



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
Psicología

EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON EL APEGO
HUMANO-MASCOTA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA
FACULTAD DE TECNOLOGÍA MÉDICA DE UNA UNIVERSIDAD
PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA

TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORES: NIKOLLY MARIELLA CARRETERO VIDAL

GABRIEL RAFAEL JIMENEZ ESPINOSA

ASESORA: MG. DANITSA ALARCON PARCO

LIMA – PERÚ

2026

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD

Los egresados:

N°	APELLIDOS Y NOMBRES
1.	Carretero Vidal Nikolly Mariella
2.	Jimenez Espinosa Gabriel Rafael

Pertenecientes al programa de la **carrera profesional de Psicología**, autores del trabajo titulado: **EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON EL APEGO HUMANO-MASCOTA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA FACULTAD DE TECNOLOGÍA MÉDICA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA**, el cual ha sido elaborado, sustentado y aprobado, según corresponda, para optar por el **Título Profesional** bajo la modalidad de **Tesis**.

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

N°	APELLIDOS Y NOMBRES DEL DOCENTE	FACULTAD	NIVEL DE ASESORÍA
1.	Alarcon Parco Danitsa	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 **14%**, según el reporte emitido por el software **Turnitin®** (identificador de entrega: **3568110572**; fecha de entrega: **12-05-2026**).
- 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, 12 de mayo de 2026**



Firma del asesor
N° DNI: **10676787**
ORCID: **0000-0002-4556-0795**

MIEMBROS DEL JURADO

Dra. JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO

Presidente

Mg. FREDDY ROLAND TOSCANO RODRIGUEZ

Vocal

Mg. RICARDO ABRAHAM GALVEZ AREVALO

Secretario

DEDICATORIA

A Dios, por ser la luz que guía cada uno de mis pasos.

A mis padres, por su apoyo incondicional y motivación constante.

A mi abuela, que desde el cielo sigue cuidándome y protegiéndome con su amor eterno.

Y sobre todo a Bruno y Farfán, mis hijos de cuatro patas, quienes con su amor incondicional y compañía constante fueron mi soporte y fuente de inspiración para desarrollar esta investigación.

- **Nikolly Carretero**

A mis padres, que se han esforzado mucho para que yo tenga los mejores estudios.

A mi hermano, por ser motivo para esforzarme y ser un buen guía.

A mi familia, por formarme y guiarme con su cariño.

A mis amigos, por hacer de mi vida universitaria la mejor etapa que he tenido.

- **Gabriel Jiménez**

AGRADECIMIENTOS

Queremos expresar un especial agradecimiento a nuestros profesores de la facultad de psicología, por inspirarnos a ser profesionales íntegros y competentes.

A la facultad de tecnología médica, por permitirnos realizar esta investigación dentro de su facultad.

A todos los participantes de esta investigación, quienes se tomaron el tiempo de ayudarnos con entusiasmo y compromiso. Sin su participación, este logro no sería posible.

A nosotros mismos, por la confianza mutua y el compromiso en el desarrollo de nuestra investigación.

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN1

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....3

1. Identificación del problema.....3

2. Justificación e Importancia del problema12

3. Limitaciones de la Investigación.....15

4. Objetivos de la investigación16

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....17

1. Aspectos conceptuales pertinentes17

1.1. Bienestar psicológico17

1.2. Apego Humano-Mascota22

1.3. Estudiantes Universitarios27

2. Investigaciones en torno al problema abordado.....28

2.1. Investigaciones Internacionales28

2.2. Antecedentes Nacionales33

3. Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables.....35

3.1. Definición Conceptual Y Operacional del Bienestar Psicológico35

3.2. Definición Conceptual y Operacional del Apego Humano-Mascota36

4. Hipótesis.....37

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	38
1. Nivel y tipo de investigación.....	38
2. Diseño de investigación	38
3. Población y muestra (Muestreo)	38
3.1. Descripción de la población.....	38
3.2. Descripción de la Muestra y método de Muestreo	39
4. Instrumentos	41
4.1. Escala de Bienestar Psicológico (EBPR).....	41
4.2. Escala Lexington Attachment to pets: Mexican versión (LAPS-M)	43
4.3. Ficha Sociodemografica	44
5. Procedimiento	44
6. Consideraciones éticas	47
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE DATOS	50
CAPÍTULO V: RESULTADOS	52
CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN	59
CAPÍTULO VII: CONCLUSIONES	65
CAPÍTULO VIII: RECOMENDACIONES	67
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	69
ANEXOS	

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el apego humano-mascota en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo básico y diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de 18 a 25 años propietarios de al menos un perro, seleccionados mediante muestreo no probabilístico tipo bola de nieve. Se aplicaron la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBPR) y la Escala Lexington Attachment to Pets: Mexican Version (LAPS-M). Los datos fueron procesados en JAMOVI 2.3.28, empleándose correlaciones de Pearson. Los resultados evidenciaron relaciones positivas y significativas entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota ($r = 0,296$; $p < 0,001$) y sus tres dimensiones: Apego general ($r = 0,315$; $p < 0,001$), Sustitución de personas ($r = 0,247$; $p < 0,01$) y Derechos de los animales ($r = 0,305$; $p < 0,001$). Se concluyó que mayores niveles de Apego humano-mascota se asociaron con mayores niveles de Bienestar psicológico, brindando evidencia de que la relación afectiva con los animales puede constituir un recurso protector relevante para la salud mental universitaria, aunque complementario a otros factores personales y sociales.

Palabras clave: bienestar psicológico, apego humano-mascota, estudiantes universitarios, salud mental, vínculo afectivo.

ABSTRACT

The study aimed to determine the relationship between psychological well-being and human–pet attachment among university students from the Faculty of Medical Technology at a private university in Metropolitan Lima. A quantitative, basic, non-experimental, cross-sectional, and correlational design was employed. The sample consisted of 120 students aged 18 to 25 who owned at least one dog, selected through non-probabilistic snowball sampling. The Psychological Well-Being Scale by Ryff (EBPR) and the Lexington Attachment to Pets Scale: Mexican Version (LAPS-M) were administered. Data were analyzed using JAMOVI 2.3.28, applying Pearson’s correlation tests. Results showed positive and significant relationships between Psychological well-being and Human–pet attachment ($r = 0.296$, $p < 0.001$) and its three dimensions: General attachment ($r = 0.315$, $p < 0.001$), Person substitution ($r = 0.247$, $p < 0.01$), and Animal rights ($r = 0.305$, $p < 0.001$). It was concluded that students who reported stronger emotional bonds with their pets also exhibited higher levels of psychological well-being. These findings suggest that affective connections with companion animals may serve as a protective factor for mental health in university students, offering emotional support and contributing to their overall well-being, while complementing other personal and social factors.

Keywords: psychological well-being, human–pet attachment, university students, mental health, emotional bon

INTRODUCCIÓN

El apego humano-mascota es un lazo que ha reflejado gran interés producto al papel significativo que se les ha ido asignando a las mascotas durante los últimos años (Álvarez, 2023). Diversos estudios han reflejado los beneficios que traen consigo el vínculo que se genera con estos seres vivos (González Hernández & Vega Manríquez, 2021), especialmente en el bienestar emocional de los propietarios (Fine, 2019). En un contexto como el de estos últimos años, estudios como los de Newson et al. (2024) y el Ministerio de Educación del Perú (2021) revelan molestias y un declive en el bienestar psicológico de la población juvenil universitaria. Por lo que, resulta importante conocer y comprender diversos factores que contribuyan al desarrollo personal y profesional de los estudiantes (Alvarado Ávila et al., 2022).

El objetivo general del estudio fue determinar la relación entre el bienestar psicológico y el apego humano-mascota en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Para ello, el tipo de investigación fue cuantitativo, con un diseño transversal - no experimental. Se recolectaron los datos mediante la aplicación de instrumentos validados en el Perú que evaluaron cada una de las variables en los participantes propietarios de al menos un perro.

La tesis se organiza en cinco apartados. El primer apartado presenta el planteamiento del problema, el cual incluye su identificación, justificación, limitaciones encontradas y los objetivos formulados para darle respuesta. El

segundo apartado, el marco teórico, presenta la información sustancial que permitió definir y conocer el problema en otros contextos, y a su vez, formular las hipótesis. El tercer apartado, describe la metodología utilizada, lo que incluye el tipo, diseño, participantes e instrumentos. El cuarto apartado expone los resultados que se obtuvieron en la aplicación y análisis estadístico de la investigación. Finalmente, el quinto capítulo ofrece la discusión y conclusiones derivadas del análisis.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. Identificación del problema

Durante los últimos años la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) ha expresado esencial interés en torno a la salud mental de la población, a la cual precisa como un estado de bienestar en el que cada sujeto es consciente de sus habilidades, gestiona adecuadamente las dificultades que se le presentan, es productivo y contribuye positivamente en su entorno social. La OMS (2019) considera que este concepto está estrechamente ligado al bienestar psicológico, ya que este es un elemento constitutivo para conocer el funcionamiento físico, mental y social de las personas (Delgado et al., 2020). Para Ryff y Keyes (1995) el bienestar psicológico engloba las percepciones positivas acerca de la identidad y las experiencias personales, el sentimiento de autodesarrollo, el sentido de la vida, el mantenimiento de relaciones satisfactorias con los demás, la capacidad para gestionar eficazmente la vida y el entorno, y la sensación de autonomía.

Asimismo, es crucial destacar que el bienestar psicológico no se limita a la ausencia de trastornos mentales, sino que también implica alcanzar el máximo desarrollo personal (Yataco Apaza, 2019). La relevancia del bienestar psicológico a nivel global ha sido respaldada por estudios transculturales recientes. La investigación de Sulandari et al. (2025), efectuada con 1,355 participantes de 18 a 91 años en Reino Unido e Indonesia, evidenció que este constructo se relaciona de manera significativa con la satisfacción vital en los distintos grupos etarios y contextos, aunque con variaciones en sus trayectorias. De manera complementaria, el Global Flourishing Study, que contó con 200,000 participantes de 22 países,

identificó que el florecimiento, constructo que incluye componentes del bienestar psicológico como significado, propósito y relaciones sociales, muestran un incremento progresivo con la edad, siendo los jóvenes de 18 a 24 años quienes reportan los niveles más bajos (VanderWeele et al., 2025).

Este contexto internacional, que muestra que los jóvenes presentan menores niveles de bienestar psicológico en comparación con otros grupos etarios, cobra mayor importancia cuando se examina a los estudiantes universitarios. La mayoría de ellos atraviesa la etapa de adultez emergente, un periodo del desarrollo marcado por cambios constantes, búsqueda de identidad y procesos de transición hacia responsabilidades propias de la vida adulta (Arnett, 2015). El bienestar psicológico en esta población no solo influye en la percepción de satisfacción vital, sino que también se ha vinculado de manera significativa con el rendimiento académico (Erazo & Medina, 2021). La revisión sistemática de Xiong et al. (2024) que incluyó a más de 283,000 estudiantes universitarios, reveló que, independientemente de su procedencia, una proporción significativa de estudiantes presenta niveles deficientes de bienestar psicológico. De la misma índole metodológica, Ramírez Enríquez et al. (2023) revisaron estudios que aplicaron la escala de Ryff en universitarios mexicanos y encontraron que los estudiantes presentan niveles promedio de bienestar psicológico, tanto a nivel global como en sus dimensiones. Esto sugiere que, aunque no se observan indicadores críticos, tampoco se alcanza un desarrollo plenamente óptimo.

En contraste con estos hallazgos, en población ucraniana, Semenov et al. (2021) encontraron que los universitarios presentan menores niveles de

autoaceptación, relaciones positivas y autonomía, lo que indica dificultades para aceptar sus fortalezas y debilidades, establecer vínculos de confianza con otros y sostener la individualidad frente a la presión social. Autores como Delgado Ahuanari y Tejeda Gorodon (2020) sostienen que, en este grupo, la presencia de bienestar suele estar asociada a la calidad de sus vínculos afectivos y redes de apoyo social, mientras que su deterioro tiende a explicarse por factores como la sobrecarga académica y la presión por el logro. La entrada a la educación superior representa, en sí misma, un momento de especial vulnerabilidad: investigaciones como la de Trunce Morales et al. (2020) advierten que el ingreso a la universidad genera un impacto considerable en el equilibrio psicológico de los estudiantes, particularmente durante el primer año, cuando deben enfrentar exigencias novedosas y ajustarse a un entorno desconocido. En el Perú, Rodríguez Flores y Sánchez Trujillo (2023) encontraron que los participantes de los primeros ciclos de su investigación carecían de metas a corto, mediano y largo plazo, teniendo pocas expectativas y dificultades para el rumbo de su vida.

En consonancia con estos hallazgos, Arhuis (2019) reveló que el 34% de los universitarios estudiados presentaban niveles bajos de bienestar psicológico, visibilizando la necesidad de implementar estrategias dirigidas a promover el bienestar psicológico en esta población. Hallazgos similares reportaron Figuerola-Escoto et al. (2024), al encontrar que el 47% de las 781 universitarias mexicanas participantes en su investigación presentaban niveles bajos de bienestar psicológico, componente señalado por los autores como fundamental para el desarrollo profesional integral de esta población. En el Perú, Cassaretto et al. (2021) revelaron que el 83% de los universitarios enfrentan conflictos al ingresar a esta

nueva etapa, lo que conlleva que experimenten malestar e inquietud a lo largo del semestre. Según datos de la Encuesta Nacional de Estudiantes de Educación Superior Universitaria 2019, el 83,7% de los participantes reportaron experimentar al menos una molestia relacionada con su salud mental, como desmotivación, sentimientos de tristeza y desesperanza (Ministerio de Educación del Perú, 2021).

Esta situación, documentada en población universitaria general, se acentúa en estudiantes de carreras de ciencias de la salud debido a las demandas propias de su proceso formativo, las cuales incluyen cargas académicas intensivas, evaluaciones continuas y la transición a la práctica clínica, condiciones que diferencian su experiencia académica de la de otras carreras (Chye et al., 2024). En Chile, un estudio realizado con 190 estudiantes de carreras de la salud reportó que el 41,7% presenta bajo nivel en sus relaciones positivas, lo que sugiere dificultades para establecer vínculos empáticos y de confianza con otros; el 26,6% presentó niveles bajos de autonomía, reflejando dificultades para tomar sus propias decisiones y sostener su postura frente a la presión del entorno; y el 25,3% mostró un nivel bajo de crecimiento personal, sugiriendo posibles dificultades para desarrollarse y avanzar hacia su máximo potencial (Sandoval Barrientos et al., 2017).

En el contexto peruano se observan tendencias semejantes. Un estudio desarrollado en Piura con 520 estudiantes de ciencias de la salud reportaron que solo el 52,9% alcanza niveles favorables de autonomía, el 55,0% en crecimiento personal y el 57,1% en relaciones positivas (León Castro, 2025), lo que significa que entre un 42% y 47% de los estudiantes no alcanzó niveles óptimos en estas

dimensiones fundamentales para el futuro desempeño clínico, donde se requiere tomar decisiones autónomas, establecer relaciones terapéuticas efectivas y mantener una disposición al aprendizaje continuo. Asimismo, en el estudio de Cuba Sancho et al. (2023), se reveló que el 48,24% de los 199 estudiantes del área de salud evaluados obtuvo puntajes por debajo del rango considerado normal en bienestar psicológico. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes de ciencias de la salud, tanto en contextos internacionales como peruanos, enfrentan desafíos estructurales similares en el desarrollo de componentes esenciales del bienestar psicológico durante su etapa formativa.

Dentro de este panorama de ciencias de la salud, esta preocupante realidad se manifiesta también en las distintas profesiones que en el Perú conforman la Tecnología Médica. Investigaciones internacionales en Fisioterapia, han reportado que solo el 47% de los universitarios participantes se muestra satisfecho con su salud mental (Schramlová et al., 2024). El-Sayed et al. (2026) identificaron que los problemas para equilibrar el estudio y la vida social afectaban a la mayoría de los estudiantes de Radiografía, con cifras que iban desde el 86,7 % en el grupo de menor rendimiento hasta el 53,8 % en el de mayor rendimiento, la prevalencia del fenómeno incluso en el grupo de mejor desempeño resulta llamativa y señala una alerta sobre la salud mental de los estudiantes. Esta convergencia de hallazgos sugiere que los estudiantes de estas disciplinas enfrentan desafíos estructurales en su bienestar psicológico.

Sin embargo, en el Perú son escasos los estudios que han abordado específicamente esta problemática en estudiantes de Tecnología Médica. Esta

situación es un vacío de conocimiento, porque los resultados de investigaciones realizadas en otros países no pueden aplicarse directamente a nuestro contexto sin verificarlos previamente, dado que la validez externa de los hallazgos depende de la similitud entre las poblaciones estudiadas (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Por lo tanto, es necesario generar evidencia local que permita comprender la realidad de los estudiantes de Tecnología Médica en Perú.

Ante este panorama, diversos estudios han documentado que el bienestar psicológico en estudiantes universitarios se asocia significativamente con la calidad de sus interacciones afectivas y sociales (Erazo & Medina, 2021). A lo largo de la vida universitaria, los estudiantes enfrentan desafíos que abarcan desde la presión académica hasta la transición a la vida adulta, pasando, en muchos casos, por la separación del entorno familiar, lo que hace que las redes de apoyo emocional adquieran un rol fundamental para su equilibrio psicológico (Gallard, 2024). Para Enríquez López (2022), los universitarios cuentan con redes de soporte emocional, en donde se encuentra la familia, que en algunas ocasiones incluye a las mascotas como miembros. Investigaciones en el campo de la terapia familiar han documentado que, en las últimas décadas, el concepto de familia se ha ampliado para incluir a las mascotas, siendo la gran mayoría de los dueños quienes consideran a sus perros como miembros de la familia, reconociéndolos como participantes activos en las dinámicas relacionales y en los vínculos afectivos del hogar (Walsh, 2009).

Un estudio realizado con estudiantes que se trasladaban a la universidad lejos de su casa encontró que aquellos con acceso a programas de interacción con

perros mostraron una adaptación más favorable a la vida académica; además, señalaron que el vínculo humano-animal fortaleció su sentido de pertenencia a la comunidad y representó una fuente importante de apoyo social durante este periodo de cambio (Gallard, 2022). Complementariamente, Antinoff (2024) sostiene que la tenencia de mascotas se asocia con mayores niveles de bienestar en comparación con quienes no conviven con animales, y destaca, en consonancia con Hart y Yamamoto (2016), que los perros pueden cumplir un rol de apoyo emocional equiparable al de las relaciones humanas.

Asimismo, una investigación en la Universidad Estatal de Oklahoma encontró que la implementación de programas asistidos con perros se asociaba a un manejo más efectivo de situaciones estresantes, fortalecimiento del sentido de pertenencia y promoción de experiencias positivas en la rutina diaria de su comunidad (Schmitz, 2025). En relación con este contexto estudiantil desafiante, surge un aspecto significativo a considerar: la conexión entre el bienestar psicológico y la compañía de mascotas (Camargo et al., 2021).

La importancia que se le ha dado a los animales, sobre todo perros y gatos a lo largo de la historia refuerza la creencia de su relación positiva con el bienestar psicológico de sus cuidadores (Herzog, 2011). Existe un incremento en estudios que reportan una asociación entre la presencia de estos animales y diversos indicadores de salud mental y física en los humanos (González et al., 2019) entre las cuales están la disminución del estrés y la soledad (González Hernández & Vega Manríquez, 2021). En los últimos años, la percepción de las personas sobre las mascotas ha evolucionado, pasando de considerarlas como animales de compañía a

verlas como un miembro más de la familia (Álvarez, 2023), la conexión existente entre ambos seres es más que una simple relación de dueño y mascota, es un apego emocional profundo que se basa en la confianza, el amor y el apoyo, lo que genera que las mascotas sean tan especiales para muchas personas (Sable, 2013)

En coherencia con esta evolución conceptual, estudios como los de Fuentes Cuiñas et al. (2022) y Sancho Ezquerro (2023) han revelado que las personas suelen establecer con sus perros un vínculo equiparable al que se tiene con un hijo, el cual, en el caso de las mujeres, adopta la forma de un apego maternal. Una encuesta realizada por la Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública S.A.C. (2018) estimó que el 60% de familias en zonas urbanas del Perú cuentan con al menos una mascota en su hogar, cifra similar al 58% reportado a nivel nacional por la encuesta “Entre patas” (Álvarez, 2023), que además señaló que el 44% de los encuestados atribuye a los animales un efecto positivo en la reducción del estrés y el aumento de la felicidad.

Las relaciones con estas mascotas se asocian no solo con compañía y contacto físico, sino también con indicadores de bienestar (Díaz Videla, 2020). Para Fine (2019) las interacciones entre los cuidadores y sus mascotas involucran procesos psicológicos y fisiológicos complejos, mejorando el bienestar psicológico, tranquilidad e incluso disminuyendo las conductas suicidas. Además, la presencia de estas mascotas se asocia con una reducción en el sentimiento de soledad, un aumento en la autoestima y una mayor satisfacción con la vida (Poves Plumed, 2017). La Asociación Americana de Medicina Veterinaria define el apego humano-animal como relaciones dinámicas y mutuamente beneficiosas que incluyen

conductas que impactan en el bienestar de los humanos y animales implicados (Wollrab, 1998).

En específico, se han investigado muchas formas de reconocer, prevenir y afrontar las dificultades académicas y mejorar el bienestar en estudiantes universitarios (Universidad de Chile, 2024). Entre ellas, se ha observado que los estudiantes que tienen mascotas tienden a relacionarse a un menor estrés percibido y una mayor empatía (Guzmán Pérez & Valencia, 2024). También, se ha demostrado una relación entre la fortaleza mental y la actividad física, calidad de sueño y comportamiento sedentario en universitarios con mascotas (Valadez et al., 2024). A su vez, se han encontrado hallazgos de que el estrés percibido por universitarios con gatos domésticos es menor mientras mayor apego tengan hacia sus mascotas (Quintero et al., 2020).

No obstante, no todos los estudios reportan una relación positiva entre el vínculo con las mascotas y el bienestar. Teo y Tomas (2019) no encontraron diferencias significativas en el bienestar psicológico entre dueños y no dueños de mascotas. En el ámbito peruano, Monje Gonzales y Mercado Iglesias (2024) tampoco hallaron una relación entre el vínculo humano-mascota y la presencia de sintomatología de malestar emocional por ansiedad. En la misma línea, Northrope et al. (2024) revelaron que el apego a las mascotas no siempre se relaciona con aspectos positivos en el bienestar psicológico para los propietarios, ya que, si este apego cumple una función de compensación frente a otros vínculos inseguros, genera todo lo contrario, relacionándose con efectos negativos para el bienestar. Estos hallazgos contradictorios indican que la asociación no es automática ni

universal; puede variar según el contexto, la población o la calidad y el tipo de vínculo.

En el Perú, sin embargo, no se han encontrado estudios que examinen la relación entre el bienestar psicológico y el apego humano-mascota, particularmente en estudiantes de Tecnología Médica, una población perteneciente al área de salud que enfrenta desafíos específicos durante su formación profesional que pueden influir en su bienestar psicológico. A ello se suma que la evidencia disponible sobre dicha relación no es consistente y no puede extrapolarse con facilidad a nuestro contexto. Por ello, resulta necesario generar evidencia local que permita conocer cómo se presenta esta asociación en estudiantes de Tecnología Médica en el país. Para fines de la presente investigación, se trabajó con estudiantes de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. En ese sentido, el presente estudio buscó responder la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota en los estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana?

2. Justificación e Importancia del problema

La relación entre el bienestar psicológico y el apego hacia las mascotas, particularmente los perros, ha cobrado interés en los últimos años debido al lugar central que estos animales ocupan en la dinámica familiar contemporánea (Rivas, 2022). En el caso de estudiantes universitarios, esta relación adquiere especial relevancia, pues se trata de una población que enfrenta desafíos académicos y personales que pueden afectar su salud mental (Alvarado Ávila et al., 2022). La

presente investigación se propone explorar esta asociación en estudiantes de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.

En cuanto a su relevancia teórica, el estudio busca llenar un vacío en la literatura especializada, pues si bien el bienestar psicológico ha sido ampliamente documentado en población universitaria general y en estudiantes de ciencias de la salud (Erazo & Medina, 2021; Xiong et al., 2024), y el apego humano-animal ha sido estudiado en relación con indicadores de salud en universitarios (Guzmán Pérez & Valencia, 2024), no existen investigaciones que vinculen ambas variables específicamente en estudiantes de Tecnología Médica en Perú. Cabe precisar que, si bien el bienestar psicológico ha sido conceptualizado teóricamente como un constructo compuesto por múltiples dimensiones, diversos estudios psicométricos en población universitaria y personal de salud han evidenciado que dichas dimensiones presentan alta interrelación, permitiendo modelarlo empíricamente como un factor general (Delgado Domínguez et al., 2025; Domínguez-Lara et al., 2019). La adaptación peruana del instrumento empleado en la presente investigación se alinea con esta evidencia, lo que respalda la pertinencia metodológica de su utilización en el estudio.

Desde una perspectiva práctica, los resultados obtenidos podrían constituir un punto de partida para futuras intervenciones institucionales. Las universidades podrían considerar, con base en estos hallazgos, la implementación de programas que reconozcan el valor del apego humano-mascota como parte de las redes de apoyo emocional estudiantil. Asimismo, se podría fundamentar la creación de políticas que regulen la presencia de perros de apoyo emocional en los campus,

siempre en el marco de una tenencia responsable. Esto no implica que la investigación busque implementar intervenciones de manera inmediata, sino de que sus hallazgos sirvan como base empírica para decisiones futuras.

En el plano social, la investigación pretende visibilizar una realidad cotidiana que suele pasar desapercibida en el ámbito académico: el papel que las mascotas pueden desempeñar como soporte afectivo durante la formación profesional. Al documentar la posible relación entre el apego humano-mascota y el bienestar psicológico, se espera contribuir a una comprensión más amplia de las redes de apoyo en la juventud, reconociendo que estas pueden adoptar formas diversas, más allá de las tradicionalmente consideradas (familia, amigos, pareja). Las instituciones educativas y la sociedad en general podrían beneficiarse de esta mirada más inclusiva sobre los vínculos afectivos.

Finalmente, en términos de conveniencia, la investigación resulta oportuna por dos razones. Primero, porque existe un creciente interés internacional por el estudio del vínculo humano-animal y su impacto en la salud (González Hernández & Vega Manríquez, 2021; González Salas et al., 2019), lo que hace pertinente generar evidencia local que se articule con esa producción científica. Segundo, porque en Perú la convivencia con mascotas es una realidad extendida: el 58% de los hogares peruanos cuenta con al menos un perro (Álvarez, 2023). Contar con información empírica sobre cómo esta convivencia se relaciona con la salud mental de los estudiantes permitirá que futuras políticas y programas se basen en datos propios y no únicamente en hallazgos de otros contextos.

3. Limitaciones de la Investigación

Una de las principales limitaciones metodológicas del presente estudio radica en el tipo de muestreo empleado. La muestra fue seleccionada mediante un procedimiento no probabilístico de bola de nieve, lo que implica que la participación dependió, en parte, de redes de contacto y recomendaciones entre los propios estudiantes. En consecuencia, este método puede introducir sesgo de selección y limitar la representatividad de la muestra respecto de la población total de estudiantes universitarios con perros de la facultad evaluada.

Asimismo, la muestra estuvo conformada únicamente por estudiantes de la Facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Por ello, los resultados no pueden generalizarse a toda la población universitaria peruana ni a estudiantes de otras carreras, universidades o regiones del país. En ese sentido, los hallazgos deben interpretarse con cautela y circunscribirse a contextos con características similares. Futuras investigaciones podrían fortalecer la validez externa mediante muestreos probabilísticos y reclutamiento multisede.

Finalmente, una limitación relevante se vincula con el instrumento elegido para medir el bienestar psicológico (EBPR). En la literatura se han señalado debates respecto a su estructura dimensional, lo que puede afectar la comparación con estudios que utilizan escalas alternativas. Si bien en esta investigación se evaluó su validez estructural, no se exploraron análisis psicométricos complementarios, por lo que no puede asegurarse plenamente que el instrumento opere de forma equivalente entre subgrupos. Además, al tratarse de una medida de autoinforme, los puntajes pueden estar influenciados por sesgos de deseabilidad social, comprensión

de ítems o estilo de respuesta, lo cual podría introducir error de medición y atenuar o distorsionar la magnitud de las asociaciones estimadas. Por ello, nos aseguramos de indicar que las respuestas deben ser lo más reales posibles, sin necesidad de aparentar, además de explicar cada ítem a los participantes y hacer ejemplos de cómo responder los instrumentos.

4. Objetivos de la investigación

Objetivo General

- Determinar la relación entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Objetivos específicos

- Identificar la relación entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Apego general en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.
- Identificar la relación entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Sustitución de personas en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.
- Identificar la relación entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Derechos de los animales en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

1. Aspectos conceptuales pertinentes

1.1. Bienestar psicológico

1.1.1. Conceptualización del Bienestar Psicológico

El bienestar psicológico surge del enfoque eudaimónico, que no se centra en sentirse bien o estar satisfecho, sino que también abarca la idea de llevar una vida plena y desarrollar el potencial humano (Pardo Pajuelo, 2010). Casullo (2002) considera que el bienestar psicológico es un concepto más complejo que la felicidad, ya que no solo se basa en las emociones positivas, sino también en la percepción de la persona sobre sus logros y su satisfacción personal. Es una experiencia subjetiva que se construye a partir de la comparación entre las metas que nos proponemos y los resultados que alcanzamos en las áreas que son importantes para nosotros, estas áreas pueden incluir el trabajo, la familia y amigos, la salud, las condiciones de vida, y la vida amorosa (García-Viniegras & González, 2000).

Según Veenhoven (1991) es un estado de plenitud y felicidad que se basa en la evaluación global que una persona hace de su vida. Es una condición que surge de la interrelación de factores internos y externos, de las circunstancias de la vida y las expectativas de la persona, de los objetivos que se persiguen y los resultados obtenidos, en el marco de un momento histórico y un contexto social determinados (García-Viniegras, 2005). Sin embargo, para Jiménez et al. (2008) el bienestar psicológico se relaciona con la práctica de la actividad física, ya que esto mejora la

percepción de la salud, la reducción del estrés y aumento positivo del estado anímico.

Por otro lado, Liberal et al. (2014) lo considera un estado de equilibrio y adaptación al medio, en el que las personas se sienten bien consigo mismas y con su entorno, lo que se logra a través del manejo de las emociones y de las habilidades para afrontar las situaciones cotidianas. Sandoval et al. (2017) consideran que es una experiencia subjetiva que se desarrolla a lo largo de la vida, no se trata solo de la ausencia de malestar, si no que, se basa en la capacidad de la persona para afrontar los desafíos de la vida de manera positiva y para establecer relaciones significativas con los demás. Además, Romero y Hernández (2018, como se citó en Olivera, 2022) considera que el bienestar psicológico se centra en el desarrollo de las capacidades, habilidades y potencial humano, estas variables son consideradas como importantes para el bienestar.

Asimismo, Canchari Flores (2019) indica que es un equilibrio entre las emociones positivas y negativas, y se manifiesta en sentimientos de satisfacción consigo mismo y con la vida en general. En cuanto a García Álvarez et al. (2020), el bienestar psicológico se asocia con la capacidad de establecer relaciones positivas con los demás y con la motivación para desarrollar las propias habilidades y capacidades. No es solo la ausencia de problemas, sino también la presencia de factores positivos, como sentirse bien consigo mismo, las relaciones saludables y un sentido de propósito en la vida (Chasquez Sandoval, 2022). Para Mazo (2022), es la sensación de satisfacción con uno mismo y con los demás, se trata de un

constructo que abarca los estados emocionales, cognitivos y sociales de las personas y permite que funcionen de manera óptima en cualquier situación o ambiente.

Del mismo modo, para Marcos Muñoz (2023) el bienestar psicológico surge de esta satisfacción con la vida, cuya calidad y experiencias propician al desarrollo de una actitud positiva para seguir adelante. Según Castillo Quispe (2018) para abordar el bienestar psicológico, es necesario evaluar nuestros valores, proyectos, expectativas, condiciones personales actuales y la congruencia entre nuestros logros y metas. Finalmente, Ryan y Deci (2019) consideran que se alcanza cuando se satisfacen las necesidades básicas, se establecen metas coherentes y se mantiene un equilibrio entre las áreas de la vida, por lo que un desequilibrio en alguna de estas áreas puede provocar problemas físicos y psicológicos.

1.1.2. Teorías que explican el Bienestar psicológico

Teoría multidimensional de Carol Ryff

Carol Ryff (1989) desarrolló un modelo multidimensional del bienestar psicológico basado en las teorías del desarrollo humano óptimo, el funcionamiento mental positivo y las teorías del ciclo vital, que van más allá de emociones positivas, negativas y la satisfacción con la vida, sino que también es un conjunto multifacético de actitudes (Pardo Pajuelo, 2010). Este modelo define el bienestar psicológico como un estado de desarrollo positivo caracterizado por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida (Sandoval et al., 2017).

La autoaceptación es la aceptación y valoración positiva de uno mismo y de sus vivencias, se relaciona con el hecho de que los individuos se sientan bien consigo mismos, incluyendo el reconocimiento de sus limitaciones (Sandoval et al., 2017). Las relaciones positivas hacen referencia a la capacidad de la persona para establecer y mantener relaciones sociales significativas y satisfactorias (Moreno Tamariz & Padilla González, 2015). El dominio del entorno es la capacidad del ser humano de influir en su propio destino, logrando tomar decisiones y actuar de manera efectiva para alcanzar lo que se proponga (Rodríguez & Quiñones, 2012).

La autonomía se relaciona con la capacidad de la persona para decidir y mantener sus propias creencias y valores, incluso en entornos que pueden ser diferentes o desafiantes (Sandoval et al., 2017). El propósito en la vida es aquello que nos motiva a seguir adelante, lo que nos da un sentido de dirección y nos hace sentir que la vida tiene un significado, puede ser algo que cambia a lo largo del tiempo, pero siempre es algo que nos genera querer continuar (Moreno Tamariz & Padilla González, 2015). Finalmente, el crecimiento personal es el proceso de desarrollar las habilidades y cualidades que nos permiten alcanzar nuestro máximo potencial. Se trata de aprovechar nuestras fortalezas y recursos, así como de superar nuestras debilidades (Valle Peñaloza, 2015).

A pesar de la amplia aceptación del modelo multidimensional de Ryff, diversos estudios psicométricos han señalado que las seis dimensiones presentan una alta interrelación entre sí, lo que ha llevado a cuestionar su independencia y a proponer, en ciertos contextos poblacionales y para fines de análisis estadístico, la existencia de un factor general de bienestar psicológico (Álvarez Solórzano, 2019;

Delgado Domínguez et al., 2025; Domínguez-Lara et al., 2019). Esta evidencia sugiere que, si bien el bienestar psicológico puede ser conceptualizado como un constructo multifacético, en la práctica empírica sus dimensiones tienden a covariar de manera significativa, permitiendo modelarlo como un factor único en determinadas poblaciones, como la universitaria. Esta consideración resulta relevante para el presente estudio, pues orienta la decisión metodológica de utilizar el puntaje total como indicador global del bienestar psicológico.

Modelo del Bienestar psicológico de Casullo

Casullo describe al bienestar psicológico como la apreciación que el individuo asume sobre sus logros obtenidos, además de la satisfacción que tiene con su vida (Chapoñan Palacios, 2021), considera que una persona con altos niveles de bienestar se siente satisfecha consigo misma, con la vida que está llevando, y que suele experimentar emociones positivas en mayor frecuencia que emociones negativas (Casullo & Castro Solano, 2000). Ella diseñó un instrumento de bienestar psicológico basado en la teoría multidimensional propuesta por Carol Ryff. Dicho instrumento fue sometido a pruebas de validez y confiabilidad en estudios con adolescentes argentinos. Si bien el modelo parte de una concepción del bienestar como funcionamiento psicológico positivo, los autores señalan que su evaluación puede contribuir a la identificación temprana de adolescentes en situación de vulnerabilidad emocional, favoreciendo intervenciones preventivas (Casullo & Castro Solano, 2002).

Sin embargo, al igual que en estudios en adolescentes, el BIEPS también tiene su versión para adultos (Domínguez-Lara & Campos-Uscanga, 2023), Casullo

et al. (2002) realiza un estudio en adultos argentinos, comprobando su validez y confiabilidad en esta población y considerando su evaluación en base a 4 dimensiones (García Álvarez et al., 2020): aceptación/control, la cual se refiere a aceptar la vida tal y como es, con lo bueno y lo malo, y sentir que se tiene el control (Figuerola-Escoto et al., 2021); autonomía, capacidad de pensar por sí mismo, tomar decisiones y actuar de manera efectiva y segura (Injo Ulloque, 2021); vínculos sociales, capacidad de la persona de establecer relaciones saludables, ser empáticos y afectivos (Robles Velasque, 2020); y proyectos, propósito en la vida, saber qué se quiere lograr y asumir valores que guíen las acciones (Piñango Macareño et al., 2022).

En este sentido, para este estudio se utilizará el modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff ya que es la teoría original y de la cual se basa el modelo de Casullo.

1.2. Apego Humano-Mascota

1.2.1. Conceptualización del Apego Humano-Mascota

La teoría del apego de Bowlby sugiere que los humanos, como otros animales, tienen una necesidad innata de formar vínculos afectivos con seres vivos cercanos. Estos vínculos proporcionan seguridad, apoyo emocional y protección (Bowlby, 1969, como se citó en Sable, 2012). El apego es una conexión afectiva fuerte y duradera que se forma entre dos personas, el cual se caracteriza por la búsqueda de cercanía y seguridad en la figura de apego, pese a que inicialmente la teoría del apego se desarrolló para explicar las interacciones entre padres e hijos, en la actualidad se reconoce su relevancia en diversas relaciones, incluidas las que se

establecen con las mascotas (Bennetts et al., 2022), las cuales tienen un efecto positivo en la salud y el bienestar de los seres humanos (Fuentes Cuiñas et al., 2022).

El apego que las personas sienten hacia sus mascotas consiste en una conexión emocional profunda con ellas, disfrutando de la compañía y el apoyo que puedan brindarles en momentos difíciles, además de la seguridad para enfrentarse al mundo con confianza (Zilcha-Mano et al., 2012). La Asociación Americana de Medicina Veterinaria define el apego humano-mascota como una relación que se construye a través del tiempo y que es beneficiosa para ambas partes, se caracteriza por una serie de interacciones que se vuelven más estrechas y duraderas con el tiempo (Murcia, 2021). Para Albert y Bulcroft (1988, como se citó en Sale, 2023), el apego humano-mascota está asociado a la atribución de cualidades humanas a las mascotas. Estudios han demostrado que las mascotas son seres confiables con los que las personas pueden establecer vínculos de apego seguro (Pazos Castillo, 2022).

Por otra parte, Fraga (2021) señala la presencia de una etiología experta que ha profundizado en la comprensión del apego humano-animal, particularmente entre humanos y perros. Explica que, aunque se trata de una relación afectiva entre dos seres vivos, sigue siendo asimétrica, ya que el humano cuenta con capacidades cognitivas más desarrolladas y es capaz de regular el acceso a los recursos del perro. Según Konok et al. (2019), esta relación asimétrica es semejante al apego entre una madre y sus hijos, reflejando las cinco características del apego definidas por John Bowlby, que también se manifiestan en la relación humano-perro, contribuyendo

así a un vínculo afectivo seguro y beneficioso para ambas partes (Riggio et al., 2020).

1.2.2. Teorías que explican el Apego humano-mascota

Teoría del apego de Bowlby

La teoría del apego de Bowlby surge del interés del autor por conocer el vínculo afectivo entre los niños y sus cuidadores, cuya relación no abarca únicamente la satisfacción de necesidades, sino que también tiene vital valor para el desarrollo de sus relaciones interpersonales (Bowlby, 1988, como se citó en Poves Plumed, 2017), éste autor sugiere que los seres humanos tienen un instinto innato de buscar protección y apoyo ante una amenaza, a través de la búsqueda de una figura de apego que brinda seguridad emocional y protección, asimismo, existe un deseo de estar cerca de la figura por medio del vínculo emocional y contacto físico (Bowlby, 1998, como se citó en Díaz Videla & López, 2017) la forma en que esta figura de apego responde a las necesidades del individuo influye en la formación de creencias sobre uno mismo y los demás, lo que impacta en la sensación de seguridad en las relaciones (Frías et al., 2012).

Para Sable (1995), la teoría del apego da explicación al apego humano-mascota, puesto que, las mascotas como figuras de apego también proporcionan cercanía, compañía, bienestar y apoyo en distintos momentos de la vida, generando felicidad, seguridad y responsabilidad en sus cuidadores, además de ser capaz de reemplazar al apego humano-humano en los adultos. No obstante, para Beck y Madresh (2008) las mascotas no cumplen únicamente con reemplazar la compañía humana, sino que también logran brindar soporte y seguridad emocional a través de

la proximidad que tienen los cuidadores con ellas, permitiéndoles dar frente a las situaciones cotidianas. Ainsworth complementa la teoría de Bowlby clasificando al apego en 3 estilos: Apego seguro, Apego inseguro evitativo, apego inseguro ambivalente o de resistencia (Herrera, 2019).

Los individuos con un apego seguro se sienten seguras y confiadas en sus figuras de apego, saben que pueden acudir a ellas cuando están angustiadas, y que sus cuidadores estarán ahí para apoyarlas y consolarlas (Alvarado Méndez & Rosero Duchi, 2021). Mientras que, quienes tienen un estilo de apego evitativo no confían en que sus figuras de apego estarán disponibles para ellas, por lo tanto, no suelen sentirse ansiosas cuando se separan de ellas y pueden mostrarse desinteresadas al reencontrarse con ellas (Fonagy, 2004). Por otro lado, los individuos con un apego inseguro ambivalente pueden mostrar rechazo a su figura de apego y al rato buscar su atención y contacto (Pazos Castillo, 2022). Las personas con un estilo de apego inseguro forman un vínculo emocional más fuerte con sus mascotas que con otras personas (Lass-Hennemann et al., 2022).

Teoría del dominio del apoyo social

Esta teoría creada por House y Kahn (1985) establecen que el apoyo social se explica por el contenido de las relaciones sociales, es decir, a los tipos de apoyo que se proporcionan en las relaciones, los cuales consideran que son 4: emocional, instrumental, informativo y evaluativo (Berlanga-Fernández et al., 2013). El apoyo emocional es uno de los tipos de apoyo más importantes, se caracteriza por la empatía, protección, la confianza y afectividad, este se encuentra relacionado a la salud (Romero, 2009); el apoyo instrumental, el que proporciona ayuda material o

práctica (Matud et al., 2002); el apoyo informativo, la provisión de información que puede ser útil para afrontar situaciones difíciles; y el apoyo evaluativo, retroalimentación relevante (Sánchez-León & Carrera-Herrera, 2021).

Modelo del apego a las mascotas de Johnson, Garrity & Stallones

Estos 3 autores realizan estudios con el interés de conocer la relación de apego humano-mascota y su impacto en la salud de las personas, por lo que crean un instrumento en base de la Teoría del apoyo social (Johnson et al., 1992) y lo aplicaron a personas dueñas de perros y gatos. Consideran que el apego humano mascota puede comprenderse en base de 3 dimensiones: Apego general, Sustitución de persona y Derechos/bienestar de los animales (Saraiva de Albuquerque et al., 2023). La dimensión de apego general se refiere a la intensidad y calidad de la relación entre una persona y su mascota (Saraiva de Albuquerque et al., 2023), la dimensión de sustitución de personas concibe en qué medida la mascota tiene más importancia en la vida de una persona y la dimensión de Derechos/ bienestar de los animales hace referencia al estatus o posición que ocupa la mascota en la vivienda de su dueño (Johnson et al., 1992).

Las tres perspectivas teóricas presentadas se articulan para sustentar el presente estudio, siendo la teoría del dominio del apoyo social (House & Kahn, 1985) el modelo principal. Dicha teoría establece que el apoyo social se estructura en cuatro tipos: emocional, instrumental, informativo y evaluativo, los cuales permiten comprender los mecanismos a través de los cuales el vínculo con las mascotas puede relacionarse con el bienestar de las personas. La teoría del apego de Bowlby complementa este enfoque al explicar la base afectiva del vínculo.

Finalmente, el modelo de Johnson et al. (1992) integra ambos enfoques al conceptualizar el apego humano-mascota como el grado de afecto entre una persona y su animal de compañía, considerando además las funciones de apoyo social que este vínculo cumple. Este modelo es la base del instrumento LAPS-M empleado en esta investigación.

1.3. Estudiantes Universitarios

Gran parte de los estudiantes universitarios se encuentran en la etapa de la adultez emergente, cuyas edades abarcadas son de 18-25 años (Campos-Arregui et al., 2023). Esta es una fase de transición en el desarrollo de los individuos que no se identifican como adolescentes pero que aún no han abordado completamente las responsabilidades psicosociales características de la adultez (Arnett, 2007). Durante esta etapa, la salud física se ve afectada por diversos estilos de vida, mientras que, a nivel psicológico, se puede experimentar un incremento en el estrés percibido. La gestión de este estrés puede desencadenar conductas de riesgo, siendo los universitarios particularmente propensos a adoptar trastornos mentales o adicciones, entre las cuales están los problemas por consumo de alcohol, trastornos de sueño, ansiedad o depresión (Papalia et al., 2012).

Siguiendo la misma línea, durante el ingreso al entorno universitario, los jóvenes enfrentan la sensación de que las demandas académicas pueden resultar desafiantes en los primeros años. En este contexto, el respaldo y entendimiento de sus seres cercanos se vuelven elementos clave para lograr una transición exitosa y adaptarse efectivamente a esta nueva etapa. (Papalia et al., 2012).

2. Investigaciones en torno al problema abordado

2.1. Investigaciones Internacionales

En el contexto asiático, Wu et al. (2018) presentaron un estudio con el propósito de examinar la relación entre el estrés percibido y el apego a las mascotas. La muestra estuvo conformada por 288 adultos chinos, con edades comprendidas entre 18 y 70 años. Los participantes completaron un cuestionario diseñado específicamente por los autores, que abarcaba datos demográficos, historial de tenencia de mascotas, niveles de apego hacia sus mascotas y percepciones de estrés, además, se emplearon la Escala de vínculos con animales de compañía (CABS) y la Escala de estrés percibido (PSS). Los resultados obtenidos indicaron que los propietarios de perros presentan un apego más marcado hacia sus mascotas en comparación con aquellos que tienen otras especies. Asimismo, se observó que la percepción de las mascotas como integrantes de la familia y la cantidad de tiempo dedicado a ellas están asociadas a una disminución en los niveles de estrés entre los propietarios.

Por su parte, la investigación realizada por Teo y Tomas (2019), que tuvo como objetivo comparar la calidad de vida multifacética, la angustia psicológica y la psicopatología entre dueños de mascotas y aquellos que no tienen mascotas. Participaron en el estudio 356 mujeres y 142 hombres, con edades comprendidas entre los 18 y 72 años. Se hizo uso del Inventario Breve de Síntomas (BSI), las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés-21 (DASS-21), y el WHOQOL-BREF. Además, a los participantes con mascotas se les administraron el OPRQ, el Cuestionario de apego a mascotas (PAQ) y el Inventario de relaciones Berratt-

Lennard (BLRI). Los resultados del estudio revelaron que no hubo diferencias significativas en términos de calidad de vida o psicopatología entre los dueños de mascotas y aquellos sin mascotas. Sin embargo, se observó que los dueños de mascotas con apego seguro presentaron niveles más bajos de angustia psicológica y psicopatología en comparación con los dueños con apego negativo. La conclusión del autor sugiere que, si bien las personas que tienen mascotas pueden experimentar un mejor bienestar en general, esta diferencia no es siempre constante y está influida por la calidad de la relación entre el humano y la mascota.

En Indonesia, existe un estudio realizado por Wahida et al. (2020) cuyo objetivo fue determinar la relación entre el apego a las mascotas y el bienestar. Allí participaron 105 personas y se utilizó el cuestionario de apego a mascotas (PAQ) de Zilcha-Mano y la escala de bienestar psicológico de Ryff. Sus resultados concluyeron en una relación baja de las variables en la muestra de la ciudad de Gresik.

En el continente africano, Le Roux y Wright (2020) llevaron a cabo un estudio con el propósito de investigar la relación entre el apego a las mascotas, el estrés percibido y la satisfacción con la vida en una muestra de individuos africanos. Para ello, diseñaron una encuesta, la cual abarcaba un cuestionario demográfico, la Escala de Confort de Animales de Compañía (CCAS), la Escala de Estrés Percibido (PSS) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). La muestra comprendía de 3329 adultos con edades entre 18 y 83 años. Los resultados obtenidos en el estudio no revelaron relaciones significativas entre el apego a las mascotas, el estrés percibido y la satisfacción con la vida, sin embargo, se destaca que los participantes

que tenían perros mostraron un mayor apego a sus mascotas, una mayor satisfacción con sus vidas y niveles más bajos de estrés en comparación con aquellos que tenían gatos.

Ampliando el espectro a otras especies, el estudio de Schwarzmuller-Erber et al. (2020) tuvo como objetivo determinar si el apego emocional de los jinetes mayores a su animal afecta en su bienestar físico, psicológico y social en comparación con los dueños de perros. Participaron 124 personas cuyas edades eran mayores de 45 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Impacto Vital PALS-35 y el Cuestionario de bienestar habitual FAHW 12. Los hallazgos indicaron que tanto los dueños de caballos como los dueños de perros presentaban beneficios en su bienestar psicológico y social producto al apego que sentían hacia sus mascotas, esto debido a la relación y compañía proporcionadas por sus animales, lo que les facilitaba experimentar y expresar emociones positivas.

En Latinoamérica, Vásquez Bravo (2020) tuvo como objetivo examinar la relación que existe entre el apego humano-animal, y su relación con la reducción del sentimiento de soledad en adultos residentes en Barranquilla, Santa Marta y Bogotá. Participaron 115 voluntarios hombres y mujeres, de entre 27 y 59 años, se utilizaron un cuestionario sociodemográfico, la versión mexicana de la escala Lexington de apego a las mascotas LAPS-M y la escala de sentimientos de soledad SESLA-S, versión en español. Los resultados obtenidos reflejaron que no existe una relación entre las variables Apego humano-mascota y sentimientos de soledad, sin embargo, los resultados obtenidos de cada instrumento reflejaron la existencia

de un alto nivel de apego humano-mascota y bajos niveles de sentimientos de soledad en los participantes.

En el sudeste asiático, Quan Tan et al. (2021) llevaron a cabo una investigación en Singapur con el objetivo de determinar la asociación entre la tenencia de mascotas, los niveles de actividad física y la salud mental durante la pandemia por COVID-19. La investigación fue de diseño transversal y contó con 534 adultos entre 21 y 64 años, divididos en 431 dueños de mascotas y 103 no dueños. En cuanto a las características sociodemográficas, se encontró que una mayor proporción de dueños de mascotas eran mujeres, solteros y empleados, en comparación con el grupo de no dueños. Para la recolección de datos se aplicó un cuestionario que evaluaba variables sociodemográficas, tenencia y apego a la mascota, duración e intensidad de la actividad física, y los dominios de salud mental del RAND 36-item Health Survey (SF-36). Específicamente, para medir el apego hacia las mascotas se utilizaron el Pet Attachment Questionnaire y la Pet Attachment Survey del Centro para el Estudio de las Relaciones Humano-Animal. Los resultados mostraron una correlación positiva entre las puntuaciones de apego hacia la mascota y los niveles de actividad física, bienestar emocional y energía, lo que sugiere que el vínculo con el animal constituye un factor relevante en los beneficios observados. Los autores concluyeron que la tenencia de mascotas, particularmente en cuidadores principales con alto apego, se asocia con mayores niveles de actividad física y mejor salud mental durante períodos de aislamiento social.

En Europa, el estudio de Abellán-Roselló y De Lara-López (2021) tuvo como objetivo investigar el impacto de las terapias asistidas con animales en el autocontrol emocional, las habilidades sociales y la empatía de 63 participantes españoles entre los 5 y 17 años. Los investigadores desarrollaron un cuestionario propio, basado en cuatro instrumentos: el Cuestionario de Estilo Emocional (ESQ), el Cuestionario de Patrón de Conducta Estilo C (PCTC), la Escala de Sensibilidad Emocional (ESE), y el Cuestionario para voluntarios/estudiantes en prácticas en centros de terapias ecuestres según González (2016). Los resultados revelaron una mejora en las habilidades de autocontrol emocional y las habilidades sociales en los participantes, quienes lograron establecer relaciones amigables y saludables entre ellos, asimismo, mejoró en sentimiento de empatía, tanto hacia sus compañeros como hacia los animales.

En Asia Oriental, Wong et al. (2023) realizaron un estudio con el objetivo de analizar la relación entre el apego hacia las mascotas y la satisfacción con la vida, considerando el papel mediador del ocio serio y las recompensas personales y sociales asociadas a la crianza. La muestra estuvo conformada por 275 propietarios de Taiwan que asistieron a una exposición de mascotas. Se aplicó un cuestionario estructurado que incluyó la escala de apego hacia las mascotas de Stallones et al. (1990), la escala de ocio serio de Gould et al. (2011) y la escala de satisfacción con la vida de Diener et al. (1985). Los resultados mostraron que el apego se relacionó positiva y significativamente con el ocio serio y con las recompensas personales y sociales. Asimismo, estas variables se asociaron con mayor satisfacción con la vida. Se encontró además que el apego tuvo un efecto directo e indirecto sobre la satisfacción, actuando el ocio serio y las recompensas

como mediadores parciales. En conclusión, el apego hacia las mascotas influye significativamente en la satisfacción con la vida de los propietarios.

Finalmente, en Oceanía, Northrope et al. (2024) realizaron un estudio en Australia con el objetivo de analizar la relación entre el apego hacia los perros y la salud mental de sus dueños, comparándolo además con el apego hacia otras personas. La investigación fue de diseño transversal y contó con 607 dueños de perros mayores de 18 años, reclutados en línea. Se aplicaron cuestionarios sociodemográfica e instrumentos validados como el Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS) y el Pet Attachment Questionnaire (PAQ) para evaluar el apego hacia la mascota, la Revised Adult Attachment Scale (R-AAS) para medir el apego hacia otros humanos y el Brief Symptom Inventory (BSI) para evaluar la salud mental. Los resultados indicaron que un mayor apego hacia el perro y un apego inseguro (ansioso o evitativo) se asociaron con peores indicadores de salud mental. Asimismo, se encontró que esta relación fue significativa en mujeres, pero no en hombres. En conclusión, los autores señalaron que un apego intenso hacia el perro podría vincularse con mayor malestar psicológico cuando cumple una función compensatoria frente a vínculos humanos inseguros.

2.2. Antecedentes Nacionales

Cartolin et al. (2020) realizaron un estudio con el objetivo de determinar el impacto emocional que produce la pérdida o muerte de una mascota en la vida de sus dueños. Participaron 100 personas de Lima Metropolitana, el instrumento utilizado fue de la propia creación de los autores y a su vez fue validado por juicio de expertos, este instrumento recolectaba información demográfica de los

participantes, de su mascota, la interacción que tenían ambos, la valoración de la mascota en su vida diaria y la valoración de su pérdida. Los resultados reflejaron que los dueños de las mascotas las adquirieron principalmente por el amor y compañía que les brindaban, asimismo, la pérdida de las mascotas llegaba a repercutir en el bienestar psicológico de los propietarios, quienes ven alterada su vida, aunque sea en menor medida.

Mientras que, el estudio de Salinas Barreda (2019) tuvo como objetivo conocer los beneficios que proporciona la tenencia de mascotas en un grupo de adultos mayores que acudieron a la Clínica Veterinaria San Luis. Participaron 148 personas de entre 60 a 85 años, se utilizaron encuestas, cuestionarios y revisiones bibliográficas. Los resultados reflejaron que el 41,22% de ellos consideraba beneficioso el contacto directo con las mascotas, el 53,38% indicaron que la interrelación con sus mascotas generaba un gran nivel de bienestar. Entre los beneficios están la compañía (27,70%), la liberación de tensiones (25,68%), disminución del estrés (25%), mejora su estado de ánimo (12,16%), sentimientos de alegría (8,11%), pocos sentimientos de soledad (1,35%) y mejorar su salud física (60.14%). En conclusión, la crianza y el vínculo que se establece con la mascota mejora el bienestar psicológico y físico de los adultos mayores.

3. Definiciones Conceptuales y Operacionales de Variables

3.1. Definición Conceptual Y Operacional del Bienestar Psicológico

Definición Conceptual

El bienestar psicológico se refiere a la evaluación positiva que hacemos de nuestra vida, caracterizado por una actitud positiva hacia uno mismo, la manifestación de autenticidad en nuestras acciones cotidianas y fomentando el desarrollo de nuestro máximo potencial mediante el esfuerzo por mejorar constantemente (Ryff, 1995).

Definición Operacional

El bienestar psicológico se operacionaliza mediante la Escala de Bienestar Psicológico (EBPR), compuesta por 30 ítems distribuidos originalmente en seis dimensiones teóricas: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Cada ítem se puntúa en una escala Likert de 1 a 6, obteniéndose un puntaje total máximo de 180 puntos. En coherencia con lo señalado en el marco teórico respecto a la alta interrelación entre las dimensiones del bienestar psicológico en población universitaria, en el presente estudio se utiliza el puntaje total como indicador global. Puntuaciones más altas reflejan un mayor nivel de bienestar psicológico en los participantes.

3.2. Definición Conceptual y Operacional del Apego Humano-Mascota

Definición Conceptual

El apego humano-mascota se define como el nivel de afecto que se establece entre las personas y sus mascotas (Johnson et al., 1992)

Definición Operacional

El Apego Humano-Mascota se operacionaliza a través de la Escala Lexington de Apego a las Mascotas: Versión Mexicana (LAPS-M). Esta escala se califica de manera ordinal de 0 al 3, donde 0 es totalmente en desacuerdo y 3 es totalmente de acuerdo, consta de tres dimensiones: Apego general, con un puntaje máximo de 33, que mide la intensidad y calidad de la relación entre una persona y su mascota; Sustitución de personas, con un puntaje máximo de 21, que evalúa en qué medida la mascota ocupa un lugar de mayor importancia en la vida de una persona; y Derechos/Bienestar, con un puntaje máximo de 15, que valora el estatus o posición que la mascota tiene en la vivienda de su dueño.

4. Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.

Hipótesis específicas

- Existe relación entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Apego general en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.
- Existe relación entre Bienestar psicológico y la dimensión de Sustitución de personas en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.
- Existe relación entre Bienestar psicológico y la dimensión de Derechos de los animales en estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

1. Nivel y tipo de investigación

El presente estudio es de nivel básico, ya que no busca resolver un problema inmediato, si no que, servir de fuente para futuras intervenciones (Arias Gonzáles & Covinos Gallardo, 2021) y del tipo cuantitativo ya que se enfoca en examinar datos numéricos de la relación de variables (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

2. Diseño de investigación

El diseño que se emplea es transversal - no experimental, ya que se llevó a cabo en un único periodo de tiempo y no tiene como objetivo la manipulación de variables ni tiene control sobre el entorno en el que se desarrolla, asimismo, el corte del diseño es correlacional, porque busca analizar la relación entre dos o más variables en un contexto determinado (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

3. Población y muestra (Muestreo)

3.1. Descripción de la población

La población estuvo compuesta por 2000 estudiantes universitarios de una facultad de una universidad privada de Lima Metropolitana que se encontraron matriculados en el segundo semestre del año académico 2025 y cuentan con uno o más perros bajo su propiedad conviviendo con ellos.

3.2. Descripción de la Muestra y método de Muestreo

La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes universitarios de la Facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Se consideraron personas con edades entre los 18 a 25 años, que tuvieran al menos un perro y aceptaran participar mediante la firma del consentimiento informado. La edad promedio fue de 21,8 años (DE = 1,84, rango 18–25). En cuanto al sexo, 73,3% se identificó como mujeres (n = 88) y 26,7% como hombres (n = 32). Respecto al ciclo académico, 26,7% de los participantes cursaba entre el primer y tercer ciclo, 56.7% entre el cuarto y el sexto ciclo y el 16.7% entre el séptimo y décimo ciclo.

El método de muestreo empleado fue no probabilístico, donde la selección depende del criterio del investigador. Se utilizó la técnica de bola de nieve para recopilar información, comenzando con participantes seleccionados a través de métodos no probabilísticos, y luego añadiendo nuevos participantes basados en recomendaciones de los primeros (Hernández-Sampieri et al., 2018). Para estimar el tamaño de la muestra, se utilizó el programa G*Power 3.1, con un análisis a priori para una correlación bivariada, considerando un nivel de significancia de $\alpha = 0,05$, poder estadístico $(1 - \beta) = 0,80$ y un tamaño del efecto medio ($r = 0,25$), el cual permite determinar cuántas personas se necesitan para que el estudio cuente con suficiente poder estadístico para obtener un resultado esperado (Faul et al., 2007). Este valor se fundamenta en el estudio de Wahidah et al. (2020), quienes reportaron una correlación de 0,311 entre apego a las mascotas y bienestar psicológico.

Asimismo, se justifica el uso de muestreo de bola de nieve porque no existe una base de datos accesible que permita identificar a estudiantes universitarios que convivan con mascotas. Esta técnica es pertinente para alcanzar a poblaciones con características particulares (Hernández-Sampieri et al., 2018). Además, permite alcanzar poblaciones específicas a partir de participantes iniciales que refieren a nuevos sujetos que cumplen con los criterios del estudio. Dado que el diseño es de tipo correlacional y buscamos obtener relaciones entre variables, se considera adecuado este tipo de muestreo con fines exploratorios, reconociendo sus limitaciones en la generalización de los resultados.

3.3. Criterios de inclusión y exclusión

3.3.1. Criterio de inclusión

- Estudiantes universitarios cuyas edades se encuentren entre los 18 y 25 años.
- Estudiantes universitarios de pregrado de la facultad de Tecnología Médica.
- Estudiantes universitarios que sean dueños de uno o más perros propios.
- Estudiantes universitarios que vivan en la misma casa con su o sus perros.

3.3.2. Criterios de exclusión

- Estudiantes universitarios que se nieguen a firmar el consentimiento informado.

- Estudiantes universitarios que dejen sin marcar uno o más ítems de los instrumentos psicológicos, ya que ello hubiese impedido un análisis adecuado de los resultados.

4. Instrumentos

4.1. Escala de Bienestar Psicológico (EBPR)

La escala de Bienestar Psicológico (EBPR), creada por Ryff (1989), tiene como objetivo conocer el nivel de bienestar psicológico en adultos, está dirigido a adultos de 18 años a más y consta de 6 dimensiones. Originalmente con 120 ítems, fue abreviada por Van Dierendonck (2004) a 39 ítems y luego adaptada al español por Díaz et al. (2006) a 29 ítems, mejorando la validez y confiabilidad del modelo original. La calificación de este instrumento se da a través de la suma de cada uno de los reactivos, presenta un formato de escala Likert con 6 opciones puntuadas del 1 al 6. Para evaluar la validez del instrumento, se hizo uso del análisis factorial exploratorio, cuyos resultados indican un ajuste aceptable, mientras que, para evaluar su confiabilidad se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, cuyos resultados indican un aceptable grado de consistencia interna, es decir, una confiabilidad aceptable del instrumento (Díaz et al., 2006).

Diversas investigaciones han señalado dificultades en la replicabilidad empírica de la estructura multidimensional original, reportándose alta correlación entre factores y mejor ajuste de modelos más parsimoniosos, como estructuras de segundo orden o modelos unidimensionales (Springer & Hauser, 2006; Abbott et al., 2006). Estudios psicométricos recientes en universitarios (Domínguez-Lara et al., 2006) y en estudiantes del área de salud (Delgado Domínguez et al., 2025)

evidencian que el modelo unidimensional del bienestar psicológico presenta mejor ajuste que el multidimensional en estas poblaciones. En este contexto, Álvarez Solórzano (2019) realizó la adaptación peruana del instrumento en adultos mayores de 18 años, evaluando la validez de constructo mediante análisis factorial exploratorio con método ULS y rotación Promin. El test de esfericidad de Bartlett fue significativo ($\chi^2 = 7530,6$, $p < 0,001$), obteniéndose una solución unifactorial con cargas factoriales aceptables y una varianza explicada del 46%, lo que respalda la coherencia interna del constructo en población peruana. Asimismo, la confiabilidad fue evaluada mediante el coeficiente omega ($\omega = 0,96$), evidenciando alta consistencia interna.

Para la presente investigación, se evaluó la validez estructural mediante análisis factorial confirmatorio, contrastando el modelo unidimensional propuesto en la adaptación peruana. Los resultados evidenciaron índices de ajuste aceptables (CFI = 0,903; TLI = 0,921; RMSEA = 0,079, IC 90% [0,071–0,086]), superando el criterio mínimo de 0,90 para CFI y TLI y situando el RMSEA dentro del rango considerado razonable ($< 0,08$) (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2016). Las cargas factoriales fueron mayoritariamente superiores a 0,30, criterio considerado como saturación mínima aceptable en investigación aplicada en ciencias sociales (Hair et al., 2019), lo que respalda la contribución sustantiva de los ítems al factor general de bienestar psicológico. En conjunto, la evidencia empírica obtenida respalda la validez estructural y la pertinencia del uso del instrumento en la muestra estudiada.

4.2. Escala Lexington Attachment to pets: Mexican versión (LAPS-M)

La escala Lexington Attachment to Pet fue desarrollada por Johnson et al. (1992) en Estados Unidos para medir el apego de los cuidadores hacia sus mascotas, específicamente perros y gatos. González Ramírez et al. (2014) la adaptaron al español en México. Este instrumento está diseñado para adultos mayores de 18 años y consta de 23 ítems distribuidos en 3 dimensiones, cada uno con 4 opciones de respuesta. Se utilizó el Análisis Factorial Confirmatorio para evaluar su validez, mostrando un buen ajuste tanto en el modelo general como en cada uno de los ítems evaluados. La confiabilidad se determinó mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, obteniendo un alto grado de consistencia interna, lo que indica un buen ajuste del modelo.

En la versión mexicana de la escala, no se excluyó ningún ítem y se aplicó únicamente a dueños de perros. Para evaluar su validez, se empleó el análisis factorial confirmatorio, obteniendo valores dentro de los rangos esperados (CFI=0,89, TLI=0,88 Y RMSEA=0,08). En cuanto a la confiabilidad, se aplicó el coeficiente Alfa de Cronbach (0,96), el cual mostró un alto grado de consistencia interna.

En el contexto peruano, Saldaña Gutiérrez (2022) adaptó la escala sin modificar ni eliminar ítems. Para evaluar su validez de constructo, se aplicó el análisis factorial confirmatorio, que mostró un buen ajuste del modelo (GFI= 0,979, AGFI= 0,974, NFI=0,972 y RFI= 0,968) y cargas factoriales entre 0,43 y 0,85, todas superiores al mínimo recomendado (0,40). La confiabilidad se evaluó mediante el

coeficiente omega de consistencia interna, el cual indicó un alto grado de consistencia (0.948).

4.3. Ficha Sociodemográfica

Se diseñó una ficha sociodemográfica con la finalidad de verificar el cumplimiento de los criterios de inclusión establecidos para la investigación y recoger información general que permitiera caracterizar a la muestra. El instrumento estuvo conformado por preguntas cerradas y de respuesta directa. En primer lugar, se consultó la pertenencia a la carrera de Tecnología Médica, dado que constituía un criterio indispensable para la participación en el estudio. Asimismo, se solicitó información sobre la tenencia de perros, específicamente si el participante contaba con uno o más perros y si convivía actualmente con dichas mascotas, considerando que la investigación se centra en el vínculo con estos animales. Posteriormente, se registraron datos sociodemográficos básicos para la descripción de la muestra, tales como la edad (en años cumplidos), el género (femenino, masculino o no binario) y el ciclo académico en curso, con el fin de identificar el nivel de avance dentro de la carrera. La información obtenida a través de esta ficha permitió confirmar que los participantes cumplían con los criterios establecidos y, además, describir las características generales de la población evaluada.

5. Procedimiento

Para realizar la siguiente investigación, el proyecto fue presentado a las autoridades correspondientes de la Facultad de Psicología de la Universidad Peruana Cayetano Heredia para su revisión, corrección y aprobación.

Posteriormente, fue enviado y evaluado por el comité de ética de la misma universidad, de esta forma se buscó asegurar el cumplimiento de las normas éticas correspondientes. Una vez se obtuvieron ambas aprobaciones, se solicitó coordinar una reunión presencial con las autoridades de la institución donde se desarrolló el estudio.

El día de la reunión se expresó y presentó una solicitud detallada del propósito e interés de la investigación a las autoridades de la institución participante. Tras contar con el visto bueno institucional, se coordinaron las fechas disponibles para la recolección de datos con los estudiantes participantes. La muestra se obtuvo mediante la técnica de bola de nieve, iniciando con personas de contacto cercano, a quienes se les pidió que invitaran a otros estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión. La aplicación de la ficha sociodemográfica y los instrumentos se realizó de forma presencial con cada participante.

Antes de aplicar los instrumentos, se les proporcionó, a cada uno de los participantes, una explicación detallada sobre el propósito del estudio, la cual también estuvo documentada en el consentimiento informado. Este documento abordó el objetivo de la investigación y la confidencialidad de la participación. En ese sentido, se solicitó a los participantes la firma del consentimiento, a fin de garantizar que su participación en la investigación sea producto de una decisión libre e informada. Una vez que los participantes firmaron el consentimiento informado y aceptaron los términos establecidos, se les entregó una ficha sociodemográfica. Esta permitió verificar que cumplieran con los criterios de

inclusión requeridos para la investigación, especialmente en lo referente a la tenencia y convivencia con sus mascotas. Por ello, se les recalcó la importancia de responder con veracidad y honestidad, en beneficio de la validez de los resultados del estudio. Una vez rellena la ficha sociodemográfica, se procedió a la entrega de los cuestionarios.

Antes de que respondan los cuestionarios, se recordó a los participantes que no existían respuestas correctas o incorrectas y que la información no tendría ningún tipo de implicancia académica. Asimismo, se procuraron condiciones adecuadas de privacidad y tranquilidad durante el proceso. Se reiteró que la participación era confidencial y que podían retirarse en cualquier momento sin ninguna consecuencia. En caso de que algún estudiante decidiera no continuar, su decisión fue respetada en todo momento.

Una vez culminó la explicación, se procedió a la aplicación de ambos instrumentos, los cuales son la escala de Lexington Attachment Pet (Mexican version) y la escala de bienestar psicológico EBPR. El tiempo estimado en la aplicación de ambas escalas fue de 20 a 25 minutos. Asimismo, la recolección de datos de los participantes que se fueron sumando a la muestra fue realizada respetando las fechas disponibles acordadas con las autoridades institucionales. Una vez finalizada la recolección de datos, se diseñó una base de datos en Excel que permitió organizar y analizar la información. En función de ello, se procesó en el programa JAMOVI 2.3.28 para identificar los objetivos expuestos. Finalmente, con la información procesada se elaboraron y analizaron los resultados mediante la discusión, conclusiones y recomendaciones.

Como parte del principio de beneficencia, se realizó una devolución general de los resultados a los participantes. Para ello, se elaboraron trípticos informativos que incluyeron los principales hallazgos y recomendaciones relacionadas con el bienestar psicológico y el apego humano-mascota. Esta entrega se llevó a cabo en la facultad de Tecnología Médica de la institución participante, respetando en todo momento el carácter anónimo de la participación, sin requerir la identificación de los estudiantes.

6. Consideraciones éticas

El presente estudio respetó los 5 principios éticos:

- **Principio de Confidencialidad:** Hace referencia a la protección de la información que se brinda de manera oral o escrita durante un espacio profesional (Ribera Gonzales, 1987). Se protegió la información brindada por los participantes durante la aplicación presencial de los instrumentos. Para garantizar el anonimato, se asignó un código numérico a cada estudiante en lugar de utilizar sus nombres, y los datos personales se mantuvieron separados de los instrumentos de recolección. Toda la información fue resguardada en un dispositivo con acceso restringido únicamente para los investigadores. Estas medidas fueron explicadas detalladamente en el consentimiento informado, y los resultados se reportaron de forma agregada, sin incluir ningún dato que permitiera la identificación de los participantes.

- **Principio de Autonomía:** Es la habilidad de tomar decisiones de manera autónoma, actuando con libertad y plena conciencia, sin influencias externas que condicionan dichas elecciones (Martín Manjarrés, 2013). Se respetó

la capacidad de decisión de cada estudiante. Antes de la aplicación, se entregó un consentimiento informado que contenía toda la información relevante sobre el estudio (objetivos, procedimientos, duración y derechos). Los participantes decidieron libremente si deseaban participar y lo manifestaron mediante la firma del documento. Asimismo, se les informó que podían retirarse del proceso en cualquier momento sin ninguna consecuencia, y ningún participante fue presionado o coaccionado para permanecer en el estudio.

- Principio de Beneficencia: Es el acto de mejorar las condiciones de vida y la interacción entre los participantes, dado que aumenta el bienestar de los individuos (Amaya et al., 2018). El estudio buscó generar conocimiento relevante sobre la relación entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota en estudiantes universitarios de la Facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Como beneficio directo para los participantes se realizó la entrega de un tríptico informativo elaborado por los investigadores. Este material contiene una síntesis de los principales resultados, así como recomendaciones prácticas orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico y la promoción de un vínculo saludable con sus mascotas. Su finalidad fue fomentar la reflexión y facilitar la aplicación de estrategias útiles en la vida cotidiana. Asimismo, los hallazgos del estudio podrán servir como base para el diseño de futuras intervenciones dirigidas al bienestar psicológico en población universitaria.

- Principio de no maleficencia: Es el acto de evitar los posibles daños a los seres humanos, respetando su integridad (Gómez Sánchez, 2009). Se garantizó que durante la aplicación no se comprometiera la integridad de los participantes. Los evaluadores siguieron los procedimientos establecidos, brindando

instrucciones claras y un ambiente adecuado. Ningún participante fue expuesto a preguntas que pudieran generar malestar significativo. Ante cualquier señal de incomodidad, se les recordó su derecho a retirarse de manera inmediata, opción que ningún participante ejerció.

- Principio de Justicia: Es la conciencia de la igualdad en dignidad y derechos de todos los seres humanos (García Pérez, 2006). Se brindó un trato equitativo y respetuoso a todos los participantes. La información sobre el estudio, las instrucciones de los instrumentos y el consentimiento informado fueron proporcionados de la misma manera a cada estudiante, sin ningún tipo de distinción. Todos los participantes recibieron el mismo trato durante el reclutamiento, la aplicación y la entrega del tríptico informativo como beneficio directo.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE DATOS

Una vez concluida la recolección de información se realizó la revisión, depuración y organización de los datos. En esta etapa, se verificó el cumplimiento de los criterios de inclusión, la integridad de los protocolos y la consistencia de las respuestas, excluyéndose aquellos registros que presentaban omisiones o información que impedía su adecuada puntuación. Posteriormente, se efectuó la codificación de las variables y el vaciado de la información en una base de datos elaborada en Microsoft Excel, la cual fue revisada antes de su importación al programa JAMOVI versión 2.3.28 para el procesamiento estadístico.

El análisis de datos se orientó al cumplimiento del objetivo general y los objetivos específicos de la investigación. En primer lugar, debido a que el instrumento EBPR fue utilizado en el presente estudio como una medida global del bienestar psicológico, se evaluó previamente su validez estructural mediante análisis factorial confirmatorio, contrastando el modelo unidimensional planteado en la adaptación peruana. Para la valoración del ajuste del modelo se consideraron los índices CFI, TLI y RMSEA. Siguiendo los criterios de Hu y Bentler (1999) y Kline (2016), se consideró que valores de CFI y TLI iguales o superiores a 0,90 indicaban un ajuste aceptable, mientras que valores de RMSEA menores a 0,08 reflejaban un ajuste razonable. Del mismo modo, se examinaron las cargas factoriales de los ítems, tomando como referencia que saturaciones iguales o superiores a 0,30 representan una contribución mínima aceptable al factor latente en investigación aplicada (Hair et al., 2019).

Siguiendo el procedimiento, se obtuvieron estadísticos descriptivos de las variables de estudio, incluyendo media, mediana, desviación estándar, valores mínimos y máximos, así como coeficientes de asimetría y curtosis, con la finalidad de caracterizar la distribución de los puntajes en la muestra. Posteriormente, se evaluó el supuesto de normalidad de las variables mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, complementada con la inspección de los coeficientes de asimetría y curtosis. Dado que las variables analizadas presentaron distribuciones compatibles con la normalidad ($p > 0,05$), se optó por el uso de pruebas paramétricas. En consecuencia, para contrastar la hipótesis general y las hipótesis específicas se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, por tratarse de variables cuantitativas y por haberse verificado previamente el cumplimiento del supuesto de normalidad.

Finalmente, para la interpretación de la magnitud de las correlaciones se tomaron como referencia los criterios de Cohen (1988), según los cuales valores cercanos a 0,10 indican un tamaño del efecto pequeño, valores alrededor de 0,30 corresponden a un efecto moderado y valores próximos a 0,50 reflejan un efecto grande. El nivel de significancia estadística adoptado en todos los análisis fue de 0,05.

CAPÍTULO V: RESULTADOS

Tabla 1

Análisis factorial confirmatorio del instrumento EBPR

Factor	Ítem	E	p	Ítem	E	p
1	1	0,559	<0,001	16	0,562	<0,001
	2	0,662	<0,001	17	0,736	<0,001
	3	0,684	<0,001	18	0,366	<0,001
	4	0,808	<0,001	19	0,897	<0,001
	5	0,281	<0,001	20	0,545	<0,001
	6	0,438	<0,001	21	0,198	<0,001
	7	0,679	<0,001	22	0,365	<0,001
	8	0,515	<0,001	23	0,524	<0,001
	9	0,640	<0,001	24	0,395	<0,001
	10	0,725	<0,001	25	0,280	<0,001
	11	0,627	<0,001	26	0,205	<0,001
	12	0,301	<0,001	27	0,425	<0,001
	13	0,215	<0,001	28	0,377	<0,001
	14	0,541	<0,001	29	0,260	<0,001
	15	0,418	<0,001	30	0,619	<0,001

Nota. E=Estimador de carga factorial; todos los $p < 0,001$, indicando cargas factoriales significativas

En la Tabla 1, Los resultados evidencian que todas las cargas factoriales fueron estadísticamente significativas ($p < 0,001$), lo cual indica que los ítems se

encuentran asociados de manera significativa con el factor latente de bienestar psicológico.

Las cargas factoriales oscilaron entre 0,198 y 0,897. La mayoría de los ítems presentaron cargas superiores a 0,30, lo que indica una contribución sustantiva al constructo evaluado. En términos psicométricos, se considera que cargas factoriales iguales o superiores a 0,30 representan una saturación mínima aceptable en ciencias sociales, mientras que valores mayores a 0,40 o 0,50 reflejan una relación moderada o fuerte con el factor (Hair et al., 2019; Kline, 2016).

En la presente muestra, predominan cargas factoriales moderadas y altas, lo cual respalda la coherencia interna del modelo unidimensional propuesto. Aunque algunos ítems presentan cargas más bajas (por debajo de 0,30), estos continúan siendo estadísticamente significativos y no comprometen la estructura global del modelo, dado que la mayoría de los indicadores muestran una adecuada representación del constructo.

Tabla 2

Modelo de Ajuste

CFI	TLI	RMSEA	IC 90% inferior	IC 90% superior
0,903	0,921	0,079	0,071	0,086

Nota. CFI=Índice de ajuste comparativo; TLI=Tucker-Lewis Index; RMSEA= Error Cuadrático Medio de Aproximación

En la tabla 2 se aprecian los resultados del análisis factorial confirmatorio, que evidencian que el modelo unidimensional del instrumento presenta un ajuste

global aceptable a los datos. Los índices obtenidos fueron: CFI = 0,903 y TLI = 0,921, valores que superan el criterio mínimo recomendado de 0,90 para considerar un ajuste adecuado del modelo (Hu & Bentler, 1999; Kline, 2016).

En relación con el error de aproximación, el RMSEA fue de 0,079, con un intervalo de confianza al 90% entre 0,071 y 0,086. De acuerdo con los criterios convencionales, valores de RMSEA inferiores a 0,08 indican un ajuste razonable del modelo, mientras que valores inferiores a 0,05 reflejan un ajuste óptimo. En este caso, el RMSEA se ubica dentro del rango de ajuste aceptable, aunque cercano al límite superior recomendado, lo que sugiere que el modelo reproduce los datos de manera adecuada, aunque no excelente.

En conjunto, los indicadores de ajuste respaldan la adecuación del modelo unidimensional del EBPR en la muestra evaluada, aportando evidencia empírica a favor de su validez estructural.

Tabla 3

Análisis descriptivo de las variables principales

	M	Me	DE	Min	Max	g1	g2
Bienestar psicológico	145,4	147,0	15,10	100	169	-0,719	0,194
Apego Total Humano-Mascota	53,5	53,0	8,58	29	69	-0,225	-0,483
Apego General	26,4	27,0	4,26	14	33	-0,511	-0,295
Sustitución de personas	14,8	15,0	3,56	7	21	-0,017	0,084
Derecho de los animales	12,3	12,0	2,08	7	15	-0,511	-0,315

Nota. M=Media; Me=Mediana; DE=Desviación estándar; Min=Valor mínimo;

Max=Valor máximo; g1=Asimetría; g2=Curtosis

En la Tabla 3 se presentan los estadísticos descriptivos del bienestar psicológico, la variable total del Apego humano-mascota y sus dimensiones (Apego general, Sustitución de personas y Derechos de los animales). El bienestar psicológico obtuvo una media de $M = 145,4$ ($DE = 15,10$), con puntajes que oscilaron entre 100 y 169, lo que refleja un rango de 69 puntos y una variabilidad moderada en la muestra. Esto indica que, si bien la mayoría de los estudiantes se concentró alrededor de la media, se observaron diferencias notables entre quienes reportaron niveles más bajos y altos de bienestar.

Por otro lado, la variable total del Apego Humano-Mascota expresó una media de $M = 53,5$ ($DE = 8,58$), con un rango de 40 puntos (29-69), estos resultados muestran una dispersión alta, indicando que dentro de los alumnos tienden a tener niveles de apego distintos a pesar de que todos son dueños de sus mascotas. En cuanto a las dimensiones del apego, Apego general presentó una media de $M = 26,4$ ($DE = 4,26$), con un rango de 19 puntos (14–33). Estos valores sugieren una dispersión baja a moderada, mostrando que los estudiantes tienden a coincidir en la intensidad del vínculo afectivo con sus mascotas, aunque con variaciones interindividuales. La dimensión Sustitución de personas alcanzó una media de $M = 14,8$ ($DE = 3,56$), con un rango de 14 puntos (7–21), evidenciando una variabilidad relativamente baja que refleja homogeneidad en la tendencia de los participantes a otorgar funciones sustitutivas a sus mascotas. Finalmente, la dimensión Derechos de los animales obtuvo una media de $M = 12,3$ ($DE = 2,08$), con puntajes entre 7 y 15 (rango = 8 puntos). Esta fue la dimensión con la menor dispersión, lo que indica un alto nivel de consenso en la atribución de derechos y consideración hacia las mascotas en la muestra estudiada.

En conjunto, los resultados descriptivos muestran que tanto el bienestar psicológico como el apego humano–mascota se ubican en niveles medios a altos, con mayor heterogeneidad en el bienestar psicológico y mayor homogeneidad en la valoración de los derechos de los animales.

Tabla 4

Prueba de Normalidad (Kolmogorov-Smirnov)

	Estadístico K-S	p
Bienestar psicológico	0,074	0,534
Apego Total Humano-Mascota	0,058	0,815
Apego General	0,011	0,106
Sustitución de personas	0,100	0,175
Derecho de los animales	0,100	0,159

Nota. Todos los p-values fueron $> 0,05$, indicando una distribución normal

Previo a los análisis inferenciales, se evaluó el supuesto de normalidad mediante la prueba de Kolmogorov–Smirnov (K–S), dada la talla muestral > 50 . Los resultados mostrados en la Tabla 4 indicaron que todas las variables presentaron distribuciones compatibles con la normalidad ($p > ,05$): Bienestar psicológico ($p = ,534$), Apego Total Humano-Mascota ($p = 0,815$), Apego General ($p = 0,106$), Sustitución de personas ($p = 0,175$) y Derechos de los animales ($p = 0,159$). En consonancia con estos hallazgos, y considerando la inspección de asimetría y curtosis dentro de rangos aceptables, se procedió a utilizar correlaciones de Pearson en los análisis de asociación entre variables.

Tabla 5

Matriz de correlaciones de Pearson entre bienestar psicológico y apego humano mascota

	Bienestar psicológico	Apego Total Humano-Mascota	Apego General	Sustitución de personas	Derecho de los animales
Bienestar psicológico	-				
Apego Total Humano-Mascota	0,296***	-			
Apego General	0,315***	0,919***	-		
Sustitución de personas	0,247**	0,850***	0,628***	-	
Derecho de animales	0,305***	0,783***	0,664***	0,505***	-

Nota. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

En la Tabla 5 se presentan las correlaciones de Pearson (r) entre el bienestar psicológico y la variable total del Apego humano-mascota y sus dimensiones. Se observaron asociaciones positivas y significativas entre el bienestar psicológico y la variable total del apego humano-mascota ($r = 0,296$; $p < 0,001$) y con sus distintas dimensiones: el Apego general ($r = 0,315$; $p < 0,001$), la Sustitución de personas ($r = 0,247$; $p < 0,01$) y los Derechos de los animales ($r = 0,305$; $p < 0,001$). De acuerdo con los criterios de Cohen (1988), la magnitud del efecto fue pequeña para la dimensión total del Apego Humano-Mascota y la dimensión de Sustitución de

personas y moderada para Apego general y Derechos de los animales. En conjunto, los resultados indican que mayores niveles de apego humano–mascota se asocian con mayores niveles de bienestar psicológico en la muestra. Para interpretar la magnitud de r se utilizaron los puntos de corte de Cohen (1988): $\approx 0,10$ = pequeño, $\approx 0,30$ = moderado, $\approx 0,50$ = grande.

Estos hallazgos permiten confirmar la hipótesis general del estudio, al evidenciarse que existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el apego humano–mascota en la muestra. Asimismo, se confirman las hipótesis específicas, dado que cada dimensión del apego se asoció significativamente con el bienestar psicológico.

CAPÍTULO VI: DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como propósito examinar la relación entre el bienestar psicológico y el apego humano–mascota en una muestra de estudiantes universitarios de la facultad de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Los resultados confirmaron la hipótesis general, evidenciándose correlaciones positivas y significativas entre el bienestar psicológico (evaluado mediante la escala EBPR) y las tres dimensiones del cuestionario LAPS-M: Apego general, Sustitución de personas y Derechos de los animales, así como el Apego Humano-Mascota como variable total.

En primer lugar, se evidenció una correlación significativa de nivel pequeño entre las variables totales de Apego Humano-Mascota y Bienestar psicológico. Esta asociación es coherente con el modelo de apoyo social, tanto en su efecto general como en su función de amortiguación del estrés, según el cual una relación significativa puede aportar compañía, afecto y regulación emocional, procesos que se vinculan con mayor bienestar (Cohen & Wills, 1985). Además, desde una perspectiva de apego, se ha planteado que las mascotas pueden funcionar como figuras que proveen seguridad emocional o sostén afectivo, lo que ofrece un marco teórico plausible para comprender por qué un vínculo más fuerte con la mascota podría relacionarse con indicadores globales de bienestar (Zilcha-Mano et al., 2011).

Esto se alinea con revisiones recientes que muestran resultados mixtos en la relación entre apego a la mascota y desenlaces de salud mental o bienestar, y que subrayan que la evidencia disponible, frecuentemente transversal, no permite inferir

causalidad ni direccionalidad con seguridad (Northrope et al., 2025; Teo & Thomas, 2019; le Roux & Wright, 2020; Wong et al., 2023; Lass-Hennemann et al., 2022; Northrope et al., 2024). El vínculo con la mascota podría entenderse como uno de los elementos afectivos asociado al bienestar, lo que abre el camino a estudios posteriores con diseños longitudinales y modelos multivariados que permitan precisar cuándo y a través de qué mecanismos el apego se traduce, o no, en mayor bienestar.

Además, se evidenció una correlación significativa de nivel medio entre la dimensión de Apego General y el bienestar psicológico. Este hallazgo sugiere que, en la muestra estudiada, una mayor cercanía afectiva con la mascota se relaciona con mayores niveles de bienestar psicológico. En esa línea, Gonzáles y Vega (2021) señalan que la tenencia de mascotas y el afecto generado hacia ellas se asocian con menores niveles de estrés y sentimientos de soledad. Asimismo, Romero Olazábal y Ramírez Villamil (2024) concluyeron que el vínculo humano-animal se relaciona con mayores niveles de felicidad, relaciones sociales consolidadas y bienestar psicológico. Por ello, desde esta perspectiva, el apego general podría vincularse con experiencias de compañía, afecto y cercanía emocional, las cuales se asocian con la percepción de bienestar en los estudiantes evaluados.

Según Andrades et al. (2024), el vínculo de los jóvenes universitarios con sus mascotas se relaciona positivamente con sus aspectos emocionales, aunque también depende de otros factores, como la calidad de las relaciones interpersonales humanas, la calidad de la relación humano-mascota, las responsabilidades académicas y las características personales del propietario. Este planteamiento

permite interpretar que, aunque en el presente estudio se encontró una asociación positiva entre apego y bienestar, su magnitud fue moderada y podría estar influida por condiciones específicas de la muestra y del contexto evaluado. En ese mismo sentido, Teo y Tomas (2019) sostienen que, si bien los dueños de mascotas podrían presentar un mejor bienestar, este también estaría influido por la calidad de la relación entre el propietario y su mascota.

En cuanto a la relación entre la dimensión Sustitución de personas, que refleja en qué medida la mascota ocupa una posición importante en la vida de su dueño (Johnson et al., 1992), y el bienestar psicológico, se evidenció una correlación significativa de nivel pequeño. Esto sugiere que las mascotas pueden desempeñar algunas funciones socioemocionales al actuar como sustitutos parciales de relaciones interpersonales. Este hallazgo adquiere relevancia en estudiantes universitarios que, al atravesar periodos de exigencia académica o distanciamiento de sus redes familiares, encuentran en sus mascotas una fuente de compañía y regulación emocional (Enríquez, 2022). Balvín Gutierrez et al. (2023) reportaron que los estudiantes de medicina que dedicaban más tiempo a actividades de cuidado con sus mascotas presentaban mayores niveles de bienestar mental, aunque no necesariamente menores niveles de estrés. Este antecedente permite interpretar que la mascota podría representar una fuente parcial de compañía y apoyo afectivo, aunque ello no implica que sustituya de manera equivalente las relaciones interpersonales humanas ni que explique ampliamente el bienestar. Por otro lado, este hallazgo contrasta con lo reportado por Northrope et al. (2024), quienes encontraron que un apego intenso hacia el perro se asociaba con peores indicadores de salud mental cuando éste cumplía una función compensatoria frente a vínculos

humanos inseguros, especialmente en mujeres. En síntesis, el apego humano-mascota parece asociarse de mejor manera al bienestar emocional cuando el vínculo es sano y no completamente sustitutorio de otras relaciones.

Asimismo, se encontró una correlación significativa positiva de nivel medio entre la dimensión Derechos de los animales, la cual refiere al estatus o posición que tiene el perro dentro del hogar de su propietario, y el bienestar psicológico. Esto indica que los estudiantes que atribuyen mayor valor ético y derechos a sus mascotas presentan mayores niveles de bienestar. Según Álvarez (2023), cada vez son más las personas que consideran a sus mascotas como un miembro más de sus familias. Este hallazgo puede interpretarse como reflejo de actitudes prosociales y de empatía, las cuales se han vinculado con mayor satisfacción vital (Caprara et al., 2005). En la muestra estudiada, atribuir mayor valor y consideración a las mascotas se relacionó con mayores niveles de bienestar psicológico. No obstante, al tratarse de una correlación de magnitud moderada, esta asociación debe entenderse como relevante, pero no suficiente para sostener que dicha valoración explique ampliamente el bienestar. Desde esta perspectiva, la atribución de derechos a los animales no solo implica una postura ética, sino que también se relaciona con un estilo de vida coherente con valores de cuidado y respeto, lo que podría vincularse con la percepción de bienestar psicológico (Herzog, 2011). En esta misma línea, estos hallazgos permiten interpretar que la valoración de la mascota dentro del entorno familiar podría asociarse con experiencias de cuidado, cercanía emocional y sensibilidad hacia el otro, aspectos que resultan importantes para las relaciones interpersonales, muy alineadas al bienestar psicológico.

La evidencia heterogénea, previamente mencionada, no necesariamente contradice el presente estudio, debido a que en la literatura se han utilizado criterios de comparación distintos, por ejemplo, comparar tenencia frente a no tenencia, así como variables psicológicas distintas, como soledad o ansiedad en lugar de bienestar psicológico, lo que limita la comparabilidad directa de los hallazgos (Northrope et al., 2025; Teo & Thomas, 2019). Asimismo, diferencias en las características de la muestra y del contexto, como el país, la población universitaria, el tipo de mascota y las condiciones de convivencia, podrían contribuir a variaciones en la magnitud o significancia de las asociaciones observadas (Northrope et al., 2025). Aunque es plausible que variables contextuales, como la calidad del vínculo, el entorno cultural o las condiciones de vida, influyan en la relación entre apego humano–mascota y bienestar (Lass-Hennemann et al., 2022; Northrope et al., 2024), el presente estudio no evaluó estadísticamente modelos de mediación, moderación ni relaciones curvilíneas; por tanto, estas posibilidades deben entenderse como líneas para investigación futura, más que como explicaciones confirmadas de las discrepancias.

En el Perú, la evidencia empírica aún es incipiente, pero algunos trabajos refuerzan lo hallado en el presente estudio. En particular, los antecedentes reportados por Cartolin et al. (2020), Salinas Barreda (2019) y Espinoza Palomino y Salas Briceño (2024) permiten situar los hallazgos del presente estudio dentro de una línea de evidencia positiva pero todavía insuficiente. En conjunto, sugieren que el vínculo con las mascotas podría relacionarse con experiencias de compañía, apoyo emocional y bienestar subjetivo en distintas etapas de la vida.

En suma, los resultados del presente estudio se integran en un cuerpo de evidencia que, aunque mixta, apunta hacia la relevancia del apego humano–mascota en relación con el bienestar psicológico. Su consistencia con investigaciones regionales e internacionales refuerza la validez de los hallazgos. Además, el contraste con estudios que reportan resultados negativos sugiere que la relación entre el vínculo con las mascotas y el bienestar psicológico puede variar según factores contextuales y la calidad de la relación establecida. Este estudio aporta evidencia novedosa en el contexto peruano universitario y contribuye a ampliar la comprensión de cómo las relaciones humano–animal se asocian con el bienestar psicológico en la juventud.

CAPÍTULO VII: CONCLUSIONES

- En relación con la hipótesis general, encontramos evidencia de relación positiva y significativa entre el Bienestar psicológico y el Apego humano-mascota en estudiantes de Tecnología Médica de una universidad privada de Lima Metropolitana. Esto indica que los estudiantes que reportaron un vínculo más fuerte con sus mascotas tienden a presentar niveles más altos de bienestar psicológico.
- En cuanto a la primera hipótesis específica, encontramos evidencia de relación positiva y significativa entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Apego general. Este hallazgo sugiere que la cercanía, el cariño y la compañía que brinda la mascota se asocian con una percepción más favorable de la vida, una mayor satisfacción personal y un estado emocional más equilibrado.
- Respecto a la segunda hipótesis específica, encontramos evidencia de relación positiva entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Sustitución de personas, aunque con una magnitud menor en comparación con las otras dimensiones. Esto sugiere que recurrir a la mascota como fuente de compañía o confianza en contextos de apoyo humano limitado se vincula, de manera modesta, con una menor percepción de soledad y una sensación de acompañamiento que favorece el bienestar.
- Con relación a la tercera hipótesis específica, encontramos evidencia de relación positiva y significativa entre el Bienestar psicológico y la dimensión de Derechos de los animales. Este resultado indica que los estudiantes que reconocen a sus mascotas como seres valiosos y con

derechos tienden a reportar un mayor sentido de propósito, conexión emocional y satisfacción al establecer un vínculo basado en el respeto y la reciprocidad.

CAPÍTULO VIII: RECOMENDACIONES

1. Se sugiere replicar el estudio en muestras más diversas, incluyendo universidades públicas y privadas de distintas regiones del país, para lo cual se recomienda implementar estrategias de muestreo que combinen convocatorias institucionales formales con difusión digital controlada, con el fin de fortalecer la validez externa y reducir el sesgo asociado al reclutamiento por redes.
2. Dado que el diseño transversal solo permite estimar asociación, se sugiere aplicar diseños longitudinales que permitan explorar la direccionalidad de la relación entre apego humano-mascota y bienestar psicológico, así como incorporar análisis multivariados (regresión múltiple, modelos de ecuaciones estructurales) que evalúen hipótesis explicativas más complejas, incluyendo posibles variables mediadoras o moderadoras.
3. En relación con los instrumentos utilizados (EBPR y LAPS-M), se recomienda que futuros estudios comparen distintos modelos de medición del bienestar psicológico (unidimensional, factores correlacionados, segundo orden) y, en el caso de identificar ítems con bajo desempeño psicométrico, se evalúe su redacción, claridad y adecuación cultural para garantizar la calidad del constructo medido.
4. Se recomienda que las universidades desarrollen iniciativas de psicoeducación orientadas a estudiantes que conviven con mascotas, abordando temas como manejo del estrés, autocuidado y tenencia responsable, integradas a los servicios de bienestar universitario.
5. Si se explora la implementación de políticas o actividades relacionadas con mascotas en el ámbito universitario, se sugiere realizarlas bajo formato piloto,

con evaluación previa y posterior, protocolos de convivencia y criterios explícitos de bienestar animal, de modo que estas acciones sean sostenibles y éticamente responsables.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abbott, R. A., Ploubidis, G. B., Huppert, F. A., Kuh, D., Wadsworth, M. E. J., Croudace, T. J., & Richards, M. (2006). Psychometric evaluation and predictive validity of Ryff's psychological well-being items in a UK birth cohort sample of women. *Health and Quality of Life Outcomes*, 4, 76. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-4-76>
- Amaya, L., Berrío-Acosta, G. M., & Herrera, W. (2018). *Principio de Beneficencia*. Ética Psicológica. <http://eticapsicologica.org/index.php/documentos/articulos/item/18-principio-de-beneficencia>
- Antinoff, N. (2024). *Beneficios para la salud de tener una mascota*. Merck Sharp & Dohme Corp. <https://www.msdrvmanual.com/es/temas-especiales-para-mascotas/la-salud-y-el-v%C3%ADnculo-humano-animal/beneficios-para-la-salud-de-tener-una-mascota>
- Abellán-Roselló, L., & DeLara-López, Á. (2021). Autocontrol emocional y adquisición de habilidades sociales en estudiantes a través de terapias con animales. *Educación y Sociedad*, 19(1). <https://revistas.unica.cu/index.php/edusoc/article/view/1685/pdf>
- Alvarado Ávila, A. L., Báez Findicue, K. V., Muñoz Quiroga, M. S., & Ruiz Salazar, N. (2022). *Evaluación de las estrategias para jóvenes universitarios de habilidades para la vida y bienestar psicológico* [Tesis profesional, Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud]. Repositorio Institucional de la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud. <https://repositorio.fucsalud.edu.co/handle/001/3194>

- Alvarado Méndez, E., & Rosero Duchi, K. (2021). *Tipo de apego en personas de 18 a 60 años que presentan adicciones a sustancias psicotrópicas en el Cantón Girón* [Tesis de grado, Universidad de Azuay]. Repositorio Institucional de la Universidad de Azuay. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11470>
- Álvarez, J. (2023, 18 de julio). *Entre patas*. Ipsos Perú. <https://www.ipsos.com/es-pe/entre-patas>
- Álvarez Solórzano, N. D. P. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico* [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio Institucional de la Universidad de Lima. <http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/10604>
- Andrades, C., Calfulaf, E., Caniumil, S., Toloza-Segura, E., & Arias-Ortega, K. (2024). Implicancias de la compañía de mascotas en aspectos socioemocionales en jóvenes universitarios. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 35(1), 58–71. <https://doi.org/10.55611/reps.3501.06>
- Arhuis, W. (2019). *Habilidades sociales, bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de una universidad privada de Chimbote, 2018* [Tesis de maestría, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada Antenor Orrego. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/5508>
- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (1ra ed.). Enfoques Consulting EIRL. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf

- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child development perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Baltazar Tamara, M. A. (2021). *Tenencia de mascotas y bienestar psicológico y emocional en personal de la salud durante la pandemia de Covid-19* [Tesis profesional, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Bucaramanga. <http://hdl.handle.net/20.500.12749/15339>
- Balvín Gutierrez, A. X., Saldarriaga Arbeláez, A., Martelo González, D. M., Ríos-Roldán, M. del P., Quevedo Luna, N. D., Lemos-Hoyos, M., Henao-Pérez, M., & López-Medina, D. C. (2023). Aproximación al vínculo humano-animal y su relación con el estrés y bienestar en estudiantes de medicina. *Revista Lasallista de Investigación*, 20(2), 10–27. <https://doi.org/10.22507/rli.v20n2a1>
- Beck, L., & Madresh, E. A. (2008). Romantic partners and four-legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*, 21(1), 43–56. <https://doi.org/10.2752/089279308X274056>
- Bennetts, S. K., Crawford, S. B., Howell, T. J., Burgemeister, F., Chamberlain, C., Burke, K., & Nicholson, J. M. (2022). Salud mental de padres e hijos durante COVID-19 en Australia: el papel del apego a las mascotas. *PLOS One*, 17(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271687>

- Berlanga-Fernández, S., Pérez-Cañaveras, R. M., Vizcaya-Moreno, M. F., & Tarrés-Cansado, R. (2013). Apoyo social formal a un grupo de madres con hijos menores de un año. *Aquichan*, 13(2), 206–215. <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/2089/pdf>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Camargo, A., Contreras, G., Espinosa, E., Montero, A., & Valero, W. (2021). Análisis del bienestar emocional y psicológico de los estudiantes de la licenciatura en psicología general de la UMECIT sede La Chorrera. *Semilla científica: Revista de investigación formativa*, 2(2), 16–30. <https://repositorio.umecit.edu.pa/handle/001/4608>
- Campos-Arregui, S., Lacomba-Trejo, L., Valero-Moreno, S., & Pérez-Marín, M. (2023). Adultez emergente: Patrón de relaciones interpersonales, consumo de alcohol y psicopatología. *Anuario de Psicología*, 53(2). <https://doi.org/10.1344/ANPSIC2023.53/2.5>
- Canchari Flores, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto* [Tesis de bachiller, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional de la Universidad Señor de Sipán. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6641>
- Caprara, G. V., Steca, P., Zelli, A., & Capanna, C. (2005). A new scale for measuring adults' prosocialness. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 77–89. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.77>

- Cartolin, X., Herrera, P., León, D., & Falcón, N. (2020). Impacto emocional asociado a la pérdida o fallecimiento de un animal de compañía. *Revista De Investigaciones Veterinarias Del Perú*, 31(2), e17837. <https://doi.org/10.15381/rivep.v31i2.17837>
- Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Liberabit*, 27(2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Castillo Quispe, M. A. (2018). *Relación entre el clima social laboral, afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de tratamiento del Establecimiento Penitenciario de Lurigancho* [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/9783>
- Casullo, M. M., & Castro Solano, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de psicología*, 18(1), 35–68. <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>
- Casullo, M. M., & Castro Solano, A. (2002). Patrones de personalidad, síndromes clínicos y bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 7(2), 129–140. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.7.num.2.2002.3927>

- Casullo, M., Brenlla, M., Castro, A., Cruz, M., González, R., Maganto, C., Martín, M., Martínez, P., Montoya, I., & Morote, R. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Paidós.
- Chapoñan Palacios, M. E. D. C. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio institucional de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/4371>
- Chasquez Sandoval, S. A. (2022). *Revisión teórica del bienestar psicológico* [Tesis de bachiller, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/5695>
- Chye, S. M., Kok, Y. K., Chen, Y. S., & Er, H. M. (2024). Building resilience among undergraduate health professions students: identifying influencing factors. *BMC Medical Education*, 24, 1168. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06127-1>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2^a ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública S.A.C. (2018). *Tenencia de mascotas en los hogares a nivel nacional*.

http://cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/26/mr_mascotas_201808.pdf

Cuba Sancho, J. M., Huamán-Salazar, N., Vivas Durand, T. D. J., & Córdova Chávez, N. A. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 13(26).

<https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1380>

Delgado Ahuanari, A. M., & Tejada Gorodon, M. C. (2020). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos* [Tesis profesional, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional de la Universidad Cooperativa de Colombia.

<https://hdl.handle.net/20.500.12494/16343>

Delgado, C., Rodríguez, A., Lagunes, R., & Vásquez, F. (2020). Relación entre bienestar psicológico y empatía en médicos residentes en una universidad pública en México. *Investigación en Educación Médica*, 9(34), 16–23.

<https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.34.19189>

Delgado Domínguez, C., Luzanía Valero, M. S., & Lagunes-Córdoba, R. (2025). The validity of the Ryff scale as a measure of psychological well-being in Mexican Medical Residents. *Universitas Médica*, 66.

<https://doi.org/10.11144/Javeriana.umed66.vrsm>

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.

<http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>

- Díaz Videla, M. (2020). Vínculo humano-animal: ¿Qué clase de amor es ese? *Calidad de vida y salud*, 13(Especial), 2–31. <https://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/278>
- Díaz Videla, M., & López, P. A. (2017). La oxitocina en el vínculo humano-perro: Revisión bibliográfica y análisis de futuras áreas de investigación. *Interdisciplinaria*, 34(1), 73–90. <https://www.redalyc.org/journal/180/18052925005/html/>
- Dominguez-Lara, S., Romo-González, T., Palmeros-Exsome, C., Barranca-Enríquez, A., Moral-Trinidad, E., & Campos-Uscanga, Y. (2019). Análisis estructural de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en universitarios mexicanos. *Liberabit*, 25(2). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68662589009>
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: Un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 8(1), 23–31. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4924063>
- Domínguez-Lara, S., & Campos-Uscanga, Y. (2022). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) en estudiantes de enfermería: Un análisis preliminar. *Revista Salud Uninorte*, 38(1), 68–80. <https://doi.org/10.14482/sun.38.1.618.973>
- El-Sayed, M. Z., Rawashdeh, M., Ahmed, M., Adnan, Z., Kumar, P., El Safwany, M. M., Abuzaid, M.M., Alomaim, W., Islam, E., & Ali, M. (2026). Academic stress among radiography students: Examining the impact of

- GPA and class level on student well-being and performance. *Journal of Education and Health Promotion*, 15(1).
https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_954_25
- Enríquez López, K. F. (2022). Redes de apoyo y su influencia en la dinámica motivacional y la procrastinación académica. *Revista Científica Internacional*, 12(2). <https://doi.org/10.69639/arandu.v12i2.1182>
- Erazo, A., & Medina, C. (2021). *Bienestar psicológico y estrés en estudiantes universitarios: Una revisión de la literatura científica de los últimos diez años* [Tesis profesional, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana del Norte.
<https://hdl.handle.net/11537/25978>
- Espinoza Palomino, E. S., & Salas Briceño, M. (2024). *Efectos psicológicos de la convivencia con mascotas en adultos del distrito de Los Olivos, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional de la Universidad Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/15910>
- Ezquerria, J. C. S. (2023). ¿Mascotas o miembros de la familia? Nuevas perspectivas en los estudios de parentesco: Análisis de la relación canino-humana en núcleos de convivencia en España. *Antropología Experimental*, 23, 1–14.
<https://doi.org/10.17561/rae.v23.7019>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39, 175–191.
<https://doi.org/10.3758/bf03193146>

- Figuerola-Escoto, R. P., Barrera Hernández, L.F., Vargas de la Cruz, I., & Luna, D. (2024). Bienestar psicológico, imagen corporal y conductas alimentarias de riesgo en estudiantes universitarias. *Revista CES Psicología*, 17(1), 38–51. <https://doi.org/10.21615/cesp.6992>
- Figuerola-Escoto, R. P., Luna, D., Lezana-Fernández, M., & Meneses-González, F. (2021). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) en población mexicana. *Revista CES Psicología*, 14(3), 70–93. <https://doi.org/10.21615/cesp.5572>
- Fonagy, P. (2004). Teoría del apego y psicoanálisis. *Clinica y Salud*, 19(1), 131–134. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742008000100007
- Fraga, P. (2021). *¿Qué es el vínculo de apego y cuál es su importancia en la relación humano-perro?* Grupo de especialidad en medicina del comportamiento animal de Avepa. <https://gemca.org/que-es-el-vinculo-de-apego-y-cual-es-su-importancia-en-la-relacion-humano-perro/>
- Frías Cárdenas, M. T., Díaz Loving, R., & Shaver, P. (2012). Las dimensiones del apego y los síndromes culturales como determinantes de la expresión emocional. *Acta de investigación psicológica*, 2(2), 623–637. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358933341003>
- Fuentes Cuiñas, A. A., Longo, A. G., & Vailati, P. A. (2022). PANKs y PETS: Un apego casi maternal. *Revista de Psicología (Santiago)*, 31(2), 23–32. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2022.69225>

- Gallard, D. (2024). Integración y bienestar de estudiantes universitarios con perros como apoyo transicional. *Pastoral Care in Education*, 42(2), 166–182. <https://doi.org/10.1080/02643944.2023.2244498>
- García Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J., & Soler, M. J. (2020). Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevidianos. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 15(5). <https://doi.org/10.5281/zenodo.4487296>
- García Álvarez, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J. F., & Soler, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2). <https://hdl.handle.net/20.500.12442/6341>
- García Pérez, M. Á. (2006). Los principios de la bioética y la inserción social de la práctica médica. *Revista de Administración Sanitaria Siglo XXI*, 4(2). <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-administracion-sanitaria-siglo-xxi-261-articulo-losprincipios-bioetica-insercion-social-13091842>
- García-Viniegras, C. R. V. (2005). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 8(2). <http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/19260/18262>
- García-Viniegras, C., & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General integral*, 16(6), 586–592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252000000600010

- Gómez Sánchez, P. I. (2009). Principios básicos de bioética. *Revista Peruana de Ginecología y Obstetricia*, 55(4), 1–12.
<https://www.redalyc.org/pdf/3234/323428194003.pdf>
- González Ramírez, M. T., Quezada Berumen, L. D. C., & Landero Hernández, R. (2014). Propiedades psicométricas de la escala de apego a las mascotas de Lexington: versión mexicana (LAPS-M). *Anthrozoös*, 27(3), 351–359.
<https://doi.org/10.2752/175303714X13903827487926>
- González Hernández, M., & Vega Manríquez, D. (2021). Tenencia responsable de mascotas: el bienestar animal y salud pública. *Revista Universitarios Potosinos*, 264(18). <https://leka.uaslp.mx/index.php/universitarios-potosinos/article/view/167/114>
- González Salas, R., Barragan Zurita, F. J., Vaca Velastegui, C. S., Pastor Calucho, N. M., & Yépez Rodríguez, M. S. (2019). Terapia con mascotas: perspectivas en la Salud Pública. *Revista UNIANDES De Ciencias de la Salud*, 2(3), 265–282.
<https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/RUCSALUD/article/view/1578>
- Guzmán Pérez, E. V., & Valencia, M. C. (2024). Estrés percibido y empatía en estudiantes universitarios que tienen mascotas. *Prometeo Conocimiento Científico*, 4(1). <https://doi.org/10.55204/pcc.v4i1.e66>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Hart, L. A., & Yamamoto, M. (2016). Dogs as helping partners and companions for humans. In J. Serpell (Ed.), *The domestic dog: Its evolution, behavior and*

interactions with people (pp. 247–270). Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/9781139161800.013>

Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1.^a ed.). McGraw-Hill Educación.

Herzog, H. (2011). The impact of pets on human health and psychological well-being: Fact, fiction, or hypothesis? *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 236–239. <https://doi.org/10.1177/0963721411415220>

House, J. S., Kahn, R. L., McLeod, J. D., & Williams, D. (1985). Measures and concepts of social support. In S. Cohen & S. L. Syme (Eds.), *Social support and health* (pp. 83–108). Academic Press.

Injo Ulloque, A. G. (2021). *Bienestar psicológico en adultos en Chiclayo, Lambayeque, 2020* [Tesis de bachiller, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/19788>

Jaramillo Eguez, A. E. (2022). *El vínculo afectivo madre-hijo y el tipo de apego que se construye en los centros de privación de libertad. Estudio realizado desde el enfoque psicoanalítico a partir de entrevistas a especialistas en el tema, realizadas en los meses de mayo a agosto de 2022* [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
<https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/35481>

- Jiménez, M. G., Martínez, P., Miró, E., & Sánchez, A. I. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿Están asociados a la práctica de ejercicio físico? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 185–202.
- Johnson, T., Garrity, T., & Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington attachment to pets scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160–175.
<https://doi.org/10.2752/089279392787011395>
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford Press.
- Konok, V., Marx, A., & Faragó, T., 2019. Attachment styles in dogs and their relationship with separation-related disorder – A questionnaire-based clustering. *Applied Animal Behaviour Science*, 213, 81–90.
<https://doi.org/10.1016/J.APPLANIM.2019.02.014>
- 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, 586.
<https://doi.org/10.1186/s12888-022-04199-1>
- Le Roux, M. C., & Wright, S. (2020). The relationship between pet attachment, life satisfaction, and perceived stress: Results from a South African online survey. *Anthrozoös*, 33(3), 371–385.
<https://doi.org/10.1080/08927936.2020.1746525>

- León Castro, O. A. (2025). Bienestar Psicológico como alternativa de mejora al afrontamiento del estrés en universitarios, Piura 2025. *Revista Científica*, 10(36), 29–47. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2025.10.36.1.29-47>
- Liberal, R., Escudero, J., Cantallops, J., & Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a deportes de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 451–456. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674026.pdf>
- Marcos Muñoz, R. A. (2023). *Estrés y bienestar psicológico en docentes de una institución privada de educación básica regular-Chincha 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Ica. <http://hdl.handle.net/20.500.14441/2243>
- Martín Manjarrés, S. (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación. *Enfermería en cardiología*, (58), 27-30. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6288907>
- Martinez Girón, M. C. (2016). *Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de primero y segundo año que tienen mascotas comparado con estudiantes que no tienen* [Tesis profesional, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional de la Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Martinez-Marlyn.pdf>
- Matud, P., Carballeira, M., López, M., Marrero, R., & Ibáñez, I. (2002). Apoyo social y salud: un análisis de género. *Salud Mental*, 25(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7463094>

- Mazo, F. [Tu salud guía] (2022, 9 de febrero). *¿Sabías qué es el bienestar psicológico?* [video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=0IJpIG-p5tQ>
- Ministerio de Educación del Perú. (2021). *Encuesta Nacional de Estudiantes de Educación Superior Universitaria 2019: Principales resultados*.
<https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7745>
- Monje Gonzales, S. A., & Mercado Iglesias, M. F. (2024). *Vínculo humano-animal y ansiedad en residentes de la región de Moquegua, Perú, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional de la Universidad Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/15341>
- Moreno Tamariz, D. L., & Padilla Gonzáles, L. E. (2015). Proceso de validación de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS) con estudiantes de bachillerato del estado de Aguascalientes. En *XIII Congreso Nacional de Investigación Educativa*. Consejo Mexicano de Investigación Educativa. <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v13/doc/0913.pdf>
- Moretta Rodríguez, M. V. (2023). *Bienestar psicológico y afecto positivo en adolescentes que tienen mascotas: Análisis comparativo* [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/4159/1/79324.pdf>
- Murcia, M. (2021). *Asociación entre variables sociodemográficas y apego afectivo entre humanos y animales de compañía* [Tesis profesional, Universidad Santo Tomás]. Repositorio Institucional de la Universidad Santo Tomás.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/47349/2022mariamurcia.pdf?>

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.

<https://doi.org/10.3390/ani14192773>

Northrope, K., Shnookal, J., Ruby, M. B., & Howell, T. J. (2025). The relationship between attachment to pets and mental health and wellbeing: A systematic review. *Animals*, *15*(8), 1143. <https://doi.org/10.3390/ani15081143>

Olivera Pari, L. O. (2022). *Resiliencia y bienestar psicológico en egresados en pandemia en situación de desempleo de la carrera de psicología de una universidad pública* [Tesis profesional, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/18950>

Organización Mundial de la Salud (2019). *Salud mental* [Ficha informativa].

<https://www.who.int/es/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>

Organización Mundial de la Salud (2019). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta* [Ficha informativa]. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud (2022). *La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos* [Comunicado de prensa]. <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022-who-highlights-urgent-need-to-transform-mental-health-and-mental-health-care>

Papalia, D. E., Duskin Feldman, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12.^a ed.). McGraw-Hill Education.

Pardo Pajuelo, F. (2010). *Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en alumnos de un MBA de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
<http://hdl.handle.net/20.500.12404/672>

Pazos Castillo, F. E. (2022). *Análisis de la interacción cuidador–mascota y su relación con el vínculo afectivo. Estudio realizado desde la teoría del apego de John Bowlby en adultos jóvenes de 20 a 25 años en la ciudad de Quito en el periodo enero–junio de 2022* [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
<https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/35489>

Pérez Basilio, M. A. (2017). *Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del distrito de Los Olivos* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/11339>

Piñango Macareño, O. G., Martínez Mujica, N. J., & Machado Vilorio, M. S. (2022). Análisis de la escala de bienestar psicológico para adultos en docentes de educación media general de Maracaibo, Venezuela. *Consensus*

Revista Científica, 6(1), 149–173.
<https://doi.org/10.6084/m9.figshare.19304126>

Portilla, J., Casa Vera, P., León, V., Pabón, K., & Narváez, G. (2022). El bienestar psicológico y COVID-19 en estudiantes universitarios. *Revista Ecos de la Academia*, 8(16), 183–195.
<https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v8i16.730>

Poves Plumed, A. B. (2017). *Actitudes, tenencia y vínculo con animales de compañía: Relación con la personalidad, recursos y salud psicológica* [Tesis doctoral, Universidad de Sevilla]. Repositorio de la Universidad de Sevilla. <https://hdl.handle.net/11441/70049>

Wahidah, R., Hasanah, M., & Alfinuha, S. (2023). Pengaruh Pet Attachment terhadap psychological well-being pemilik hewan peliharaan di Kota Gresik. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 18(1), 49–57. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5314>

Quan, W., Kim, S., Baah, N.G., Jung, H., & Han, H. (2023). Role of physical environment and green natural environment of pet-accompanying tourism sites in generating pet owners' life satisfaction. *Journal of Travel and Tourism Marketing*, 40(5), 399–415.
<https://doi.org/10.1080/10548408.2023.2255890>

Quintero, K., González, R., Olarte, A., & Rojas, A. (2020). *Beneficios psicológicos asociados a la tenencia de mascotas* [Tesis de grado, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Bucaramanga. <http://hdl.handle.net/20.500.12749/22685>

- Ramírez Enríquez, S. I., Quintana Arroyo, P., & Barrón Luján, J. C. (2023). Bienestar psicológico, global y por dimensión, en universitarios mexicanos: Revisión sistemática. *Psicumex*, 13, e485. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v13i1.485>
- Ribera Gonzales, J. C. (1987). El principio de la confidencialidad y sus referentes legales. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 4(1). <https://repsasppr.net/index.php/reps/article/view/24/392>
- Rivas, C. (2022). *¿Puede la adopción de una mascota provocar cambios en el bienestar subjetivo de sus propietarios?* [Tesis profesional, Universidad de Jaén]. Repositorio Institucional de la Universidad de Jaén. <https://hdl.handle.net/10953.1/19858>
- Riggio, G., Gazzano, A., Zsilák, B., Carlone, B., & Mariti, C. (2020). Quantitative behavioral analysis and qualitative classification of attachment styles in domestic dogs: Are dogs with a secure and an insecure-avoidant attachment different? *Animals*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.3390/ani11010014>
- Robles Velasque, S. S. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) en adultos de 20 a 58 años de Puente Piedra, Lima, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47825/Robles_VSS-SD.pdf?
- Rodríguez Flores, E. A., & Sánchez Trujillo, M. A. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima.

Propósitos y Representaciones, 10(3), e1705.

<https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705>

Rodríguez, Y. R., & Quiñones Berrios, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7–17.

<https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772/1569>

Romero Massa, E., Beltrán, E., Castaño, R., Gómez, J., Luna Guzmán, R. M., & Perrián, D. (2009). *Apoyo social y calidad de vida en pacientes con VIH de la IPS de la costa en el periodo de 2009* [Tesis doctoral, Universidad de Cartagena]. Repositorio Institucional de la Universidad de Cartagena.

<https://hdl.handle.net/11227/3119>

Romero Olazábal, V. Z., & Ramírez Villamil, D. A. (2024). Bienestar psicológico y felicidad a través del vínculo entre personas y sus mascotas: Una revisión sistemática. *Revista de Psicología*, 14(2), 25–45.

<https://doi.org/10.36901/psicologia.v14i2.1690>

Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C., & Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Médica de Chile*, 147(5), 579–588.

<http://doi.org/10.4067/S0034-98872019000500579>

Rueda Rodríguez, L. G. (2023). *Salud mental y bienestar en mujeres: Influencia cultural, cognitiva y emocional* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Yucatán]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma de Yucatán. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000842422>

- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2019). Brick by Brick: The origins, development, and future of self-determination theory. *Advances in Motivation Science*, 6, 111–156. <https://doi.org/10.1016/bs.adms.2019.01.001>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104.
- Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Social Work*, 40(3), 334–341. <https://doi.org/10.1093/sw/40.3.334>
- Sable, P. (2013). The pet connection: An attachment perspective. *Clinical Social Work Journal*, 41(1), 93–99. <https://doi.org/10.1007/s10615-012-0405-2>
- Saldaña Gutiérrez, E. M. S. (2022). *Propiedades psicométricas del Lexington Attachment To Pets Scale: Mexican versión (LAPS-M) en adultos de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional de la Universidad Privada Antenor Orrego. <https://repositorio.upao.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/804d4bb4-44b1-485b-a972-a92f30affd19/content>

- Sale, J. (2023). La asignación de una identidad o características humanas a un animal u objeto no humano. *Intersecciones Psi*, 12(45), 28–37. http://www.intersecciones.psi.uba.ar/revista_ed_num_45.pdf
- Salinas Barreda, M. Y. (2019). *Beneficios de la tenencia de mascotas en personas de la tercera edad. Clínica Veterinaria San Luis. Arequipa, 2018* [Tesis profesional, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/9508>
- Sánchez-León, C., & Carrera-Herrera, X. (2021). Apoyo social en estudiantes universitarios de la ciudad de Loja. *Analysis: Claves de Pensamiento Contemporáneo*, 31(4), 1–11. <https://doi.org/10.63413/analysis.606>
- Sancho Ezquerro, J. C. (2023). ¿Mascotas o miembros de la familia? Nuevas perspectivas en los estudios de parentesco: Análisis de la relación canino-humana en núcleos de convivencia en España. *Antropología Experimental*, 23, 1–14. <https://dx.doi.org/10.17561/rae.v23.7019>
- Sandoval Barrientos, S., Dorner París, A., & Véliz Burgos, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260–266. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>
- Saraiva de Albuquerque, N., Costa, D. B., Dos Reis Rodrigues, G., Silva Sessegolo, N., Moret-Tatay, C., & Quarti, T. (2023). Adaptation and psychometric properties of Lexington Attachment to Pets Scale: Brazilian version (LAPS-

B). *Journal of Veterinary Behavior*, 61, 50–56.
<https://doi.org/10.1016/j.jveb.2022.12.005>

Schwarzmueller-Erber, G., Maier, M., & Kundi, M. (2020). Attachment to pets and well-being in older recreational riders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6).
<https://www.mdpi.com/1660-4601/17/6/1865>

Schmitz, R. M., Gomez, G., Sainz Sujet, P., Schachle-Gordon, J., Hunger, K., Cost, K., & Chung, R. (2025). Integrated pet therapy on campus: A case study exploration of campus community members' perceptions of the well-being benefits associated with a canine-assisted intervention. *Journal of American College Health*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/07448481.2025.2583202>

Schramlová, M., Řasová, K., Jonsdottir, J., Pavlíková, M., Rambousková, J., Äijö, M., Šlachťová, M., Kobesová, A., Žiaková, E., Kahraman, T., Pavlů, D., Bermejo-Gil, B. M., Bakalidou, D., Billis, E., Georgios, P., Alves-Guerreiro, J., Strimpakos, N., Příhoda, A., Kiviluoma-Ylitalo, M., ... Cortés-Amaro, S. L. (2024). Quality of life and quality of education among physiotherapy students in Europe. *Frontiers in Medicine*, 11.
<https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1344028>

Semenov, O., Oleshko, P., Tsymbal, S., Liashko, V., Shevchenko, A., & Popovych, I. (2021). Research on social expectations of university students in dimensions of psychological well-being. *Eduweb*, 15(3).
<https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2021.15.03.10>

Springer, K. W., & Hauser, R. M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological well-being: Method, mode, and

measurement effects. *Social Science Research*, 35(4), 1080–1102.
<https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2005.07.004>

Sulandari, S., Johnson, J., & Coats, R. O. (2025). Does life get better after middle age? Cultural comparisons of trends and key predictors of life satisfaction across the lifespan. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 137, 105939.
<https://doi.org/10.1016/j.archger.2025.105939>

Teo, J. T., & Thomas, S. J. (2019). Psychological mechanisms predicting well-being in pet owners: Rogers' core conditions versus Bowlby's attachment. *Anthrozoös*, 32(3), 399–417.
<https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1598660>

Trunce Morales, S. T., Villarroel Quinchalef, G. D. P., Arntz Vera, J. A., Muñoz Muñoz, S. I., & Werner Contreras, K. M. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8–16.
<https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>

Universidad de Chile. (2024). *Reconocer, prevenir y afrontar el estrés académico*.
<https://uchile.cl/presentacion/centro-de-aprendizaje-campus-sur/Material-Autorregulacion-Emocional/reconocer-prevenir-y-afrontar-el-estres-academico>

Valadez, A., Torres Iribe, M. X., Meza Morales, P., & Jiménez-López, A. (2024). Asociación entre fortaleza mental y la presencia de mascotas con la calidad de sueño, sedentarismo y niveles de actividad física en jóvenes

universitarios. *Retos*, 55, 718–725.

<https://doi.org/10.47197/retos.v55.102867>

Valle Peñaloza, M. G. (2015). *Bienestar psicológico y su influencia en la rotación de personal en una empresa financiera en la ciudad de Ambato* [Tesis profesional, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

<https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/7795>

Van Dierendonck, D. (2004) The construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 629-644. [https://doi.org/10.1016/S0191-](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00122-3)

[8869\(03\)00122-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00122-3)

VanderWeele, T. J., Johnson, B. R., Bialowolski, P. T., Bonhag, R., Bradshaw, M., Breedlove, T., Brendan, C., Chen, Y., Chen, Z. J., Contó, V., Cowden, R. G., de la Rosa, P. A., Felton, C., Fogleman, A., Gibson, C., Grigoropoulou, N., Gundersen, C., Jang, S. J., Johnson, K. A., ... Yancey, G. (2025). The global flourishing study: Study profile and initial results on flourishing.

Nature Mental Health, 3, 636–653. [https://doi.org/10.1038/s44220-025-](https://doi.org/10.1038/s44220-025-00423-5)

[00423-5](https://doi.org/10.1038/s44220-025-00423-5)

Vásquez Bravo, L. V. (2020). *Apego humano-animal y su influencia en la reducción del sentimiento de soledad en adultos de algunas ciudades de Colombia* [Tesis profesional, Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano]. Repositorio Institucional de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.

<http://hdl.handle.net/10823/2595>

Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1–34.

<https://doi.org/10.1007/BF00292648>

Villanueva Quispe, D. E. (2023). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en estudiantes de una universidad de Lima Sur, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú].

Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú.

<https://hdl.handle.net/20.500.13067/2553>

Viza Apaza, M. F. (2023). *Factores relacionados al bienestar psicológico en jóvenes latinoamericanos entre los 20 a 30 años durante el contexto de la pandemia por COVID-19* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia].

Repositorio Institucional de la Universidad Peruana

Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/14111>

Wahidah, R., Hasanah, M., & Alfinuha, S. (2023). Pengaruh pet attachment terhadap psychological well-being pemilik hewan peliharaan di Kota Gresik. *PSIKOSAINS: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 18(1),

49–57. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5314>

Walsh, F. (2009). Human-Animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family Process*, 48(4), 481–499.

<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2009.01297.x>

Wollrab, T. I. (1998). Human-animal bond issues. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 212(11), 1675.

- Wong, J.-Y., Cheng, Y.-Y., ChouHua, C.-Y., & Liu, S.-H. (2023). The impact of pet attachment on life satisfaction: The multi-mediation effects of leisure seriousness and serious leisure rewards. *Leisure Studies*, 42(4), 536–552. <https://doi.org/10.1080/02614367.2022.2115116>
- Wu, C. S. T., Wong, R. S. M., & Chu, W. H. (2018). The Association of Pet Ownership and Attachment with Perceived Stress among Chinese Adults. *Anthrozoös*, 31(5), 577–586. <https://doi.org/10.1080/08927936.2018.1505269>
- Xiong, W., Radunz, M., Ali, K., King, D., Kyrios, M., Zhao, Y., & Fassnacht, D. (2024). Comparing the mental health and wellbeing of domestic and international tertiary students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of International Students*, 14(4), 702–740. <https://doi.org/10.32674/jis.v14i4.6647>
- Yataco Apaza, J. P. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de Ingeniería de Sistemas de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/707>
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 46(5), 571–580. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.06.005>

ANEXOS

Anexo 1: Calendario

Actividades	CALENDARIO									
	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
Planteamiento del problema										
Realización del marco teórico										
Realización de la Metodología										
Presentación del informe										
Presentación y aceptación del Proyecto por el Comité de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia										
Coordinación con las autoridades universitarias										
Firma de consentimientos informados										
Aplicación de instrumentos de recolección de datos										
Recopilación de información										
Procesamiento y análisis de los resultados										
Elaboración del informe final										
Presentación final de la investigación										

Anexo 2: Presupuesto

Descripción	Cantidad	Precio Unitario	Total
Impresión de Ficha sociodemográfica, Instrumentos, consentimientos y trípticos	600	S/0.20	S/120
Adquisición de los instrumentos	2	S/0	S/0
Transporte	20	S/5	S/100
Internet	4	S/60	S/240
Total			S/460

Anexo 3: Instrumento de Apego humano-mascota

Lexington Attachment to Pets Scale: Mexican Version (LAPS-M)

Instrucciones: Responde este cuestionario tomando en cuenta al perro con el que más tiempo tienes. Contesta usando las siguientes opciones: Totalmente en desacuerdo = 0; En desacuerdo = 1; De acuerdo = 2; Totalmente de acuerdo = 3

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Mi perro significa más para mí que cualquiera de mis amigos	0	1	2	3
2. Muy frecuentemente confío en mi perro	0	1	2	3
3. Creo que los perros deben tener los mismos derechos y privilegios como miembros de la familia	0	1	2	3
4. Creo que mi perro es mi mejor amigo	0	1	2	3

5. Es muy frecuente que mis sentimientos hacia la gente se vean afectados por cómo ellos reaccionan hacia mi perro	0	1	2	3
6. Quiero a mi perro porque es más leal conmigo que la mayoría de gente en mi vida	0	1	2	3
7. Disfruto mostrarle fotos de mi perro a la gente	0	1	2	3
8. Pienso que mi perro es solo una mascota	0	1	2	3
9. Quiero a mi perro porque nunca me juzga	0	1	2	3
10. Mi perro sabe cuando me siento mal	0	1	2	3
11. Muy seguido hablo de mi perro con otras personas	0	1	2	3
12. Mi perro me entiende	0	1	2	3
13. Pienso que el afecto que siento hacia mi perro me ayuda a estar saludable	0	1	2	3
14. Los perros merecen tanto respeto como los humanos	0	1	2	3
15. Mi perro y yo tenemos una relación muy cercana	0	1	2	3
16. Haría casi cualquier cosa por el cuidado de mi perro	0	1	2	3
17. Juego con mi perro muy seguido	0	1	2	3
18. Considero que mi perro es una magnífica compañía	0	1	2	3

19. Mi perro me hace sentir feliz	0	1	2	3
20. Siento que mi perro es parte de la familia	0	1	2	3
21. No estoy muy apegado a mi perro	0	1	2	3
22. Tener un perro contribuye a mi felicidad	0	1	2	3
23. Considero a mi perro un amigo	0	1	2	3

Anexo 4: Instrumento de Bienestar psicológico

Escalas de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de **manera general en tu vida cotidiana**, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

	Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6
2. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5	6
3. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida.	1	2	3	4	5	6
4. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo.	1	2	3	4	5	6
5. Disfruto haciendo planes para el futuro.	1	2	3	4	5	6

6. Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6
8. En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6
9. Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí.	1	2	3	4	5	6
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto.	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto.	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amigos me aportan muchas cosas	1	2	3	4	5	6
13. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6
14. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado.	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6
17. Me gustan la mayoría de características de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6
18. Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina.	1	2	3	4	5	6
19. Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen	1	2	3	4	5	6
20. Tengo claro los objetivos de mi vida.	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
22. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy.	1	2	3	4	5	6
23. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6
24. Sé que puedo confiar en mis amigos.	1	2	3	4	5	6

25. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
26. Mis amigos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
27. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
28. Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
29. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje.	1	2	3	4	5	6
30. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

Anexo 5: Ficha sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Edad:

Fecha de nacimiento: / /

- ¿Eres de la Facultad de Tecnología Médica?:
 - Sí
 - No

- ¿En qué ciclo de la carrera estás?
 - 1ro - 3er
 - 4to - 6to
 - 7mo - 10mo

- Sexo:
 - Femenino
 - Masculino
 - No binario

- ¿Tienes uno o más perros?:
 - Sí
 - No

- ¿Vives con tu o tus perros?:
 - Sí
 - No

- ¿Eres el dueño principal de al menos uno de tus perros?:
 - Sí
 - No

Anexo 6: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN	
(Adultos)	
<i>Título del estudio:</i>	EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y SU RELACIÓN CON EL APEGO HUMANO-MASCOTA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA FACULTAD DE TECNOLOGÍA MÉDICA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA
<i>Investigador (a):</i>	Nikolly Mariella Carretero Vidal Gabriel Rafael Jimenez Espinosa
<i>Institución:</i>	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Lo estamos invitando a participar en un estudio con el objetivo de conocer la relación entre el bienestar psicológico y el apego humano-mascota en estudiantes universitarios. En el presente estudio se aplicarán 2 instrumentos autoadministrados: Escala Lexington Attachment to pets: Mexican versión (LAPS-M) y la Escala de Bienestar Psicológico EBPR. Se le hará entrega de una hoja que contiene el protocolo de cada uno de los instrumentos, en donde usted como participante deberá leer atentamente cada uno de los ítems y marcará la alternativa que más se ajuste a su opinión. Este es un estudio desarrollado por dos estudiantes universitarios de la Universidad Peruana Cayetano Heredia para obtener el grado de licenciados en Psicología.

Actualmente vivimos en un contexto en el que las relaciones emocionales percibidas hacia las mascotas van tomando gran relevancia en nuestra sociedad, por lo que este estudio busca conocer si el apego que sentimos hacia ellas tiene relación con el bienestar psicológico.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio se realizará lo siguiente:

1. Se le hará conocer los términos para aplicar los instrumentos psicométricos.

2. Se le hará entrega del protocolo de ambos instrumentos, cuya resolución no demorará más de 15-20 minutos.
3. Los resultados de sus respuestas serán incluidos en una base de datos manteniendo su confidencialidad.
4. Sus resultados se incluirán a los resultados de otros participantes y serán analizados estadísticamente.

Riesgos:

El presente estudio no presenta riesgo alguno que atente contra su bienestar físico ni psicológico.

Beneficios:

No se ofrecerá una compensación económica por participar. Sin embargo, los participantes recibirán como beneficio directo un **tríptico informativo elaborado por los investigadores**, que contendrá una síntesis de los resultados del estudio, consejos prácticos para fortalecer el bienestar psicológico, así como orientaciones para promover un vínculo saludable con sus mascotas. Esto les permitirá reflexionar sobre su bienestar y aplicar estrategias útiles en su vida cotidiana.

Costos y compensación

Usted no realizará ningún pago para participar en el estudio, de igual forma, no se le hará entrega de ningún incentivo económico por su participación.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Sólo los investigadores tendrán acceso a las bases de datos. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron en este estudio. Una vez terminado el estudio se eliminarán todos los datos recaudados.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarse de éste en cualquier momento. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte con total confianza al investigador encargado del estudio.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Dr. Manuel Raúl Pérez Martinot, presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Peruana Cayetano Heredia al teléfono 01-3190000 anexo 201355 o al correo electrónico: orvei.ciei@oficinas-upch.pe

Asimismo, puede ingresar a este enlace para comunicarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación UPCH: <https://investigacion.cayetano.edu.pe/etica/ciei/consultasquejas>

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

<hr/> Nombres y Apellidos Participante	<hr/> Firma	<hr/> Fecha y Hora
<hr/> Nombres y Apellidos Investigador 1	<hr/> Firma	<hr/> Fecha y Hora
<hr/> Nombres y Apellidos Investigador 2	<hr/> Firma	<hr/> Fecha y Hora

Anexo 7: Tríptico para los estudiantes

Bienestar psicológico y vínculo con tu mascota

Una mirada científica a una relación que transforma tu bienestar



Estudio en estudiantes universitarios peruanos

¿Por qué estudiar esta relación?

El bienestar psicológico es clave en la vida universitaria, pero muchas veces se analiza sin considerar factores cotidianos como la relación con las mascotas.

En los últimos años, el vínculo humano-animal ha ganado relevancia como fuente de apoyo emocional.

Este estudio buscó comprender:

- ¿Existe relación entre el apego a la mascota y el bienestar psicológico?
- ¿De qué manera se manifiesta este vínculo?

¿Cómo se realizó el estudio?

Participantes
Estudiantes universitarios peruanos

Tipo de estudio
Correlacional, no experimental

Instrumentos utilizados

- Escala de Bienestar Psicológico
- Cuestionario de Apego Humano-Mascota

Dimensiones evaluadas

- Apego general
- Sustitución de personas
- Derechos de los animales

Facultad de Psicología | Investigación realizada por estudiantes para estudiantes.

¿Qué encontró la investigación?

Se encontró una relación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y el apego humano-mascota.

A mayor nivel de apego hacia la mascota, mayores niveles de bienestar psicológico en los estudiantes.

También se observaron relaciones positivas en tres dimensiones:

- ✓ Apego general
- ✓ Sustitución de personas
- ✓ Derechos de los animales

Importante: estos resultados indican asociación, no causalidad.

La magnitud de estas relaciones fue pequeña a moderada.

¿Qué significa esto para ti?

El vínculo con una mascota puede formar parte de tu bienestar emocional.

Puede ayudarte a:

- ✓ Sentirte acompañado
- ✓ Regular el estrés
- ✓ Generar momentos de calma

¿Cómo puedes aplicarlo en tu vida?

- ✓ Dedicar tiempo de calidad a tu mascota
- ✓ Interactúa de forma consciente (juego, paseo, contacto)
- ✓ Observa cómo te sientes después de compartir con ella
- ✓ Mantén equilibrio entre relaciones humanas y tu mascota

Reflexión final

El bienestar psicológico es un proceso complejo que se construye en distintos aspectos de tu vida.

Recomendaciones:

- ✓ Fomenta vínculos saludables y responsables con tu mascota
- ✓ Integra momentos de conexión en tu rutina diaria

Cuida tanto tu bienestar como el de tu animal

- ✓ Mantén equilibrio entre relaciones humanas y tu mascota
- ✓ Cuida también el bienestar si lo necesitas.

Este material es informativo y no reemplaza la orientación psicológica o veterinaria profesional.

Facultad de Psicología | Investigación realizada por: Gabriel Jimenez y Nikolij Carretero