2021) encontraron que los dueños de mascotas, especialmente en cuidadores con mayor apego a su mascota, tienen una mayor puntuación en **bienestar emocional** ($\beta = 9,66$, IC del 95 % 4,97 a 14,4; $p < 0,001$) en comparación a los no dueños de mascotas.

Se puede concluir que nuevamente la tenencia de mascotas muestra hallazgos heterogéneos respecto al tipo de asociación con la salud mental en adultos, así como en los no dueños de mascotas. Los estudios abordan algunos indicadores como la soledad y la sintomatología ansiosa, donde inicialmente se evidenciaron asociaciones positivas; sin embargo, en el caso de dicha investigación, estas dejaron de ser significativas tras controlar variables de confusión, por lo que se entiende que no era la tenencia de mascotas lo que estaba asociado a la soledad, sino otras características de los participantes.

Asimismo, los resultados evaluaron distintos indicadores de salud mental, por lo que los hallazgos no fueron consistentes en lo mostrado con respecto a los grupos de dueños y no dueños de mascotas. Ya que, mientras algunos reportan una asociación estadísticamente positiva entre la tenencia de mascotas y determinados indicadores, como mayor sintomatología depresiva en el caso de los participantes que viven solos y los que solo viven con mascotas, otro estudio no encontró asociaciones significativas entre ambas variables, ni diferencias entre dueños y no dueños de mascotas.

Tabla 5*Resultados de acuerdo al segundo objetivo específico*

N°	Autor	Variable	Lo que mide el instrumento	Instrumento utilizado	Coeficiente de consistencia interna	
					Alfa de Cronbach (α)	Omega de McDonald (ω)
1	Damberg y Frömbling (2022)	Vínculo con la mascota	Vínculo hacia la mascota	Human-Pet Relationship Need Support Scale	0.76	-
		Indicadores de salud mental	Bienestar	Satisfaction with Life Scale	0.89	-
			Soledad	UCLA Loneliness Scale	0.90	-
			Estrés	Five-Item Daily Symptom Index (DI-5)	0.87	-
2	Denis-Robichaud et al. (2022)	Vínculo con la mascota	Tenencia de mascotas	Cuestionario sociodemográfico	-	-

		(Sí/No)				
3	Ellis et al. (2024)	Indicadores de salud mental	Síntomas de ansiedad	Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7)	0.85	-
			Soledad	Escala de 3 preguntas	0.72	-
	Indicadores de salud mental	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	0.94	-
			Afectividad***	Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)	Positivo α =0.93 Negativo α = 0.91	-
			Soledad	UCLA Loneliness Scale	0.74	-
			Síntomas de ansiedad	Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7)	0.92	-
			Síntomas de depresión	The Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	0.90	-

4	Endo et al. (2025)	Vínculo con la mascota	Tenencia de mascotas	Cuestionario sociodemográfico (Sí/No)	-	-
		Indicadores de salud mental	Bienestar	OECD Better Life Index	0.80	-
5	Goh et al. (2020)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Apego ansioso $\alpha = 0.86$ Apego evitativo $\alpha = 0.89$	-
				Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human–Animal Relationships and Environments (CENSHARE)	0.83	-
		Indicadores de salud mental	Salud mental	36-item short form survey (SF-36)	0.75	-
6	Hawkings et al. (2025)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	0.83	-
		Indicadores de salud mental	Síntomas de ansiedad	Generalized Anxiety Disorder Questionnaire	0.85	-

		(GAD-7)				
			Síntomas de depresión	The Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	0.85	-
7	Lass-Hennemann et al. (2022)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	0.89	0.89
		Indicadores de salud mental	Estrés	Brief Symptom Inventory (BSI)	0.97	0.97
8	Li & Wong (2021)	Vínculo con la mascota	Apego emocional a la mascota	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	0.94	-
		Indicadores de salud mental	Soledad	UCLA Loneliness Scale	0.90	-
			Bienestar	General Well-being Scale (GWB)	0.79	-
9	Miyake et al. (2023)	Vínculo con la mascota	Tenencia de mascotas	Cuestionario sociodemográfico (Sí/No)	-	-
		Indicadores de salud	Síntomas de depresión	Center for	0.80	-

		mental		Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D-11)		
			Apego emocional a la mascota	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	0.92	-
10	Northrope et al. (2024)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Apego ansioso $\alpha = 0.86$ Apego evitativo $\alpha = 0.87$	-
		Indicadores de salud mental	Estrés	Brief Symptom Inventory (BSI)	0.98	-
			Vínculo con la mascota	Family Bondedness Scale	0.93	-
11	Orlando y Chin (2025)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Apego ansioso $\alpha = 0.91$ Apego evitativo $\alpha = 0.95$	-
		Indicadores de salud mental	Síntomas de depresión	Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D-11)	0.86	-

				The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Apego ansioso $\alpha = 0.86$ Apego evitativo $\alpha = 0.89$	-
12	Tan et al. (2021)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human–Animal Relationships and Environments (CENSHARE)	0.83	-
		Indicadores de salud mental	Salud mental	Health Survey (SF-36, version 1.0)	0.75	-
			Interacción con la mascota*	The Pet Interaction Scale	0.81	-
13	Wang et al. (2025)	Vínculo con la mascota	Apego a la mascota	The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Apego ansioso $\alpha = 0.85$ Apego evitativo $\alpha = 0.87$	-
		Indicadores de salud mental	Bienestar	Psychological Well-being Scale	0.81	-
14	Zhao et al. (2025)	Vínculo con la mascota	Tenencia de mascotas	Cuestionario sociodemográfico (Sí/No)	-	-

Indicadores de salud mental	Capital social**	Personal Social Capital Scale (adaptación)	0.87	-
--------------------------------	------------------	--	------	---

*Nota: *el autor menciona la interacción como un equivalente al vínculo humano-animal **el autor relaciona el capital social con las redes de apoyo que influyen sobre la soledad ***el autor menciona la afectividad como parte del bienestar*

Teniendo en cuenta el segundo objetivo específico, las investigaciones muestran la aplicación de diversos instrumentos en la medición de las variables utilizadas, es decir, la tenencia y/o apego de mascotas e indicadores de salud mental (bienestar, soledad, estrés, síntomas de ansiedad y depresión).

Como menciona la tabla 5, algunos autores operacionalizaron la variable mediante otras aproximaciones, tales como: apego, vínculo e interacción.

Con el fin de cumplir con este objetivo, se examinó los valores de consistencia interna y fiabilidad de los instrumentos utilizados en las investigaciones revisadas, de acuerdo a los valores de alfa de Cronbach y omega de McDonald registrados en sus investigaciones.

Herramientas de evaluación del vínculo humano-animal

Para el vínculo humano animal, se han identificado diferentes herramientas, que han medido la tenencia de mascotas, y el apego o la vinculación afectiva con las mascotas. Por un lado se ha identificado el uso de cuestionarios sociodemográficos diseñados para registrar de manera dicotómica (Sí/No) la presencia de una mascota en el hogar; estos cuestionarios fueron utilizados por Denis-Robichaud et al. (2022), Endo et al. (2025) y Miyake et al. (2023), por lo que, al momento de ser calificados, estos obtuvieron 1 punto por ambas investigadoras en el criterio de Instrumentos de medición (Tabla 2).

Por otro lado, se han utilizado escalas que miden el apego a la mascota, destacando Pet Attachment Questionnaire (PAQ), realizada por Zilcha-Mano et al. (2011) y que es una escala de autorreporte que contiene 26 ítems y dos dimensiones principales: Apego ansioso y Apego evitativo, donde se mide el apego a la mascota teniendo en cuenta el estilo de apego de la persona. La dimensión de Apego ansioso

ha presentado un alfa de Cronbach que oscila entre 0.85 y 0.91 y, la de Apego evitativo ha presentado un alfa de Cronbach que oscila entre 0.87 y 0.95. Dichos valores muestran la consistencia interna y fiabilidad de la escala, por lo que ha obtenido un puntaje de 2 puntos por ambas investigadoras al momento de calificar los instrumentos utilizados por cada estudio (Tabla 2). Esta escala ha sido utilizada por Goh et al. (2020), Hawkings et al. (2025), Northrop et al. (2024), Tan et al. (2021), Wang et al. (2025) y Orlando y Chin (2025). Estos últimos también utilizaron Family Bondedness Scale, que es una escala de 23 ítems que mide el vínculo con la mascota y tiene un alfa de Cronbach de 0.93, que muestra que la tiene una buena consistencia interna de acuerdo a Campo-Arias & Oviedo (2008).

Asimismo, se ha utilizado el Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS), que es una herramienta para evaluar el apego emocional a las mascotas mediante 23 ítems calificados en una escala de 4 puntos en el cual se pregunta a los dueños sobre el vínculo con su mascota, y que ha sido aplicada tanto en dueños de gatos como de perros. Esta escala ha sido utilizada por Ellis et al. (2024), Lass-Hennemann et al. (2022), Li & Wong (2021) y Northrope et al. (2024) y dichos autores han reportado que la herramienta presenta un alfa de Cronbach que oscila entre 0.89 y 0.94 y un omega de McDonald de 0.89, lo cual indica una consistencia interna aceptable de acuerdo con los criterios de Campo-Arias & Oviedo (2008), por lo que ha sido calificado con un puntaje de 2 puntos por las investigadoras al evaluar la calidad de los estudios (Tabla 2).

Además, se utilizó la Human-Pet Relationship Need Support Scale de Kanat-Maymon (2016), en el estudio de Damberg y Frömbling (2022), para medir el vínculo hacia la mascota a través de 3 dimensiones y presenta un nivel de

consistencia interna aceptable (alfa de Cronbach = 0.76); el Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human–Animal Relationships and Environments (CENSHARE), una escala que mide el apego emocional a través de dos dimensiones: Intimidad y Mantenimiento de la relación y tiene un alfa de Cronbach de 0.83; este cuestionario fue utilizado en el estudio de Goh et al. (2020).

Finalmente, se utilizó The Pet Interaction Scale, que mide la interacción con la mascota, pero que Wang et al. (2025) la utilizaron debido a que en su estudio hacen mención a que la interacción con la mascota equivale al vínculo humano-animal.

En conclusión, al analizar los diferentes estudios, se encontraron similitudes en la forma en que los investigadores midieron el vínculo de las personas con su mascota. Por un lado, se identifica el uso de cuestionarios sociodemográficos de formato dicotómico (Sí/No) para registrar la presencia del animal en el hogar y, por otro lado, se evidencia una marcada similitud al momento de medir el apego a la mascota a través de escalas multidimensionales que demuestran altos índices de consistencia interna, siendo estas el Pet Attachment Questionnaire (PAQ) y el Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS), usadas en 6 y 4 estudios, respectivamente.

Por último, es importante mencionar que los constructos empleados para definir el vínculo con la mascota son constructos que muestran que este es un conjunto de dimensiones y esto es constatado por el uso de instrumentos menos frecuentes como Human-Pet Relationship Need Support Scale de Kanat-Maymon (2016), el Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human–Animal Relationships and Environments (CENSHARE) y The Pet Interaction Scale.

Herramientas de evaluación de los indicadores de salud mental

Para los indicadores de salud mental mencionados, se han identificado las herramientas psicométricas empleadas en los diversos estudios y se han organizado de acuerdo al autor, la variable evaluada y sus respectivas evidencias de consistencia interna.

Para el indicador de **bienestar**, Damberg y Frömbling (2022) utilizaron Satisfaction with Life Scale, la cual es una escala que mide la satisfacción con la vida de la persona y que el autor menciona que el bienestar se define a través de 3 facetas: satisfacción, felicidad y afecto positivo, por lo que se ha incluido en este apartado. Esta escala posee un alfa de Cronbach de 0.89, lo que indica tiene una consistencia interna aceptable de acuerdo con los criterios de Campo-Arias & Oviedo (2008).

Además, se ha utilizado el Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), que es un autorreporte de 20 ítems y que evalúa dos dimensiones: Afecto positivo y Afecto Negativo, las que tienen un alfa de Cronbach de 0.93 y 0.91 respectivamente. Al igual que con la otra escala, Ellis et al. (2024) mencionan que la afectividad es parte del bienestar y por eso la han mencionado como tal.

Por otro lado, Endo et al. (2025) han utilizado el OECD Better Life Index, que es una herramienta para medir los factores de bienestar que más importan para la persona y que tiene una consistencia interna de 0.80; asimismo, Li & Wong (2021) utilizaron General Well-being Scale (GWB), la cual es una escala que mide sentimientos subjetivos de bienestar psicológico y angustia a través de 6

dimensiones además de tener una consistencia interna aceptable (alfa de Cronbach = 0.79).

Finalmente, Wang et al. (2025) utilizaron Psychological Well-being Scale, una escala que mide las dimensiones positivas de la salud mental, teniendo en cuenta 6 dimensiones, al igual que el GWB. Esta escala tiene un alfa de Cronbach equivalente a 0.81, lo que muestra su fiabilidad como instrumento.

Para el indicador de **soledad**, varios estudios utilizaron la Escala de Soledad de la UCLA (UCLA Loneliness Scale), que es un instrumento que mide la soledad y los sentimientos de aislamiento social a través de 20 preguntas. Esta herramienta muestra una aceptable consistencia interna al tener un alfa de Cronbach que oscila entre 0.74 y 0.90 y ha sido utilizada por Damberg y Frömbling (2022), Ellis et al. (2024) y Li & Wong (2021).

Denis-Robichaud et al. (2022), por su parte, utilizó la Escala de 3 preguntas de Hughes et al. (2004), que es una versión reducida de la Escala de Soledad de la UCLA, que fue diseñada para encuestas telefónicas o encuestas masivas con tiempo reducido y que tiene un alfa de Cronbach que mide 0.72.

Finalmente, Zhao et al. (2025) utilizaron la adaptación de Personal Social Capital Scale, que mide de manera cuantitativa los recursos sociales y redes de apoyo que posee un individuo, y, a pesar de no medir la soledad, los autores refirieron que está asociada a ella y por eso lo consideraron en ese indicador. Esta escala posee un alfa de Cronbach de 0.87.

Para medir el **estrés**, se han utilizado dos escalas, Brief Symptom Inventory (BSI) y Five-Item Daily Symptom Index (DI-5), el primer inventario mide el grado de malestar psicológico que presenta una persona durante los últimos 7 días, posee

un omega de McDonald de 0.97 y su alfa de Cronbach oscila entre 0.97 y 0.98, lo que indica que tiene una buena consistencia interna de acuerdo con los criterios de Campo-Arias & Oviedo (2008), y ha sido utilizado por Lass-Hennemann et al. (2022) y Northrope et al. (2024). La segunda escala es un autorreporte para detectar estrés psicológico a través de 5 síntomas presentados, tiene un alfa de Cronbach de 0.87 y fue utilizado por Damberg y Frömbing (2022).

Con respecto a los **síntomas de ansiedad**, se utilizó Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7), que es una herramienta de tamizaje que identifica y mide síntomas de ansiedad experimentados durante las dos últimas semanas. Sus valores de alfa de Cronbach oscilan entre 0.85 y 0.92 y fue utilizado por Denis-Robichaud et al. (2022), Ellis et al. (2024) y Hawkings et al. (2025).

Para medir los **síntomas de depresión**, se emplearon dos escalas. En primer lugar, Ellis et al. (2024) y Hawkings et al. (2025) emplearon The Patient Health Questionnaire (PHQ-9), que es una herramienta de tamizaje que sirve para detectar, diagnosticar y medir la gravedad de la depresión a través de 9 preguntas sobre el estado afectivo de la persona durante las dos últimas semanas, con un alfa de Cronbach que oscila entre 0.85 y 0.90, mostrando su fiabilidad. Por último, se ha utilizado Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D-11), originalmente concebida por Radloff (1977), esta prueba es una versión abreviada de CES-D-20, mide la frecuencia de los síntomas de depresión en población general y su alfa de Cronbach oscila entre 0.80 y 0.86, mostrando una adecuada consistencia interna; esta prueba fue utilizada por Miyake et al. (2023) y Orlando y Chin (2025).

Finalmente, para medir la **salud mental** en general, se evidenció el uso de 36-item short form survey (SF-36), que es una encuesta que mide 8 dimensiones de

la salud y tiene un alfa de Cronbach de 0.75 y fue utilizado por Goh et al. (2020) , además, se utilizó RAND 36-item Health Survey (SF-36, versión 1.0) que tiene las siguientes dimensiones: salud general, bienestar emocional, energía y funcionamiento social y, mientras más alta es la puntuación, hay una mejor salud autopercebida, que también posee un alfa de Cronbach de 0.75 y fue utilizado por Tan et al. (2021).

En conclusión, se han evidenciado similitudes en la evaluación y coincidencias en la selección de los instrumentos para medir los indicadores de salud mental. En primer lugar, existe una similitud en cómo los autores definen el bienestar, ya que, a pesar de haber utilizado herramientas distintas, coinciden en que la afectividad y la felicidad son componentes claves de la misma. En segundo lugar, se muestra una preferencia por la Escala de soledad de UCLA, aplicándose en su versión original y en su formato reducido.

De igual forma, se muestra un consenso al elegir las herramientas breves y estandarizadas de tamizaje clínico de síntomas de ansiedad y depresión, al usar el GAD-7, el PHQ-9 y el CES-D-11, midiendo en todos los casos la severidad y frecuencia de los síntomas, en el caso de las dos primeras escalas, en las dos últimas semanas. Por último, los estudios convergen en el uso de la misma encuesta (SF-36) en sus diferentes versiones para determinar la salud mental global, reportando una sólida regularidad psicométrica.

DISCUSIÓN

La importancia de este estudio radicó en aportar al campo de la salud mental al analizar críticamente la evidencia científica existente sobre la asociación entre la tenencia de mascotas y la salud mental en personas adultas. Este análisis buscó incorporar información actualizada de forma entendible, organizada y precisa, a través de un estudio crítico de la información disponible, considerando los diseños utilizados, instrumentos y particularidades de las muestras. Por lo cual, en base a los resultados encontrados y, teniendo en cuenta los objetivos planteados, se ha evidenciado variabilidad en los resultados investigados. Esto amerita un análisis con el fin de comprender los posibles factores que podrían explicar las diferencias encontradas, así como identificar patrones relevantes que puedan contribuir con el desarrollo de futuras investigaciones. Es importante recordar que algunos autores operacionalizaron la variable principal, tenencia de mascotas, mediante otras aproximaciones, tales como: apego, vínculo e interacción. A continuación, se presenta la discusión de los resultados en función a cada uno de los objetivos propuestos.

Con respecto a los estudios que presentaron el mayor puntaje general en relación a la calidad metodológica, representado por un puntaje promedio de 7 puntos, se pudo encontrar que los resultados convergían en tener los tres tipos de asociación, con una predominancia de las asociaciones positivas. Además, es importante mencionar que dentro de este grupo se encuentra el caso de los autores Denis-Robichaud et al. (2022), quienes sí tomaron en cuenta las variables de confusión, aspecto que debería encontrarse en toda investigación realizada. Por lo tanto, los estudios con mayor peso metodológico presentaron resultados

consistentes en ámbitos como la medición de apego con la mascota, a excepción de Denis-Robichaud et al. (2022), que mide la tenencia de mascotas. Las otras tres investigaciones dentro de dicha categoría son de los autores Ellis et al. (2024), Li & Wong (2021) y finalmente Orlando y Chin (2025).

Los estudios que obtuvieron el puntaje promedio de 6 puntos, fueron aquellos con el mayor número de participantes entre 8.000 y 12.000 y, coincidentemente, fueron provenientes de Japón. Asimismo, dichos estudios evaluaron la misma variable, correspondiente en este caso a la tenencia de mascotas. Estos fueron los trabajos de Endo et al. (2025), Miyake et al. (2023) y Zhao et al. (2025).

Dentro del puntaje general de 6.5 se encontró a los autores Goh et al. (2020), Hawkins et al. (2025), Lass- Hennemann et al. (2022), Northrope et al. (2024) y Tan et al. (2021), los cuales convergen en la cantidad de población encontrándose en un rango entre 500 a 800 participantes, y además presentan similitud al evaluar la variable apego con la mascota.

Por último, en lo que respecta a los estudios que obtuvieron el menor puntaje en la calidad metodológica, correspondiente a 5, se encontraron a los autores Damberg y Frömbing (2022), y Wang et al. (2025). Donde se halló una convergencia al ser, a su vez, los estudios con menor cantidad de población encontrándose entre 200 y 230 participantes.

El objetivo general de esta investigación planteó analizar la asociación entre la tenencia de mascotas y distintos indicadores de salud mental en población adulta, centrados en bienestar psicológico, soledad, estrés y sintomatología de ansiedad o depresión.

Es importante destacar, que al hablar de tipo de asociación como positiva, negativa o nula, supone únicamente la direccionalidad estadística observada en los resultados; sin embargo, una asociación positiva no significa necesariamente un factor beneficioso sobre la salud mental, ni una asociación negativa implica por sí misma un resultado perjudicial.

Iniciando con la relevancia de la tenencia de mascotas en el ámbito social, se encontró que dicha variable está asociada a facilitar las conexiones sociales (Zhao et al., 2025), propiciando el establecimiento de vínculos interpersonales al ayudar a las personas a interactuar y conectar con otras, promoviendo una mayor participación social, lo que por consecuencia puede estar vinculado a un beneficio a la salud mental. Dentro de la investigación por Endo et al. (2025), quienes obtuvieron un puntaje promedio de 6 puntos en la evaluación de calidad metodológica, encontraron una asociación positiva en la dimensión Comunidad, y asociación negativa en Ingresos y Ambiente, lo cual describe que, a mayor vínculo con la mascota, mayor sentido de comunidad, menor ingreso y medio ambiente, las cuales se encuentran en el indicador de bienestar. De manera similar, autores como Damberg y Frömbling (2022), que obtuvieron un puntaje de 5.5 puntos en evaluación de calidad metodológica, señalan que la presencia de mascotas estuvo asociada a la reducción de soledad, menores niveles de estrés, así como un mayor bienestar subjetivo durante contextos de alta vulnerabilidad social, como lo fue la pandemia de COVID-19. Por ello, los hallazgos mencionados, sugieren que la tenencia de mascotas puede estar asociado al bienestar en distintas dimensiones.

Es importante mencionar que Northrope et al. (2024), Lass-Hennemann et al. (2022) y Hawkins et al. (2025) obtuvieron un puntaje promedio de 6.5 puntos en la evaluación de calidad metodológica y mostraron lo siguiente:

Northrope et al. (2024) hallaron que los dueños de perros con un mayor apego a sus mascotas pueden llegar a tener peores resultados en salud mental, debido a tener una mayor angustia mental, los autores mencionan que los resultados pueden deberse a relaciones humanas inseguras, falta de vínculos seguros y ansiedad interpersonal. Lo que se ve respaldado por Lass-Hennemann et al. (2022), los cuales encontraron que un mayor apego emocional a la mascota, está asociada a una menor dependencia hacia los demás, un mayor miedo al rechazo y, a sentirse amado, lo cual está asociado a una mayor carga de salud mental, asimismo, los autores indican que los vínculos intensos con las mascotas podría estar asociados a necesidades emocionales no satisfechas o a algún tipo de dificultad experimentada previamente en las relaciones interpersonales.

Por su parte, en el estudio de Hawkins et al. (2025) se muestra que la tenencia de perros está asociada con un apego ansioso, por lo que los participantes de dicho grupo, presentan mayores niveles de ansiedad y depresión. Así como lo mencionado por Ellis et al. (2024), que además de obtener un puntaje promedio de 7 en evaluación de calidad metodológica demostraron que el vínculo o apego con las mascotas era un predictor positivo de depresión, ansiedad, soledad y predictor negativo de afectividad positiva. Además, se reportó que los dueños de mascotas tienen una mayor probabilidad de presentar síntomas de depresión (Orlando y Chin, 2025)

No obstante, también se evidencia la contraparte, donde no se identificaron asociaciones significativas entre la tenencia de mascotas y determinadas dimensiones de la salud mental, como el bienestar (Li & Wong, 2021).

Finalmente, es importante mencionar que algunos autores plantean que la asociación que pueden llegar a tener las mascotas en la salud mental puede variar de acuerdo a la persona, dependiendo de factores individuales, contextuales y relacionales (Wang et al., 2025) como podrían ser las características individuales de los propietarios, el tipo de vínculo con la mascota, las condiciones de convivencia y/o el contexto sociocultural. Esto podría explicar la heterogeneidad observada en la literatura, debido a que variables como características socio demográficas o las motivaciones para la tenencia podrían influir en los resultados observados.

Seguidamente, con respecto al **primer** objetivo específico, se buscó describir el tipo de asociación de la tenencia de mascotas en la salud mental de aquellos adultos que tienen y no tienen mascotas, donde se halló que existe una predominancia estadísticamente positiva en los resultados. Sin embargo, es importante resaltar que la evidencia no fue concluyente y en lo que respecta a la interpretación psicológica de los resultados estadísticos, se pueden identificar beneficios y resultados perjudiciales asociados a la tenencia de mascotas, los que serán mencionados en el siguiente párrafo.

Inicialmente, se encontró que Miyake et al. (2023), con un puntaje promedio de 6 en evaluación metodológica, mencionaron que la probabilidad de presentar síntomas depresivos aumenta bajo la tenencia de perros o gatos, especialmente cuando las personas viven únicamente con sus mascotas; esto sugiere que la

tenencia de mascotas podría variar según el tipo de animal y las condiciones de vida del propietario, evidenciando que los beneficios potenciales no se presentan de manera uniforme en todas las poblaciones, además de mostrar que la falta de redes de apoyo interpersonal podría actuar como estresor y exacerbante de la sintomatología depresiva, lo que muestra que el Intercambio Social cuenta con más costos que beneficios para las personas (Netting et al., 1987).

Tan et al. (2021), con un puntaje promedio de 6.5 puntos en evaluación de calidad metodológica y en un estudio realizado durante el período de confinamiento por la COVID-19 en Singapur encontraron que los dueños de mascotas, especialmente aquellos con un mayor apego hacia ellas, presentaron una mayor puntuación en bienestar emocional, en comparación con los no dueños de mascotas. Estos hallazgos pueden sugerir que, en un contexto de aislamiento, el vínculo con la mascota podría haber contribuido a un mejor bienestar emocional. Por otro lado, contrario a lo encontrado previamente, Denis-Robichaud et al. (2022) mostraron que la tenencia de mascotas no tuvo asociación en la calidad de vida de las personas considerada como parte de bienestar. Es importante mencionar que los autores reportan que previo al modelo ajustado, se obtuvo una asociación positiva solo en aspectos como soledad y sintomatología de ansiedad, sin embargo, al ajustar los modelos, es decir, controlar las variables de confusión, se evidenció que no había una asociación significativa, lo que muestra un sesgo en las investigaciones actuales, ya que, no se puede atribuir la presencia de síntomas ansiosos o soledad a la presencia de una mascota y que puede estar ocurriendo con otros estudios donde no hay control de variables de confusión. Es por ello, que al momento de ser

calificados, esta investigación obtuvo 2 puntos por ambas investigadoras en el criterio de Diseño de Investigación dentro de la Tabla 2.

Finalmente, lo mencionado por Goh et al. (2020), coincide con lo encontrado con anterioridad, ya que la tenencia de mascotas no mostró una asociación estadísticamente significativa con la salud mental entre los dueños y no dueños de mascotas, lo que sugiere no haber encontrado diferencias significativas entre ambos grupos. Esto podría deberse a factores variantes entre los participantes como el vínculo humano-animal, la responsabilidad asumida en el cuidado de la mascota y las características individuales, las cuales, en el caso de dicho estudio, no fueron consideradas al tener en cuenta las diferencias en los grupos de dueños y no dueños de mascotas.

Por último, con respecto al **segundo** objetivo específico, se identificó una amplia diversidad de instrumentos para evaluar la salud mental, variables asociadas a la tenencia de mascotas y su vínculo. Es por ello, que se observó una tendencia hacia la evaluación del apego hacia las mascotas siendo un factor importante para la comprensión del tipo de asociación que puede tener la tenencia de mascotas sobre la salud mental.

Al tomar en cuenta los estudios que emplean la tenencia de mascotas, es decir la presencia o ausencia de mascotas en el hogar, se evidencia una limitación metodológica importante: asumir que la mera presencia física de un animal tiene una asociación directa con el bienestar psicológico. Esto no solo resulta insuficiente al analizar el vínculo, sino que resulta reduccionista al no tomar en cuenta factores dentro del vínculo como la interacción, el tiempo compartido o las demandas del cuidado. Esta metodología puede explicar por qué las investigaciones basadas

únicamente en la tenencia dicotómica suelen reportar resultados inconsistentes al correlacionarse con indicadores de estrés, ansiedad o depresión.

Por el contrario, la marcada convergencia de la literatura hacia el uso de instrumentos psicométricos como Pet Attachment Questionnaire (PAQ) y la Escala de Apego a las Mascotas de Lexington (LAPS) demuestra un avance en la comprensión del fenómeno del vínculo de las mascotas, sin embargo, el PAQ puede introducir un sesgo interpretativo al trasladar rígidamente los estilos de apego al escenario con mascotas, ya que, a pesar de haber una consistencia metodológica en el modelo, se puede asumir que el vínculo con la mascota ejerce o reemplaza sus necesidades de apoyo, seguridad y afecto.

Asimismo, el uso de herramientas alternativas que segmentan el vínculo en dimensiones, introduce una perspectiva valiosa sobre la implicancia del vínculo con las mascotas, sin embargo, el problema surge cuando se asume que pasar tiempo o interactuar con la mascota es lo mismo que tener una conexión afectiva profunda, como proponen Wang et al. (2025) al usar Pet Interaction Scale, ya que la interacción conductual no es equivalente a un vínculo afectivo; esta confusión afecta la validez del constructo del estudio.

Los estudios sobre salud mental en dueños de mascotas deben definir y delimitar estos conceptos antes de elegir sus herramientas de medición con el fin de poder tener estudios sólidos.

Por otro lado, las herramientas empleadas para evaluar la salud mental muestran un escenario de aparentes consensos conceptuales que muestra los desafíos y avances con respecto a ciertas variables. Por un lado, existe una similitud en cómo Damberg y Frömbling (2022) y Ellis et al. (2024) definen el bienestar, que

no solo es la ausencia de enfermedad, sino que implica elementos afectivos y de felicidad, sin embargo, el uso de dos escalas diferentes muestra una debilidad conceptual en los estudios, ya que al comparar las dimensiones reactivas del afecto (PANAS) con la evaluación reflexiva de la satisfacción con la vida (SWLS) bajo el mismo concepto de “bienestar” puede generar un sesgo de medición que podría explicar por qué algunos estudios reportan beneficios asociados a las mascotas y otros no, dependiendo del instrumento empleado.

Con respecto a la soledad y la sintomatología de ansiedad y depresión, hay una similitud en el uso de las escalas para medir esos indicadores, ya que han habido coincidencias al utilizar la UCLA Loneliness Scale, el GAD-7 y el PHQ-9. Estas herramientas muestran una aceptable consistencia interna, donde su alfa de Cronbach oscila entre 0.72 y 0.92. Sin embargo, es importante advertir el riesgo que implica el uso de versiones extremadamente reducidas, como la escala de tres preguntas aplicada por Denis-Robichaud et al. (2022), ya que, a pesar de optimizar el tiempo en encuestas masivas, reducen drásticamente la sensibilidad psicométrica para evaluar el aislamiento social.

Asimismo, se identificó un consenso en torno al uso del SF-36 para determinar la salud mental global de los participantes de los estudios de Goh et al. (2020) y Tan et al. (2021), sin embargo, usan la versión estándar y la variante de RAND (SF-36, versión 1.0), donde, se evidencia una falta de homogeneidad metodológica, debido a que la versión de RAND modifica las fórmulas de puntuación y redistribuye las cargas hacia las dimensiones de bienestar emocional y la energía social, lo que dificulta y limita la comparación de hallazgos.

Como se mencionó anteriormente, los resultados muestran variabilidad con respecto a los hallazgos sobre la asociación de la tenencia de mascotas en salud mental, lo que puede deberse a la diversidad cultural de la población elegida, ya que al ser de diferentes países y tener contextos socioculturales diferentes, las creencias y la manera de vincularse con las mascotas va a variar, lo que se puede evidenciar en artículos como el de Denis-Robichaud et al. (2022) donde se menciona que al agregar variables de confusión como socioeconómicas, demográficas, de salud y relacionadas con las mascotas, la asociación que inicialmente se mostraba estadísticamente positiva, se muestra nula. En primer lugar, el tipo de apego hacia la mascota parece abarcar un papel importante, ya que un vínculo seguro se ha asociado con menores niveles de estrés y soledad, mientras que un apego excesivo o desadaptativo se ha asociado con mayores niveles de ansiedad y depresión. Asimismo, factores como el tipo de mascota, las condiciones de convivencia y el contexto socioeconómico pueden influir en esta asociación.

Además, el contexto en el que se desarrollaron las investigaciones también podría presentarse como algún tipo de factor con respecto a la variabilidad de los hallazgos. Algunos estudios fueron realizados o culminados durante la pandemia por COVID-19, cuando las mascotas representaron una fuente importante de compañía frente al aislamiento social. Finalmente, las diferencias metodológicas entre los estudios, como la forma de medir el vínculo humano-mascota y el tipo de muestra utilizada, también pueden contribuir a la heterogeneidad de los resultados encontrados. Todo lo mencionado con anterioridad, puede comprenderse mediante la Teoría del Intercambio Social, la cual plantea que las relaciones se mantienen cuando los beneficios percibidos son mayores o al menos compensan los costos

asociados, en este caso incluyendo a la tenencia de mascotas (Netting et al., 1987; Dwyer et al., 2006). En este sentido, dicha variable podría asociarse con resultados beneficiosos cuando el apoyo emocional y la compañía predominan sobre las responsabilidades o demandas propias del cuidado; mientras que, cuando los costos percibidos son mayores, podrían observarse asociaciones con indicadores menos favorables para la salud mental.

Por ello, se considera que una de las limitaciones de la literatura analizada es la marcada variabilidad y heterogeneidad de los hallazgos, ya que se muestran asociaciones positivas, negativas y nulas entre ambas variables; lo que impide que se pueda generalizar acerca de los beneficios o perjuicios de la tenencia de mascotas en adultos de manera uniforme; asimismo, como se ha podido observar en algunos de los estudios analizados, hay una falta de control riguroso sobre las variables de confusión, mismas que están relacionadas a características específicas de los participantes de los estudios, como la estructura de convivencia de las personas (vivir solos o acompañados), el tipo de animal que tienen como mascota o variables contextuales como el confinamiento por pandemia; al no aislar estas variables, no se puede establecer una asociación real de la tenencia de mascotas en la salud mental, ya que no se puede determinar si los indicadores psicológicos responden al vínculo en sí o a las condiciones de vida de los participantes.

Otra de las limitaciones identificadas está ligada a la diversidad de instrumentos utilizados para medir la salud mental dentro de los estudios analizados, ya que hay variabilidad en las escalas utilizadas y esto puede dificultar la comparación directa de las puntuaciones entre escalas.

Además, sería importante profundizar en la calidad del apego hacia las mascotas, ya que puede haber un sesgo en la naturaleza del vínculo con las mascotas, debido a que algunos estudios sugieren que un alto nivel de apego hacia los perros puede encubrir estilos de apego disfuncionales.

Asimismo, se ha evidenciado que varios autores usan términos similares como sinónimos o equivalentes para definir el vínculo con la mascota y por lo mismo, es importante tenerlo en cuenta a la hora de delimitar los términos para evitar sesgos conceptuales.

Estas limitaciones plantean la necesidad de utilizar diseños y poblaciones con características o contextos socioculturales más homogéneos, teniendo en cuenta las variables contextuales de los propietarios de mascotas al realizar estas investigaciones, esto con el fin de poder esclarecer si existe o no una asociación pura de la tenencia de mascotas en la salud mental en adultos.

Finalmente, el presente estudio permite y contribuye al estado actual del conocimiento sobre la temática mencionada al brindar de forma sintetizada las tendencias, coincidencias y discrepancias entre los autores en investigaciones actuales, lo que brinda una mirada crítica del fenómeno favoreciendo una mejor comprensión.

CONCLUSIONES

En base a los objetivos planteados y a lo hallado en las investigaciones analizadas, se puede concluir que, dado a la heterogeneidad de los estudios, no se puede afirmar que la tenencia de mascotas tiene o no tiene una asociación directa en la salud mental de los adultos, debido a la posible influencia de factores individuales, contextuales y relacionales. Teniendo en cuenta los puntajes generales obtenidos que describen el peso metodológico de los estudios, muestran que hay convergencias en los hallazgos de acuerdo al puntaje, ya que hay una predominancia de asociaciones positivas independientemente de su puntaje obtenido en la evaluación metodológica, sin embargo, es importante destacar que aquellos estudios que tienen mayor número de muestra tienen un puntaje promedio de 6 puntos y provienen del mismo país: Japón. Al integrar y analizar lo hallado en la presente revisión, se puede establecer que la tenencia de mascotas no ejerce un beneficio o maleficio psicológico como tal, sino que puede funcionar como un recurso amortiguador frente al estrés, el aislamiento y el bienestar subjetivo o puede propiciar el malestar psicológico, la sintomatología ansiosa y depresiva, bajo condiciones personales y socioculturales de los individuos y del tipo de mascota que tengan.

Al realizar una comparación sobre lo que las mascotas pueden representar entre adultos propietarios y no propietarios, se muestran resultados mixtos, sin embargo, bajo ciertos contextos, la presencia de malestar psicológico puede ser más notoria, ya que, a pesar de verse asociado con menor nivel de estrés y soledad, existe también una asociación con sintomatología depresiva o ansiosa en aquellas personas que tienen mascotas, y estas están asociadas a la situación de cada persona.

Con respecto a las herramientas de evaluación psicométricas empleadas en los estudios, se concluye que existe una tendencia preferencial en el uso del Pet Attachment Questionnaire (PAQ) y la Escala de Apego a las Mascotas de Lexington (LAPS), las cuales demuestran una sólida consistencia interna al operacionalizar el vínculo afectivo con las mascotas, sin embargo, para la medición de las dimensiones de la salud mental, la literatura muestra una amplitud instrumental, alternando entre cuestionarios clínicos autoinformados e índices multidimensionales, lo que impide una comparabilidad directa de los datos obtenidos y restringe la posibilidad de aislar de manera homogénea las dimensiones planteadas.

Todo ello, ayuda a concluir que la literatura actual es insuficiente e inconsistente para poder respaldar que la tenencia de mascotas puede tener beneficios o perjuicio en la salud mental de los adultos, ya que, los vacíos identificados revelan la existencia de variables específicas que pueden sesgar los resultados, generando confusión entre los estados psicológicos previos del individuo y los resultados asociados a la tenencia de mascotas.

RECOMENDACIONES

Por último y en base a todos los hallazgos, para futuras investigaciones, se recomienda que en primer lugar, se seleccionen poblaciones con características sociodemográficas y contextos más homogéneos, con el fin de poder controlar mejor las variables de confusión y evitar los sesgos de selección. Por otro lado, es importante poder implementar modelos longitudinales o experimentales, con el fin de poder esclarecer si los indicadores de salud mental reflejan una asociación directa a la tenencia o el apego de la mascota o si solo responde a la situación basal del individuo. Asimismo, las investigaciones no deberían limitarse a medir la tenencia de mascotas de una manera dicotómica, sino que pueden estudiar a fondo el apego o vínculo de la mascota, teniendo en cuenta y controlando las variables de confusión que puedan interferir en una asociación real con los indicadores de salud mental.

Finalmente, es importante delimitar correctamente los constructos que se utilicen al momento de hablar de vínculo o interacción con la mascota, ya que la interacción con una mascota no se traduce como tal en la existencia de un vínculo afectivo, esto evitará sesgos de validez al momento de interpretar una asociación real en la salud mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Campo-Arias, A & Oviedo, H (2008). Propiedades Psicométricas de una Escala: la Consistencia Interna. *Rev. salud pública*. 10 (5):831-839, 2008. <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v10n5/v10n5a15.pdf>
- Calvo, P. y Calcerrada, M. (14 de abril de 2021). ¿Qué es el vínculo humano-animal?. *Antrozooloía*. <https://antrozoologia.com/blog/que-es-el-vinculo-humano-animal/>
- Damberg, S., & Frömbing, L. (2022). “Furry tales”: pet ownership’s influence on subjective well-being during Covid-19 times. *Quality and Quantity*, 56(5), 3645-3664. <https://doi.org/10.1007/s11135-021-01303-7>
- Denis-Robichaud, J., Aenishaenslin, C., Richard, L., Desmarchelier, M., & Carabin, H. (2022). Association between Pet Ownership and Mental Health and Well-Being of Canadians Assessed in a Cross-Sectional Study during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2215. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042215>
- De Souza, M. C., Bastos, G. Q., & Tokumaru, R. S. (2025). Attachment theory applied to the human-dog relationship. *Journal Of Veterinary Behavior*, 82, 8-19. <https://doi.org/10.1016/j.jveb.2025.09.005>
- Díaz, M. (2020). *Vínculo humano-animal ¿Qué clase de amor es ese?* <https://hdl.handle.net/20.500.14340/1450>

- Dwyer, F., Bennett, P. C., & Coleman, G. J. (2006). Development of the Monash Dog Owner Relationship Scale (MDORS). *Anthrozoös*, 19(3), 243-256.
<https://doi.org/10.2752/089279306785415592>
- Ellis, A., Stanton, S. C. E., Hawkins, R. D., & Loughnan, S. (2024). The Link between the Nature of the Human–Companion Animal Relationship and Well-Being Outcomes in Companion Animal Owners. *Animals*, 14(3), 441.
<https://doi.org/10.3390/ani14030441>
- Endo, K., Anri, M., Kazuya, O., & Miho, S. (2025). Associations between pet type (co-walkable, indoor-only, and ornamental pets) and well-being: Findings from a large-scale cross-sectional study in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(11), 1654.
doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph22111654>
- Gautam, S., Jain, A., Chaudhary, J., Gautam, M., Gaur, M., & Grover, S. (2024). Concept of mental health and mental well-being, its determinants and coping strategies. *Indian journal of psychiatry*, 66(Suppl 2), S231–S244.
https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_707_23
- Gillet, L., Turcsán, B. & Kubinyi, E. (2025). Perceived costs and benefits of companion dog keeping based on a convenience sample of dog owners. *Scientific Reports*, 15 (1).
https://www.researchgate.net/publication/388233097_Perceived_costs_and_benefits_of_companion_dog_keeping_based_on_a_convenience_sample_of_dog_owners
- Goh, Y. X., Shi Quan, T. J., Syn, N. L., Tan Beverley, S. W., Low, J. Y., Han, F. Y., Waikit, F., Hoong Brandon, Y. D., Junxiong, P., Lim, Q. X., Jieying,

- W., Ng Terence, Y. M., Chow Hsin, H. E., Ng, Y. L., Chong, J. C., Yeo, C. Y., Tan Lorraine, H. E., Sim Abigail, E. X., Abdurrahman Ahmad bin, H. M., . . . Yee Mun, Y. F. (2020). Association between pet ownership and physical activity levels, atopic conditions, and mental health in Singapore: a propensity score-matched analysis. *Scientific Reports (Nature Publisher Group)*, 10(1)<https://doi.org/10.1038/s41598-020-76739-2>
- Hansen, P. R., König, H., & Hajek, A. (2024). Pet Ownership and Psychosocial Factors in Adults Aged 40 Years and Over: Results of a Large Nationally Representative Longitudinal Survey. *Societies*, 14(8), 132. <https://doi.org/10.3390/soc14080132>
- Hawkins, R., Kuo, C. & Robinson, C. (2024). Young adults' views on the mechanisms underpinning the impact of pets on symptoms of anxiety and depression. *Frontiers in Psychiatry*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10902138/>
- Hawkins, R. D., Ellis, A., & Robinson, C. (2025). Exploring the connection between pet attachment and owner mental health: The roles of owner-pet compatibility, perceived pet welfare, and behavioral issues. *PLoS One*, 20(10), 24. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314893>
- Hugues, B., Ledón, L., Mendoza, M., Torres, M. & Berovides, V. (2022). Tenencia responsable de animales de compañía bajo el enfoque «una salud». Estudio recopilativo. *Rev Inv Vet Perú* 2022; 33(1): e22158. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rivep/v33n1/1609-9117-rivep-33-01-e22158.pdf>

Institut Public de Sondage d'Opinion Secteur [IPSOS] (9 de octubre de 2023). Día Mundial de la Salud Mental: el 39% dice haber tenido que ausentarse del trabajo debido al estrés en el último año. <https://www.ipsos.com/es-mx/dia-mundial-de-la-salud-mental-el-39-dice-haber-tenido-que-ausentarse-del-trabajo-debido-al-estres>

International Committee of Medical Journal Editors [ICMJE] (2017). Defining the Role of Authors and Contributors. <https://www.icmje.org/recommendations/browse/roles-and-responsibilities/defining-the-role-of-authors-and-contributors.html>

Kassem, J., Rabih, E., Georges, R. & Sami, R. (2024). Effect of human-animal interaction on the well-being and quality of life. *L'Encéphale*, 50(3), 275-283. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2023.06.017>

Langgartner, D., Weimer, K., Brunner-Weisser, J., Winkler, R., Mannes, M., Huber-Lang, M., Sterrett, J. D., Lowry, C. A., Rohleder, N., Bajrami, B., Luippold, A. H., Groß, A., Kestler, H. A., Tost, H., Meyer-Lindenberg, A., Gündel, H., Jarczok, M. N., & Reber, S. O. (2025). Pawsitive impact: How pet contact ameliorates adult inflammatory stress responses in individuals raised in an urban environment. *Brain Behavior And Immunity*, 127, 217-228. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2025.03.013>

Lass-Hennemann, J., Schäfer, S., K., Sopp, M. R., & Michael, T. (2022). The relationship between attachment to pets and mental health: the shared link via attachment to humans. *BMC Psychiatry*, 22, 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04199-1>

- Li, J., & Wong, N. M. L. (2025). The mediating role of loneliness in the relationship between pet ownership and human well-being. *Scientific Reports (Nature Publisher Group)*, 15(1), 35899. doi:<https://doi.org/10.1038/s41598-025-19692-2>
- Manterola, C., Rivadeneira, J., Delgado, H., Sotelo, C. & Otzen, T. (2023). ¿Cuántos Tipos de Revisiones de la Literatura Existen? Enumeración, Descripción y Clasificación. Revisión Cualitativa. *International Journal of Morphology*, 41(4), 1240-1253. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022023000401240>
- Miyake, H., Inoue, Y., Okazaki, H., Miyamoto, T., Eguchi, M., Kochi, T., Kabe, I., Tomizawa, A., Fukunaga, A., Yamamoto, S., Konishi, M., Dohi, S., & Mizoue, T. (2023b). The association between living alone and depressive symptoms and the role of pet ownership among Japanese workers. *BMC Public Health*, 23(1), 1769. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16619-2>
- Northrope, K., Ruby, M. B., & Howell, T. J. (2024). How attachment to dogs and to other humans relate to mental health. *Animals*, 14(19), 2773. doi:<https://doi.org/10.3390/ani14192773>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2 de septiembre de 2025). *Más de mil millones de personas viven con trastornos de salud mental: urge ampliar los servicios.* <https://www.who.int/es/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). *Informe mundial sobre salud mental*. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/c6877de8-6454-4100-ba24-4316142290f1/content>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (8 de octubre de 2025). *Salud Mental*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Orlando, E. & Chin, B. (2025). Human-animal bonds and mental health: Examining the roles of bond strength, interactions, and attachment security. *Human-Animal Interactions*, 13(1), 0005. https://www.researchgate.net/publication/388849854_Human-animal_bonds_and_mental_health_Examining_the_roles_of_bond_strength_interactions_and_attachment_security

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>

Prato-Previde, E., Basso Ricci, E., & Colombo, E. S. (2022). The Complexity of the Human-Animal Bond: Empathy, Attachment and Anthropomorphism in Human-Animal Relationships and Animal Hoarding. *Animals : an open access journal from MDPI*, 12(20), 2835. <https://doi.org/10.3390/ani12202835>

- Rault, J., Waiblinger, S., Boivin, X., & Hemsworth, P. (2020). The Power of a Positive Human–Animal Relationship for Animal Welfare. *Frontiers In Veterinary Science*, 7, 590867. <https://doi.org/10.3389/fvets.2020.590867>
- Scoresby, K. J., Strand, E. B., Ng, Z., Brown, K. C., Stilz, C. R., Strobel, K., Barroso, C. S., & Souza, M. (2021). Pet Ownership and Quality of Life: A Systematic Review of the Literature. *Veterinary Sciences*, 8(12), 332. <https://doi.org/10.3390/vetsci8120332>
- Smolkovic, I., Fajfar, M., & Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four-legged friend replace a two-legged one? *Journal Of European Psychology Students*, 3, 15. <https://doi.org/10.5334/jeps.ao>
- Steckl, C. (08 de diciembre de 2025). *Multidimensional wellness*. MentalHealth.com. <https://www.mentalhealth.com/library/multidimensional-wellness-powerful-concept-and-practical-tool>
- Taherdoost, H. (2023). Towards Nuts and Bolts of Conducting Literature Review: A Typology of Literature Review. *Electronics*, 12(4), 800. <https://doi.org/10.3390/electronics12040800>
- Tan, J. S. Q., Fung, W., Tan, B. S. W., Low, J. Y., Syn, N. L., Goh, Y. X., & Pang, J. (2021). Association between pet ownership and physical activity and mental health during the COVID-19 “circuit breaker” in Singapore. *One Health*, 13, 100343. <https://doi.org/10.1016/j.onehlt.2021.100343>

U.S. Centers for Disease Control and Prevention [CDC]. (09 de junio de 2025).

Manejo del estrés. <https://www.cdc.gov/mental-health/es/living-with/manejo-del-estres.html>

Wang, Y., Tsai, C., & Liu, C. (2025). Human–pet interaction and well-being in mid-to-later adulthood: moderating roles of neuroticism and anxious attachment.

BMC Public Health, 25(1), 3512. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-24571-6>

Zhao, J., Koohsari, M. J., Li, J., Luo, Y., Kaczynski, A. T., McCormack, G. R.,

Oka, K., & Hanibuchi, T. (2025). Beyond companionship: psycho-social benefits of pet ownership. *BMC Public Health*, 25, 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23464-y>

ANEXOS

Anexo 1: Carta de aprobación del proyecto de investigación



VICERECTORADO
DE INVESTIGACIÓN

CAR-DUARI-O-191-26
Lima, 30 de Abril del 2026

Señor(a) investigador(es)
CAMPOS DIAZ ALEJANDRA
CASTAÑEDA MEJIA MARIA PIA
Presente. -

Es grato dirigirme a usted para expresarle un cordial saludo y a la vez informarle que hemos recibido el proyecto de investigación titulado: **“LA ASOCIACIÓN DE LA TENENCIA DE MASCOTAS Y DISTINTOS INDICADORES DE SALUD MENTAL EN ADULTOS: UNA REVISIÓN CRÍTICA DE LITERATURA”** **SIDISI 221721**, el cual ha sido revisado y registrado en la Dirección Universitaria de Asuntos Regulatorios de la Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia debido a que por sus características no requiere evaluación por el Comité Institucional de Ética en Investigación en Humanos ni por el Comité Institucional de Ética para Uso de Animales.

Este proyecto puede iniciar su ejecución. Los cambios o enmiendas al protocolo presentado solo deben ejecutarse luego de una nueva evaluación y autorización por esta dirección. Adicionalmente, agradecemos tenga a bien presentar el informe de cierre del proyecto al concluir la ejecución de este.

Atentamente,



Dra. Cinthia Hurtado Esquén
Directora
Dirección Universitaria de Asuntos
Regulatorios de la Investigación

www.cayetano.edu.pe
vrinve@oficinas-upch.pe
319 0000 Anexo 201355
Apartado postal 4314
San Martín de Porres
Av. Honorio Delgado 430

Anexo 2: Matriz de estudios

Nº	Autor	Año	País de procedencia	Objetivo general	Muestra	Diseño de estudio	Metodología	Intrumentos - Indicadores Salud Mental	Intrumentos - vínculo con la mascota	Resultados	Referencia APA
1	Damberg & Frömbing	2022	Estados Unidos	Contribuir a la investigación sobre las relaciones entre las personas y las mascotas y el bienestar subjetivo, teniendo en cuenta las circunstancias especiales durante el aislamiento social	215 dueños de mascotas entre 18-64 años de edad	Transversal	SEM	Satisfaction with Life Scale UCLA Loneliness Scale Five-Item Daily Symptom Index (DI-5)	Human-Pet Relationship Need Support Scale	Asociación positiva Bienestar: $\beta = 0,329$; $p < 0,01$ Asociación negativa Aislamiento social (covid 19): $\beta = -0,192$, $p < 0,01$ Malestar psicológico: $\beta = -0,207$, $p < 0,01$	Damberg, S., & Frömbing, L. (2022). "Furry tales": pet ownership's influence on subjective well-being during Covid-19 times. Quality and Quantity, 56(5), 3645-3664. https://doi.org/10.1007/s11135-021-01303-7
2	Denis-Robichaud, J., Aenishaenslin, C., Richard, L., Desmarchelier, M., & Carabin, H	2022	Canadá	Evaluar la relación entre tener una mascota y la calidad de vida, la salud general, la soledad, la ansiedad, el estrés y la salud mental de los canadienses durante las medidas de confinamiento establecidas en respuesta a la	1500 canadienses de 18 años a más	Transversal	Modelos bayesianos jerárquicos multivariab es, ordinales y lineales	Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7) Escala de 3 preguntas para medir la soledad	Escala sociodemográfica dicotómica (Sí/No)	Modelo crudo - soledad: Estimate = 0.31, IC 95% [0,11, 0,51] Modelo ajustado - soledad: Estimate = -0,10, IC 95% [-0,30; 0,09] Síntomas de ansiedad (modelo crudo): OR = 1,42; IC 95%: [1,26; 1,60] Síntomas de ansiedad (modelo	Denis-Robichaud, J., Aenishaenslin, C., Richard, L., Desmarchelier, M., & Carabin, H. (2022). Association between Pet Ownership and Mental Health and Well-Being of Canadians Assessed in a Cross-Sectional

4	Endo, K., Mutoh, A., Ogawa, K., & Satoh, M.	2025	Japón	Aclarar la asociación entre diferentes tipos de propiedad de mascotas y múltiples dominios de bienestar subjetivo en una gran muestra representativa a nivel nacional en Japón	10 293 residentes japoneses de entre 15 y 89 años.	Transversal	Regresión lineal	OECD Better Life Index	Escala sociodemográfica dicotómica (Sí/No)	Asociación positiva: Comunidad ($\beta = 0,15$; $p = 0,016$) Asociación negativa: Ingresos ($\beta = -0,12$; $p = 0,044$) Ambiente ($\beta = -0,15$; $p = 0,007$) Trabajo ($\beta = -0,12$; $p = 0,043$)	Endo, K., Anri, M., Kazuya, O., & Miho, S. (2025). Associations between pet type (co-walkable, indoor-only, and ornamental pets) and well-being: Findings from a large-scale cross-sectional study in Japan. International Journal of Environmental Research and Public Health, 22(11), 1654. doi: https://doi.org/10.3390/ijerp22111654
---	---	------	-------	--	--	-------------	------------------	------------------------	--	---	--

5	Goh, Y. X., Shi Quan, T. J., Syn, N. L., Tan Beverley, S. W., Low, J. Y., Han, F. Y., Yee Mun, Y. F.	2020	Singapur	Examinar el impacto en la salud pública de la tenencia de mascotas en el sudeste asiático.	823 adultos entre 21-64 años de edad que viven en Singapur	Transversal	Modelo de regresión logística	36-item short form survey (SF-36)	Pet Attachment Questionnaire (PAQ) Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human– Animal Relationships and Environments (CENSHARE)	Asoaciación nula: Salud mental (dueños vs no dueños): ($\beta = 1,31$, IC del 95 % [-1,55 a 4,18]; $p < 0,370$)	Goh, Y. X., Shi Quan, T. J., Syn, N. L., Tan Beverley, S. W., Low, J. Y., Han, F. Y., Waikit, F., Hoong Brandon, Y. D., Junxiong, P., Lim, Q. X., Jieying, W., Ng Terence, Y. M., Chow Hsin, H. E., Ng, Y. L., Chong, J. C., Yeo, C. Y., Tan Lorraine, H. E., Sim Abigail, E. X., Abdurrahman Ahmad bin, H. M., . . . Yee Mun, Y. F. (2020). Association between pet ownership and physical activity levels, atopic conditions, and mental health in Singapore: a propensity score-matched analysis.
---	---	------	----------	---	---	-------------	-------------------------------------	--	---	---	--

											Scientific Reports (Nature Publisher Group), 10(1) https://doi.org/10.1038/s41598-020-76739-2
6	Hawkins, R. D., Ellis, A., & Robinson, C.	2025	Reino Unido	Investigar si la relación entre el vínculo afectivo entre el dueño y su mascota y la salud mental del dueño podría entenderse mejor desde la perspectiva de la compatibilidad con la mascota tal como la percibe el dueño, el bienestar de la mascota tal como	600 dueños de mascotas entre 18 y 26 años que residen en el Reino Unido	Transversal	R de Pearson	Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7) The Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Asociación positiva: Síntomas de ansiedad: $r = 0,124$; $p < 0.05$ Síntomas de depresión: $r = 0,196$; $p < 0.01$	Hawkins, R. D., Ellis, A., & Robinson, C. (2025). Exploring the connection between pet attachment and owner mental health: The roles of owner-pet compatibility, perceived pet welfare, and behavioral

				lo percibe el dueño y los problemas de comportamiento de la mascota								issues. PLoS One, 20(10), 24. doi: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314893
7	Lass-Hennemann, J., Schäfer, S., K., Sopp, M. R., & Michael, T.	2022	Alemania	Investigar el papel del apego hacia los seres humanos en la relación entre el apego emocional hacia las mascotas y la carga de salud mental	610 propietarios de perros	Transversal	R de Pearson	Brief Symptom Inventory (BSI)	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	Asociación positiva: Malestar psicológico: r = 0,16	Lass-Hennemann, J., Schäfer, S., K., Sopp, M. R., & Michael, T. (2022). The relationship between attachment to pets and mental health: the shared link via attachment to humans. BMC Psychiatry, 22, 1-9. https://doi.org/10.1186/s12888-022-04199-1	

8	Li & Wong	2021	China	Comparar el bienestar de los dueños de mascotas y no dueños de mascotas e investigar los roles de la soledad, el arreglo de vida y el apego a las mascotas para explicar los efectos de la propiedad de mascotas	1,237 adultos de entre 18 y 84 años. 292 eran propietarios de mascotas y 945 no propietarios.	Transversal	Rho de Spearman	UCLA Loneliness Scale General Well-being Scale (GWB)	Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS)	Asociación positiva: Soledad: $\rho = 0,11$ Asociación negativa: Bienestar: $\rho = -0,20$	Li, J., & Wong, N. M. L. (2025). The mediating role of loneliness in the relationship between pet ownership and human well-being. Scientific Reports (Nature Publisher Group), 15(1), 35899. doi:https://doi.org/10.1038/s41598-025-19692-2
9	Miyake, H., Inoue, Y., Okazaki, H., Miyamoto, T., Eguchi, M., Kochi, T., Kabe, I., Tomizawa, A., Fukunaga, A., Yamamoto, S., Konishi,	2023	Japón	Analizar la relación entre vivir solo y los síntomas depresivos entre los trabajadores de Japón y examinó dicha relación teniendo en cuenta el papel de tener mascotas	12 763 trabajadores japoneses	Transversal	Razón de prevalencia	Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D-11)	Escala sociodemográfica dicotómica (Sí/No)	Asociación nula: Síntomas de depresión: PR = 1,04, IC del 95%: 0,97–1,11	Miyake, H., Inoue, Y., Okazaki, H., Miyamoto, T., Eguchi, M., Kochi, T., Kabe, I., Tomizawa, A., Fukunaga, A., Yamamoto, S., Konishi, M., Dohi, S., & Mizoue, T. (2023b). The association between living alone and

M., Dohi,
S., &
Mizoue, T.

depressive symptoms and the role of pet ownership among Japanese workers. BMC Public Health, 23(1), 1769.
<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16619-2>

Northrope,
K., Ruby,
10 M. B., &
Howell, T.
J.

2024

Reinc

Unido

Evaluar si existe una relación entre el apego a los perros de compañía y la salud mental, y si esta relación está mediada por el apego humano tanto en hombres como en mujeres.

607 dueños de
mascotas
mayores de 18
años que
hablaran inglés

Transversal

Rho de
Spearman

Brief
Symptom
Inventory
(BSI)

Lexington
Attachment to
Pets Scale
(LAPS)
The Pet
Attachment
Questionnaire
(PAQ)

Asociación positiva:
Estrés: $\rho = 0,37$

Asociación
negativa:
Estrés: $\rho = -0.54$

Northrope, K., Ruby, M. B., & Howell, T. J. (2024). How attachment to dogs and to other humans relate to mental health. *Animals*, 14(19), 2773. doi: <https://doi.org/10.3390/ani14192773>

11	Orlando y Chin	2025	Estados Unidos	Evaluar si el tipo de mascota y el vínculo entre la persona y la mascota, la ansiedad de apego y la evitación de apego están relacionados con la probabilidad de reportar síntomas de depresión prevalentes	1028 dueños de mascotas residentes de Estados Unidos	Transversal	Modelo de regresión logística	Center for Epidemiological Studies - Depression Scale (CES-D-11)	Family Bondedness Scale The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Asociación positiva: Síntomas de depresión: (AOR = 2.17, 95% CI [1.74, 2.71], p < 0.001)	Orlando, E. & Chin, B. (2025). Human-animal bonds and mental health: Examining the roles of bond strength, interactions, and attachment security. Human-Animal Interactions, 13(1), 0005. https://www.researchgate.net/publication/388849854_Human-animal_bonds_and_mental_health_Examining_the_roles_of_bond_strength_interactions_and_attachment_security
----	----------------	------	----------------	---	--	-------------	-------------------------------	--	--	--	---

12	Tan, J. S. Q., Fun, W., Tan, B. S. W., Low, J. Y., Syn, N. L., Goh, Y. X.,... & Pang, J.	2021	Singapur	Determinar la relación entre tener mascotas, los niveles de actividad física y la salud mental durante la pandemia de COVID-19	534 dueños y no dueños de mascotas entre 18-64 años residentes de Singapur	Transversal	Modelos de regresión logística	Health Survey (SF-36, version 1.0)	The Pet Attachment Questionnaire (PAQ) Pet Attachment Survey of the Center for the Study of Human–Animal Relationships and Environments (CENSHARE)	Asociación positiva: Bienestar (dueños vs no dueños): ($\beta = 9,66$, IC del 95 % 4,97 a 14,4; $p < 0,001$)	Tan, J. S. Q., Fun, W., Tan, B. S. W., Low, J. Y., Syn, N. L., Goh, Y. X., & Pang, J. (2021). Association between pet ownership and physical activity and mental health during the COVID-19 “circuit breaker” in Singapore. One Health, 13, 100343. https://doi.org/10.1016/j.onehlt.2021.100343
13	Wang, Y., Tsai, C., & Liu, C.	2025	Taiwan	Analizar cómo las diferencias individuales en el bienestar se relacionan con la interacción entre los adultos de mediana edad y los adultos mayores y sus mascotas	232 adultos de 45 años a más residentes de Taiwan	Transversal	R de Pearson	Psychological Well-being Scale	The Pet Interaction Scale The Pet Attachment Questionnaire (PAQ)	Asociación positiva: Relación positiva con los demás: $r = 0,08$ Asociación negativa: Propósito de vida: $r = -0,10$ Asociación nula: Crecimiento y	Wang, Y., Tsai, C., & Liu, C. (2025). Human–pet interaction and well-being in mid-to-later adulthood: moderating roles of neuroticism and anxious attachment.

											aceptación: r = 0,00	BMC Public Health, 25(1), 3512. https://doi.org/10.1186/s12889-025-24571-6
14	Zhao, J., Koohsari, M. J., Li, J., Luo, Y., Kaczynski, A. T., McCormack, G. R., . . . Hanibuchi, T.	2025	Japón	Analizar las relaciones entre diversas categorías de tenencia de mascotas y múltiples beneficios psicosociales en una muestra de adultos de Japón	8821 adultos mayores de 18 años	Transversal	Regresión lineal	Personal Social Capital Scale (adaptación)	Escala sociodemográfica dicotómica (Sí/No)	Asociación positiva: Capital social: $\beta = 0.49$, 95% CI = 0.22–0.76	Zhao, J., Koohsari, M. J., Li, J., Luo, Y., Kaczynski, A. T., McCormack, G. R., Oka, K., & Hanibuchi, T. (2025). Beyond companionship: psycho-social benefits of pet ownership. BMC Public Health, 25, 1-9. https://doi.org/10.1186/s12889-025-23464-y	