



UNIVERSIDAD CATÓLICA ARGENTINA

Pontificia Universidad Católica Argentina “Santa María de los Buenos Aires”

FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS ECONÓMICAS

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

**“Bienestar mental y calidad de vida en adultos mayores
según convivencia con animales de compañía”**

Apellido y nombre de la alumna: Sys, Sofía Michelle

Número de registro: 761721022

Apellido y nombre de la directora de TIF: Lic. Nardecchia Agostina.

Firma de la directora:

Nardecchia, Agostina Sofia

Lic. En Psicología

Mat. 3636

Firma de la alumna:

Sys, Sofía Michelle

DNI: 41.821.708

Índice

Resumen	4
Abstract	5
Agradecimientos	6
Introducción.....	7
Marco teórico.....	9
Capítulo 1: Bienestar mental	10
1.1 Aproximación teórica del concepto Bienestar Mental	10
1.2 Factores que promueven el bienestar general y mental de los adultos mayores	10
Capítulo 2: Calidad de vida	12
2.1 Aproximación teórica del concepto de calidad de vida.....	12
2.2 Calidad de vida en adultos mayores.....	12
2.2.1 Factores que promueven el nivel de calidad de vida	13
Capítulo 3: Adultos mayores	14
3.1 Concepto de vejez	14
3.2 Problemas asociados a la vejez.....	14
3.3 Dificultades a nivel psicológico de los adultos mayores.....	15
3.4 Implicancia del bienestar y la calidad de vida en adultos mayores.....	16
Capítulo 4: Animales de compañía.....	17
4.1 Concepto de animal de compañía	17
4.2 Diferencias terminológicas entre mascotas y animales de compañía	17
4.3 Terapia Asistida con Animales	18
4.3.1 Tipos de Actividades Asistidas con animales	18
4.4 Incidencia de los animales de compañía en el bienestar y la calidad de vida de las personas	19
Marco metodológico	21
Objetivos de la investigación.....	22
1. Objetivo General	22
2. Objetivos Específicos.....	22
Método	23
1. Diseño del estudio	23
2. Participantes	23
3. Instrumentos	24
4. Procedimiento.....	25
a. Análisis de datos.....	25
Resultados	27
Tabla 1. Descripción de datos sociodemográficos sobre la muestra. (N=100)	28

Tabla 2. Datos descriptivos sobre grupo A: Cantidad de animales con los que conviven y años de convivencia.	29
Tabla 3. Datos descriptivos sobre grupo A: Especie del animal, encargados de sus necesidades, relación de cercanía.	29
Tabla 4. Estadísticos descriptivos sobre el puntaje total del Bienestar Mental.	30
Figura 1 Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo A en relación al Bienestar Mental	31
Figura 2 Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo B en relación al Bienestar Mental	32
Tabla 5. Estadísticos descriptivos sobre el puntaje total de la Calidad de Vida.	32
Figura 3 Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo A en relación a la Calidad de Vida	33
Figura 4 Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo B en relación a la Calidad de Vida	34
Tabla 6. Resultados de prueba de asociación de las variables Bienestar Mental y Convivencia con animales de compañía, a través de Chi-cuadrado.....	34
Tabla 7. Resultados de prueba de asociación de las variables Calidad de Vida y Convivencia con animales de compañía, a través de Chi-cuadrado.....	35
Tabla 8. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre la variable Bienestar Mental, a través de T de Student.	35
Tabla 9. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “me he sentido alegre”, de la escala de Bienestar Mental, a través de T de Student.	36
Tabla 10. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “me he sentido con confianza en mí mismo”, de la escala de Bienestar Mental, a través de T de Student.	36
Tabla 12. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre la variable Calidad de Vida, a través de T de Student.	38
Tabla 13. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “¿con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?”, de la escala de Calidad de Vida, a través de T de Student.....	38
Tabla 14. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “¿Cómo de satisfecho está de sí mismo?”, de la escala de Calidad de Vida, a través de T de Student.	39
Tabla 15. Análisis de la prueba T de Student, de los subgrupos “personas que conviven con otros y personas que no”, del grupo A, en la escala de Calidad de vida.....	39
Discusión.....	41
Conclusiones.....	45
Referencias bibliográficas.....	48
Anexos.....	56
Anexo 1	57
Anexo 2	58
Anexo 3	59
Anexo 4	60

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo general explorar el nivel de bienestar mental y calidad de vida asociados a la convivencia con animales de compañía en dos grupos de adultos mayores de entre 60 y 85 años de edad, residentes en Argentina.

Los objetivos específicos fueron asociar las variables bienestar mental y calidad de vida con la convivencia con animales de compañía, comparar el nivel de bienestar mental en adultos mayores convivientes y no convivientes con animales, y por último, comparar el nivel de calidad de vida en dichos grupos.

La investigación fue de tipo cuantitativa y se realizó un estudio de caso de control transversal, ya que se compararon los niveles de las variables analizadas en dos grupos de sujetos.

Como instrumentos, se utilizaron las escalas de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh, en su versión validada y traducida por Serrani Azcurra (2015), y la de Calidad de Vida desarrollada por la OMS (2004).

La muestra estuvo conformada por 100 adultos mayores de las edades mencionadas, con 50 participantes en cada grupo.

Con respecto a los resultados, se concluyó que el bienestar mental y la calidad no tienen asociación significativa con el hecho de convivir con animales de compañía. Asimismo, no se observaron diferencias significativas al comparar los niveles de bienestar mental de cada uno de los grupos. Finalmente, sí se presentaron diferencias significativas en los niveles de calidad de vida de ambos grupos, siendo el grupo que convive con animales, el que mayor nivel de calidad de vida presentó.

Abstract

The general objective of this study was to explore the level of mental well-being and quality of life associated with living with pets in two groups of older adults between 60 and 85 years of age, living in Argentina.

The specific objectives were to associate the variables mental well-being and quality of life with living with pets, to compare the level of mental well-being in older adults living with pets and not living with pets, and finally, to compare the level of quality of life in these groups.

The research was quantitative and a cross-sectional control case study was carried out, since the levels of the variables analyzed were compared in two groups of subjects.

As instruments, the Warwick-Edinburgh Mental Well-being scales were used, in its validated version translated by Serrani Azcurra (2015), and the Quality of Life scale developed by the WHO (2004).

The sample consisted of 100 older adults of the aforementioned ages, with 50 participants in each group.

Regarding the results, it was concluded that mental well-being and quality have no significant association with living with companion animals. Likewise, no significant differences were observed when comparing the levels of mental well-being of each of the groups. Finally, there were significant differences in the levels of quality of life of both groups, with the group living with animals having the highest level of quality of life.

Agradecimientos

Concluir un ciclo nunca es una tarea fácil. Lleva tiempo, esfuerzo y todo tipo de aprendizajes, terminar esta hermosa etapa es uno de los más importantes. Sin embargo, no podría haberlo logrado sin la ayuda y la compañía de todas las personas que me rodean, a las cuales quisiera agradecerles.

En primer lugar, le doy gracias a mi familia, especialmente a mi mamá, quien siempre ha luchado por mi felicidad, y a mi hermana. Ambas son mis pilares, y me han acompañado no solo en esta etapa sino a lo largo de toda mi vida, apoyándome, dándome su amor y permitiéndome ser quien soy hoy. Gracias por ser las personas más importantes en mi vida. A mi papá, que a pesar de la distancia, también está presente brindándome su apoyo y cariño. A mi nono, el rey Arturo, que en vida siempre estuvo interesado en mi profesión, y que ahora sé que desde el cielo me sigue acompañando, y por último pero no menos importante, a Matilda, mi gatita y una de las razones que motivó el tema que elegí.

También les agradezco a mis amigas, Rafa, Luci, Agus, Flor, Andre y Mica, quienes están conmigo hace muchísimo tiempo, y con quienes he compartido gran parte de mi vida. A Georgina, quien me acompaña desde mi infancia en la Patagonia, y que sigue presente sin importar los kilómetros que nos separen. Finalmente, quisiera hacer una mención especial a Verenice y Georgi, mis hermanas de otra familia, que no solo me brindan su amistad, su cariño y su apoyo todos los días, sino que han sido parte fundamental de este trabajo final, especialmente Georgi, ha estado desde el principio y hasta el final, ayudándome con todos los apartados, la redacción, la metodología, en fin, sin ella, este trabajo no sería el mismo.

Agradezco a Daniel, por haber aparecido en mi vida en el momento más inoportuno, y haberse quedado desde entonces, enseñándome lo lindo y especial que es compartir y crecer juntos.

También le doy gracias a Romi, mi psicóloga, quien siempre está para escucharme, y me motivó a seguir con esta hermosa profesión.

Finalmente les agradezco a todos los profesionales que me acompañaron en este camino, especialmente a mi directora, Agostina Nardecchia, quien siempre estuvo presente y me acompañó con toda generosidad desde el inicio, y a los docentes que a lo largo de la carrera me demostraron el amor por la profesión. Igualmente les agradezco a los participantes, sin ellos esto no hubiera sido posible.

¡Gracias a todos por el apoyo!

Introducción

El adulto mayor es considerado un sujeto vulnerable en la sociedad, debido a que, éste grupo se encuentra expuesto a diversas situaciones de riesgo, efecto no sólo de sus condiciones biológicas y sociales, sino también por la falta de recursos tanto a nivel económico, personal, familiar, de la comunidad y de accesibilidad a políticas de protección que el Estado debiera promover (Guerrero et al., 2005).

De acuerdo a Mella et al. (2004), existe un aumento importante en los adultos mayores, a raíz de lo cual, se da un incremento en la preocupación a nivel mundial, por las condiciones de vida y necesidades que dicho grupo etario requiere. Teniendo así, mayor notabilidad, aquellas investigaciones destinadas al estudio del bienestar subjetivo de quienes se encuentran transitando la vejez.

Hernández et al. (2003) citan al autor Tapia, quien en 1994 afirmó que, el interés por la posición en la que se encuentran los adultos mayores, es un factor que ha motivado la realización de investigaciones, cuyo fin es brindar información sobre estrategias de atención hacia dicho grupo.

Continuando con la idea anterior, implementar estrategias dedicadas a mejorar la calidad de vida, así como también el bienestar general de los adultos mayores, es el gran desafío para los países en desarrollo (Medina Cáceres et al., 2016).

En cuanto a calidad de vida, actualmente, son pocos los estudios que decidieron explorarla en adultos mayores, por lo que, la misma se consideró un nicho científico que amerita ser tratado, sobre todo teniendo en cuenta que, a partir de los 60 años, comienza un período caracterizado por variaciones en todas las áreas del funcionamiento (Rodríguez et al., 2010).

Evidenciando posibles estrategias de intervención frente a lo descrito anteriormente, Gutiérrez et al. (2007), en su investigación sobre “Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos”, describe que quienes se encuentran en interacción y vinculación con animales, pueden tender a beneficiarse en distintos aspectos, tanto fisiológico, psicológico y social.

De igual manera, Serpell (2006), asegura que los animales gozan de cualidades esenciales, que pueden promover efectos terapéuticos. Conforme a ello, el simple hecho de tener un animal presente, sus conductas espontáneas, y sus destrezas para relacionarse, promueve beneficios que no serían posibles de conseguir en su ausencia.

A su vez, otros beneficios que se han podido encontrar, son aquellos relacionados con menor presión sanguínea y ritmo cardíaco, una veloz recuperación durante un episodio de estrés mental, e inclusive, se ven atenuados los niveles de ansiedad y depresión. Del mismo modo, los autores

confirman que el vínculo humano-animal, es capaz de promover apoyo social, reduciendo así la posible soledad (Gee et al., 2017).

Debido a lo descrito anteriormente, esta investigación apuntará a explorar el nivel de bienestar mental y calidad de vida asociados a la convivencia con animales de compañía en dos grupos de adultos mayores de entre 60 y 85 años de edad, residentes en Argentina.

Marco teórico

Capítulo 1: Bienestar mental

1.1 Aproximación teórica del concepto Bienestar Mental

En 2004, la Organización Mundial de la Salud, definió al bienestar mental como aquel estado en el que el sujeto puede ser consciente de sus propias aptitudes, es capaz de afrontar las diversas tensiones normales que surgen a lo largo de la vida, tiene capacidad para trabajar productiva y fructíferamente, y a su vez, produce un aporte en la sociedad.

Ampliando el concepto de bienestar mental, Serrani Azcurra (2015), en su obra, citó a Diener et al., quienes en 2013, expusieron que, el mismo, puede referirse a un tipo de interacción complejizada, entre procesos psicológicos, en donde, confluyen tanto aspectos negativos como positivos, la importancia del compromiso, y la satisfacción con la vida a lo largo de ella.

Continuando con la obra de Serrani Azcurra (2015), enunció a Seligman y Csikszentmihalyi (2000), los cuales aportaron mayor profundidad al concepto de bienestar mental, incorporando el componente subjetivo del concepto, relacionado con el desarrollo personal de las personas, así como también, aquellos sentimientos de satisfacción y felicidad para cada individuo.

Finalmente, se describieron dos perspectivas en relación al bienestar mental: la primera es la hedónica, cuya perspectiva se encuentra dirigida hacia la experiencia subjetiva de felicidad y la segunda, es la eudaemónica, la cual se orienta a la realización personal del individuo (Ryan & Deci, 2001).

1.2 Factores que promueven el bienestar general y mental de los adultos mayores

Se consideró que el bienestar consta de tres elementos fundamentales: la subjetividad, la presencia de indicadores positivos, al igual que la ausencia de indicadores negativos y la apreciación general de la vida. Es así que una valoración positiva de la vida que perdura en el tiempo, es un factor primordial promotor de un alto nivel de bienestar (Diener, 1994).

Mroczek y Kolarz (1998), explicaron que se presentan diferencias en cuanto a variables sociodemográficas, contextuales y rasgos de la personalidad, referido al bienestar en relación a la edad. Además, afirmaron que los adultos mayores casados y con rasgos de personalidad de extroversión, poseen mejores niveles de bienestar que aquellas personas solteras o con tendencia a ser introvertidas.

Respaldao la teoría anteriormente mencionada, los autores Celeiro y Galizzi (2019), mencionaron en su obra a Fernández et al. (2000), quienes manifestaron que el bienestar puede verse promovido por las relaciones interpersonales, debido a que éstas le permiten generar nuevas redes de

apoyo al adulto mayor, pudiendo así, combatir el estrés y efectos negativos que es posible que se den en esta etapa.

Siguiendo con las ideas anteriormente planteadas, otros autores como Lyubomirsky (2001) y Hervás (2009), han confirmado que la extraversión, es decir, la tendencia a percibir emociones positivas, y la sociabilidad, son rasgos que se asocian al bienestar. De igual manera, la estabilidad emocional, entendida como la capacidad a reaccionar con docilidad al estrés y los conflictos y el optimismo, entre otros, se clasifican dentro de los factores que influyen en el bienestar.

Del mismo modo, se ha asegurado que el estado civil de la persona, es un factor que puede tener mayor importancia en el bienestar de un individuo y que, a su vez, la edad, el género, y el nivel económico, no son rasgos que influyen de forma significativa en el mismo (Diener et al., 1999).

Sin embargo, teniendo en cuenta aportes más recientes sobre factores que promueven el bienestar en adultos mayores, se ha sostenido que, poseer un mayor nivel de escolarización, vivir solo, ser partícipe en funciones significativas, ya sea en colectivos u organizaciones, y cumplir labores de dirección, desarrollan el grado de bienestar, y favorece el crecimiento personal (Palma-Candia et al., 2016).

Capítulo 2: Calidad de vida

2.1 Aproximación teórica del concepto de calidad de vida

Celeiro y Galizzi (2019), citan en su estudio a Giusti (1991), quien define a la calidad de vida como aquel estado de bienestar general, físico, social, emocional, espiritual, intelectual y ocupacional, que posibilita al sujeto a realizar sus necesidades propias, del mismo modo que las grupales.

Siguiendo lineamientos propuestos por el autor, propuso que, la calidad de vida se compone de elementos subjetivos y objetivos. Se pueden clasificar dentro de los subjetivos a la percepción, los valores, las ambiciones, y las expectativas personales. A su vez, el ambiente, la cultura y la sociedad, entre otros son considerados factores de los componentes objetivos. (Giusti, 1991, citado por Celeiro y Galizzi, 2019).

En base a lo ya mencionado, Ardila (2003), confirmó que el concepto de calidad de vida, se relacionó con un estado de satisfacción global que deriva de la posibilidad de realización de las potencialidades de cada individuo. También ha coincidido en que aspectos subjetivos y objetivos, forman parte de dicho estado.

Sin embargo, ampliando lo anteriormente descrito, como aspectos subjetivos fueron incluidos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad, la productividad personal y la salud. Finalmente, como componentes objetivos se enuncian, el bienestar a nivel material, las relaciones integrales con el medio físico, social y comunitario, y la salud objetivamente percibida (Ardila, 2003).

2.2 Calidad de vida en adultos mayores

En el adulto mayor, la calidad de vida resulta de la relación entre las diversas particularidades de la vida humana, por ejemplo, la vivienda, alimentación, educación, vestido y libertades humanas. Las mismas, son favorecedoras del estado de bienestar particular de la persona, en adición al proceso paulatino de envejecimiento, y la manera de adaptación al medio biológico, psicológico y social en constante cambio. En consecuencia, la forma en la que se dé dicha adaptación, podrá suponer efectos en la salud física, la memoria, el temor, el abandono, la muerte, la dependencia o la invalidez (Velandia Mora y Cifuentes Mora, 1994, citado por Velandia Mora, 2002).

Tomando como referencia un estudio realizado por Vera (2007), aseveró que, la calidad de vida del adulto mayor será mayor en cuanto, en su vida cotidiana, posea tranquilidad y un alto nivel de paz, protección familiar, digna y amorosa, conservación de su derecho a la libre expresión, comunicación y poder de decisión. Por el contrario, será menor el nivel de calidad de vida si, en relación al ámbito

familiar, el anciano suponga que, el grado de las necesidades de seguridad, la estabilidad, y los sentimientos de posesión y pertenencia se encuentren disminuidos.

Asimismo, Ludi (2011), observó que, la calidad de vida tiene relación con elementos propios del contexto, como pueden ser los recursos económicos, físicos, la salud en general, las relaciones sociales, el apoyo y la participación social.

Finalmente, en obras más recientes, Varela Pinedo (2016), confirmó que debe abordarse de manera integral la idea de salud, el envejecimiento saludable, exitoso y activo, y la calidad de vida, en relación a los adultos mayores. En esta mirada integrativa, el bienestar personal, su funcionalidad, los entornos sociofamiliares favorables y el aspecto de salud, han sido imprescindibles para su estudio.

2.2.1 Factores que promueven el nivel de calidad de vida

Los factores primordiales que debieron considerarse con el fin de estudiar la calidad de vida han sido: el bienestar emocional y material, la salud, las actividades productivas que se realicen como por ejemplo el trabajo, las relaciones familiares y sociales, la seguridad y la integración con la sociedad (Ardila, 2003).

Autores tales como Cardona et al. (2006), y Álvarez et al (2010), teniendo en cuenta los factores que los adultos mayores consideran esenciales para el desarrollo de su calidad de vida, mencionaron a, las relaciones familiares y el apoyo social, la salud general, el estado funcional, la disponibilidad económica y aspectos socioeconómicos.

Siguiendo el orden de ideas, la autonomía, entendida como una capacidad funcional que permite ejecutar acciones básicas e instrumentales, ha formado parte de la perspectiva subjetiva de la calidad de vida. Su función se ha relacionado con la ejecución de estrategias que le permiten al adulto mayor, relacionarse con los demás y construir su soporte social. (Duran, 2010).

Aponte Daza (2015), en su obra, realizó un análisis de caso único con un adulto mayor, concluyendo que, si bien, no es posibles generalizar sus resultados, los mismos han aportado información concordante con teorías anteriormente mencionadas. Dicha investigación describió que los factores que mayor influencia tienen sobre la calidad de vida son: la espiritualidad, pudiendo encontrar consuelo y apoyo en ella, y la salud, ya que le permitió realizar sus actividades diarias. A su vez, también expuso que la soledad y la depresión son los primordiales motivos por los que los adultos mayores descuidan su calidad de vida.

Capítulo 3: Adultos mayores

3.1 Concepto de vejez

Zapata (2001) ha definido a la vejez como, dentro de las etapas que forman parte del transcurso del desarrollo vital, la última en la vida del ser humano. Igualmente, dicho concepto fue puntualizado a manera de una fase particular, en donde ocurren múltiples cambios, de la misma forma que en otros períodos del ciclo vital, no obstante, posee potenciales propios que la vuelven única. Por ejemplo, la experiencia, la serenidad de juicio, el conocimiento, la madurez y la perspectiva de su historia tanto personal como social.

Además, se ha entendido que la vejez es un proceso dinámico, gradual, natural e inevitable, con cambios a nivel biopsicosocial, que tiene consecuencias en el estado funcional y físico de quien lo transita, y que también, transcurre y es delimitado por el tiempo Delgado Silveira et al (2015).

Asimismo, Calcaterra (2015), ha descrito al envejecimiento desde el enfoque del ciclo vital, catalogándolo como un continuo a lo largo de la vida. Desde éste punto de vista, se expone la idea del equilibrio producido en el transcurso de la vida, entre las ganancias y las pérdidas experimentadas. La autora afirmó que existe una preponderancia de ganancias en la niñez y por el contrario, predominan las pérdidas durante la vejez. No obstante, pueden verse ganancias en el marco del envejecimiento teniendo en cuenta que, no necesariamente todas las habilidades son afectadas de igual manera.

Finalmente, se mencionaron ciertas variables de tipo interindividuales, en relación a la forma de envejecer. Se encuentra: el envejecimiento esperable, donde no acontecen discapacidades; el envejecimiento patológico, en la cual si se desarrollan enfermedades o se observa cierto deterioro; y la vejez competente, que se caracteriza por ser saludable o con éxito (Calcaterra, 2015).

3.2 Problemas asociados a la vejez

Según Tello-Rodríguez et al (2016), han sido múltiples los factores que han podido impactar, en mayor o menor medida, a la salud mental de los adultos mayores, caracterizados por ser de naturaleza biopsicosocial. Asimismo, aquellos sucesos que derivan de procesos naturales del envejecimiento, como el fallecimiento de un ser querido, la jubilación, o la discapacidad, favorecen a una pluralidad de problemas de tipo mental. Por ejemplo, la esfera neurocognitiva u onírica y de tipo emocional o afectiva.

En el mismo orden de ideas, Ortiz Arraigada y Castro Salas (2009), destacaron en su obra a Zamarrón y Maria (2006), quienes confirmaron que, al comenzar la vejez, el individuo debe afrontar situaciones nuevas como la pérdida de seres queridos, la jubilación o dificultades en la motricidad,

entre otros múltiples cambios. Debiendo así, proponerse otros objetivos, adecuarse a la fase que se encuentra transitando, y desarrollar nuevas aptitudes.

3.3 Dificultades a nivel psicológico de los adultos mayores

Leopoldo Salvarezza (1988) estudió el fenómeno de los estereotipos hacia los ancianos y la vejez, y proporcionó ciertas definiciones. Dicho fenómeno, fue denominado “viejismo”, cuyo concepto representa el rechazo, la tendencia a la marginalización, el desagrado, la negación, la agresión que sufren los adultos mayores y por las cuales, ligadas entre ellas, fomentan la discriminación de dicho grupo etario.

Continuando con la teoría del autor, el término *viejismo*, se ha asociado a los prejuicios y estereotipos que giran en torno a la vejez, siendo adjudicados a los adultos mayores por el solo hecho de estar transitando tal etapa de su vida. Es considerada una actitud aprehendida a lo largo de los años, y transmitida culturalmente (Salvarezza, 1988).

Asimismo, el concepto de “gerontofobia” se definió como un comportamiento en el cual se demuestra temor u odio irracional hacia los adultos mayores. Tal concepto debe incluirse dentro de la definición de *viejismo*, y no recurrir a él como sinónimo del mismo (Salvarezza, 1988).

Teniendo en cuenta cómo los estereotipos negativos sobre la vejez afectan a nivel biológico, Fernández-Ballesteros (2002), afirmó que, en investigaciones longitudinales, éstos pueden tener consecuencias en la memoria y causar estrés, e inclusive, se descubrió que, quienes poseían imágenes negativas sobre el envejecimiento, vivieron 7 años menos que aquellos que no contaban con estereotipos incorporados.

Ampliando la conceptualización de los estereotipos en la vejez, Sequeira en el año 2020, expuso un número de características que dan lugar a la formación de ellos.

En primer lugar, el estereotipo presta una mirada sumamente exagerada de unos pocos rasgos distintivos. Lo segundo, algunos estereotipos son ideas distorsionadas que no poseen una base real, pero se aprecian como razonables ya que tienen relación con tendencias fundamentadas en alguna verdad. Como tercera característica, los componentes positivos son omitidos en los estereotipos negativos. En cuarto lugar, no es posible reflejar las disposiciones positivas compartidas por la mayoría de las personas en los estereotipos. La característica número cinco refiere que, las tendencias que son puntualizadas estereotípicamente, no explican lo que causa dichas tendencias. Finalmente, los estereotipos no son facilitadores del cambio, ni tampoco de la observación sobre las diferencias interindividuales entre las personas mayores (Sequeira, 2020).

Del mismo modo, Guzmán y Huenchuan (2003), observaron que, la salud física y mental de los adultos mayores puede estar en riesgo debido a la pérdida de seres queridos, lo cual, en consecuencia, genera una disminución en sus redes sociales.

En relación a las consecuencias psicológicas, De la Puente Cunliffe (2017), explicó que, la soledad es uno de los principales sentimientos que se dan en los adultos mayores, principalmente en aquellos que se encuentran institucionalizados. Lo cual puede contribuir a una mayor probabilidad de desarrollar problemas de salud mental y física, y también, aumenta el riesgo de depresión o suicidio.

Por ende, surge una necesidad de implementar acciones para favorecer una atención del adulto mayor que sea integral, y así permitir que el envejecimiento se transforme en un proceso normal y con menor nivel de dificultades (Esmeraldas Vélez et al., 2019).

3.4 Implicancia del bienestar y la calidad de vida en adultos mayores

Diversos autores han llegado a la conclusión de que, en los adultos mayores, el bienestar percibido será afectado, entre otros factores, por la calidad de vida que el sujeto aprecie (De-Juanas Oliva et al., 2013).

Confirmando lo anteriormente mencionado, De-Juanas Oliva et al. (2013), de igual manera mencionó en su obra a Gonçalves (2012), quien describió que la calidad de vida en los ancianos posee un carácter de tipo multidimensional, en donde, en conjunto con otras variables, el bienestar tanto psicológico como emocional, forman parte esencial del mismo.

Continuando en el mismo orden de ideas, una investigación realizada por Urzúa et al. (2011), llegó a la conclusión que la calidad de vida de las personas transitando la etapa de la vejez, tiene directa relación con el bienestar psicológico, entre otras variables.

Finalmente, otros autores han confirmado lo planteado anteriormente, afirmando que el bienestar psicológico es una de las constantes más importantes para determinar el nivel de calidad de vida en los adultos mayores (Browning & Thomas, 2013).

Capítulo 4: Animales de compañía

4.1 Concepto de animal de compañía

Zasloff, en 1992, definió a un animal de compañía como aquel animal que ha sido domesticado, el cual ha sido adquirido por divertimento y placer y no solamente por necesidades de seguridad o económicas.

De igual manera, Bossard (1950), anteriormente aseguró que, los animales de compañía, forman parte del total de la vida familiar de las personas, a su vez, aseveró que, uno de los valores fundamentales en la existencia de los seres humanos y los animales, es el amor que los primeros tienen por los segundos.

A su vez, se expuso que el animal y el ser humano son capaces de entablar un vínculo, siendo éste, un lazo emocional que perdura en el tiempo, y que, al mismo tiempo, permite que las personas se mantengan próximos al objeto de apego, comportándose de manera que la relación continúe (Bowlby, 1969).

Por otro lado, Johansson (1999), determinó que se pueden observar ciertas dimensiones que componen el vínculo entre humanos y animales. Las mismas son: la dimensión emocional, la psicológica, la social, la conductual, y por último, la dimensión de responsabilidad.

4.2 Diferencias terminológicas entre mascotas y animales de compañía

Videla y Olarte (2016), manifestaron que, en los últimos años, se comenzó a promover el uso del término “animal de compañía” antes que mascota, con el fin de connotar el vínculo psicológico y la relación mutua que se da en la interacción humano-animal.

De igual forma, a nivel conceptual, el término “mascota”, etimológicamente, proviene del francés “mascotte”, que significa “persona, animal o cosa que sirve de talismán, que trae buena suerte” (Real Academia Española, 2014, definición 1).

El autor Richard (2000), en concordancia con lo descrito anteriormente, aseguró que el vocablo mascota no debería utilizarse para definir aquellos animales domesticados con fines afectivos, de compañía o similares, pues dicha concepción, no hace referencia a un animal vivo, distando completamente de la connotación que se le da comúnmente.

Igualmente, la expresión mascota, actualmente no goza de notoriedad, debido a que, tal definición, no respeta la propia integridad y dignidad de los animales domésticos (Sandøe et al., 2016).

Del mismo modo, Díaz Videla (2017), en su obra, afirmó que, investigadores sobre la interacción humano-animal, prefieren utilizar la denominación animal de compañía, ya que, de tal manera, sugiere una relación de mayor igualdad, al igual que permite definir la función esencial que los animales cumplen en la vida de las personas.

4.3 Terapia Asistida con Animales

Llopis en el año 2009, definió a las Terapias Asistidas con Animales (TAA), como aquellas intervenciones encaminadas a cumplir metas concretas, principalmente, siendo parte integral de un proceso de rehabilitación, a través de la relación entre pacientes y animales. Es de suma importancia que dichas terapias sean dirigidas por un Terapeuta especializado en TAA, para evaluar y medir el proceso.

Se ha dado a conocer evidencia que comprueba que las TAA, aportan a la atención de los adultos mayores en diferentes áreas de su vida, tanto psicológicos, como físicos y sociales, lo cual aumenta los efectos positivos en el grupo etario, contribuyendo al aumento de la longevidad y esperanza de vida (Chaverri Suarez 2012).

Continuando con las ideas planteadas, en un estudio más reciente realizado en España, Veci Roblas (2021) concluyó que los beneficios que aporta la terapia con animales, se relacionan con un mayor nivel de autoestima, pueden contribuir como agentes socializadores. De igual modo conllevan finalidades terapéuticas, y a su vez expresa que quienes trabajan con animales pueden sentirse más relajados y tranquilos.

4.3.1 Tipos de Actividades Asistidas con animales

Se ha podido clasificar tres tipos de actividades asistidas con animales. En primer lugar, se encuentran las Actividades Asistidas con Animales, las cuales tienen la función de producir una mejora en la calidad de vida de las personas, otorgando beneficios a nivel motivacional, recreacional y terapéutico. Luego, se pueden mencionar a las Intervenciones Asistidas con Animales, cuya finalidad es contribuir el funcionamiento físico, social, educacional, emocional y cognitivo, y deben ser administradas por profesionales. Por último, existen los llamados Programas Animal Residente, conformados por aquellos animales que conviven en un centro de manera fija, y son partícipes en las dos actividades anteriormente nombradas (Buil Martínez y Canals Sisteró, 2012).

4.4 Incidencia de los animales de compañía en el bienestar y la calidad de vida de las personas

Un estudio realizado en el departamento de psiquiatría de la Universidad de Rochester Medical Center (Stanley et al., 2014), a adultos mayores, llegó a la conclusión de que, quienes convivían con animales informaban un 36% menos de sentimiento soledad que aquellos que no.

A su vez, los resultados del estudio anteriormente mencionado, sugirieron que convivir con un animal puede contribuir a la salud general, atenuar el sentimiento de soledad, y en consecuencia, las posibles secuelas relacionadas al mismo, como pueden ser problemas cardiovasculares o depresión (Stanley et al., 2014).

De igual manera, De los Heros Zavala (2017), realizó un estudio sobre el bienestar psicológico de adultos mayores según tenencia de mascota, el cual, arribó a diversas conclusiones al respecto. En primer lugar, afirmó que relacionarse con un animal de compañía disminuye la soledad y el aislamiento, y, en consecuencia, se observó un menor nivel de depresión en las personas. Asimismo, los adultos mayores que contaron con mascotas, obtuvieron mayores puntajes en escalas que miden Satisfacción con la vida, a diferencia de quienes no. No obstante, se ha descrito que, la tenencia de mascotas, no es un factor determinante en el aumento de autoestima y confianza de la muestra analizada.

Teniendo en cuenta la obra de Poves Plumed (2017), se observó que aquellos individuos que establecen vínculos más cercanos con los animales con los que conviven, puntúan más alto en apertura, responsabilidad, amabilidad, autoestima, empatía, pero también en neuroticismo. Del mismo modo, el autor afirmó que quienes poseen mayor relación con su mascota, tienden a presentar menores niveles de soledad.

En el mismo orden de ideas, la convivencia con animales de compañía, ha aportado beneficios a nivel biopsicosocial, influyendo positivamente en la calidad de vida del adulto mayor. Por el contrario, aquellos que no convivían con animales de compañía también presentaron niveles de felicidad y disfrute de la soledad, y a su vez, obtuvieron altas puntuaciones en las esferas anteriormente descritas. Finalmente, en términos generales, la familia y las labores regulares, son factores de un grado motivacional más alto (Bonnet Calderón y Rubio González, 2018).

En concordancia con resultados anteriores, Londoño-Taborda et al (2019), realizaron un estudio que ha permitido evidenciar que la percepción de bienestar por parte de las personas que adoptan animales, se ve promovida positivamente por la función que se le otorga a los mismos.

Contrario a las conclusiones ya mencionadas, Kidd y Martínez, en el año 1980, arribaron a conclusiones, las cuales determinan que, no se descubrieron diferencias significativas entre un grupo de personas que poseía mascotas y otro grupo que no, exceptuando un grupo de hombres que, por sus características sociodemográficas, no se beneficiaban del vínculo con un animal. Cabe destacar que se evaluaron los aspectos de autoaceptación y bienestar, por medio de las escalas del Inventario Psicológico de California (Gough, 1992).

Asimismo, Phelps et al. (2008), afirmaron que, no siempre se obtienen efectos terapéuticos en visitas de animales hacia centros de adultos mayores institucionalizados, no obstante, los ancianos pueden disfrutar la compañía de ellos.

Para finalizar, un estudio más reciente, presentó evidencia que apoya las ideas anteriormente planteadas, exponiendo que el hecho de tener animales de compañía, no trae consigo efectos psicológicos positivos, en relación a la evaluación de la depresión, la ansiedad y la resiliencia de la población que fue analizada. Del mismo modo, no se logró atribuir una relación entre las variables psicológicas mencionadas, con la tenencia de mascota. (Calderón y Gómez, 2021)

Marco metodológico

Objetivos de la investigación

1. Objetivo General

- 1) Explorar el nivel de bienestar mental y calidad de vida asociados a la convivencia con animales de compañía en dos grupos de adultos mayores de entre 60 y 85 años de edad, residentes en Argentina.

2. Objetivos Específicos

- 1) Asociar las variables bienestar mental y calidad de vida con la convivencia con animales de compañía.
- 2) Comparar el nivel de bienestar mental en dos grupos de adultos mayores de las edades ya mencionadas: uno que conviva con animales de compañía de cualquier especie y otro que no conviva con animales de compañía.
- 3) Comparar el nivel de calidad de vida en dos grupos de adultos mayores: uno que conviva con animales de compañía de cualquier especie y otro que no conviva con animales de compañía.

Método

1. Diseño del estudio

Se realizó un tipo de investigación cuantitativa y se llevó a cabo un estudio de caso de control, ya que se realizará una comparación entre dos grupos de sujetos que son similares en un rasgo (la edad), pero no en otro rasgo (convivencia con animales de compañía) (Basler & Medrano, 2011). De igual manera, el diseño fue de tipo transversal, ya que los datos fueron recolectados en un momento específico, y, finalmente, se arribó a conclusiones en relación al bienestar mental y la calidad de vida de cada grupo (Hernández Sampieri et al., 2018).

2. Participantes

Fueron evaluados 100 adultos mayores, tanto hombres como mujeres, de entre 60 a 85 años de edad, quienes residen en el territorio Argentino, a través de un formulario de la plataforma online Google Forms. 50 de ellos formaron parte del grupo A, quienes actualmente, conviven con al menos un animal de compañía de cualquier especie, y los otros 50 individuos restantes fueron partícipes del grupo B, quienes no debía convivir con animales de compañía durante el momento de la investigación.

La muestra fue de tipo no probabilística ya que no fue representativa del total de la población y depende de las características de la investigación (Hernández Sampieri et al., 2018).

Para la presente investigación, se tuvieron en cuenta los siguientes criterios, estos se exponen a continuación.

a. Criterios de inclusión

Adultos mayores de ambos sexos, de entre 60 a 85 años de edad, que convivan con un animal de compañía de cualquier especie, con el que hayan convivido durante el tiempo que se realizará la investigación.

Para el otro grupo, serán requeridos adultos mayores de ambos sexos, de entre 60 a 85 años de edad, que no convivan con un animal de compañía durante el tiempo que será realizado el estudio, y que no hayan tenido animales domésticos en el último año.

b. Criterios de exclusión

Aquellos adultos mayores de entre 60 a 85 años de edad que padezcan una enfermedad neurológica grave o que sufran de abuso de sustancias tóxicas, que pueda incidir en la memoria o en la atención del sujeto que participe del estudio.

3. Instrumentos

Se utilizó una ficha de datos sociodemográficos para evaluar características propias de los sujetos con factores que pueden incidir en la investigación, como la edad, sexo, estado civil, con quién convive y datos referidos a la convivencia con un animal de compañía.

La Escala de Bienestar Mental de Warwick-Edinburgh (EBMWE) (Tennant et al., 2007), fue destinada a la evaluación del bienestar mental de los grupos. De acuerdo a Caravajal et al. (2015), el cuestionario consta de 14 ítems, los cuales están redactados como afirmaciones respecto de sentimientos o pensamientos que la persona ha tenido en las últimas dos semanas. Cada pregunta tiene 5 opciones, con una puntuación de 1 a 5. El 1 indica que esa experiencia no ocurre nunca y el 5 que ocurre siempre.

La EBMWE fue originalmente validada en el Reino Unido, presentando una elevada consistencia interna (alfa de Cronbach de 0,89 en una muestra de estudiantes y de 0,91 en una muestra poblacional), con fiabilidad test-retest de 0,83, siendo lo suficientemente breve para ser utilizada en encuestas a población general (Tennant, et al., 2007).

Los grupos fueron analizados a través de la versión traducida y validada en Argentina por Serrani Azcurra (2015) de la EBMWE, la misma fue aplicada a una muestra de 910 adultos mayores argentinos, con edades comprendidas entre 71 y 96 años (media 81.4 años; DE 10.9 años). En cuatro de los ítems debieron verse modificados los términos, con el fin de mantener la equivalencia conceptual con el original. El índice de confiabilidad alfa de Cronbach (0.89), la correlación ítem-escala total (0.41-0.78), el índice test-retest medido mediante el coeficiente de correlación intra-clase (CCI) (0.91) mostraron un nivel satisfactorio (Serrani Azcurra, 2015).

Para evaluar la calidad de vida, fue empleada la Escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF, desarrollada por la OMS (2004), en su versión adaptada por Murgieri (2009, Citado por Celeiro y Galizzi, 2019).

Dicho instrumento, mide la calidad de vida percibida por la persona, a través de una escala de tipo Likert organizada en 5 opciones de respuestas, que van de 1 (Nada) a 5 (Totalmente). La misma,

contiene veintiséis preguntas, dos son globales acerca de la calidad de vida y la salud general, y veinticuatro de ellas generan un perfil de Calidad de Vida. Asimismo, toma en cuenta cuatro áreas; salud física, psicológica, relaciones sociales y ambiente (Celeiro y Galizzi, 2019).

Se ha demostrado en investigaciones que dicha escala es muy confiable, ya que se obtuvo un α de 50 Cronbach de 0,88 para el cuestionario total y, para cada una de las preguntas, entre 0,87- 0,88. En referencia a los resultados de consistencia interna según dimensiones también se obtienen valores mayores a 0,7 (Espinoza et al., 2011).

4. Procedimiento

Para el proceso de recopilación de datos, se realizó el envío de un formulario online autoadministrable, por medio de la plataforma web Google Forms, el cual, cada sujeto participante debió completar. En el mismo, se presentó el consentimiento informado, una sección para completar sus datos sociodemográficos, y las escalas correspondientes, tanto la EBMWE, como la WHOQOL-BREF. Al finalizar, se les agradeció por su participación y, quienes lo solicitaron, recibieron una copia de las respuestas otorgadas.

La recolección de la muestra se realizó entre los meses de junio y agosto del año 2022, la misma, fue obtenida de manera virtual, con el fin de ampliar el campo de investigación, pudiendo así, abarcar diferentes provincias del país, y, a su vez, diversificar el contexto sociodemográfico de los participantes.

a. Análisis de datos:

En primer lugar, se analizaron ambas escalas por separado, para determinar el nivel de calidad de vida y bienestar mental de los dos grupos pertenecientes a la muestra.

Una vez obtenidos los resultados, se evaluaron los datos en el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) para Windows versión 22.0. Dicho programa fue utilizado con el fin de examinar la media, la mediana, la moda, la desviación estándar, asimetría y los puntajes mínimos y máximos de cada variable en ambos grupos.

A continuación, se describen las evaluaciones pertinentes realizadas en el programa SPSS, con el objetivo de especificar el método de estudio de cada objetivo propuesto.

El primer objetivo consistió en asociar las variables bienestar mental y calidad de vida con la convivencia con animales de compañía, para el cual se utilizó la prueba Chi-cuadrado (χ^2), ya que se trata de buscar la asociación entre variables de tipo ordinales y una variable de tipo nominal.

Para el segundo objetivo, que se basó en comparar el nivel de bienestar mental en los dos grupos de adultos mayores según convivencia con animales de compañía, fue aplicada la Prueba T de Student, para comprobar la diferencia entre las puntuaciones de las medias de cada grupo en dicha variable.

De igual manera, se analizaron dimensiones específicas de la Escala de Bienestar Mental de los grupos mencionados, particularmente la auto-confianza y el significado personal, en el cual se encuentra la felicidad, a través de la Prueba T de Student de diferencia entre medias.

Luego, se formaron 2 subgrupos dentro del grupo de personas que conviven con animales de compañía, a partir de los datos obtenidos en la ficha sociodemográfica, utilizando el dato de quienes vivían con otras personas y quienes no, y se realizó la comparación de las medias de dichos subgrupos a través de la Prueba T de Student.

Finalmente, para el último objetivo, el cual consiste en comparar el nivel de calidad de vida en los dos grupos, también se empleó la Prueba T de Student por la misma razón que el primero. Así también, se analizaron las diferencias entre medias de ítems específicos sobre la Escala de Calidad de vida, referidos al eje de salud psicológica, en donde se encuentran también ítems relacionados a la felicidad y auto-confianza, y finalmente, se efectuó la misma división por subgrupos que fue planteada en el objetivo anterior, también utilizando la Prueba T de Student de diferencia entre medias.

Resultados

En primer lugar, se realizaron tablas en relación a la información recolectada sobre la muestra. A continuación se presentan las características sobre los datos sociodemográficos de los participantes (Ver tabla 1).

Tabla 1. Descripción de datos sociodemográficos sobre la muestra. (N=100)

Variables		Grupo A	Grupo B
Sexo	Femenino	62%	54%
	Masculino	38%	46%
Edad		M= 67,06 DE= 7,47	M= 68, 34 DE= 7,00
Provincia	Mendoza	78%	58%
	Buenos Aires	10%	10%
	San Luis	.	6%
	San Juan	2%	6%
	Santa Cruz	2%	4%
	La Pampa	.	2%
	Entre Ríos	2%	.
	Córdoba	4%	14%
	Tierra Del Fuego	2%	.
Estado Civil	Soltero	2%	8%
	Casado	52%	42%
	Conviviente	6%	16%
	Separado/Divorciado	16%	12%
	Viudo	24%	22%
Convive Con Otras Personas	Si	88%	76%
	No	12%	24%

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar

En la tabla anterior se observa que, en ambos grupos, hubo mayor participación en torno al sexo femenino que al masculino.

Asimismo, la edad promedio del grupo que conviven con animales de compañía (Grupo A), es de 67 años, en cambio en el grupo de personas no convivientes con animales de compañía, la edad promedio gira alrededor de los 68 años. Esto indica que no se presentan grandes diferencias en cuanto a diferencia de edades en cada grupo.

El mayor porcentaje de personas que formaron parte de la muestra, se encuentran residiendo en la provincia de Mendoza, y en segundo lugar, en Córdoba.

Con respecto al estado civil, se presenta un predominio de personas en matrimonio en ambos grupos.

Finalmente, la mayoría de los sujetos, tanto del grupo A como del grupo B, expresan que se encuentran conviviendo con otras personas.

Posteriormente, se exhiben datos descriptivos, relacionados al grupo que convive con animales de compañía (ver tablas 2 y 3).

Tabla 2. *Datos descriptivos sobre grupo A: Cantidad de animales con los que conviven y años de convivencia.*

Variables	M	DE
Cantidad de animales de compañía	2,40	1,47
Años de convivencia	9,98	5,18

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar

Tabla 3. *Datos descriptivos sobre grupo A: Especie del animal, encargados de sus necesidades, relación de cercanía.*

Variables	f	%
Especie	Perro	56%
	Gato	16%
	Gato y Perro	18%
	Perro y Ave	6%
	Perro y Tortuga	4%
Encargados de sus necesidades	Solo yo	22%
	Recibo ayuda	78%
Relación de cercanía	Sí	94%
	No	6%

Nota: f= Frecuencia

A partir de la tabla 2, se puede inferir que, dentro del grupo A, el promedio del total de animales con los que conviven los adultos mayores encuestados, es de dos animales por persona aproximadamente. De igual manera, la cantidad de años que los sujetos han convivido con sus animales, en promedio, se encuentra cerca de los diez años.

La tabla 3, igualmente arroja información sobre las características de los animales acompañantes. El 56% de las personas pertenecientes al grupo conviviente con animales de compañía, elige como especie a los perros, y en segundo lugar, el 18%, conviven tanto con perros como con gatos.

De igual manera, el 78% del total de los participantes, afirmó que reciben ayuda de otras personas, las cuales también se encargan de satisfacer las necesidades de los animales.

Asimismo, de los 50 adultos mayores que conformaron dicho grupo, solo 3 aseveraron que no tienen una relación cercana con sus animales de compañía, conformando de esta forma, el 6% de la población total, siendo el 94% restante, personas cercanas a los animales con los que conviven.

Para concluir, se realizó una pregunta abierta no obligatoria dentro de la ficha de datos sociodemográficos, la cual hacía referencia a si el participante deseaba comentar algo sobre los animales con los que convive que no haya sido preguntado. 26 participantes del grupo A, respondieron la pregunta, en donde la premisa que mayormente se repitió en las respuestas, se relacionaba con los sentimientos de compañía, cariño y felicidad que los animales les brindaban.

Luego, se muestran los análisis ejecutados en las escalas de Bienestar Mental y Calidad de vida, dando como resultado los estadísticos descriptivos de cada una (ver tablas 4 y 5).

Tabla 4. Estadísticos descriptivos sobre el puntaje total del Bienestar Mental.

	Grupo A	Grupo B
M	53,58	50,66
Me	54,50	50,50
Mo	42	51
DE	9,86	9,81
g1	-1,16	-0,94
Min	15	17
Máx	70	68

Nota: M= Media; Me= Mediana; Mo= Moda; DE= Desviación Estándar; g1= Asimetría; Min= Mínimo; Máx= Máximo

Con respecto al Bienestar Mental del grupo A, es posible observar que el puntaje promedio del grupo es de 53,58 puntos. Teniendo en cuenta que el nivel más alto es un puntaje de 70, se puede afirmar que el conjunto posee un buen nivel de Bienestar Mental. Igualmente, el valor central de los datos es de 54,50 y la puntuación que más se ha repetido en este grupo es 42.

La desviación estándar del grupo A, determina que los datos poseen una dispersión media del conjunto de resultados, sin embargo es importante tener en cuenta que se presenta un solo valor aislado, el puntaje mínimo, en este caso es de 15, generando que la distribución se vea afectada. Así también, un caso de la muestra obtuvo el puntaje más alto dentro de la escala de Bienestar Mental, con un valor de 70.

En relación a la asimetría, se presenta un puntaje de -1,16, lo cual hablaría de una tendencia a presentarse valores ubicados por encima de la media. Esto puede verse con mayor claridad en el histograma sobre la desviación estándar y asimetría (ver figura 1).

El grupo B, caracterizado por no convivir con animales de compañía, obtuvo puntajes similares al grupo A. Teniendo en cuenta la Media, la misma tiene un valor de 50,66, por lo que se puede inferir que, a pesar de tener un promedio menor que el grupo A, no se observan diferencias significativas en los puntajes. Lo mismo ocurre con la Mediana, siendo el dato central de 50,50. Se observa una mayor diferencia en la Moda de este grupo, ya que se encuentra 9 puntos por encima de la moda de los participantes que conviven con animales.

Igualmente, la Desviación Estándar, no se aleja significativamente de lo obtenido por el primer conjunto analizado. La misma tiene un valor de 9,81, lo que refiere la presencia de una distribución media de los valores, y que, al igual que lo mencionado anteriormente, los puntajes máximos y mínimos ejercen gran influencia en este dato, debido a que son datos sumamente extremos. Ocurre algo similar con la asimetría de este grupo, siendo de -0,94, lo que del mismo modo, implica que existe una tendencia de los resultados a ubicarse por encima del promedio (ver figura 2).

Figura 1

Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo A en relación al Bienestar Mental.

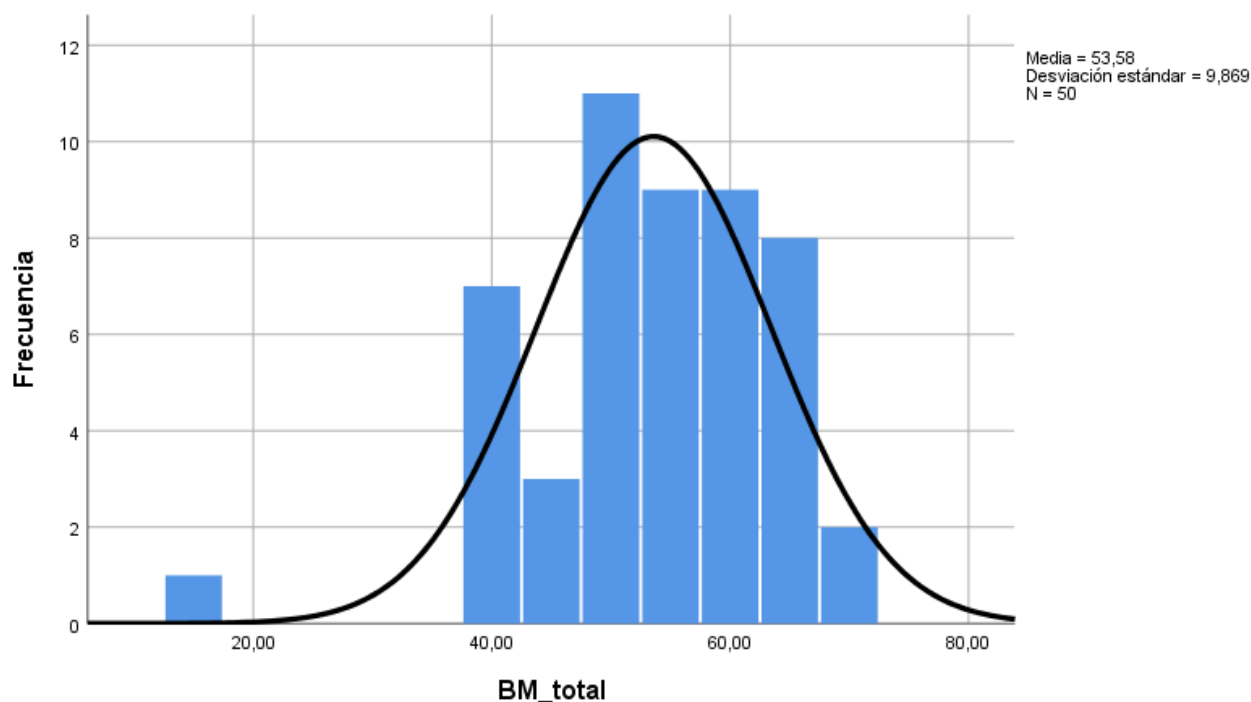


Figura 2

Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo B en relación al Bienestar Mental.

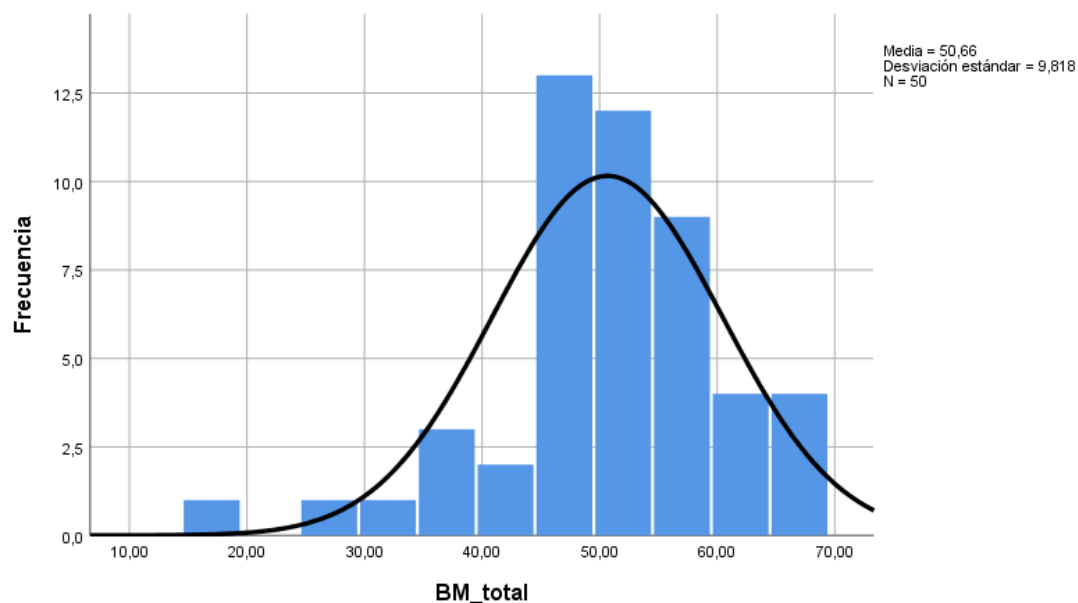


Tabla 5. Estadísticos descriptivos sobre el puntaje total de la Calidad de Vida.

	Grupo A	Grupo B
M	91,62	78,84
Me	92	74
Mo	73	69
DE	11,74	15,75
g1	-0,38	0,8
Min	65	45
Máx	114	117

Nota: M= Media; Me= Mediana; Mo= Moda; DE= Desviación Estándar; g1= Asimetría; Min= Mínimo; Máx= Máximo

Teniendo en cuenta el grupo A, se obtuvo un promedio de 91,62, lo que indica un nivel de Calidad de vida entre medio y alto. En cambio, en el grupo B, la media fue de 78,84, que si bien representa de igual manera un nivel medio de Calidad de vida, se encuentra por debajo del primer grupo.

De igual manera, se encontraron mayores diferencias entre ambos grupos en relación al valor central de cada escala. En el grupo conviviente con animales de compañía, la mediana fue de 92 puntos, y en el grupo que no conviven con animales, fue de 74.

Con respecto al valor que más se ha repetido, no se presentan diferencias significativas en los dos grupos, presentando una puntuación de 73 y 69 en los grupos A y B respectivamente.

Se representa una mayor Desviación Estándar en el grupo B, en comparación al grupo A. El primero obtuvo un valor de 15,75 y el segundo, 11,74. Esto refiere que, la distribución de las respuestas del grupo B se extiende sobre un rango de valores más amplio en relación a la media, a diferencia del grupo A, cuya distribución tiende a encontrarse más cercana a su media. Esto puede darse debido a que el grupo que no convive con animales, posee puntajes mínimos y máximos más extremos (45 y 117 respectivamente), que el grupo de adultos mayores convivientes con animales, en donde el mínimo es de 65 y el máximo de 114.

Finalmente, se observan diferencias en la asimetría de cada grupo, habiendo en el primero (Grupo A), una asimetría negativa, implicando que los datos tienden hacia valores mayores que la media. En cambio en el segundo conjunto (Grupo B), la asimetría es de tipo positiva, lo que representa que los resultados se distribuyen en valores menores que la media. Es posible observar lo anteriormente descrito en los gráficos que representan la desviación estándar y la asimetría de ambos grupos (ver figuras 3 y 4).

Figura 3

Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo A en relación a la Calidad de Vida.

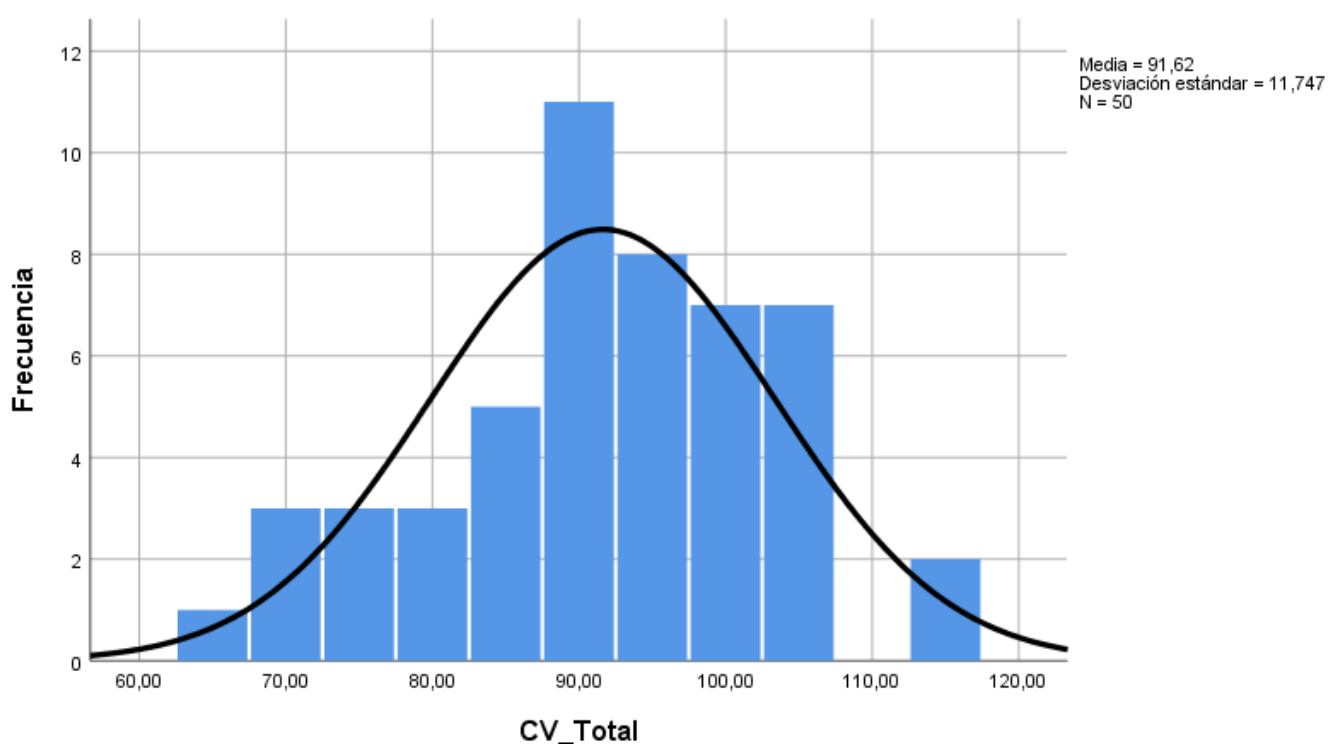
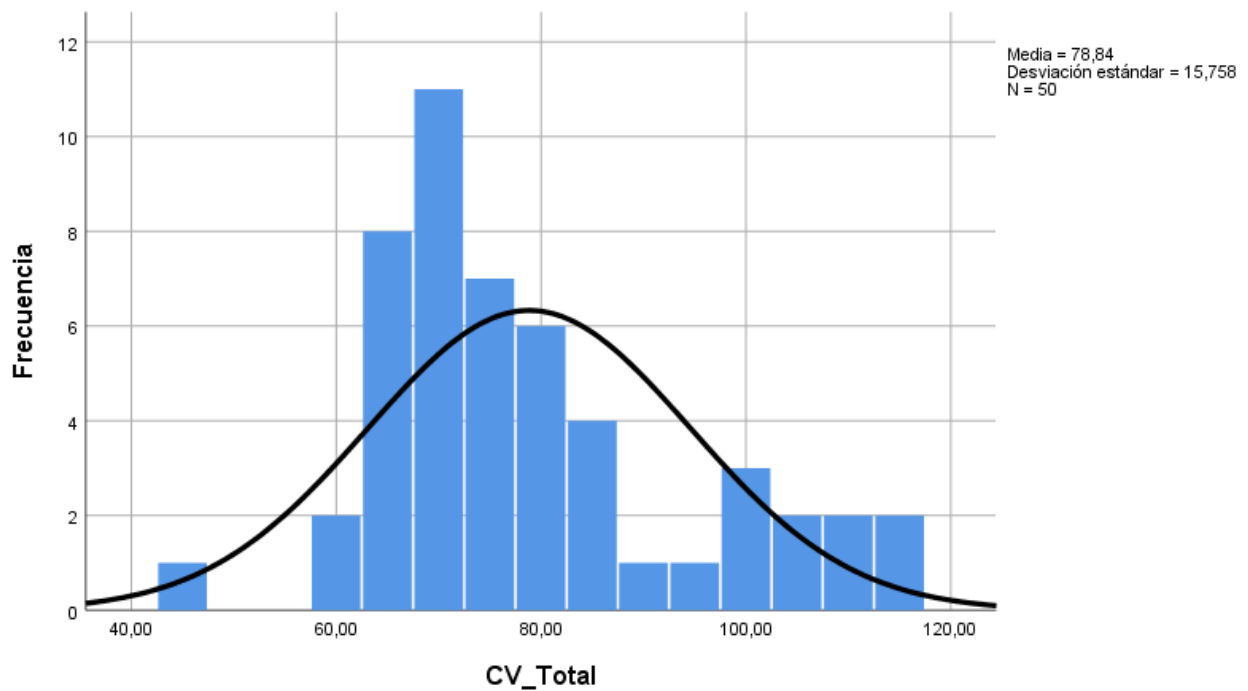


Figura 4

Histograma sobre la desviación estándar y asimetría del grupo B en relación a la Calidad de Vida



A continuación, se presentan los resultados obtenidos de las pruebas realizadas para cumplir los objetivos específicos de investigación planteados.

- **Primer objetivo:** *Asociar las variables bienestar mental y calidad de vida con la convivencia con animales de compañía.*

Con el fin de cumplir el primer objetivo, se realizó la prueba Chi-cuadrado (χ^2) de asociación de variables. En primer lugar, se asocian las variables Bienestar Mental y Convivencia con animales de compañía, para determinar si existe relación significativa entre ellas o no (ver tabla 6).

Tabla 6. *Resultados de prueba de asociación de las variables Bienestar Mental y Convivencia con animales de compañía, a través de Chi-cuadrado.*

	Valor	Gl	p
Chi-cuadrado de Pearson	40,11	36	0,293
N	100		

A partir de los resultados obtenidos en la prueba anteriormente evaluada, se observa que, el valor $p = 0,293$ en comparación con el Alfa de significación definido en 0,05, no presenta una asociación significativa entre las variables Bienestar Mental y Convivencia con animales de compañía.

Continuando con la evaluación de la prueba de asociación de variables, Chi-cuadrado (χ^2), se calcula el nivel de significancia entre la Calidad de vida y la Convivencia con animales de compañía.

Tabla 7. Resultados de prueba de asociación de las variables Calidad de Vida y Convivencia con animales de compañía, a través de Chi-cuadrado.

	Valor	Gl	<i>p</i>
Chi-cuadrado de Pearson	60,2	49	0,131
N	100		

En función de los valores que se presentan en la tabla 7, en relación a la asociación de las variables mencionadas, se infiere que no es posible determinar un nivel significativo de asociación, teniendo en cuenta que el valor $p = 0,131$ es muy alto en comparación al Alfa de significación definido en 0,05.

- **Segundo objetivo:** Comparar el nivel de bienestar mental en dos grupos de adultos mayores de las edades ya mencionadas: uno que conviva con animales de compañía de cualquier especie y otro que no conviva con animales de compañía.

Para determinar si existen diferencias significativas entre las medias obtenidas en la escala de Bienestar mental de ambos grupos, se aplicó la prueba paramétrica de comparación de medias T de Student, ya que, a partir de la prueba de normalidad de la muestra, se concluyó que posee una distribución normal, por lo que no podrían utilizarse pruebas no paramétricas.

Tabla 8. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre la variable Bienestar Mental, a través de T de Student.

	N	M	DE	<i>t</i>	<i>p</i>	Dif. entre medias
Grupo A	50	53,58	9,86	1,48	0,141	2,92
Grupo B	50	50,66	9,81			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

El análisis de la prueba expuso que, teniendo en cuenta que el valor $p = 0,141$ en comparación al Alfa de significación establecido $p = 0,05$, no existen diferencias significativas entre las medias de cada grupo. Es decir, ambos grupos obtuvieron valores similares en la escala de Bienestar Mental. No obstante, se observa una pequeña diferencia de 2,92 puntos a favor del grupo conviviente con animales de compañía, pudiendo verse un nivel levemente más alto de Bienestar mental en dicho conjunto.

No obstante, a pesar de no encontrarse diferencias significativas en los niveles totales de Bienestar Mental en ambos grupos, sí se hallaron diferencias significativas en determinados ítems de la escala, que refieren a dimensiones de auto-confianza y significado personal, específicamente, felicidad (ver tablas 9 y 10).

Tabla 9. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “me he sentido alegre”, de la escala de Bienestar Mental, a través de T de Student.

	N	M	DE	t	p	Dif. entre medias
Grupo A	50	3,90	0,93	2,54	0,013	0,42
Grupo B	50	3,48	0,70			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

Luego de realizado el análisis sobre el ítem de Bienestar Mental “Me he sentido alegre”, refiriendo a la dimensión de felicidad, se observó que, al comparar el Alfa de significación $p = 0,05$, junto al valor $p = 0,013$ obtenido en la prueba, se afirmó que, existen diferencias significativas entre las medias de cada grupo. En este caso, el grupo de personas que conviven con animales, alcanzaron mayores puntajes en felicidad, que quienes no conviven con ellos, con una diferencia de 0,42 puntos.

Tabla 10. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “me he sentido con confianza en mí mismo”, de la escala de Bienestar Mental, a través de T de Student.

	N	M	DE	t	p	Dif. entre medias
Grupo A	50	3,82	1,02	2,03	0,045	0,38
Grupo B	50	3,44	0,83			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

La prueba anteriormente realizada, demostró que, en el ítem sobre auto-confianza, el valor $p=0,045$ al compararlo con el Alfa de significación $p=0,05$, confirmó que existen diferencias significativas entre los niveles de cada grupo, siendo el grupo A, el que obtuvo un mayor puntaje en la variable “me he sentido con confianza en mí mismo”. Habiendo una diferencia entre las medias de 0,38 puntos.

Además, se efectuó otro análisis específico con el fin de poder recopilar mayor información respecto a la experiencia subjetiva de los participantes, en el cual, también se compararon las medias de subgrupos dentro del grupo de personas que conviven con animales de compañía, dividiéndolos en aquellos que conviven con otras personas, y quienes viven solos.

Tabla 11. *Análisis de la prueba T de Student, de los subgrupos “personas que conviven con otros y personas que no”, del grupo A, en el ítem “He sido capaz de tomar mis propias decisiones con respecto a las cosas que me suceden”, en la escala de Bienestar Mental.*

Grupo A	N	M	DE	t	p	Dif. entre medias
Convivientes con otras personas	44	3,86	0,85	-2,24	0,030	-0,80
No convivientes con otras personas	6	4,67	0,51			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

En este caso, la prueba T de Student, de diferencia entre medias, aportó resultados sobre la capacidad de tomar decisiones de las personas encuestadas que conviven con animales, presentando una diferencia significativa con un p valor de $=0,03$, y con un mayor puntaje en aquellas personas que viven solas, en relación a quienes conviven con otros, cuyos valores fueron de 4,67 y 3,86 respectivamente.

- **Tercer objetivo:** *Comparar el nivel de calidad de vida en dos grupos de adultos mayores: uno que conviva con animales de compañía de cualquier especie y otro que no conviva con animales de compañía.*

De igual manera, se realizó la prueba de comparación de medias T de Student para el tercer objetivo, con la finalidad de concluir si existen diferencias significativas entre el promedio obtenido por el grupo A y por el grupo B en la escala de Calidad de vida.

Tabla 12. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre la variable Calidad de Vida, a través de T de Student.

	N	M	DE	t	p	Dif. entre medias
Grupo A	50	91,62	11,74	4,598	0,00	12,78
Grupo B	50	78,84	15,75			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

Como puede visualizarse en la tabla 9, los resultados determinan que, comparando el p valor= 0,00 con el Alfa de significancia definido en 0,05, si existen diferencias significativas en cuanto a los niveles de Calidad de vida obtenidos por cada grupo, siendo el grupo de adultos mayores que conviven con animales de compañía, el que mayor nivel de Calidad de vida obtuvo (Grupo A). La diferencia de medias que se observa es de un valor de 12,78.

Del mismo modo, con el fin de ampliar la información obtenida sobre la Calidad de vida de los participantes, se analizaron ítems específicos por medio de la prueba de diferencia entre medias, T de Student, sobre la dimensión de salud psicológica, particularmente, aquellos referidos a la percepción subjetiva de felicidad, a través de la pregunta “¿con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?”, y la auto-confianza, por medio de la interrogante “¿Cómo de satisfecho está de sí mismo?”. Los resultados obtenidos permiten visualizar concordancias con los valores de las dimensiones evaluadas en la escala de Bienestar Mental. (Ver tablas 13 y 14).

Tabla 13. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “¿con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión?”, de la escala de Calidad de Vida, a través de T de Student.

	N	M	DE	t	p	Dif. entre medias
Grupo A	50	2,66	0,79	-2,94	0,04	-0,48
Grupo B	50	3,14	0,83			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

A partir de la tabla 12, se puede inferir que se presentan diferencias significativas entre las medias de cada grupo, a partir de la comparación entre el Alfa de significación $p=0,05$ y el valor

$p=0,04$. De esta forma, es posible afirmar que el grupo de participantes que conviven con animales de compañía, el cual obtuvo un puntaje menor en comparación al grupo B, posee una menor frecuencia de sentimientos negativos.

Tabla 14. Resultados de prueba de diferencia entre medias de cada grupo sobre el ítem “¿Cómo de satisfecho está de sí mismo?”, de la escala de Calidad de Vida, a través de T de Student.

	N	M	DE	<i>t</i>	<i>p</i>	Dif. entre medias
Grupo A	50	3,64	0,92	2,88	0,05	0,54
Grupo B	50	3,10	0,95			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

La prueba realizada en la Tabla 13, se observa que, el valor $p=0,05$ implica que existen diferencias significativas entre los puntajes resultantes de cada grupo, en relación a la auto-confianza, siendo el grupo que convive con animales de compañía, el que mayor nivel presenta, habiendo una diferencia de 0,54 puntos entre las medias de ambos.

Igualmente, se desarrolló un último análisis, con el objetivo de descubrir posibles diferencias en los niveles de calidad de vida, entre subgrupos dentro del grupo de adultos mayores convivientes con animales de compañía. Tal y como se realizó con la variable de bienestar mental, se compararon las medias de sujetos que se encontraran viviendo con otras personas, y quienes no convivieran con otros. A continuación se presentan los resultados obtenidos (ver tabla 15).

Tabla 15. Análisis de la prueba T de Student, de los subgrupos “personas que conviven con otros y personas que no”, del grupo A, en la escala de Calidad de vida.

Grupo A	N	M	DE	<i>t</i>	<i>p</i>	Dif. entre medias
Convivientes con otras personas	44	78,22	15,44	-0,74	0,462	-5,10
No convivientes con otras personas	6	83,33	18,81			

Nota: M= Media; DE= Desviación Estándar; Dif= Diferencia

Con respecto a los resultados expuestos en el análisis anterior, se afirma que, luego de comparar el valor $p=0,462$ y el Alfa de significación $p=0,05$, no se presentan diferencias significativas en el nivel total de calidad de vida de quienes conviven con otras personas y quienes viven solos. Sin embargo, se observa que quienes conviven con animales, pero no conviven con otras personas, obtuvieron un nivel levemente más elevado que quienes viven con otros, lo que implica cierta concordancia con los resultados que se obtuvieron en la escala de Bienestar Mental, sin embargo al no existir diferencias significativas, no sería posible afirmar con total certeza lo recientemente mencionado.

Discusión

Guzmán y Huenchua (2003), afirmaron que es común que, durante el envejecimiento, se presente un deterioro de salud física, mental, del mismo modo que en la situación económica y las redes sociales de los adultos mayores.

Es por esto que, diversos autores exponen la importancia de realizar investigaciones que aporten estrategias de intervención y atención sobre los ancianos (Tapia, 1994 citado en Hernández et al., 2003).

A lo largo de la revisión bibliográfica de este estudio, se vislumbró una gran diversidad de conclusiones relacionadas con los efectos que pueden causar los animales en la vida de las personas, por ejemplo, los aportes de los autores Bonnet Calderón y Rubio González (2018), quienes encontraron que existen beneficios biológicos, psicológicos y sociales por el hecho de convivir con un animal. No obstante, se pueden observar otras teorías que concluyen lo contrario, como es el caso de Phelps et al. (2008), quienes admiten que las personas que transitan la vejez y se encuentran institucionalizadas, no siempre se benefician terapéuticamente de visitas de animales.

En relación a esta investigación en particular, se puede observar que, con respecto al primer objetivo específico: asociar las variables bienestar mental y calidad de vida con la convivencia con animales de compañía, los resultados demostraron que, los puntajes obtenidos en las escalas de bienestar mental y calidad de vida, no pudieron ser asociadas con el hecho de convivir con animales de compañía. Esto concuerda con la investigación realizada por Calderón y Gómez, en el año 2021, quienes no lograron atribuir relaciones entre variables psicológicas con la tenencia de mascotas.

Las puntuaciones obtenidas sugirieron que, en general, ambos grupos de adultos mayores, cuentan con niveles similares de bienestar mental y calidad de vida, excepto por algunos casos únicos que puntuaron tanto valores sumamente altos, como bajos. Es por ello que se recomienda realizar una evaluación integral de las situaciones contextuales de las personas a encuestar.

Con respecto al segundo objetivo específico: comparar el nivel de bienestar mental en dos grupos de adultos mayores, uno de ellos que conviva con animales de compañía de cualquier especie y otro que no conviva con animales de compañía, se esperaba que hubieran diferencias entre ambos grupos en relación a la evaluación global de su bienestar mental.

Sin embargo, la prueba de diferencia entre medias, no aportó valores que establecieran un nivel de significancia importante entre los grupos analizados. Por lo tanto, el nivel de bienestar mental de las personas que conviven con animales de compañía es similar al nivel del grupo que no convive con ellos. Se dio una pequeña diferencia entre las medias de 2,92 puntos, a favor del grupo A, sin embargo

dicho valor no es significativo para concluir que convivir con mascotas es un factor determinante en el bienestar mental de las personas mayores.

Kidd y Martínez (1980), confirmaron en su obra lo anteriormente expuesto. Concluyeron que, luego de evaluar el nivel bienestar de un grupo de personas que poseían mascotas y otro grupo que no, determinaron que no existen diferencias significativas en los niveles de dicha variable.

No obstante, se analizaron ciertas dimensiones específicas dentro de la Escala de Bienestar Mental, encontrándose diferencias en los grupos en aquellas referidas a la auto-confianza y al significado personal (felicidad). El grupo de adultos mayores que conviven con animales de compañía, poseen niveles mayores de felicidad y de auto-confianza, en comparación de los adultos mayores que no conviven con animales de compañía, esto concuerda con las respuestas que los participantes dieron en el cuestionario, en donde afirmaban que, gracias a la convivencia con animales, gozaban de un nivel más alto de sentimientos de felicidad y compañía.

Reyes Baquerizo (2019), en su investigación, evidenció que la convivencia entre custodio y animal de compañía genera sentimientos propios de lazos afectivos que se dan entre ellos, como por ejemplo, la felicidad, lo que confirma lo anteriormente mencionado.

De igual manera, se encontraron diferencias dentro del grupo de quienes cohabitan con animales de compañía, en aquellos individuos que se encuentran viviendo con otras personas y quienes no conviven con otros, dando por resultado, una mayor capacidad de toma de decisiones del segundo conjunto, es decir, quienes conviven con animales pero no con otras personas.

Los autores Wise y de la Luz Casas (2013) en su obra, afirman que en el adulto mayor, el proceso de toma de decisiones puede verse afectado por la vinculación con otros, sobre todo en aquellos que su cuidado es consignado a otras personas, por ejemplo, sus hijos. Esto podría ser un determinante de los resultados antes expuestos, en los que se observa que los adultos mayores que viven solos poseen mayor capacidad de toma de decisiones.

Por último, para el tercer objetivo específico, de igual manera que el segundo, se utilizó la prueba de diferencia entre medias.

En el mismo, se obtuvieron resultados favorables con respecto a las diferencias entre los grupos. Con una diferencia de 12,78 puntos, y de manera significativa, se descubrió que las personas correspondientes al grupo A, es decir quienes conviven con animales en la actualidad, obtuvieron mayor puntaje en la escala de calidad de vida en relación al grupo B, por lo que es posible afirmar que cohabitar con animales es un factor promotor de la calidad de vida de las personas.

Asimismo, es importante aclarar que el grupo de adultos mayores que no conviven con animales, obtuvo un buen nivel de calidad de vida en general, calificando como nivel intermedio.

Es por esto, que convivir con animales de compañía puede ser un factor promotor de la calidad de vida de las personas que transitan la vejez. Esto concuerda con lo propuesto por los autores Bonnet Calderón y Rubio González (2018), quienes confirmaron que la calidad de vida del adulto mayor se ve beneficiada positivamente por el hecho de convivir con un animal.

Del mismo modo que fueron analizados ítems específicos en la escala de Bienestar Mental, se indagaron posibles diferencias significativas entre ambos grupos dentro de la escala de Calidad de Vida, específicamente, fue estudiada la dimensión de salud psicológica, en aquellos ítems referidos a la percepción subjetiva de felicidad y a la auto-confianza.

Se encontraron concordancias con los resultados obtenidos en la evaluación de la escala de Bienestar Mental, siendo el grupo de adultos mayores convivientes con animales de compañía quienes puntuaron menor frecuencia de sentimientos negativos, asimismo, dicho grupo obtuvo un mayor nivel de auto-confianza en relación al grupo de participantes que no convive con animales.

Lo anteriormente mencionado, concuerda con la obra de Veci Roblas (2021), el cual confirma que los animales de compañía, en adultos mayores, ayuda a combatir sentimientos de soledad, tristeza y ayuda a conservar las funciones básicas para fomentar la independencia.

Igualmente, se indagó la posibilidad de diferencias en subgrupos partícipes de los encuestados que convivían con animales. Al igual que con el bienestar mental, dichos subgrupos fueron divididos de acuerdo a si convivían con otras personas o no. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas en los niveles de calidad de vida.

Conclusiones

Teniendo presente la presentación y discusión de resultados, se puede concluir que:

Se logró cumplir el objetivo principal, el cual consistió en explorar el nivel de bienestar mental y calidad de vida asociados a la convivencia con animales de compañía en dos grupos de adultos mayores de entre 60 y 85 años de edad, residentes en Argentina.

Se ha podido confirmar que no se encontró asociación significativa entre los niveles de bienestar mental y calidad de vida, y convivir o no con animales de compañía.

Asimismo, no se presentan diferencias significativas en los niveles de bienestar mental de adultos mayores que conviven con animales de compañía, y en adultos mayores que no conviven con animales de compañía.

Por el contrario, se observan diferencias significativas entre los niveles de calidad de vida de los grupos analizados, predominando un mayor nivel de calidad de vida en los adultos mayores que conviven con animales de compañía, en comparación con aquellos que no.

Además, se encontraron diferencias significativas en dimensiones específicas tanto de bienestar mental como de calidad de vida, en ambos grupos de adultos mayores, en donde quienes conviven con animales de compañía poseen niveles más elevados de felicidad y auto-confianza, en comparación a los encuestados que no conviven con animales. Esto concuerda además, con las respuestas obtenidas en la encuesta de datos sociodemográficos, donde 26 individuos afirman que los animales les brindaban sentimientos de compañía, cariño y felicidad.

Luego, se hallaron diferencias dentro del grupo de los participantes convivientes con animales de compañía, en relación a quienes viven con otras personas y quienes viven solos. En la escala de Bienestar Mental, se descubrió que aquellas personas que no poseen animales y, a su vez, viven solos, tienen una mayor capacidad de toma de decisiones, a diferencia de quienes viven con otros seres humanos. No obstante, no se encontraron diferencias entre dichos subgrupos en los niveles de calidad de vida.

Igualmente, el 94% de la población que convive con animales, refirió que tenía una relación cercana con ellos, por lo que sería interesante indagar en posteriores investigaciones, si el tipo de relación que la persona percibe con los animales, puede intervenir en su bienestar o en su calidad de vida.

Para finalizar, es importante aclarar que no se tuvieron en cuenta aquellas variables que pudieron intervenir en las variables a evaluar, por ejemplo acontecimientos personales, que puedan sesgar los resultados obtenidos en ambas escalas, por lo que no es posible generalizar lo anteriormente planteado.

Por otra parte, la muestra si bien, contó con un número significativo de participantes, al haber sido realizada en todo el país, las variables contextuales, ambientales, socioeconómicas y culturales, pueden también influir en las respuestas de quienes participaron. También se debe tener en cuenta las limitaciones que puede tener la recolección de datos de manera online, ya que no es posible abarcar el contexto total de la persona encuestada.

Por lo tanto, como sugerencia para próximos estudios, es imprescindible tener en cuenta aquellas variables que pueden intervenir en la vida de la persona, que a su vez pueden generar sesgos en los resultados a través de evaluaciones a nivel psicológico. Además, sería interesante aumentar el número de la muestra con el fin de poder generalizar los datos, y que de esta forma, se desarrollen nuevos programas de intervención para los adultos mayores, y, en consecuencia, poder ampliar los conocimientos con respecto a las estrategias terapéuticas con animales, así como también las percepciones culturales sobre la vejez en la posmodernidad.

Referencias bibliográficas:

- Álvarez, R. A. S., Chirinos, M. T., Arizmendi, M. D. Z. (2010). Uso de servicios de salud por adultos mayores y calidad de la atención de enfermería. *Revista Conamed*, 15(2), 92-98. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=60050>
- Aponte Daza, V. C. (2015). Calidad de vida en la tercera edad. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 13(2), 152-182. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612015000200003&lng=es&tlng=es.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2), 161-164. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80535203>
- Basler, H. D., Medrano, L. A. (2011). Criterios para la Evaluación de Estudios de Evidencia. En L. A. Medrano (Comp.) *Prácticas en Salud Basadas en Evidencia* (pp. 45 – 62). Córdoba: Brujas.
- Bonett Calderón, J.A. & Rubio González, P.C., (2018). *Influencia terapéutica indirecta de los animales de compañía en la calidad de vida del adulto mayor en Pamplona Norte de Santander*. (Tesis de grado) Universidad de Pamplona. España. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/2243>
- Bossard, J. H. (1950). I wrote about dogs; a mental-hygiene note. *Mental hygiene*, 34(3), 385-390. <https://www.proquest.com/docview/304021234>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Volume 1. Attachment*, London: The Hogarth Press and Institute of Psychoanalysis. https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2020/08/ATTACHMENT_AND_LOSS_VOLUME_I_ATTACHMENT.pdf
- Browning, C., & Thomas, S. (2013). Enhancing quality life in older people. *InPsych*, 35(1). <https://psychology.org.au/publications/inpsych/2013/february/browning>
- Buil Martínez, I. & Canals Sisteró, M. (2012). *Terapia Asistida con Animales*. (Tesis de Grado). Universidad Autónoma de Barcelona: Facultad de Veterinaria. Barcelona, España. <https://ddd.uab.cat/pub/trerecpro/2011/85707/terasiani.pdf>
- Calcaterra, M. (2015). *Bienestar psicológico en la vejez: análisis y comparación entre personas de la tercera edad institucionalizadas y no institucionalizadas*. (Tesis de Grado). Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina. http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/466/tesis-3986-bienestar.pdf.

- Calderón, N. & Gómez, M. N. (2021). *Efectos psicológicos asociados a la tenencia de animales de compañía*. (Tesis de Grado). Universidad Autónoma de Bucaramanga. Colombia. <http://hdl.handle.net/20.500.12749/13881>.
- Cardona, D., Estrada, A., & Agudelo, H. B. (2006). Calidad de vida y condiciones de salud de la población adulta mayor de Medellín. *Biomédica*, 26(2), 206-215. <https://www.redalyc.org/pdf/843/84326204.pdf>
- Carvajal, D., Aboaja, A., Alvarado, R. (2015). Validación de la Escala de bienestar mental de Warwick-Edinburgo, en Chile. *Revista de Salud Pública*, 19(1), 13-21. http://www.saludpublica.fcm.unc.edu.ar/sites/default/files/RSP15_1_04_%20art1.pdf
- Celeiro, T., Galizzi, M.P. (2019). *Calidad de vida en adultos mayores entre 70 a 85 años institucionalizados y no institucionalizados de la ciudad de Nogoyá*. (Tesis de Licenciatura) Pontificia Universidad Católica Argentina. Facultad de Psicología. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9721>
- Chaverri Suárez, F. (2012). El vínculo humano-animal y la fundamentación para la ética animal: temas para la bioética. *Revista PRAXIS*, (67), 129-139. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/praxis/article/view/5053>
- De-Juanas Oliva, Á., Limón Mendizábal, M., & Navarro Asencio, E. (2013). Análisis del bienestar psicológico, estado de salud percibido y calidad de vida en personas adultas mayores. *Revista Interuniversitaria*, 22, 153 - 168. doi: http://dx.doi.org/10.7179/PSRI_2013.22.11
- De la Puente Cunliffe, M. (2017). *Reduciendo la soledad: terapia asistida con animales para adultos mayores de una residencia geriátrica*. Lima, Perú: Pontificia Universidad Católica de Perú. http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9770/De%20la%20Puente%20Cunliffe_Reduciendo_soledad_terapia1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- De los Heros Zavala, D. I. (2017). *Bienestar psicológico en adultos mayores de Lima Metropolitana según tenencia de mascota* (Tesis de Licenciatura en Psicología). Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú. <https://repositorio.usil.edu.pe/items/a66a73bf-68b9-4a69-b4d4-fd722f7f3a0b>
- Delgado Silveira, E., Montero Errasquín, B., Muñoz García, M., Vélez-Díaz-Pallarés, M., Lozano Montoya, I., Sánchez-Castellano, C., & Cruz-Jentoft, A. J. (2015). Mejorando la prescripción de medicamentos en las personas mayores: una nueva edición de los criterios. *Revista española de geriatría y gerontología*, 50(2), 89–96. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2014.10.005>

- Díaz Videla, M. (2017). ¿Qué es una mascota? Objetos y miembros de la familia. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*, 15(1), 53-69. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612017000100004&lng=es&tlng=es.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención psicosocial*, 3(8), 67. <https://www.proquest.com/openview/c8ad691d7fd59f59ae6556c364aef6ea/1?pq-origsite=gscholar&cbl=4852148>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Durán, M. M. (2010). Bienestar Psicológico: el estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista Nacional de Administración*, 1(1), 71-84. <https://doi.org/10.22458/rna.v1i1.285>
- Esmeraldas Vélez, E. E., Falcones Centeno, M. R., Vásquez Zevallos, M. G., & Solórzano Vélez, J. A. (2019). El envejecimiento del adulto mayor y sus principales características. *RECIMUNDO*, 3(1), 58-74. [https://doi.org/10.26820/recimundo/3.\(1\).enero.2019.58-74](https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(1).enero.2019.58-74)
- Espinoza, I., Osorio, P., Torrejón, M. J., Lucas-Carrasco, R., & Bunout, D., (2011). Validación del cuestionario de calidad de vida (WHOQOL-BREF) en adultos mayores chilenos. *Revista médica de Chile*, 139(5), 579-586. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872011000500003>
- Fernández Ballesteros, R., (2004). La psicología de la vejez, *Encuentros Multidisciplinares* 6, (16), 1-11. <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA16/Roc%C3%ADo%20Fernandez%20Ballesteros.pdf>
- Gee N. R, Mueller M. K., Curl A. L., (2017). *Human-Animal Interaction and Older Adults: An Overview*. Emotion Science, Frontiers in Psychology. Florida, USA. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01416>
- Gough, H. G. (1992). CPI inventario psicológico de California. <https://biblioteca.uazuay.edu.ec/buscar/item/79502>
- Guerrero N., Yépez M. C., (2015) Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Revista Universidad y Salud*, 17(1), 121-131. <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v17n1/v17n1a11.pdf>
- Gutiérrez, G., Granados, D. R., & Piar, N. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Revista colombiana de psicología*, 16(1), 163-184. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3245451>

- Guzmán, J. y Huenchuan, S. (2003). Redes de apoyo social de personas mayores: Marco conceptual. *Notas de población*, 30 (77), 35-70. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana. <https://dspace.scz.uch.edu.bo/dspace/bitstream/123456789/21401/1/11699.pdf>
- Hernández, Z. y Muñoz, M., (2003), Propuesta de un modelo de atención geriátrica, *Psicología y Salud*, 13(2), 187-192. <https://pdfs.semanticscholar.org/e823/4c7be6eccb9b9c5b8e17b096d0ce51285972.pdf>
- Hervás, G., (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066003>
- Johannson, E. E. (1999). *Human-animal bonding: An investigation of attributes*. (Tesis doctoral). University of Alberta. Alberta, Canadá. https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk1/tape7/PQDD_0025/NQ39548.pdf
- Llopis, M. A. (2009). Terapia/actividad Asistida por animales y la 3.ª edad. *Valencia: Asociación de terapias y Actividades asistidas con animales de la SAFOR*, 1-5. http://www.voraus.com/adiestramientocanino/modules/wfsection/html/a000606_Terapia_O_Actividad_Asistida_Por_Animales_Y_La_Tercera_Edad.pdf
- Londoño-Taborda, M., Lemos, M., & Orejuela, J. J. (2019). Impacto de la adopción de una mascota en las percepciones de bienestar físico y emocional. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 10(2), 53–74. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.v10n2a03>
- Ludi, M. C. (2011). Envejecer en el actual contexto. Problemáticas y desafíos. *Revista Cátedra paralela*, 8(1), 33-47. <https://rephip.unr.edu.ar/bitstream/handle/2133/5136/Ludi.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56(3), 239–249. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.239>
- Medina Cáceres, Eduardo Francisco, Salazar Guerrero, Katherine J., & Cuadra-Peralta, (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos

- mayores de la ciudad de Arica. *Límite. Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 11(35), 56-67. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83646545005>
- Mella, R., González, L., D'apponio, J., Maldonado, I., Fuenzalida, A., & Díaz, A. (2004). Factores asociados al bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Psyche (Santiago)*, 13(1), 79-89. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282004000100007>
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1333–1349. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.5.1333>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42940/9241591595.pdf>
- Ortiz Arriagada, J. B. & Castro Salas, M. (2009). Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia. Contribución de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 15(1), 25-31. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532009000100004&lng=es&tlng=en.%2010.4067/S0717-95532009000100004
- Palma-Candia, O., Hueso-Montoro, C., Ortega-Valdivieso, A., Montoya-Juárez, R., & Cruz-Quintana, F., (2016). Factores sociodemográficos y de participación social relacionados con el bienestar psicológico en adultos mayores en la región de Magallanes, Chile. *Revista médica de Chile*, 144(10), 1287-1296. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872016001000008>
- Phelps, K. A., Miltenberger, R. G., Jens, T., & Wadeson, H. (2008). An investigation of the effects of dog visits on depression, mood, and social interaction in elderly individuals living in a nursing home. *Behavioral Interventions: Theory & Practice in Residential & Community-Based Clinical Programs*, 23(3), 181-200. <https://doi.org/10.1002/bin.263>
- Poves Plumed, A.B. (2017). *Actitudes, tenencia y vínculo con animales de compañía: relación con la personalidad, recursos y salud psicológica*. (Tesis Doctoral Inédita). Universidad de Sevilla, Sevilla. <https://hdl.handle.net/11441/70049>
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23.^a ed.). <http://del.rae.es/?id=Owl1ptF>
- Reyes Baquerizo, A. M. (2019). *Convivencia con animales de compañía en la cultura contemporánea: percepciones de los custodios sobre el desarrollo de lazos afectivos, entre ellos y los animales de*

compañía, en Guayaquil–Ecuador (Tesis de Bachillerato). Universidad Casa Grande, Ecuador.
<http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/handle/ucasagrande/2176>

- Richard, E. (2000). Especies silvestres llevadas a cautiverio y colecciones privadas: Una introducción al problema. *Situación Ambiental Argentina*, 260-268. https://www.researchgate.net/profile/Enrique-Richard/publication/235996477_Especies_silvestres_llevadas_a_cautiverio_y_colecciones_privadas_Una_introduccion_al_problema/links/02e7e5155e790d1545000000/Especies-silvestres-llevadas-a-cautiverio-y-colecciones-privadas-Una-introduccion-al-problema.pdf
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potential: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://psych415.class.uic.edu/Readings/Ryan,%20Happiness%20-%20well%20being,%20AnnRevPsy,%202001.pdf>
- Rodriguez, A., Valderrama, L., & Molina, J. (2010). Intervención psicológica en Adultos Mayores. *Psicología desde el Caribe*, 25, 246-258. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21315106011>
- Salvarezza, L., (1988) *Psicogeriatría: Teoría y Clínica*. Buenos Aires, Paidós. https://nanopdf.com/download/psicogeriatria-teoria-y-clinica_pdf
- Sandøe, P., Corr, S., & Palmer, C. (2015). *Companion animal ethics*. John Wiley & Sons. [https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=hMwbCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=Sand%C3%B8e,+P.,+Corr,+S.,+%26+Palmer,+C.+\(2016\).+Companion+Animal+Ethics.+New+York:+John+Wiley+%26+Sons.+++&ots=6bJLrN4NLU&sig=_qcT2ZWmgjtZOSq3L_YWGdKht6w](https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=hMwbCQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=Sand%C3%B8e,+P.,+Corr,+S.,+%26+Palmer,+C.+(2016).+Companion+Animal+Ethics.+New+York:+John+Wiley+%26+Sons.+++&ots=6bJLrN4NLU&sig=_qcT2ZWmgjtZOSq3L_YWGdKht6w)
- Sequeira, D. (2020). Estereotipos negativos asociados a la vejez. *Humanos-Enfermería en Red*, (1), 28-29. <https://publicaciones.unpa.edu.ar/index.php/boletindeenfermeria/article/view/366>
- Serpell, J. A. (2006). *Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations*. Pennsylvania, USA: Center for the interaction of Animals and Society, Department of Clinical Studies, School of Veterinary Medicine, University of Pennsylvania. <https://psycnet.apa.org/record/2006-20284-002>
- Serrani Azcurra, D. (2015). Traducción, adaptación al español y validación de la escala de bienestar mental de Warwick-Edinburgh en una muestra de adultos mayores argentinos. *Acta Colombiana de Psicología*, 18(1), 79-93. DOI: 10.14718/ACP.2015.18.1.8

- Stanley, I. H., Bowen, C., Conwell Y. & Van Orden, K. A. (2014). Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone. *Aging Mental Health*, 18(3), 394-399. doi: 10.1080/13607863.2013.837147.
- Tello-Rodríguez, T., Alarcón, R. D., & Vizcarra-Escobar, D., (2016). Salud mental en el adulto mayor: trastornos neurocognitivos mayores, afectivos y del sueño. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 33(2), 342-350. <https://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2211>
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S., (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health Qual Life Outcomes* 5 (63), 1-13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- Urzúa, A., Bravo, M., Ogalde, M., & Vargas, C. (2011). Factores vinculados a la calidad de vida en la adultez mayor. *Revista médica de Chile*, 139(8), 1006-1014. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872011000800005>
- Varela Pinedo, L. F. (2016). Salud y calidad de vida en el adulto mayor. *Rev Peru Med Exp Salud Publica*, 33(2), 199-201. doi: [10.17843/rpmesp.2016.332.2196](https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2196)
- Veci Roblas, M. (2021). ¿ Pueden las terapias con animales mejorar la calidad de vida de los mayores?. (Tesis de Grado). Universidad de La Laguna, Tenerife, España. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/25501/%c2%bfPueden%20las%20terapias%20con%20animales%20mejorar%20la%20calidad%20de%20vida%20de%20los%20mayores%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Velandia Mora, A. L., (2002). Investigación en Salud y Calidad de Vida. En Velandia Mora, A. L. y Sánchez Herrera, B. *El arte y la ciencia del cuidado* (pp. 295-314). Bogotá, Colombia: Universidad Nacional de Colombia. <http://analuia-velandia-mora-publicaciones.blogspot.com/2011/09/ana-luisa-velandia-mora-investigacion.html>
- Vera, M. (2007). Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia. *Anales de la Facultad de Medicina*, 68(3), 284-290. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832007000300012&lng=es&tlng=es.
- Videla, M. D., & Olarte, M. A. (2016). Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2), 1-19. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333147069001.pdf>

Wise, J. A., & de la Luz Casas, M. (2013). La toma de decisiones en adultos mayores. Reflexiones sobre autonomía y libertad. En G. M. Bermúdez, et al. (Ed.), *Envejecimiento Poblacional y Protección Social* (Vol. I, pp. 21). GASCA.

https://www.researchgate.net/publication/317387377_La_Toma_de_Decisiones_en_AM_Reflexiones_sobre_Autonomia_y_Libertad

Zapata Farías H (2001). Adulto Mayor: participación e identidad. *Revista de Psicología Redalyc*, 10 (1), 189-197. Universidad de Chile. Chile. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26410114>

Zasloff, R. (1992). *Friends, confidants, and companion animals: A study of social support network characteristics and psychological well-being among pet owners and non-owners*. Temple University. <https://www.proquest.com/openview/d6fcfa4d81af2770229f0e34c9dd353a/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>

Anexos

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes de la investigación “Bienestar mental y calidad de vida en adultos mayores según convivencia con animales de compañía”, de una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol de participantes en ella.

La misma será conducida por Sofía Michelle Sys, alumna de la Facultad de Psicología, de la Universidad Católica Argentina.

La meta de este estudio es explorar el nivel de bienestar mental y calidad de vida asociados a la tenencia de mascotas en dos grupos de adultos mayores entre 60 y 85 años de edad, residentes en el Territorio argentino.

Certifico que he sido informado/a con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio profesional que la estudiante, me ha invitado a participar del estudio “Bienestar mental y calidad de vida en adultos mayores según convivencia con animales de compañía”; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador/participante, contribuyendo a éste procedimiento de forma activa. Soy conocedor/a de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio profesional, cuando lo estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna. Teniendo presente que se respetara la buena fe, la confiabilidad e intimidad de la información por mí suministrada, lo mismo que mi seguridad física y psicológica.

- Acepto formar parte de la investigación
- No acepto formar parte de la investigación

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Edad: _____	<u>Sexo:</u> ☐ Masculino ☐ Femenino ☐ Otro
<u>Estado civil:</u> ☐ Soltero ☐ Casado ☐ Conviviente ☐ Divorciado / Separado ☐ Viudo	<u>Provincia</u>
<u>¿Actualmente, convive con otras personas?</u>	<u>¿Actualmente convive con animales?</u> ☐ Si ☐ No
<u>¿Con cuántos animales convive?</u>	<u>¿De qué especie son los animales con los que convive?</u>
<u>¿Hace cuánto tiempo convive con ellos?</u>	<u>¿Considera que tiene una relación cercana con su/s mascota/s?</u>
<u>¿Solo usted se encarga de todas las necesidades de su mascota o comparte responsabilidades con otra persona?</u>	<u>¿Le gustaría contarme algo sobre su/s mascotas/s que no se le haya preguntado?</u>

Anexo 3

LA ESCALA DE BIENESTAR MENTAL DE WARWICK-EDINBURGH (EBMWE)

A continuación encontrará algunas afirmaciones acerca de ideas y emociones.

Tenga a bien tildar el casillero que mejor describa lo que pensó o sintió durante las últimas 2 semanas

AFIRMACIONES	En ningún momento	Raramente	Algunas veces	Con frecuencia	Todo el tiempo
Me he sentido optimista con relación al futuro	1	2	3	4	5
Me he sentido útil	1	2	3	4	5
Me he sentido aliviado	1	2	3	4	5
Me he sentido interesado por las demás personas	1	2	3	4	5
He tenido suficiente energía de reserva	1	2	3	4	5
He resuelto bien los problemas	1	2	3	4	5
He estado pensando con claridad	1	2	3	4	5
Me he sentido bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
Me he sentido cercano a las demás personas	1	2	3	4	5
Me he sentido con confianza en mí mismo	1	2	3	4	5
He sido capaz de tomar mis propias decisiones con respecto a las cosas que me suceden	1	2	3	4	5
Me he sentido querido	1	2	3	4	5
He estado interesado en cosas nuevas	1	2	3	4	5
Me he sentido alegre	1	2	3	4	5

Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)

© NHS Health Scotland, University of Warwick and University of Edinburgh, 2006, all rights reserved.

Anexo 4

ESCALA DE CALIDAD DE VIDA WHOQOL-BREF

Por favor, lea la pregunta, valore sus sentimientos y haga un círculo en el número de la escala que represente mejor su opción de respuesta.

		Muy mala	Regular	Normal	Bastante buena	Muy buena
1	¿Cómo calificaría su calidad de vida?	1	2	3	4	5

		Muy insatisfecho/a	Un poco insatisfecho/a	Lo normal	Bastante satisfecho/a	Muy satisfecho/a
2	¿Cómo de satisfecho/a está con su salud?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia al grado en que ha experimentado ciertos hechos en las dos últimas semanas.

		Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Extremadamente
3	¿Hasta qué punto piensa que el dolor (físico) le impide hacer lo que necesita?	1	2	3	4	5
4	¿En qué grado necesita de un tratamiento médico para funcionar en su vida diaria?	1	2	3	4	5
5	¿Cuánto disfruta de la vida?	1	2	3	4	5
6	¿Hasta qué punto siente que su vida tiene sentido?	1	2	3	4	5
7	¿Cuál es su capacidad de concentración?	1	2	3	4	5
8	¿Cuánta seguridad siente en su vida diaria?	1	2	3	4	5
9	¿Cómo de saludable es el ambiente físico a su alrededor?	1	2	3	4	5

Las siguientes preguntas hacen referencia a si usted experimenta o fue capaz de hacer ciertas cosas en las dos últimas semanas, y en qué medida.

		Nada	Un poco	Lo normal	Bastante	Totalmente
10	¿Tiene energía suficiente para la vida diaria?	1	2	3	4	5
11	¿Es capaz de aceptar su apariencia física?	1	2	3	4	5
12	¿Tiene suficiente dinero para cubrir sus necesidades?	1	2	3	4	5
13	¿Dispone de la información que necesita para su vida diaria?	1	2	3	4	5
14	¿Hasta qué punto tiene oportunidad de realizar actividades de ocio?	1	2	3	4	5
15	¿Es capaz de desplazarse de un lugar a otro?	1	2	3	4	5

SIGA EN LA PÁGINA SIGUIENTE

Las siguientes preguntas hacen referencia a si en las dos últimas semana ha sentido satisfecho/a y cuánto, en varios aspectos de su vida

		Muy insatisfecho/a	Poco	Lo normal	Bastante satisfecho/a	Muy satisfecho/a
16	¿Cómo de satisfecho/a está con su sueño?	1	2	3	4	5
17	¿Cómo de satisfecho/a está con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria?	1	2	3	4	5
18	¿Cómo de satisfecho/a está con su capacidad de trabajo?	1	2	3	4	5
19	¿Cómo de satisfecho/a está de sí mismo?	1	2	3	4	5
20	¿Cómo de satisfecho/a está con sus relaciones personales?	1	2	3	4	5
21	¿Cómo de satisfecho/a está con su vida sexual?	1	2	3	4	5
22	¿Cómo de satisfecho/a está con el apoyo que obtiene de sus amigos/as?	1	2	3	4	5
23	¿Cómo de satisfecho/a está de las condiciones del lugar donde vive?	1	2	3	4	5
24	¿Cómo de satisfecho/a está con el acceso que tiene a los servicios sanitarios?	1	2	3	4	5
25	¿Cómo de satisfecho/a está con los servicios de transporte de su zona?	1	2	3	4	5

SIGA EN LA PÁGINA SIGUIENTE

La siguiente pregunta hace referencia a la frecuencia con que usted ha sentido o experimentado ciertos sentimientos en las dos últimas semanas.

		Nunca	Raramente	Moderadamente	Frecuentemente	Siempre
26	¿Con qué frecuencia tiene sentimientos negativos, tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, o depresión?	1	2	3	4	5