



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Ciencias de la Salud

Trabajo Fin de Grado

**INFLUENCIA DEL CONTACTO
CON LAS MASCOTAS EN LAS
PERSONAS MAYORES:
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

Alumno/a: Padilla Moral, Rocío

Tutor/a: D. Rafael Villar Dávila
Dpto: Departamento de Enfermería

Junio, 2017

INDICE

1. INTRODUCCIÓN / MARCO TEÓRICO.....	4
1.1.Cambios en el envejecimiento y problemas de salud susceptibles de terapia asistida por animales.....	4
1.2. Terapia Asistida por animales.....	8
1.3. Metodología de cuidados y su relación con la terapia asistida por animales.....	9
2. OBJETIVOS Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA.....	12
3. METODOLOGÍA.....	14
4. RESULTADOS.....	16
5. CONCLUSIONES.....	27
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30

Resumen

Introducción: A lo largo de la historia, los animales han desempeñado importantes roles en la salud del hombre. La creciente población de ancianos hace imprescindible que las enfermeras identifiquen aquellos factores que pueden afectar al bienestar de esta población.

Objetivos: El objetivo general de esta revisión es conocer en que ámbitos pueden ser beneficiosos los animales de compañía o las terapias con ellos en la salud de las personas mayores.

Metodología: Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica en las bases de datos de mayor repercusión tales como PubMed, Cochrane, Cuiden, etc.

Resultados y conclusiones: Los animales de compañía y/o las terapias con ellos, además de mejorar la calidad de vida y fomentar la actividad física, tienen múltiples beneficios para las personas mayores que sufren depresión, soledad o demencia.

Palabras clave: envejecimiento, mascota, salud, terapia asistida con animales.

Abstract

Introduction: Throughout history, animals have played important roles in the health of humans. The growing elderly population makes it imperative for nurses to identify those factors that may affect the well-being of this population.

Objectives: The general objective of this review is to know in which areas can be beneficial the pets or therapies with them in the health of the elderly.

Methodology: A bibliographic review has been carried out in the most relevant databases, such as PubMed, Cochrane, Cuiden, etc.

Results and conclusions: Pets and/or therapies with them, besides improving the quality of life and promoting physical activity, have multiple benefits for the elderly who suffer from depression, loneliness or dementia.

Key words: aging, pet, health, animal-assisted therapy.

1. INTRODUCCIÓN / MARCO TEÓRICO

A lo largo de la historia, los animales han desarrollado diferentes funciones en la salud del hombre. En la actualidad se cree que la interacción humano-animal puede reducir la soledad, disminuir la excitación fisiológica, aumentar los comportamientos de salud tales como caminar y otros ejercicios, y mejorar la situación psicosocial de muchos ancianos¹.

La esperanza de vida se vio incrementada en el siglo 20 y los índices de natalidad cada vez son más bajos. Como consecuencia la pirámide poblacional se ha invertido y con ella el cuadro epidemiológico, predominando en la actualidad las enfermedades crónicas². Con este cambio en la esperanza de vida, el desarrollo de programas específicos que fomenten un envejecimiento saludable y que ayuden al bienestar positivo de los ancianos se ha convertido en un reto cada vez más importante^{3, 4}.

1.1. Cambios en el envejecimiento y problemas de salud susceptibles de terapia asistida por animales

Según Chong A.³, la salud en las personas mayores es la capacidad de este para valerse por sí mismo y poder desenvolverse en la familia y la sociedad. La pérdida de salud no es una característica del envejecimiento, aunque hay muchas variables que inciden en esto.

Es cierto que durante el envejecimiento aumenta la probabilidad de experimentar una disminución de las facultades generales, tanto en el ámbito biológico como en los ámbitos social, psicológico y cultural⁵.

Por ejemplo, el proceso perceptivo en los ancianos se ve alterado por los cambios en los órganos sensoriales, lo que puede llevar a una respuesta motriz enlentecida y a una alteración en la información que se recibe del entorno^{2, 5}.

En lo intelectual, empiezan a deteriorarse la concentración y la atención, junto con errores de memoria, y se ralentiza la velocidad de reacción^{2, 5}. La agilidad mental también disminuye con el envejecimiento, junto con la capacidad de resolución de nuevas situaciones a corto plazo, al contrario, la inteligencia, la experiencia y la capacidad de juicio se ven mejoradas².

El diferencial de la demencia está creciendo en todo el mundo, estimándose que la enfermedad se duplique cada 20 años^{6, 7}.

La demencia es un síndrome causado por neurodegeneración que conlleva a un deterioro progresivo de múltiples funciones cognitivas que interfieren con el desarrollo de las actividades básicas de la vida diaria de las personas mayores^{8,9}.

A menudo comienza con la pérdida de memoria, seguida de síntomas y comportamientos tales como ansiedad, gritos, resistencia, agresiones, así como la incapacidad de empatizar. Estos comportamientos son comunes y son llamados síntomas conductuales y psicológicos de la demencia (BPSD)⁶.

Sabemos que esta enfermedad es causada por la atrofia progresiva de la corteza cerebral y conduce a la pérdida de neuronas colinérgicas⁸. Dado que las necesidades de atención de las personas con demencia aumentan con la progresión de la enfermedad¹⁰ y la falta de eficacia de la anticolinesterasa en terapia con medicamentos, un creciente número de estudios investigan la validez de diferentes técnicas de estimulación cognitiva para mejorar y ralentizar el curso progresivo de la enfermedad. Entre estas técnicas encontramos la aplicación de la terapia asistida por animales (AAT) en pacientes con demencia⁸.

Es frecuente que los ancianos presenten diferentes estados de ánimo como indiferencia, irritabilidad, pesimismo y/o inestabilidad. Los cambios psicológicos, afectivos, biológicos y los acontecimientos existenciales, hacen que el anciano esté más expuesto al riesgo de padecer de alteraciones psíquicas².

Uno de los trastornos psiquiátricos incapacitante y más frecuente en la edad adulta es la depresión. Está asociada a un incremento de la mortalidad y a un efecto negativo en el funcionamiento y bienestar de los ancianos. Además tiende a cronificarse y cursa con recaídas³.

En relación con los datos de prevalencia de la población española, en la encuesta europea de salud 2014 (INE), la depresión en los últimos 12 meses

en personas de 55 años o más fue del 12,9%, incrementándose a partir de los 75 años (15,0%)¹¹.

La depresión en las personas mayores puede dar lugar a confusiones ya que se puede manifestar de forma atípica con manifestaciones somáticas como hipocondrías, pérdidas de peso, dolores constantes, cambios de la conducta, etc. También pueden observarse ideas de suicidio, tristeza, irritabilidad, insomnio, aislamiento y pérdida de intereses, entre otros².

Por otro lado, **la jubilación** es un cambio vital brusco en el que peligran la situación económica, la identidad personal (pérdida del rol), las relaciones sociales, el estado emocional y los hábitos diarios. Es una etapa en la que se impone una aceptación de nuevos roles y la adaptación a nuevas formas de comportamiento⁵.

La mala salud y las limitaciones funcionales pueden comprometer la capacidad de los mayores para seguir viviendo en su hogar de manera independiente. Así, el empeoramiento de la salud, la falta de apoyo social y la necesidad de asistencia para uno mismo o para el cónyuge son motivos frecuentes de traslado a una residencia^{2, 5}.

En muchos casos la institucionalización de los sujetos de edad avanzada conduce a la pérdida del sentido del propósito, sentimientos de soledad, aislamiento, y a la pérdida de interés en diversas actividades; hechos que pueden terminar en la aparición de síntomas depresivos^{3, 4, 5}.

Es de destacar que aproximadamente el 40% de los adultos de 65 años o más están solos una parte del tiempo y el 5-15% informa de la soledad frecuente. De hecho, los estudios indican que aunque el número de relaciones sociales disminuye con la edad, la calidad de las relaciones existentes aumenta en gran medida para la mayoría de los adultos mayores. Para otros, sin embargo, esta disminución en las relaciones sociales puede exacerbar los sentimientos de soledad y los efectos en la salud que conlleva, lo cual puede ser un problema de salud pública potente¹².

Los adultos mayores que reportan sentimientos de soledad están en mayor riesgo de una serie de resultados de salud física y mental negativas, incluida la mortalidad temprana. Identificar fuentes potenciales de conexión social, tales como la tenencia de mascotas, podría contribuir a la comprensión de cómo promover la salud y el bienestar de los adultos mayores¹².

Las interacciones del individuo con los demás, se dan dentro de la familia, en las asociaciones de amigos y en la comunidad. La falta de contacto social, delimita la salud funcional y la capacidad de afrontamiento ante las agresiones externas².

Por otro lado, a pesar de la evidencia convincente de los beneficios de la actividad física, las personas mayores siguen siendo la sección más sedentaria de la población¹³.

El andar es la forma más frecuente de actividad física en los adultos mayores. Al igual que ocurre con otros tipos de actividad física, el caminar disminuye con la edad, a menudo debido a limitaciones de fuerza, equilibrio o caídas recientes. Los adultos mayores con capacidad funcional deteriorada caminan con menos frecuencia o no lo hacen, lo que a menudo termina en un mayor deterioro de la movilidad y la capacidad de caminar¹⁴.

La actividad física moderada regular, incluyendo caminar, puede prevenir o mitigar las limitaciones funcionales frecuentemente experimentadas por los adultos mayores. La adopción y el mantenimiento de actividad física regular a lo largo de toda la vida sigue siendo una prioridad de salud pública, pero es particularmente difícil para las personas de edad avanzada que a menudo desarrollan problemas relacionados con la salud y deficiencias funcionales que limitan la participación en la actividad física. Muchos de los beneficios de la actividad física moderada para los adultos mayores, de 65 años o más, están relacionados con la capacidad funcional e incluyen el mantenimiento de la salud del esqueleto, la capacidad de caminar, la prevención de la perturbación de la marcha y la reducción del riesgo de caídas y las lesiones¹⁴.

1.2. *Terapia asistida por animales*

Florence Nightingale, pionera de la enfermería profesional moderna, ya creía en su época en la importancia de la terapia de animales para restaurar la salud de los enfermos, heridos o discapacitados¹⁵, pero no fue hasta los años 60, cuando el psiquiatra Boris Levinson, padre de la terapia asistida con animales, utilizó el término por primera vez al ver como en una sesión, su propio perro llamó la atención de un niño con autismo, el cual mostró deseo de interactuar con el animal^{16, 17}.

En términos generales, dos métodos se han utilizado para proporcionar contacto con animales: la actividad asistida por animales y la terapia asistida por animales. La **actividad asistida por animales** se ha definido como no estructurada, informal, sin objetivos terapéuticos específicos o registro de resultados, y realizada por alguien que carece de destrezas o capacitación especial y que posiblemente utiliza un animal no determinado. Por el contrario, la **terapia asistida por animales** se describe como estructurada, uno a uno o en grupos pequeños, realizada por profesionales debidamente capacitados con animales específicamente certificados y que requieren una participación activa con objetivos terapéuticos específicos y resultados registrados^{10, 18}

El efecto beneficioso de la terapia asistida con mascotas tiene diferentes explicaciones posibles. El contacto humano-animal actúa sobre las glándulas suprarrenales y otras hormonas corticosteroides que inducen una reducción de la presión arterial y de las tasas cardiorrespiratorias. La estimulación psicológica inducida por la presencia de un animal y su necesidad de cuidado también puede inducir a las personas al autocuidado¹⁹.

La tarea de un perro de terapia es promover el bienestar humano, para estimular la formación de las funciones físicas, sociales, psicológicas y cognitivas. Los perros son entrenados para que puedan funcionar con eficacia en la interacción con las personas. Cada intervención se individualiza para cada visita prevista, por ejemplo, para aumentar el estado de alerta o para disminuir la ansiedad, agitación o depresión, con la prescripción de una enfermera, un terapeuta ocupacional o un fisioterapeuta. El perro está

entrenado para saber cómo acercarse a la persona de una manera suave y gentil. Las actividades para el paciente pueden incluir el contacto cercano con el perro, tocar su piel, abrazarlo y hablarle, lanzarle pelotas u otras actividades que pueden variar por cada visita, dependiendo de la condición actual de la persona⁶.

1.3. Metodología de cuidados y su relación con la terapia asistida por animales

La enfermería moderna tiene como base de su conocimiento el proceso de atención de enfermería y en el método científico. Para poder delimitar el campo de actuación los profesionales de enfermería han desarrollado diferentes modelos de cuidados, entre los que encontramos, el modelo de Virginia Henderson²⁰.

Su modelo se basa en la enfermería humanística, donde la enfermera se encarga de suplir o ayudar en las acciones que el paciente no puede hacer en algún momento de su vida. Además considera a la persona centro del sistema y le proporciona un papel activo en su recuperación²⁰.

Para poder proporcionar unos cuidados adecuados y dar respuesta a las necesidades ha sido necesario la implementación de una metodología enfermera y un lenguaje estandarizado²⁰.

El uso del lenguaje enfermero estandarizado dio comienzo en 1970, cuando se desarrolló la clasificación diagnóstica de la NANDA. Los diagnósticos de enfermería sirven como base para elegir las intervenciones más convenientes para conseguir unos resultados específicos de los que el profesional enfermero es responsable²¹.

La necesidad de crear un vocabulario y una clasificación de las intervenciones enfermeras dio lugar a la NIC (clasificación de intervenciones de enfermería), donde se agrupan las intervenciones que los enfermeros realizan para conseguir los resultados esperados de un paciente/cliente²¹.

La NOC (Clasificación de Resultados de Enfermería) por su parte, sirve como criterio para juzgar si una intervención enfermera ha tenido éxito o no²¹.

Los profesionales de enfermería utilizan la NANDA, NOC y NIC para llevar a cabo los procesos de atención de enfermería, se determina un diagnóstico, se proyecta un resultado deseado y se escoge la intervención más adecuada para conseguir dicho resultado²¹.

Tal ha sido la importancia de la terapia asistida con animales que incluso, en 1992, se incorporó en la Clasificación de Intervenciones de Enfermería (NIC) bajo la denominación de “Terapia asistida con animales (4320)”²².

En el Manual de Interrelaciones NANDA, NOC y NIC, se aconseja la intervención: terapia asistida como animales (4320), en los siguientes diagnósticos y con los siguientes resultados deseados²¹. En la siguiente tabla de elaboración propia se muestra, además de lo dicho, la relación entre los diagnósticos de enfermería y las necesidades que se podrían satisfacer del modelo de Virginia Henderson²³.

Necesidad básica según V. Henderson	Diagnóstico de Enfermería	Resultados	Intervención sugerida	Intervención opcional
Movilización	Riesgo de síndrome de desuso	Consecuencias de la inmovilidad: psicocognitivas		X
Seguridad	Ansiedad	Afrontamiento de problemas		X
		Autocontrol de la ansiedad		X
		Concentración		X
		Nivel de ansiedad	X	
	Confusión crónica	Autocontrol del pensamiento distorsionado		X
		orientación cognitiva		X
	Deterioro de la memoria	Cognición		X
		Orientación cognitiva		X

	Síndrome del estrés del traslado	Afrontamiento de problemas		X
		Nivel de ansiedad	X	
		Nivel de depresión		X
		Nivel de estrés		X
		Severidad de la soledad	X	
Comunicación / Relación	Aislamiento social	Equilibrio emocional		X
		Participar en actividades de ocio	X	
		Participar en juegos		X
		Severidad de la soledad	X	
	Deterioro de la interacción social	Autocontrol de la depresión	X	
		Participar en actividades de ocio		X
		Participar en juegos		X
Autorrealización	Riesgo de soledad	Implicación social		X
		Severidad de la soledad	X	
Ocio	Déficit de actividades recreativas	Implicación Social	X	
		Participar en actividades de ocio		X
		Participar en juegos		X

Algunas de las actividades recogidas en la Clasificación de Intervenciones de enfermería para la Terapia Asistida por Animales son las siguientes²²:

- Determinar si los pacientes aceptan a los animales como agentes terapéuticos.
- Examinar si el paciente tiene alergia a los animales.
- Informar al paciente/familia sobre el fundamento de la presencia de animales en el ámbito de los cuidados.
- Respetar la salud de animales en la terapia.
- Respetar las normas de sanidad con respecto a la presencia de animales en la institución.
- Tener un protocolo de respuesta adecuada ante un accidente como resultado del contacto con los animales.
- Evitar la intervención en pacientes impredecibles o violentos.
- Observar estrechamente la terapia.
- Facilitar al paciente el cuidado y contacto con los animales de la terapia (observación, caricias, ejercicios, juegos, alimentación...).
- Animar al paciente a que exprese sus emociones hacia los animales.
- Fomentar la higiene tras el contacto con los animales.
- Favorecer el recuerdo y compartir las experiencias anteriores con otros pacientes.

2. OBJETIVOS Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

Objetivo general: conocer en que ámbitos pueden ser beneficiosos los animales de compañía o las terapias con ellos en la salud de las personas mayores.

Objetivos específicos:

- Conocer cuáles son los beneficios que pueden aportar los animales o las terapias con ellos en la salud de las personas con demencia.
- Conocer cuáles son los beneficios que pueden aportar los animales o las terapias con ellos en la salud de las personas con depresión.
- Conocer cómo afecta el contacto con los animales en la salud cardiovascular.

- Conocer cómo afecta la tenencia de mascotas en la realización de ejercicio físico.
- Conocer cómo pueden ayudar las mascotas a las personas afectadas de soledad.
- Destacar la importancia del papel de enfermería en la aplicación de las terapias con animales.

Justificación del tema

El motivo por el que elegí el tema es porque considero que la enfermería debe ser holística y creativa, y en los tiempos de crisis y recortes en la sanidad en los que estamos, utilizar un recurso tan asequible como los animales para mejorar la salud, ya sea física o psicológica de los pacientes, es una gran opción de intervención para las enfermeras.

Además personalmente he sentido los beneficios de las mascotas, concretamente la mía, en mi salud y en la de mi familia. En una época en la que estuve muy deprimida mi perro fue mi apoyo para seguir adelante e incluso para no dejar la carrera. También ha servido de vínculo para unir a mi familia y para que mis padres, ya algo mayores, se relacionen más con los vecinos que tienen perros.

3. METODOLOGÍA

Se trata de una revisión bibliográfica narrativa a través de una búsqueda bibliográfica en las bases de datos electrónicas: PubMed, Taylor & Francis Online, CINAHL, CUIDEN, Cochrane Plus, Dialnet, Science Direct, Research Gate.

Criterios de inclusión

- Artículos disponibles en **texto completo** y de manera **gratuita**.
- Artículos recientes, cuya fecha de publicación no fuese **anterior a 2007**.
- Artículos cuya población de estudio fueran personas **mayores de 65 años**.
- Artículos en **español o inglés**.
- Artículos relacionados con el tema de estudio.

A continuación se muestra una tabla resumen, de elaboración propia, de los diferentes descriptores usados en las diferentes bases de datos, con sus correspondientes resultados.

Tras la búsqueda bibliográfica encontramos 17 artículos y 3 revisiones. De los 20 artículos seleccionados, 17 son en inglés y 3 en español, es decir 85% y 15% respectivamente.

Base de datos	Descriptores	Filtros	Resultados	Nº documentos revisados (título y/o resumen)	Nº documentos descartados	Nº documentos seleccionados
PubMed	Pet/ Pet ownership/ animal/dog/old* people/elderly/ pet therapy intervention/ animal assisted therapy/	10 years Humans Aged:65+ years	419	419	408	11
Taylor & Francis Online	Pet/older adults/ animal therapy	Between 2007-2017	3305	200	3303	2
CINAHL	Pet therapy/ pet ownership/depression	Aged: 65+ years Posterior a 2007	91	91	88	3
CUIDEN	Dog/ elderly/ animal assisted therapy/animales/ancianos/health	Posterior a 2007	32	32	31	1
Cochrane Plus	Animal assisted therapy/ dog/pet/ old people/ Ancian/ elderly	-	161	161	161	0
Dialnet Plus	Mascotas / Human* /pet/health/animal assisted therapy	-	13	13	13	0
Science direct	Pet/ dog/ older adults / health / nurs*	Journal Posterior a 2007	175	175	173	2
Research Gate	Animal assisted therapy/ elderly/ pet/depression/older adults	-	71	71	70	1

4. RESULTADOS

Depresión

LE ROUX y KEMP¹⁸ estudiaron, mediante un ensayo clínico aleatorio, el efecto de un perro de compañía en los niveles de depresión y ansiedad de los pacientes de una residencia. El grupo AAA (Animal Assisted Activity) recibió visitas de 30 minutos una vez a la semana durante seis semanas. Se dejó que los residentes interactuaran con el perro, hablaran con él, lo asearan y le dieran palmaditas cuando quisieran. En este estudio encontraron diferencias significativas entre las puntuaciones pre y post BDI (Inventario de depresión de Beck) medias ($Z = -2,385$, $P = 0,017$) para el grupo AAA, por lo que concluyeron que las visitas AAA, con animales, pueden marcar una diferencia en los niveles de depresión en los pacientes institucionalizados.

Un estudio similar fue el de Berry et al.⁴ quienes evaluaron los efectos de los perros en la disminución de los síntomas depresivos estatales y apáticos cotidianos en pacientes geriátricos institucionalizados. Los resultados muestran que las interacciones mediadas por el perro provocaban un aumento diario en los niveles de cortisol, teniendo así un 'efecto activacional', en contraste con el estado apático de los otros ancianos institucionalizados. Se observó un aumento de la predisposición a participar en las actividades relacionadas con los perros, como se evidencia por un aumento de las interacciones espontáneas hacia los animales, importante por el estado de apatía. Además la tenencia de mascotas proporcionó satisfacción de las necesidades sociales, lo cual está relacionado con el bienestar positivo (menor estado de ánimo deprimido y menor sensación de soledad) El estudio concluyó que el grupo sobre el que se había realizado AAI (intervención asistida por animales) presentaba un estado depresivo menor en comparación con los controles.

Los resultados obtenidos en el estudio de Folch et al.⁵ apoyan los beneficios que las terapias asistidas con animales pueden tener para las personas de la tercera edad residentes en centros geriátricos ya que también encontraron una disminución de los síntomas depresivos estadísticamente significativa tras realizar terapia asistida con animales en pacientes usuarios de una residencia.

Encontramos resultados diferentes en el estudio de Thodberg et al.²⁴ quienes estudiaron los efectos positivos que podían tener las visitas con perros en los ancianos institucionalizados. Se encontró que las visitas de perros no afectaron a las medidas de la depresión, la función cognitiva, o IMC. Los autores afirman que aunque no se encontraron efectos a largo plazo, puede haber todavía beneficiosos efectos a corto plazo que justifican el uso de las visitas de perros como una intervención no farmacológica en residencias de ancianos.

Sin embargo, hay que tener en cuenta el nivel de apego de los ancianos a las mascotas. Miltiades et al.²⁵ analizaron la relación entre el apego de mascotas y la depresión en los adultos que viven en zonas rurales. El análisis de regresión reveló que los niveles más altos de apego de la mascota es decir, los adultos mayores que están más unidos a sus mascotas, tienen niveles más altos de depresión que los adultos mayores que son menos apegados a sus mascotas.

Soledad

Krause-Parello et al.³ investigaron la relación entre la soledad, la fijación soporte mascota, el apoyo social humano y la depresión en una muestra de 159 mujeres dueñas de mascotas. Los resultados indicaban que la fijación de mascota actuó como un recurso de afrontamiento entre la soledad y el estado de ánimo deprimido. Además la investigación afirma que las mascotas actúan como un catalizador social y son una importante fuente de apoyo para los ancianos.

Standley et al.¹² estudiaron la asociación que existe entre la tenencia de mascotas y la soledad encontrando que los dueños de mascotas eran 36% menos propensos que los que no eran dueños de mascotas para informar de soledad (28,72% frente a 32,77%). Los resultados también apoyan que poseer una mascota puede conferir beneficios para la salud, incluyendo atenuar la sensación de soledad y sus secuelas relacionadas, entre los adultos mayores que viven solas.

En contraposición tenemos el estudio de Pikhartova et al²⁶ quienes afirman que los dueños de mascotas son 1,24 veces más propensos a la soledad, al mismo tiempo las probabilidades de tener una mascota eran un 25% superiores en los que estaban solos, en comparación con aquellos que no lo eran.

Demencia

Con respecto a la demencia, hay que destacar que todos los estudios revisados encuentran beneficiosa la interacción con los animales o la terapia con ellos en pacientes con demencia.

Gallardo et al.²⁷ tras dos meses de sesiones estructuradas de terapia asistida con animales, observaron una reducción de la agitación y la agresividad, además de mejorar la calidad de vida. Los autores afirman que la TAAC es eficaz para el control de trastornos de conducta como medida no farmacológica en personas con demencia y SPCD (síntomas psicológicos y conductuales de la demencia) a corto plazo.

Bernabei et al.²⁸ al evaluar los efectos de las intervenciones asistidas por animales en pacientes ancianos con demencia también observaron una reducción del grado de agitación y una mayor interacción social.

Perkins et al.¹⁰ afirma que el contacto con el perro ofrece una gama de beneficios para las personas mayores con demencia institucionalizados, incluyendo comodidad táctil y compañerismo, así como ayuda a la interacción social. También parece facilitar una actitud mental positiva, y reducir el impacto negativo de vivir en una instalación.

Dos estudios afirman que la AAT (Terapia Asistida por Animales) practicada de acuerdo a las directrices y los principios éticos es una opción de tratamiento de apoyo eficaz para la mejora del comportamiento, la calidad de vida⁹, el estado de ánimo y los síntomas depresivos en personas con demencia⁸. La presencia de un animal de la terapia actúa como un estímulo afectivo y emocional en pacientes y mejora el humor. Cuando los pacientes desarrollan un enlace fuerte

con un animal, se facilita la aplicación de técnicas terapéuticas no farmacológicas en pacientes con demencia⁸.

Salud cardiovascular

Levine et al²⁹, tras su revisión de los estudios más relevantes, concluyeron que la propiedad de mascota, y sobre todo la del perro, esta probablemente asociado con una disminución del riesgo de ECV (Nivel de evidencia: B). “Tener una mascota es una forma no humana importante de apoyo social y puede proporcionar beneficios cardioprotectores en pacientes con ECV establecida”, afirma el autor.

En contraposición encontramos el estudio de Wright et al³⁰, quienes consideran, tras su estudio transversal, que la propiedad de la mascota no está asociada independientemente con la presión arterial, la reactividad vascular o la hipertensión. La propiedad de mascota se asoció tanto con menor presión sanguínea como con menor hipertensión en los análisis no ajustados, pero esta asociación se explicó por la edad, y por un ajuste adicional de las covariables. Del mismo modo, los análisis no ajustados sugirieron que la propiedad del perro confirió algún beneficio con respecto a la presión sistólica y la presión del pulso. Sin embargo, después de ajustar por edad, no hubo diferencias importantes entre los dueños de perros y no propietarios de estas variables.

Ejercicio físico

Gretebeck et al.¹⁴ indicaron en su estudio transversal, que los propietarios de los perros eran más activos físicamente que los no propietarios de perros. Reportaron más caminata total, caminaron con mayor frecuencia y por más tiempo. Como resultado, se observaba que los dueños de mascotas generalmente tenían mejor salud y realizaban menos consultas médicas. Esto sugiere que la obligación de tener una mascota puede proporcionar una actividad intencional que motive a algunos dueños de perros mayores a caminar.

Coincide con el estudio de Gretebeck, Feng et al.¹³ ya que también encontraron una relación entre la propiedad del perro y la actividad física estadísticamente significativa. Las asociaciones observadas se mantuvieron después de controlar un gran número de factores sociodemográficos, médicos, psicológicos, conductuales y ambientales que se han identificado como factores clave de predicción de la actividad. Los resultados sugieren que la propiedad del perro puede motivar a la actividad física.

Tanto Scheibeck et al.³¹ como Rodríguez et al.³², afirman que las mascotas contribuyen positivamente en el estilo de vida y las personas que poseen perros perciben mejor su salud con respecto a dolor, reacciones emocionales, movilidad física, y aislamiento social.

Implicación enfermera

Krause-Parello¹² y Standley et al.³ afirman que para las enfermeras que trabajan con la población anciana, identificar fuentes potenciales de conexión social, tales como las mascotas, podría ser una alternativa de apoyo social, promoviendo la salud y el bienestar de los ancianos y aumentando el afrontamiento.

En el caso de la depresión se sabe que hay muchos factores que entran en la experiencia depresiva. Los factores pueden incluir la pérdida de otras personas u objetos significativos, deterioro de la salud y las alteraciones en las redes de apoyo social y la conexión social, entre otros. Por lo tanto, es particularmente importante para las enfermeras que trabajan con los ancianos, descubrir nuevas relaciones que funcionen como apoyo social. *“Las mascotas pueden ayudar a los adultos mayores en el aumento de los mecanismos de apoyo social”*³.

Esto podría ser una alternativa para la prevención de la soledad entre los ancianos que viven solos. Por ejemplo, para los adultos mayores que informan de la soledad, pero que no quieren o no pueden participar en las intervenciones más tradicionales, tales como centros de mayores, actividades de voluntariado,

actividades de la iglesia, o programas de visitas amistosas, la eficacia de la prestación de mascotas podría ser investigado sistemáticamente¹².

Limitaciones del estudio

Las dificultades para aceptar la evidencia científica en este ámbito se fundamentan en las **limitaciones** que suelen encontrarse los investigadores cuando realizan estudios de este tipo tales como:

- Imposibilidad de que se trate de un estudio ciego debido a la naturaleza interactiva de la terapia.
- La necesidad de llevar a cabo más investigaciones con grupos más grandes en las intervenciones asistidas por animales^{4, 12, 18}.
- Diferencias en el tipo de animal utilizado, ser dueño de un perro puede conferir beneficios diferentes que, por ejemplo, ser dueño de un ave.
- Grandes diferencias con respecto al tamaño, el diseño y la metodología de estos estudios, lo que hace que sea difícil comparar los resultados^{10, 24}.
- Diferencias en el tipo de intervención y duración de la visita.
- Por otra parte la mayoría de los estudios que analizan esta relación son de sección transversal en el diseño. Existe una falta de evidencia de estudios longitudinales y de intervención de la utilización de animales²⁶.

	Artículo	Autor/Año	Tipo de estudio/Muestra	Resultados
Depresión	Effect of a companion dog on depression and anxiety levels of elderly residents in a long-term care facility ¹⁸ .	LE ROUX y KEMP. 2009	Ensayo clínico aleatorio N=16 residentes de un hogar de ancianos (>65 años).	Las visitas con animales pueden marcar una diferencia en los niveles de depresión en ancianos institucionalizados.
	Therapeutic effects of dog visits in nursing homes for the elderly ²⁴ .	Thodberg et al. 2016	Ensayo clínico aleatorio N= 124 residentes de residencias de ancianos.	Se encontró que las visitas de perros no afectaron a las medidas de la depresión, la función cognitiva o IMC .
	Attachment to Pet Dogs and Depression in Rural Older Adults ²⁵ .	Miltiades et al. 2011	Análisis de regresión no aleatorizado. N= 117 adultos mayores (54-91 años), dueños de perros en zonas rurales.	Encontramos que los adultos mayores que están unidos a sus mascotas tienen niveles más altos de depresión que los adultos mayores que son menos apego a sus mascotas.
	Developing effective animal-assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized geriatric patients: a pilot study ⁴ .	Berry et al. 2011	Casos y controles N= 19 pacientes (70-96 años) Recibieron dos visitas a la semana de 60 min durante 5 meses.	El grupo que recibió la intervención asistida por animales se caracterizó por un estado depresivo menor en comparación con los que no la recibieron.
	Estudio preliminar de la efectividad de la terapia asistida con perros en personas de la tercera edad ⁵ .	Folch et al. 2016	Casos y controles. N=16 usuarios de una residencia geriátrica de Tarragona.	Se encontró disminución de los síntomas depresivos estadísticamente significativa tras realizar la terapia asistida con animales en pacientes usuarios de una residencia.

Soledad	<i>Pet Ownership and Older Women: The Relationships Among Loneliness, Pet Attachment Support, Human Social Support, and Depressed Mood³.</i>	Krause-Parello et al. 2012	Estudio transversal. Análisis de regresión. (N=159 mujeres entre 55 y 84 años propietarias de un perro o gato).	La fijación de mascota actuó como un recurso de afrontamiento entre la soledad y el estado de ánimo deprimido .
	Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone ¹² .	Stanley et al. 2014	Estudio transversal N= 830 pacientes de atención primaria mayores de 60 años.	Los dueños de mascotas eran 36% menos propensos que los no propietarios de mascotas para informar de la soledad .
	Does owning a pet protect older people against loneliness? ²⁶ .	Pikhartova et al. 2014	Análisis de regresión de sección transversal y longitudinal. N= 5210 hombres y mujeres (>50)	Los dueños de mascotas eran 1,24 veces más propensos a la soledad . Las probabilidades de tener una mascota eran un 25% superior en los que estaban solos.
Demencia	Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review ²⁸ .	Bernabei et al. 2013	Revisión bibliográfica	La mayoría de los estudios examinados encontraron que la AAI (Intervención asistida por animales) era eficaz en pacientes con demencia
	Animal assisted therapy for elderly residents of asilled nursing facility ⁹ .	Pope et al. 2016	Ensayo clínico aleatorio	Los datos apoyan que AAT practicada de acuerdo a las directrices y los principios éticos es una opción de tratamiento de apoyo eficaz para la mejora del comportamiento y la calidad de vida en personas con demencia .

	Dog-assisted therapy for older people with dementia: a review ¹⁰ .	Perkins et al. 2008	Revisión bibliográfica	Proporciona alguna evidencia de que el contacto con perros es beneficioso para las personas mayores con demencia, con un aumento en el comportamiento pro-social y una disminución en el comportamiento agitado durante el contacto con el perro.
	Evaluation of the efficacy of animal-assisted therapy based on the reality orientation therapy protocol in Alzheimer's disease patients: a pilot study ⁸ .	Menna et al. 2016.	Casos y controles. N= 50 pacientes aleatorios. Sesiones de 45 minutos 1 vez a la semana durante 6 meses.	Las intervenciones de AAT que se estructuran a través de protocolos ROT pueden potencialmente ser capaz de mejorar el estado de ánimo y los síntomas depresivos.
	Pet therapy in elderly patients with mental illness ¹⁹ .	Moretti et al. 2010.	Casos y controles. Intervención de terapia con perros durante 6 semanas a 10 pacientes residentes de una residencia de ancianos afectados por enfermedad mental y 11 controles (>65)	La terapia con animales mejora los síntomas depresivos y la función cognitiva en los ancianos institucionalizados que presentan enfermedad mental.
	Terapia asistida con perros en pacientes con demencia y SPCD institucionalizados en centros residenciales de Toledo, España ²⁷ .	Gallardo et al. 2015.	Casos y controles. 36 pacientes institucionalizados.	La TAAC es eficaz para el control de trastornos de conducta como medida no farmacológica en personas con demencia y SPCD a corto plazo.
Salud Cardiovascular	Pet ownership and blood pressure in old age. Journal of Physical Activity and Health ³⁰ .	Wright et al 2007	Análisis de regresión lineal múltiple	La propiedad de la mascota no está asociada independientemente con la presión arterial, la reactividad vascular o la hipertensión

	Pet ownership and cardiovascular risk: a scientific statement from the american heart association ²⁹ .	Levine et al.2013	Revisión Bibliográfica	Propiedad de la mascota, sobre todo la propiedad del perro, está probablemente asociado con una disminución del riesgo de ECV (Nivel de evidencia: B).
Ejercicio Físico	Dog ownership, functional ability, and walking in community-dwelling older adults ¹⁹ .RRR	Gretebeck et al. 2013	Estudio Transversal N= 1091 ancianos (65-95 años)	Los propietarios de los perros eran más activos físicamente que los no propietarios de perros.
	Dog ownership and physical activity in later life: A cross-sectional observational study ¹³ .	Feng et al. 2014	Estudio transversal observacional. N= 47 personas (>65 años)	La propiedad del perro también está asociada con un mayor nivel de actividad física para los mayores de 65 años. En promedio, los dueños de perros mayores eran 12% más activos que sus homólogos que no poseían un perro.
	Elderly people in many respects benefit from interaction with dogs ³¹ .	Scheibeck et al. 2011	Investigación social cualitativa. Entrevista a 23 personas dueños de perros (>70 años) en sus hogares	Los perros dan a sus propietarios un propósito y una estructura diaria (ir fuera de tres a cuatro veces al día). Se ha demostrado que un perro tiene un significado importante para las personas mayores y contribuye positivamente al estilo de vida. Las personas mayores con perros están cubriendo una distancia media diaria de 1.500 metros. Los perros pueden ser facilitadores sociales .
	Influencia de tener perros sobre la salud percibida en personas mayores de Jaén (España) ³² . ZEEE	Rodríguez y Muñoz. 2015	Estudio descriptivo transversal en 120 personas mayores de 65 años.	Los dueños de perros presentan una mejor percepción de su salud en cuanto a las dimensiones de dolor, movilidad física , reacciones emocionales y aislamiento social.
Implicación enfermera	<i>Pet Ownership and Older Women: The Relationships Among</i>	Krause-Parello et al.	Estudio transversal. Análisis de regresión. (N=159 mujeres entre 55 y 84 años propietarias de un perro o gato).	Es particularmente importante para las enfermeras que trabajan con los ancianos, descubrir nuevas relaciones que funcionen como apoyo social.

	<i>Loneliness, Pet Attachment Support, Human Social Support, and Depressed Mood³.</i>	2012		
	Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone ¹² .	Stanley et al. 2014	Estudio transversal N= 830 pacientes de atención primaria mayores de 60 años.	Las enfermeras que trabajan con la población anciana, identificar fuentes potenciales de conexión social, tales como las mascotas, podría ser una alternativa de apoyo social,

5. CONCLUSIONES

El vínculo entre humanos y animales es conocido desde la antigüedad, donde los hombres ya comenzaban a beneficiarse de estas interacciones. Con el paso del tiempo y el aumento de los conocimientos, la evidencia científica ha ayudado a afianzar la creencia de que estas interacciones ayudan a mejorar el bienestar físico, psíquico y emocional de las personas.

Las actividades asistidas por animales son efectivas en las personas de tercera edad que padecen depresión. Los animales de compañía reducen los niveles de depresión y ansiedad, consiguen un efecto activacional en ancianos con un estado apático.

Existen estudios que muestran resultados diferentes, es decir, que las visitas de perros no afectan a la depresión, aunque afirman que aunque no se encontraron efectos a largo plazo, quizás sí que los podría haber a corto plazo.

Otros afirman que un excesivo nivel de apego a las mascotas está relacionado con niveles más altos de depresión.

Para los ancianos que se sienten solos, ser dueño de una mascota confiere beneficios para la salud.

Las mascotas ayudan a disminuir la sensación de soledad^{3, 12, 33} ya que actúan como recurso de afrontamiento entre la soledad y el estado de ánimo deprimido. En estados de depresión, estrés, y duelo, las mascotas actúan como catalizador social y sirven de apoyo emocional, disminuyen los sentimientos de aislamiento social³, aumentan la autoestima y la responsabilidad que genera el cuidado de una mascota³³.

Las mascotas proveen a los humanos de seguridad y protección, además proporcionan una oportunidad para la interacción social con personas con quienes tienen un interés común, la preocupación por sus mascotas^{3, 18}.

Stanley et al.¹² afirman que “los dueños de mascotas eran 36% menos propensos que los que no eran dueños de mascotas para informar de soledad”.

En pacientes con demencia, se ha observado una reducción de la agitación y la agresividad, una disminución de los síntomas depresivos, una mejora en la calidad de vida y la interacción social. La interacción con un perro facilita una actitud mental positiva y reduce el impacto negativo de la institucionalización.

A pesar de que los resultados de las investigaciones sobre el efecto de tener una mascota en la salud cardiovascular han sido inconsistentes³⁰ se puede afirmar que la tenencia de mascotas actúa como protección contra enfermedades cardiovasculares ya que pueden modificar varios factores como disminución de la presión arterial, la ansiedad, de la frecuencia cardíaca y el estrés por soledad. También ha sido repetidamente demostrado que se liberan endorfinas al acariciar a las mascotas produciendo una sensación de bienestar³⁴.

Con respecto al ejercicio físico, los propietarios de perros son más activos que los no propietarios de perros y además perciben mejor su salud en cuanto a dolor y movilidad física.

Para las enfermeras que trabajan con la población anciana, identificar alternativas de apoyo social tales como las mascotas, podría ser una alternativa como prevención de la soledad entre los ancianos que viven solos.

Además del fomento de la salud, una reducción del gasto público podría darse al incluir la terapia asistida por animales en los programas de salud. Un ejemplo es Australia, donde una de las preocupaciones de la salud pública es la obesidad. Una forma de promoción del ejercicio fue mediante la tenencia de un perro. Allí se estimó que se podrían ahorrar 175 millones de dólares en el área de la salud si todos los dueños de perros caminaran durante 30 minutos al día con su mascota³³.

En 1860 Florence Nightingale dijo: “Un animalito al que se quiere es con frecuencia un excelente compañero para el enfermo, especialmente si padece enfermedades crónicas. Un pajarillo enjaulado es muchas veces el único placer que tiene un inválido, confinado por años a la misma habitación. Si le es posible alimentar y limpiar el animal, es conveniente animarle a que lo haga”¹⁵.

Teniendo en cuenta que este libro data de 1860 y que nos encontramos prácticamente en el mismo punto, parece que algo hemos perdido por el camino, especialmente desde la enfermería.

Las limitaciones del estudio han sido varias. Destaca la poca documentación existente en español sobre este tema. Aunque es un hecho que el idioma predilecto de la investigación científica es el inglés, el hecho de que haya tan poca documentación en español pone de manifiesto el camino que las investigaciones españolas deberían andar.

Todo ello nos lleva a concluir que es notable la necesidad de continuar investigando y llevando las limitaciones y diferencias al mínimo, para así poder comprender mejor como afectan los animales a la salud de las personas mayores.

Por eso, “si la comunidad clínica quiere aumentar la importancia de la terapia asistida por animales desde una perspectiva crítica y basada en la evidencia, es preciso obtener hallazgos de reconocida validez científica para convencer a los escépticos de que la terapia asistida con animales no se trata de simple amor por los animales”¹⁶.

There's no psychiatrist in the world like a puppy Licking your face. –Bernard Williams.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Baun M, Johnson R, McCabe B. Human/animal interaction and successful aging. Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice. 2010; 3: 283-299.
2. Chong A. Aspectos biopsicosociales que inciden en la salud del adulto mayor. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet] Ciudad de La Habana. 2012; 28(2) Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252012000200009&script=sci_arttext&tlng=en
3. Krause-Parello C. Pet Ownership and Older Women: The Relationships Among Loneliness, Pet Attachment Support, Human Social Support, and Depressed Mood. Geriatr Nurs [Internet]. 2012; 194-203. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0197457212000031>
4. Berry A, Borgi M, Terranova, Chiarotti F, Alleva E, Cirulli F. Developing effective animal-assisted intervention programs involving visiting dogs for institutionalized geriatric patients: a pilot study. Psychogeriatrics [Internet] 2012; 12:143-150. Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1479-8301.2011.00393.x/epdf>
5. Folch A, Torrente M, Heredia L, Vicens P. Estudio preliminar de la efectividad de la terapia asistida con perros en personas de la tercera edad. Rev Esp Geriatr y Gerontol [Internet]. 2016;51:210–216. Disponible en: <http://0-www.sciencedirect.com/avalos.ujaen.es/science/article/pii/S0211139X1500236X>
6. Swall A, Ebbeskog B, Lundh Hagelin C, Fagerberg I. Bringing respite in burden of illness- dog handler' experience of visiting older persons with dementia together with a therapy dog. J clin Nurs [Internet]. 2016;25: 2223–2231. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27277921>
7. Prince R, Brce R, Albanese E, Wimo A, Ribeiro W, Ferri CP. The global prevalence of dementia: A systematic review and metaanalysis. 2010;(9) 63-75
8. Menna LF, Santaniello A, Gerardi F, Di Maggio A, Milan G. Evaluation of the efficacy of animal-assisted therapy based on the reality orientation therapy protocol in Alzheimer's disease patients: a pilot study. Psychogeriatrics

- [Internet]. 2016;16:240–246. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26370064>
9. Pope WS, Hunt C, Ellison K. Animal assisted therapy for elderly residents of askilled nursing facility. J Nurs Educ [Internet]. 2016; Vol. 6. Disponible en: <http://www.sciedu.ca/journal/index.php/jnep/article/view/8778/5734>
 10. Perkins J, Bartlett H, Travers C, Rand J. Dog-assisted therapy for older people with dementia: a review. Australas J Ageing [Internet]. 2008; 27(4):177-182. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19032618>
 11. Portellano-Ortiz C, Garre-Olmo J, Calvó-Perxas L, Conde-Sala JL. Depresión y variables asociadas en personas mayores en España. Rev. Psiquiatr Salud Mental [Internet]. 2016. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rpsm.2016.10.003>
 12. Stanley IH, Conwell Y, Bowen C, Van Orden KA. Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone. Aging Ment Health [Internet]. 2014;18: 394-399. Disponible en: <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13607863.2013.837147>
 13. Feng Z, Dibben C, Witham MD, Donnan PT, Vadiveloo T, Sniehotta F, Crombie IK, McMurdo ME. Dog ownership and hysical activity in later life: A cross-sectional observational study. Prevent Med [Internet] 2014:101–106. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24931433>
 14. Gretebeck KA, Black DR, Gretebeck RJ, Ziemba R, Glickan LT. Dog ownership, functional ability, and walking in community-dwelling older adults. J Phys Act Health [Internet], 2013;10:646-655. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23307529>
 15. Nightingale F. Notes on Nursing: What it is, and what it is not. 1ª Ed. New York;1860.
 16. Fine, AH. Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretica Foundations and Guidelines for Practice. 3ª ed. San Diego: Elsevier;2010.
 17. Fundación Affinity. Un paseo por la historia de la Terapia Asistida con Animales. AfiinityPetCare [Internet]. Disponible en: <http://fundación-affinity.org/perros-gatos-y-personas/animales-que-curan/un-paseo-por-la-historia-de-la-terapia-asistida-con>

18. Moretti F, De Ronchi D, Bernabei V, Marchetti L, Ferrari B, Atti A. Pet therapy in elderly patients with mental illness. *Psychogeriatrics* [Internet]. 2011;11:125-129. Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x/full>
19. Le Roux M, Kemp R. Effect of a companion dog on depression and anxiety levels of elderly residents in a long-term care facility. *Psychogeriatrics* [Internet]. 2009;9:23-26. Disponible en: <http://0-web.b.ebscohost.com/avalos.ujaen.es/ehost/detail/detail?vid=22&sid=4a7f39a2-dc51-4ade-84f1-d66bf7a6f091%40sessionmgr120&hid=116&bdata=JnNpdGU9ZWwhvc3QtbG12ZSZzY29wZT1zaXRl#AN=105501553&db=ccm>
20. Bellido Vallejo JC, Lendinez Cobo JF. Proceso enfermero desde el modelo de cuidados de Virginia Henderson y los Lenguajes NNN. Ilustre colegio Oficial de Enfermería de Jaén. Primera edición. 2010
21. Johnson M, Bulechek G, et al. Diagnósticos enfermeros, resultados e intervenciones. Interrelaciones NANDA, NOC y NIC. Mosby. 1 ed. España: Ediciones Harcourt, S.A.; 2002
22. Bulechek GM, Butcher HK, Dochterman JM, Wagner CM et al. Clasificación de intervenciones de enfermería (NIC) 6ª ed. Madrid. Elsevier; 2014.
23. Manual de diagnósticos de Enfermería (NANDA) según necesidades de Virginia Henderson. Hospital General Universitario Gregorio Marañón. 2013
24. Thodberg K, Sørensen L, Christensen J, Poulsen P, Houbak B, Videbech P. Therapeutic effects of dog visits in nursing homes for the elderly. *Psychogeriatrics* [Internet]. 2017;16:289-297. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26510632>
25. Miltiades H, Shearer J. Attachment to Pet Dogs and Depression in Rural Older Adults. *Anthrozoös* [Internet] 2011;24:147-154 Disponible en: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/175303711X12998632257585>
26. Pikhartova J, Bowling A, Victor C. Does owning a pet protect older people against loneliness? *Geriatrics* [Internet]. 2014;14:106. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25240250>
27. Gallardo PA, Rivas RE. Terapia asistida con perros en pacientes con demencia y SPCd institucional en el centro residenciales de Toledo, España. *Inf. Psiquiatr.* 2015;(220):113-126

28. Bernabei V, De Ronchi D, La Ferla T, Moretti F, Tonelli L, Ferrari B, Atti AR. Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review. *J psychiatric res* [Internet]. 2013; 47:762-773. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395612003846>
29. Levine GN, Allen K, Braun LT. Pet ownership and cardiovascular risk: a scientific statement from the American Heart Association. *AHA Scientific Statement* [Internet] 2013; 127(23):2353-63. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23661721>
30. Wright JD, Kritz-Silverstein D, Morton D, Wingard D, Barrett-Connor E. Pet ownership and blood pressure in old age. *J Phys Act Health* [Internet] 2011; 8:766-774. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17700250>
31. Scheibeck R, Pallauf M, Sellwag C. Elderly people in many respects benefit from interaction with dogs. *Eur J Med Res* [Internet]. 2013; 16:557-563. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3351901/>
32. Rodríguez M, Muñoz R. Influencia de tener perros sobre la salud percibida en personas mayores de Jaén (España) *Rev Colomb Enf*. 2015; 11:29-33. Disponible en: http://www.index-f.com/new/cuiden/extendida.php?cdid=696952_1
33. Leonardo F, Gómez G, Camilo G, Atehortua H, Orozco P, Sonia C. La influencia de las mascotas en la vida humana. *Rev Colomb Cienc Pec*. [Internet] 2007; 20:377-386. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3238619.pdf>
34. Wells D. The Effects of Animals on Human Health and Well-Being. *J Soc Issues* [Internet] 2009; 65:523–543. Disponible en: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1540-4560.2009.01612.x/full>