



Descripción del Bienestar Psicológico en Adultos Jóvenes y el Vínculo Humano-Canino

José Adelmo Torres Piraneque

Código 20251414201

Universidad Antonio Nariño

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Tunja, Colombia

2021

Descripción del Bienestar Psicológico en Adultos Jóvenes y el Vínculo Humano-Canino

José Adelmo Torres Piraneque

Proyecto de grado presentado como requisito parcial para optar al título de:

Psicólogo

Director (a):

Dr. Claudia Bibiana Pulido Suarez

Línea de investigación:

Psicología clínica y de la salud

Universidad Antonio Nariño

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Tunja, Colombia

2021

NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado *Descripción del bienestar psicológico en adultos jóvenes y el vínculo humano-canino*,

Cumple con los requisitos para optar

Al título de *psicólogo*

Firma del Tutor

Firma Jurado

Firma Jurado

Tunja, 7 de julio de 2021

Contenido

| | |
|--|----|
| Resumen..... | 1 |
| Abstract..... | 2 |
| Introducción | 3 |
| Planteamiento del Problema | 5 |
| Objetivos..... | 14 |
| Objetivo General..... | 14 |
| Justificación | 15 |
| Marco Teórico..... | 17 |
| Bienestar psicológico | 17 |
| Dimensiones del Bienestar Psicológico | 18 |
| Los componentes del bienestar | 27 |
| Elementos del bienestar | 28 |
| Bienestar psicológico por género..... | 30 |
| Propietarios de mascotas caninas..... | 30 |
| Bienestar psicológico en adultos..... | 31 |
| Bienestar psicológico en la relación humano mascota canina | 32 |
| Vínculo humano mascota-canina..... | 35 |
| Diseño metodológico | 37 |
| Tipo de Investigación..... | 37 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| Población..... | 38 |
| Muestra | 38 |
| Operacionalización de Variables | 39 |
| Instrumentos..... | 41 |
| Fuente de Información | 43 |
| Procedimiento | 44 |
| Fase I..... | 44 |
| Fase II..... | 44 |
| Fase III..... | 44 |
| Aspectos Éticos..... | 45 |
| Resultados | 46 |
| Discusión..... | 51 |
| Conclusiones | 63 |
| Recomendaciones | 64 |
| Referencias..... | 65 |
| Anexos | 72 |
| Anexo 1..... | 72 |
| Anexo 2..... | 74 |
| Anexo 3..... | 75 |
| Anexo 4..... | 77 |

Dedicatoria

Este proyecto se lo quiero dedicar principalmente a Dios por haberme permitido culminar esta ardua labor del aprendizaje desde lo psicológico. A mis padres por apoyarme con sus bendiciones y halagos. A Angela por acompañarme, comprenderme y apoyarme en la labor académica, a mi hija por ser mi motivación cada día, y a mi asesora por su dedicación y compromiso, por habernos guiado en este proceso, gracias por sus enseñanzas.

José Adelmo Torres Piraneque

Agradecimientos

Inicialmente a Dios, a mis padres, a Angela y a mi hija.

Agradezco a la docente Claudia Bibiana Pulido, por ser mi asesora y orientador en el proceso de investigación, gracias por compartir sus conocimientos y por guiar esta etapa de formación.

A cada uno de los docentes los cuales estuvieron orientando mi proceso de formación académica.

Gracias

Resumen

El presente estudio de tipo cuantitativo en el que se evaluó el bienestar psicológico como un índice en sí mismo y no un predictor, enfatizando: la autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida y el vínculo humano-canino respecto a: la interacción Perro-Dueño, percepción de cercanía emocional y costos percibidos. Se utilizó la escala de Bienestar Psicológico Ryff y la escala de Monash para evaluar el vínculo humano-canino. Se tomó una muestra de 50 adultos jóvenes, seleccionada por conveniencia, con diseño transversal, no experimental. Los resultados arrojaron que el bienestar psicológico está en 94% acumulado con nivel alto, las es y el vínculo Humano canino con 82% acumulado sobre el promedio; indicando que el vínculo favorece las conductas personales en los social y emocional

Palabras clave: Bienestar psicológico, vínculo, adulto joven, vínculo mascota.

Abstract

The present quantitative study in which psychological well-being was evaluated as an index in itself and not a predictor, emphasizing: self-acceptance, positive relationships, autonomy, mastery of the environment, personal growth and life purpose and the human bond-canine regarding: Dog-Owner interaction, perception of emotional closeness and perceived costs. The Ryff Psychological Well-being scale and the Monash scale were used to assess the human-canine bond. A sample of 50 young adults was taken, selected for convenience, with a non-experimental, cross-sectional design. The results showed that psychological well-being is 94% accumulated with a high level, it is and the canine Human bond with 82% accumulated above the average; indicating that the bond favors personal behaviors in social and emotional.

Keywords: Psychological well-being, bond, young adult, pet bond.

Introducción

La presente investigación se tituló “Descripción del Bienestar Psicológico en Adultos Jóvenes y el Vínculo Humano-Canino” en la que se trabajaron conjuntamente el bienestar psicológico (BP) como variable independiente y vínculo humano-canino (VHC) como variable dependiente en adultos jóvenes propietarios de mascotas caninas de la ciudad de Tunja.

La idea nace de dos presunciones en particular, en primer lugar, de la creciente ola de Coach que han surgido durante la última década y cómo ellos han influenciado en el BP de las personas, así mismo el aumento de políticas, organizaciones, empresas e individuos que se preocupan por cuidado de las mascotas en general, recalcando hipotéticamente el bienestar de las personas con el vínculo de la mascota canina y finalmente el aprecio hacia el adulto joven propietario un canino, que Izquierdo (2007) señala en edades de 18 a 45 años.

En relación con la variable independiente (Barrientos, S. 20017; Cabrera, V. 2016; Garcia, J. 2013 y Plumed, A. 2017) refieren a Ryff (1995) como precursora del modelo de Bienestar Psicológico, considerándolo como un índice de bienestar en sí mismo y no un predictor de bienestar; igualmente evalúa; autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida, relacionándose con la satisfacción vital y subjetiva del individuo. Al mismo tiempo la autora desarrollo el instrumento de autoreporte y se reconoce a Díaz et al. (2006) como traductor de la escala y mejor versión para medir la población latinoamericana.

Por otra parte, las interacciones abarcan diversas especies, en el caso, el vínculo humano-canino que está definido como las relaciones entre el perro y las personas de su círculo, estableciendo una sujeción de compañía. Afecto y el costo beneficio percibido de la salud física y mental de la persona; conviene aclarar que este concepto esta “*categorizado dentro de la*

Antrozología como ciencia y esta a su vez definida como la interacción humano-animal”

Meléndez (2014), además es un área de interés nueva dentro de la psicológica interdisciplinar. Con respecto al instrumento la evaluación se realiza a través de la Escala de Monash tipo likert denominada por el autor Dwyer et al. (2006) como “*escala de relación de propietario perro de Monash*”; resaltando las tres subescalas interacción perro-dueño, percepción de cercanía emocional y costos percibidos.

Igualmente, la metodología utilizada tiene un enfoque cuantitativo, diseño descriptivo; midiendo, interpretando y clasificando datos de las subescalas para integrarlos y luego decir como es, y como se manifestaron los resultados; en esa misma línea se recolectaron datos con el procedimiento de muestreo por conveniencia, con respecto al diseño es de corte transversal midiendo datos en un tiempo único. A su vez la muestra, cabe precisar que fueron adultos jóvenes residentes en la Ciudad de Tunja con edades entre los 18 y 45 años sin distinción de género, estrato socioeconómico, nivel educativo y raza del perro.

Finalmente, los hallazgos demuestran que el vínculo humano-canino es uno de los factores protectores del bienestar psicológico e inhibidor de las conductas negativas tanto sociales, emocionales y personales, evidenciando según los parámetros de la escala de Monash, vínculos sobre el promedio al 54% de los evaluados y vínculos altos al 28%, comprobando una existencia de vínculos estrechos en relación con la interacción, cercanía y bajos costos de la tenencia de mascotas en los participantes de la investigación. Del mismo modo el 94% del porcentaje acumulado de los propietarios de mascotas caninas estaban en un nivel superior al promedio en el bienestar psicológico.

Planteamiento del Problema

Las estadísticas caninas a nivel mundial son inciertas, puesto que algunos países en vía de desarrollo en continentes como África y América Latina y parte de Asia no evidencian información o estudios que validen datos exactos. Aun así, en el artículo titulado *¿cuántos perros hay en el mundo?* García (2017), de manera puntual refiere la existencia de 580 millones de perros, de igual manera en Asia se calcula 162 millones y en África unos 150 millones que podrían o no tener dueño. Sin la exactitud prevalente de la cantidad de mascotas caninas en los dos continentes cabe resaltar que las políticas en pro de los animales y salud pública son de menor importancia, de tal manera que los perros pueden o no habitar en un hogar, concluyendo que son países de bajo recursos y en vía de desarrollo que no destacan la interacción humano mascota (p. 15).

A continuación, el Semanario el país (2016), simplifica que la Industria Europea de Alimentos para Mascotas en Europa porcentúa una población total de 151,3 millones de perros y el American kennel Club relata que la Unión Americana registra 90 millones de perros; mientras que en Latino América data a Brasil con unos 30 millones de canes domésticos, Argentina rondaría los 6,5 millones y Colombia alrededor de 5 millones. Por lo tanto, se considera que los países europeos y Estados Unidos en mayoría industrializados con calidad de vida y sistemas de políticos que normatizan y velan por la vida de las mascotas y salud de los dueños, instituyen asociaciones en pro de la relación humano mascota, en cuanto a Latino América cabe resaltar que una menor parte de los países cuentan con sistemas de censo canino como parte del procedimiento de vacunación (pp. 1-10).

Además autores como Plumed (2017), en su artículo titulado “*actitud, tenencia y vínculo con animales de compañía: relación con la personalidad, recursos y salud psicológica*” enfatiza

el trato hacia los animales de compañía, su tenencia y el tipo de animal que se posee, sus cuidados, disfrute, grado de vínculo, y su relación con el bienestar psicológico resaltando el estudio en 1013 estudiantes universitarios españoles en función de parámetros sociodemográficos, donde el 43,4% eran hombres y 56.6% eran mujeres con el rango de edad entre los 17 y 55 años (pp. 50-75).

Así mismo la comprensión, desde una mirada psicológica Plumed (2017), pretende señalar que el vínculo humano animal está inmerso en la personalidad, afectividad; así como los aspectos cognitivos o tipos de pensamiento positivos que pueden llegar a darse en caso específicos de personas que en su entorno social tienen un nivel de interacción y empatía, haciendo de esta compañía un enfoque al bienestar psicológico ya que reprime sentimiento de soledad, nivel autoestima y proporcionando información de bienestar laboral, bienestar material y satisfacción con la vida; de la misma forma enfatiza que las mujeres presentan actitudes más positivas hacia los animales de compañía que los hombres (pp. 50-75).

Hay que mencionar que el caso de Soler (2017) en su estudio titulado “*el vínculo entre el ser humano y los animales: aspectos psicológicos y psicopatológicos*” cuyo objetivo era profundizar la relación de las personas con sus perros y los factores o variables que pudieran contribuir a los diferentes patrones de relación propietario-perro, con una muestra de 1140 asistentes de la ciudad de Barcelona. En la revisión se resalta que el vínculo humano-animal en la convivencia se da través de la escala costos y beneficios percibidos; donde se reconoce el vínculo emocional y de interacción con los vínculos de cuidado y el nexo existente entre la convivencia con animal de compañía y el nivel de satisfacción del propietario con su vida (pp. 50-80).

Será preciso señalar que la aplicación terapéutica en rehabilitación psicosocial de pacientes con esquizofrenia, se midió con la escala de PANSS en un programa de duración de seis meses y un efecto novedoso con la asistencia de perros, donde se dio de forma inmediata un vínculo entre la persona y el canino con un alto componente emocional, dando como resultado una alta adherencia al programa, reducción sintomatológica negativa y reducción de los niveles de estrés después de cada sesión según Soler (2017), evidencia el trastorno de acumulación de animales “síndrome de Neo” mostrando un vínculo inadecuado o perjudicial en la persona o animal, caracterizando 24 casos comorbidos con acumulación de objetos dando a conocer que en los hogares son desorganizados, disfuncionales y aislados socialmente (pp. 50-80).

En el presente artículo se puede resaltar el costo beneficio adquirido evidenciando los beneficios recibidos en la relación humano-mascota canina en el factor salud y bienestar psicológico tanto en personas con esquizofrenia como en personas psicológicamente sanas y saludables. En cuanto a las personas disfuncionales se reconoce psicopatologías como la acumulación de animales y apego hacia los mismos, concluyendo Soler (2017), que en los dos casos hay componentes emocionales siendo en el primero un desarrollo psicológico próspero y en el segundo hay énfasis en la patología que desarrolla un apego excesivo hacia los animales paralelo a los objetos (pp. 50-80).

De manera semejante Ramírez (2017), destacar los beneficios y los vínculos entre la especie humana y canina en su investigación titulada “*versión mexicana de la escala de Monash*” subrayando que la escala más robusta para medir la relación humano-perro y evaluar propiedades psicométricas del vínculo humano-canino; demostrando su eficacia con la participación de 650 personas de ambos géneros, todos con al menos un perro; los resultados demuestran que la escala tiene adecuadas propiedades de validez y confiabilidad lo que sugiere

su adecuado uso a la población mexicana. De tal manera que las personas que aceptaron participar en el estudio reportan relaciones positivas con sus mascotas. Conforme a lo antes expuesto se deduce que la escala de Monash tiene criterios consistentes de carácter interno para ser aplicada en el contexto boyacense demostrando su validez para evaluar propiedades psicométricas de la población colombiana y el instrumento adecuado para el fin de esta investigación (pp. 4-9).

Para comprender mejor la relación del dueño y su perro se particulariza la antrozoología como ciencia y definida como la interacción humano animal, de ahí que Melendez (2014), en su artículo titulado “*antrozoología como área interdisciplinar entre el vínculo humano- animal y sus implicaciones para la psicología en Puerto Rico*” por consiguiente considero el objetivo de realizar una revisión histórica documental sobre la importancia de la interacción humano-animal en términos biopsicosociales. Destaco la relación positiva entre las personas y los animales, este último como proveedor de bienestar psicológico a través de las intervenciones asistidas por animales como lo son la equinoterapia y acompañamiento al adulto mayor y la adaptación de reglas y hábitos que acogen los niños que tienen mascota; de esta manera contribuyen a la estabilidad emocional, habilidades y destrezas en las personas (pp. 5-18).

No obstante, la antrozoología como área interdisciplinar desde el enfoque psicológico, Melendez (2014), justifica las ventajas que deja la interacción humano-animal resaltando las intervenciones positivas, desde la terapia con animales en la niñez hasta el adulto mayor destacando un bienestar psicológico a nivel emocional, conductual y cognitivo en los pacientes. De la misma manera se explora la idea de la contribución conceptual y teórica desde un estudio documental, formando análisis desde una perspectiva psicológica poco estudiada en el ámbito de la salud mental (pp. 5-18).

Otro rasgo importante, de acuerdo con Díaz & Olarte (2016), en su estudio descriptivo titulado “*Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios*” evidencian los mecanismos y circunstancias que favorecen las dos especies en cuanto a la personalidad y los beneficios percibidos por custodios; tomando una muestra de 549 tenedores de mascota que respondieron a un cuestionario sociodemográfico online, una evaluación de personalidad abreviada basada en el modelo de los cinco grandes y la escala de beneficios percibidos. Dando como resultado que la única dimensión de la personalidad asociada a los puntajes de bienestar psicológico EBP por su abreviatura, fue apertura a la experiencia; a su vez, esta fue la única dimensión de personalidad asociada en considerar un animal de compañía como miembro de la familia en cuanto al género. Las mujeres puntuaron significativamente más alto en beneficios percibidos que los hombres y por último los custodios de perros percibieron mayores beneficios de la relación con sus animales (pp. 5-15).

Para concluir, las dimensiones personalidad y beneficios percibidos en la relación humano mascota se da una perspectiva virtual en la aplicación de psicometría de escala y personalidad resaltando la validez y confiabilidad según Díaz & Olarte (2016), de las mismas resalta mayores beneficios percibidos en caninos que en otros animales y finalizando, las mujeres perciben más beneficios que su congénere, percibiendo nuevamente los beneficios adquiridos en la salud mental y el vínculo humano canino (pp. 5-15).

Abria que decir que el investigador argentino Díaz (2015), en su artículo titulado “*antrozología, definiciones, áreas de desarrollo y aplicaciones prácticas para profesionales de la salud*” cuyo objetivo fue comprender los estudios de interacción entre humanos y otras especies. Resalta el crecimiento sostenible en materia de estudio del vínculo humano animal desde hace treinta años, en los que incluye los aspectos evolutivos implicados, procesos de

desarrollo aprendizaje, factores culturales, salud, bienestar psicológico y los animales en las familias humanas. Para este autor la antrozoología incluye estudios de casi todos los aspectos de la interacción con otras especies y trascendencia de los sentimientos ligados a los diferentes tipos de mascotas que tienen los seres humanos como proceso de evolución en la sociedad y su pluriculturalidad. Cabe destacar que la psicología hace parte del campo interdisciplinar de dicha área; relacionado sus modelos, terapias y dimensiones del ser humano en el bienestar psicológico como proceso investigativo de la ciencia emergente en las últimas tres décadas (pp. 180-198).

Así mismo para Díaz & Olarte (2019), en la investigación titulado “*diferencias de género en distintas dimensiones del vínculo humano perro: estudio descriptivo en ciudad Autónoma de Buenos Aires*” dicho lo anterior describió el objetivo de describir diferencias en la relación humano-perro en múltiples dimensiones, según el género del custodio, con una muestra de 119 hombres y 306 mujeres entre 21 y 95 años a los cuales se les aplicó un cuestionario sociodemográfico con características de la mascota y del dueño y la escala de relación humano-perro. Los resultados destacados fueron que los hombres tuvieron perros de un tamaño más grande que las mujeres, y ellas a su vez pasan mayor cantidad de horas diarias con sus perros, a diferencia de los hombres. En relación con lo anterior en el vínculo humano perro hubo mayor afluencia de mujeres que hombres en la investigación, de la misma manera compartían más tiempo con sus mascotas caninas. En cuanto a los hombres escogen a sus mascotas por el tamaño de las mismas (pp. 4-12).

De igual modo una investigación titulada “*bienestar psicológico en estudiantes de carreras de salud*” realizada por Barrientos (2017), y acorde al objetivo de identificar el bienestar psicológico en estudiantes de áreas de salud en una universidad estatal del sur de Chile, en el que participaron 190 estudiantes de salud de ambos géneros utilizando la escala de

bienestar psicológico de Ryff. Obteniendo el 40,6 % tiene propósito de vida claros, el (41.7%) tiene un nivel deficitario con el entorno, el (26.6%) bajo nivel de autonomía y el (25.3%) bajo nivel de crecimiento personal. destacando que las mujeres poseen dimensiones relacionales más positivas que los hombres y estos a su vez puntúan más alto en autonomía; aceptando, desarrollo y un proceso en los cambios de la vida universitaria (pp. 3-5).

Los resultados comparativos de la investigación respecto al bienestar psicológico de Barrientos (2017), son contundentes respecto al género, por lo tanto las mujeres tienden a relacionarse fácilmente en los diferentes contextos sociales, de igual manera sacan más provecho las relaciones interpersonales; mientras que los hombres se enfocan desde una perspectiva independiente y emancipada en la toma de decisiones de la vida personal; así mismo la subescalas, en propósito de vida y nivel deficitario del entorno prevalecen sobre las subescalas de autonomía y crecimiento personal tanto en hombre como en mujeres (pp. 3-5).

Para justificar la variable, Bienestar Psicológico en el contexto boyacense se acudió al artículo titulado “*estudio psicométrico de las escalas de bienestar psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos*” de modo que autores como Pineda et al. (2017), enmarcan el bienestar psicológico en el desarrollo de las capacidades y del crecimiento personal, centrándose en los mecanismos asociados con el funcionamiento y el ajuste saludable afirmando que este se caracteriza por unas dimensiones subjetivas, evolutivas y multidimensionales incluidas las condiciones individuales y socioculturales que lo facilitan o lo dificultan. Concluyendo que la escala es apropiada para evaluar el bienestar psicológico en jóvenes adultos facilitando la discriminación por nivel educativo, sexo y estatus socioeconómico en las seis dimensiones evaluadas. No obstante, cabe resaltar que la muestra de 727 participantes fue tomada de Tunja y Bogotá resalta la facilidad para evaluar el bienestar psicológico en jóvenes adultos de la capital

boyacense, dando fiabilidad a sus constructos y validez discriminatoria al género, edad y nivel educativo, dando soporte la investigación en curso (P. 47).

Así mismo en Colombia seis de cada diez hogares tienen mascotas. Según la Revista Dinero (2019), información que se recolecto a través de una encuesta online realizada en las ciudades principales de Colombia a 1.000 personas mayores de 18 años de estratos dos al seis, a esto se añade que en la industria comercial de concentrado asciende a 177.000 millones en ventas anuales y los 97.000 nuevos hogares que tienen por lo menos una mascota. A lo anterior se suma la admisión de mascotas a restaurantes, centros comerciales y el crecimiento del 80% en negocios de guarderías, spa, gimnasios y clínicas entorno al cuidado de las mascotas (p. 3).

A lo anterior, se concluye que la población colombiana está adquiriendo mayor cantidad de mascotas e invirtiendo mayor cantidad de dinero en alimentación, cuidado y bienestar general, a ello se le suma la creciente de negocios entorno al cuidado de las mascotas. De esta manera se infiere que la población colombiana tiene un vínculo afectivo y respecto a sus mascotas, entorno al beneficio percibido por las mismas y su posible influencia en el bienestar psicológico. (págs. 1 y 2).

Dicho lo anterior la ciudad de Tunja dio a conocer el primer censo canino organizado por el Concejo Municipal de Tunja y la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, UPTC (2018), Destaco que el 6% de las razas son peligrosas y solo el 3% de ellas están debidamente registradas, el 80% de las mascotas tiene vacuna antirrábica y el 25% está sin desparasitación. Es así que en la capital boyacense para febrero de 2018 hay 45.225 perros con registro de sexo, talla, raza y ubicación; siendo la ciudad con un censo más completo a nivel nacional, a ello se le suma los estratos y lugares donde se encuentran mayor cantidad de perros callejeros (pp.1-3)

Para comprender las cifras mencionadas anteriormente por el Concejo Municipal de Tunja y la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia UPTC (2018), y resaltar el vínculo humano-mascota subrayando el tipo de canino y estrato socioeconómico de los dueños en la capital boyacense. Es evidente que hay un 25% de perros que tienen dueños responsables y podría ver un vínculo de beneficio percibidos y vínculo emocional, adicionalmente se registra que el 6% de los registros pertenecen a mascotas caninas y solo el 3% están debidamente registradas; no obstante cabe la duda a que género pertenecen estas mascotas y cuáles serán los resultados de la escala de bienestar psicológico de los dueños de estas razas, de manera puntual se consideran otros cuestionamientos de las cifras dadas con el registro de vacunación canina.

De acuerdo con las anteriores revisiones bibliográficas se plantea la siguiente pregunta.

¿Cuál es el bienestar psicológico de adultos-jóvenes de la ciudad de Tunja y el vínculo humano- canino?.

Objetivos

Objetivo General

Describir el bienestar psicológico y el vínculo humano-canino en adultos jóvenes de 18 a 45 años de la ciudad de Tunja.

Objetivos Específicos

Evaluar el bienestar psicológico de adultos-jóvenes propietarios de mascotas caninas a través de la escala de Bienestar Psicológico de Ryff.

Determinar el tipo de vínculo existente entre el dueño y su mascota-canina por medio de la escala Monash.

Analizar las características sociodemográficas de la muestra en cuanto a, con la edad, género, estrato socio-económico, nivel educativo, estado civil, tamaño de la mascota, tiempo del vínculo, sexo, procedencia, tiempo de vinculo y gastos mensuales de la mascota.

Justificación

La presente investigación se justifica brindando la oportunidad mediante un análisis cuantitativo del bienestar psicológico para generar desde el ámbito clínico pertinente al manejo de factores, tratamiento y prevención en aspectos relacionados con la salud mental y conducta adaptativa del comportamiento humano y la interacción con su mascota canina. Considerando resultados que aporten a la psicoterapia y comprensión de las manifestaciones psíquicas y físicas de las personas sujeto de estudio.

Igualmente la exploración y revisión bibliográfica en base de datos, fuentes documentales y estudios empíricos evidencian la falta de información sobre vínculo humano-mascota canina y su influencia en el bienestar psicológico en la etapa adulta, teniendo un bajo nivel de refutabilidad considerable en el área científica, Es así que la información registrada en la actualidad se ha recolectado de fuentes interdisciplinarias que permiten conceptualizar y describir manera independiente el estudio de dichas variables a esclarecer.

Así mismo dentro de los aspectos relevantes socialmente estructurados, el estudio puede servir de plataforma para entender acciones en función de equilibrar emociones, fortalecimiento y relaciones interpersonales que se dan en diferentes contextos socio-culturales teniendo en cuenta que en el nuevo milenio se han aumentado los estudios y las investigaciones en términos humano-animal, incluyendo la actual posición de la psicología respecto a la interdisciplinariedad.

En este sentido la investigación busca generar un aporte en la psicología clínica brindando con los datos obtenidos en el estudio información que servirá de sustento en el trabajo de terapias asistidas, donde tienen como propósito la mejoría del funcionamiento físico, social, emocional y/o cognitivo de los seres humanos, de igual manera servirá como aporte al estudio en

los procesos de evaluación de los factores generadores o protectores de los trastornos a nivel emocional y en lo que respecta a la evaluación del bienestar psicológico de los seres humanos.

Teniendo en cuenta lo anterior, el estudio busca dar un valor profesional a partir de los resultados obtenidos. Concibiendo refutar las fuentes de debilidad y de fuerza en el ser humano, de igual manera la forma de relacionarse con su entorno y su funcionamiento cognitivo y emocional de a) auto-aceptación, b) dominio del entorno, c) relaciones positivas con los demás, d) autonomía, e) crecimiento personal, y f) Propósito de vida, para sistematizar funciones preventivas y promotoras en la salud mental individual y colectiva con el énfasis antrozoológico promoviendo el crecimiento profesional y proyección personal como psicólogo.

De igual manera la investigación buscara establecer un ancla en la articulación psicológica y antrozoológica en las líneas de investigación de la Universidad Antonio Nariño formando y un espiral, siendo el primer proyecto de investigación institucional que estudia el vínculo humano mascota y el bienestar psicológico en adultos jóvenes.

Del mismo modo hay diferentes aportes académicos, analizando el bienestar psicológico en adultos jóvenes y el vínculo humano canino a nivel internacional, pero hacen falta estudios que vinculen las variables de bienestar psicológico y vinculo humano canino a nivel nacional esto podría desencadenar una creciente ola de investigaciones con fines psicológicos e interdisciplinarios dentro de la antrozología, ampliando información que genere impacto en la salud mental, emocional y física de las personas.

Marco Teórico

Bienestar psicológico

El bienestar psicológico según Martín (2016) “es un proceso interno e independiente, duradero y de mayor calidad que el subjetivo, este se vincula con las emociones y la mente, determinando el estado psíquico adaptándose a las exigencias internas y externas del entorno social y físico”. Así esta teoría nace de un balance de las propias experiencias y el aprendizaje adquirido en la vida, el cual hace que la personas actúen con base a metas y logros articulados de las habilidades y el carácter para hacer un cambio cognitivo conductual y mejore la calidad de vida en cualquiera de las dimensiones; con el fin que las personas tomen decisiones trascendentales y resolución problemas (P. 14).

En principio y como fundamento empírico se razona el conocimiento humanista y holístico de los griegos sobre el concepto del hombre y la humanidad, al igual que su filosofía y legado cultural, así lo manifiesta Saavedra (2007), “no hay producción intelectual de occidente un solo elemento que no dé testimonio de la obra de los griegos. Desde la literatura hasta la ciencia, los hombres cultos de occidente han pensado, del mismo modo que pensaban los griegos”. En efecto se da un contraste del legado intelectual y metódico de la antigua Grecia desde una perspectiva filosófica hacia la psicología y fundamento epistemológico del hombre como ser. (pp. 7-19).

De igual modo se evalúa el bienestar con fundamentos psicológicos, requiere comprender conceptos vinculados con áreas afines como la filosofía en razón, el autor refiere al hombre como “un ser vivo capaz de razonar” de esta manera se unen dos palabras una conforma el conocimiento y la segunda el pensamiento del hombre en sus acciones (pp. 7-19).

De manera semejante resalta Vásquez et al. (2009), el segundo componente expresado en la eudaimonía la define como “vivir de forma plena o dar realización a los potenciales humanos más valiosos” De esta manera temas reconocidos en la psicología positiva, o bienestar psicológico. Donde justifican las metas, fomentan el bienestar subjetivo con base a las habilidades, necesidades y fortalezas (pp. 17-18).

El padre de la psicología positiva y autor del libro *Florece* Seligman (2016), Antes pensaba que el tema de la psicología positiva era la felicidad que la norma de oro para medir la felicidad era la satisfacción con la vida, y que la meta de la psicología positiva era aumentar la satisfacción con la vida. Ahora pienso que el tema de la psicología positiva es el bienestar, que la norma de oro para medir el bienestar es florecer, y que la meta de la psicología positiva es aumentar el florecimiento. Esta teoría que llamo teoría del bienestar, es muy diferente de la teoría de la felicidad (p. 20).

Comprender la psicología positiva desde una perspectiva humanista en la que establece parámetros como la felicidad y la satisfacción con la vida los cuales en conjunto constituyen el bienestar psicológico, teoría que reconoce al ser humano como instaurador de su propio éxito en sus diferentes dimensiones y contextos allegados, contemplando la interacción humano mascota en la integridad física, emocional y mental. (p. 20)

Dimensiones del Bienestar Psicológico

El bienestar refiere a la calidad de vida de las personas en los diferentes ámbitos y situaciones al que se enfrentan. Para Sen (2011), está definido como “un estado en que los individuos tienen la capacidad y la posibilidad de llevar una vida que tienen motivos para valorar”. De tal manera que las personas comprenden este concepto como un estado físico y

mental saludable, donde sus decisiones influyen fundamentalmente en tal proceso, al igual que el concepto vinculado en procesos y adquisición educativa en los contextos socioculturales de crianza y desarrollo (p. 1).

En relación a lo anterior Hettler (1976) en su Instituto Nacional de Bienestar lo define como “un proceso activo a través del cual las personas toman conciencia y toman decisiones para lograr una existencia más exitosa”. Al mismo tiempo se complementan como una red en la cual un estado influye y fluctúa con el otro, tomando un sentido complejo en la calidad de vida que lleva cada persona acorde a sus habilidades y su desarrollo en variedad de actividades que contribuyen a su bienestar físico y mental (p. 2).

En cuanto a Davis (2017) en su artículo “*definiciones de bienestar, significado, dimensiones y ejemplos*”, realiza una clasificación bajo las siguientes dimensiones que se conceptualizaran bajo las premisas de: bienestar emocional, bienestar físico, bienestar intelectual, bienestar ocupacional, bienestar social, bienestar espiritual y bienestar financiero, temas a conceptualizar (p. 3).

Bienestar emocional. Es el desarrollo de habilidades emocionales en las que incluyen pensamiento, capacidad de recuperación y el uso de fortalezas que fortifica el propósito de vida y su satisfacción en los diferentes ámbitos del individuo como laboral, familiar, social en otros. así lo declaró Fraternidad Muprespa (2021) con el artículo titulado “Bienestar Emocional” con el fin que las personas se sentirse en armonía y tranquilidad consigo mismos y los demás teniendo un dinamismo entre sus proyectos y la realidad, ajustando sus capacidades, necesidades y posibilidades a la resolución de conflictos, creencias y recuperación de la adversidad. Todo esto con el fin de establecer una estabilidad física y mental influenciando su estado la fuerza y eficacia que necesita el ser humano ante los contratiempos y conflictos del día a día. (p. 3).

Hay que mencionar que las expresiones, actitud y los afectos están íntimamente relacionado con la estabilidad emocional, esto se refleja en las respuestas biológicas de las personas con una conducta acorde al estilo de vida saludable, interpretación correcta de la realidad, relaciones interpersonales, actitud positiva y estabilidad en la salud física. A su vez fomentar y prevenir experiencias negativas o establecer la resiliencia como medio de afrontar y disminuir los efectos contraproducentes de la salud mental y física del ser humano y su conducta que conlleve a los buenos hábitos, alimentarios, físicos y equilibrio mental; Al mismo tiempo se recomienda la manera de cuidar y proteger las emociones: (p. 4).

Primeramente, estar continuamente en lugares y con personas agradables, que contribuyan a nuestro crecimiento personal, tranquilidad y felicidad, Al mismo tiempo establecer espacios personales para el desarrollo intrapersonal evitando la pérdida del control emocional en momentos de crisis o de conflictos. (p. 5).

Además, proponer metas que contribuyan al propósito de vida y mantenga la mente en constante movimiento con sentido de logro en actividades agradables y tranquilas para el bienestar personal, señalando que este tipo de experiencias se comparten con personas a fines con la idea, que promuevan los pensamientos y la actitud hacia la terminación del plan u objetivo. (p. 6)

Bienestar físico. Esta dimensión es la que más se debe cuidar y desarrollar, puesto que la salud es el motor de ser humano y esta se cuida a base de una rutina de ejercicios, sueño y una dieta; donde otorgar beneficios a las emociones, sistema inmunológico, toma de decisiones y otras áreas interpersonales que aportan a la calidad de vida. Así mismo el Estado de Massachusetts en Estados Unidos en su página Mass (2018) declara “El bienestar físico tiene que ver con hacer lo que puedas para fortalecer y cuidar tu cuerpo” (p. 1).

Conforme a lo anterior en el bienestar físico hay conceptos de actividad física y nutrición; como tal la Univesidad de la sabana (2021) refiere que para equilibrar la esfera salud en el cuerpo y la mente es fundamental tener un hábito de ejercicios para mantener al límite las enfermedades con la hipertensión, metabolismo, diabetes, obesidad incluyendo la depresión y ansiedad, adicionalmente tener un cuerpo ejercitado es un factor motivacional que ayuda en el cumplimiento diario de las metas y tareas asignadas durante el día, favorece las demás dimensiones emocionales, ocupacionales e intelectuales (p. 1).

Por otra parte, la alimentación saludable integra una variedad de nutrientes que fortalecen y dan energía a cuerpo y la mente ayudando a la ejecución de tareas diarias, influencia en el sistema inmunitario y el estado de ánimo, a su vez se considera que no todas las bebidas y lo que ingiere el cuerpo es saludable, como el alcohol, drogas, cigarrillo entre otros productos que perjudican de forma inmediata, mediano o a largo plazo la salud y los malos hábitos o conductas poco deseables (p. 1).

Del mismo modo sucede cuando el sueño y descanso repone el cuerpo física y mentalmente previniendo patologías, para ello se deja de lado el ordenador, móvil o la tablet, hábitos que desfavorecen la recuperación de la energía vital, al mismo tiempo el organismo tras un descanso fundamental favorece el sistema inmune, control del peso y protege el corazón; todo esto bajo los estándares de sueño que dependen de la edad de la persona sujetas a las horas sueño correspondientes maximizando la productividad en el día a día (p. 2).

Bienestar intelectual. El Proceso de adquisición de conocimiento requiere implementar o desarrollar hábitos que en el día a día se aprenda trabajando los sentidos a favor de la creatividad a través de la literatura, el arte, la música y el cine entre otros aspectos. Impulsando la vida hacia la argumentación en las conversaciones, los pensamientos y las metas que

fortalecen las demás dimensiones de manera integral; así lo destaca Gaítan (2015) en el periódico el Campesino “el ser humano es el único ser vivo que tiene facultades mentales avanzadas, por eso se afirma que somos animales racionales y la razón se fundamenta en el intelecto” (p. 1).

De la misma manera el ser humano utiliza el intelecto para comprender el mundo que lo rodea y este se desarrolla a medida que se va adquiriendo el conocimiento, a la vez el mismo está sujeto a valores, normas y experiencias que enriquecen o empobrecen creencias que debilitan o fortalecen al ser humano en las dimensiones acompañantes. Este proceso se constata en el trato que tenemos hacia los demás, resultado de tareas cotidianas, el trato con la naturaleza, visión del futuro y el trato hacia nosotros mismo (P. 1).

Puesto que en ocasiones las personas confunden los conceptos de conocimiento, inteligencia y sabiduría que se entrelazan; así que Hernández (2020) en su artículo titulado “*Inteligencia, Conocimiento y Sabiduría*” comparte que el conocimiento es la experiencia, observación y el estudio que se da sobre el estado de los objetos, seres y contenidos del patrimonio cultural del hombre, en segundo lugar la inteligencia es el proceso de asimilación, comprensión y elaboración de información que utilizan las personas o procesadores para razonar, planear y resolver problemas y por último la sabiduría que conllevan al ser humano a tomar decisiones equilibradas, con juicio y entendimiento para alcanzar metas y aconsejar a otros (pp. 2-5).

Bienestar ocupacional. Desarrolla competencias y habilidades que beneficien a los demás como acto de solidaridad, sin necesidad de recibir algo a cambio y otorgar un estado significativo al bienestar del individuo y al mundo en general, esto se puede realizar de diversas maneras como acto de caridad, cargo de voluntario, ayudar de diferentes maneras a los compañeros, amigos o familiares; siendo un aporte significativo hacia los demás y disminuyendo

nuestra carga emocional y peso de las preocupaciones. “Previo al desempeño profesional en una ocupación determinada es necesario elegir el camino laboral que se desea tomar.” Así lo destaca Navarro (2010) en su artículo titulado *“La Orientación Ocupacional para Elegir Fundamentadamente una Ocupación: Propuesta Alternativa”* (p. 4).

Una de las áreas más representativas en la vida de las personas es saber elegir el campo ocupacional donde se desempeñara la mayor parte de la vida, esta incógnita surge después que las personas terminan el colegio o abandonan el mismo, puesto que entra en juego un compendio de experiencias y conocimientos al momento de tomar una decisión, ya sea eligiendo una carrera profesional, crear una empresa, auto-emplearse o conseguir un trabajo; este proceso es literalmente un dolor de cabeza y aún con más preocupación si la persona tiene responsabilidades económicas (p. 3).

Emprender un camino en la educación superior necesita de argumentos que favorezcan las aptitudes del futuro profesional, según Ministerio de Educación (2016) “se necesita de llenar las expectativas y alcanzar las metas trazadas en tu proyecto de vida”. Adicionalmente reconocer los puntos fuertes y débiles en cuanto al desempeño de las materias y sus calificaciones, desarrollo de habilidades técnicas en caso de ser una carrera técnica y por ultimo entrelazar el instituto elegido para realizar la carrera técnica, tecnológica o profesional y los medios económicos para sostenerse durante el proceso y culminación (p. 1).

Así mismo una de las ocupaciones del ser humano es el trabajo, donde Romero (2017) en su artículo titulado *“Significado del Trabajo desde la Psicología del trabajo. Una revisión histórica, psicológica y social”* destaca la actividad como una “distinción entre quién la debe realizar y la forma en la cual se debe hacer” ciertamente permite una igualdad entre las personas para conseguir una economía acorde a las habilidades y el tipo de trabajo en el que se desempeña

dando un reconocimiento a la persona, familia y contexto sociocultural inmediato. De igual forma esta actividad desempeña una estructuración de tiempo, relaciones interpersonales y vida cotidiana, igualmente hay un reconocimiento directamente proporcional entre calidad de vida, ingresos mensuales fijos y trabajo en el que se desempeña, ya sea profesional o técnico (pp. 2-4). Para finalizar, en el desarrollo ocupacional se encuentra articulado con la creación de empresas y autoempleo, donde la mayoría de las veces las personas inician trabajando para ellos mismos mientras el negocio crece y requiere vacantes, esto lo afirma Organización Ipyme (2019), destacando que las empresas inician con una idea que va tomando forma a medida que se va adquiriendo conocimientos acerca servicio o producto que se va ofertar; estimando la importancia de que se deben tener en cuanto a los conocimientos significativos o conocimientos previos acerca del proyecto que se está desarrollando, argumentando los deseos, creatividad e innovación y reflejando de manera inmediata el impacto que puede llegar a tener en la sociedad. (Págs. 1 y 2).

Bienestar social. Trabaja el ámbito interpersonal, exponiendo el yo hacia los demás, conforme a los intereses, generosidad, bondad y comunicación como proceso de socialización con los otros ayudando a disminuir el sentimiento de soledad, otorgando beneficios al conocimiento y la salud. De forma que “la felicidad y crecimiento personal se produce al margen de las condiciones en las que se desenvuelve la existencia” así lo pronuncia Blanco & Díaz (2014) en su artículo titulado “*El Bienestar Social: Su Concepto y Medición*” (p. 3).

De igual modo este marco de bienestar resalta la integración y aceptación social evaluando la calidad de las relaciones con la comunidad, donde se debe constituir un andamiaje de pertenencia, autoestima alta y valores que fomenten lazos entre la comunidad; lo que es lo mismo fortalecer las cualidades de confianza, aceptación y actitudes positivas hacia los otros;

este proceso desarrolla una salud mental agradable subjetivamente y colectivamente dentro del marco sistémico e institucional tanto en el contexto social inmediato y la población en general. (p. 3).

En representación de la confianza consigo mismo y con los demás debe preceder un sentimiento de utilidad y generosidad, ofreciendo al mundo la mejor versión de las personas en cuanto a los servicios laborales, ayuda sin recibir nada a cambio, apoyo a al aprendiz exponiendo la experiencia y conocimiento adquirido, aportando al bien común y al progreso de la sociedad.

Bienestar financiero. La educación financiera fomenta el crecimiento personal y la calidad de vida, indicando el manejar las finanzas adecuadamente y evita el endeudamiento como sinónimo de estrés, favoreciendo el ahorro y la inversión para generar más ingresos y cumplir sueños y expectativas que aportan a la felicidad. Además, el Banco de Desarrollo de América Latina (2020) define el bienestar psicológico como “el estado en el cual una persona puede satisfacer plenamente sus obligaciones financieras actuales y en curso, puede sentirse segura de su futuro financiero y es capaz de tomar decisiones que le permitan disfrutar de la vida” (p. 1).

No obstante, la educación financiera recibida subjetivamente es fundamental para la compensación o desventaja en el manejo del dinero, información que resulta ser predecible acorde a la calidad de vida de cada persona o grupo familiar; de esta forma el control de las finanzas es proporcional a los ingresos mensuales, menos los egresos o gastos diarios y mensuales. Sin embargo, los productos formales para ahorrar e invertir estarían dentro de la adquisición de conocimientos y acceso a otras fuentes de dinero y mayor cantidad de lujos (p. 2).

Ahora bien, dentro de los procesos de inclusión financiera el comportamiento y la actitud de las personas es clave para gestionar, ahorrar e invertir el dinero, utilizando efectivamente

estrategias y programas para tomar decisiones adecuadas al momento de hacer movimientos que fomenten el aumento del mismo. Dando un significado al producto/servicio al cual invierte el dinero, aumentando experiencia y conocimiento en su manejo evitando que sea una fuente de frustración (p. 2).

En esa misma línea comprender la libertad financiera como la difusión de diferentes fuentes de dinero es igual a la cantidad de ingresos recibidos, principio diferente a cambiar tiempo por dinero diferenciando las personas que trabajan para ganar dinero; a aquellos que invierten capital para recibir, sin invertir tiempo, utilizando el dinero como herramienta apalancándolo y multiplicando para volver al mismo proceso en fuentes de ingresos diferentes (p. 3).

Bienestar espiritual. Obtener energía extra de Dios, el universo y la naturaleza extiende el bienestar en las demás dimensiones para tomando decisiones desde un despertar hasta nuestros sueños más profundos. En el diario vivir beneficiando en mayor parte la salud, las emociones y la felicidad; gracias a ese espíritu mayor parte de las personas potencializan las habilidades, cumplen metas, solucionan problemas y mejoran la vida. Además, el Diccionario de la Espiritualidad (2013) tiene en cuenta la espiritualidad como proceso de meditación para conocerse, asimismo, movimientos religiosos comunitarios, sensibilidad para trascender de las experiencias, una experiencia subjetiva hacia Dios y el mundo existente a través de valores y normas morales (págs. 454 y 455).

Ciertamente hoy en día tras la globalización y difusión de medios de comunicación es difícil aceptar un concepto de espiritualidad, por los criterios culturales, creencias sociales y religiosas que hoy en día se manejan, por lo que el conocimiento y la comprensión se difunden en un marco pluricultural e interreligioso a nivel mundial llegando a experimentar procesos

espirituales ajenos a la cultura del contexto en el que creció, trascendiendo a otros sistemas que van de la mano con el nivel de conocimiento y experiencias personales, donde incluyen otros grupos sociales, medio ambiente y en muchos casos medios tecnológicos y el cosmocentrismo o reconocimiento de vida en otros planetas, así lo describe Vargas (2015) en su artículo titulado “*La espiritualidad como Medio de Desarrollo Humano*” (págs. 7 y 8).

En representación de la espiritualidad contemporánea, se manifiestan expresiones entorno a las vivencias individuales dividido en dos ramas totalmente diferentes; la primera está ligada a trascender y armonizar el interior de ser humano desde un proceso meramente inductivo y expresado en buen trato hacia los demás con generosidad e igualdad y una segunda referida a la irresponsabilidad cedida al libertinaje y egocentrismo, sellada bajo la crisis existencial que viene del interior. Estas dos ramas son tratadas como fenómenos desde los diferentes ámbitos religiosos que llevan al hombre por diferentes caminos (p. 8).

Y Por último la espiritualidad forma una base del sistema interno que direcciona la vida del sujeto, abogando por sus acciones que comprendiendo las experiencias como una base para potencializar la subsistencia y el sendero que lo lleva a la felicidad verdadera sin llegar a dogmatizar sus creencias, fundadas bajo el margen de la libertad de pensamiento contemporáneo y los valores morales que orientan al ser humano en el margen divino, religioso o espiritual según el proceso de legitimación del contexto en el que ha crecido (págs. 10 y 11).

Los componentes del bienestar

En principio y como fundamento empírico se razona el conocimiento humanista y holístico de los griegos sobre el concepto del hombre y la humanidad, al igual que su filosofía y legado cultural, así lo manifiesta Saavedra (2007) “no hay producción intelectual de occidente un solo elemento que no dé testimonio de la obra de los griegos. Desde la literatura hasta la ciencia,

los hombres cultos de occidente han pensado, del mismo modo que pensaban los griegos”. En efecto se da un contraste del legado intelectual y metódico de la antigua Grecia desde una perspectiva filosófica hacia la psicología y fundamento epistemológico del hombre como ser.

Justamente al evaluar el bienestar con fundamentos psicológicos requiere comprender conceptos vinculados con áreas afines como la filosofía en razón al mismo auto de refiere al hombre como “un ser vivo capaz de razonar” de esta manera se unen dos palabras una conforma el conocimiento y la segunda el pensamiento del hombre en sus acciones. Por otra parte, la neurociencia afectiva la explica Vinyamata (2015) “el cerebro prioriza el procesamiento de la información emocional, pudiendo redundar negativamente en los procesos cognitivos en marcha o bien potencializarlos en otras áreas” de esta manera se comprende el procesamiento emocional en los mecanismos de aprendizaje y memoria, vislumbrando procesos contrarios en el control cognitivo (pp. 20-25).

Aludiendo lo anterior, estas bases son abecé que explican el porqué y el cómo surge la psicología como ciencia, de la misma manera que evoluciona desde un postulado filosófico, epistemológico y neurocientífico. Es así que en las últimas décadas retoman componentes de bienestar hedónico y eudaimonico. Donde el primero lo define Vásquez et al. (2009) como “la presencia de afecto positivo y la ausencia de afecto negativo” Así la vida sería un conjunto de momentos placenteros que tienen en cuenta las actividades que favorecen al sujeto con elementos significativos como la cognición y las emociones, aumentando las experiencias positivas favoreciendo la salud.

Elementos del bienestar

Hay que mencionar que el “el bienestar como un constructo y no en sí mismo, ni por sí mismo, una cosa real, sino varios elementos son los que lo componen”. Pero cada elemento está

compuesto de tres propiedades fundamentales: a) contribuye al bienestar, b) muchas personas lo buscan por sí mismo y c) no solo por obtener cualquiera de los otros elementos y se define independientemente de los demás elementos: (p. 21).

Emociones positivas. Son un conjunto de hábitos para establecer patrones que intervienen en el bienestar y proyectan hacia el futuro a las personas, retroalimentando constantemente con base a las circunstancias y el progreso del sujeto. De acuerdo con este autor los elementos.

Compromiso. Es una variable subjetiva del bienestar que se articula con el sentimiento y el pensamiento, al mismo tiempo que tiene un significado hedonista de placer y satisfacción con la vida.

Relaciones positivas. Describe la importancia de las relaciones interpersonales y su influencia en la manera de pensar y actuar, de la misma forma en que la solidaridad y ayudar a otros influyen sobre nuestros pensamientos y las emociones de solidaridad

Propósito y significado. Propone claridad de metas y desarrollo de habilidades que den un significado apropiado a la calidad de vida, siendo exclusivamente subjetivo y persistir sin desanimarse.

Éxito y sentido de logro. Este elemento no busca placer, es independiente a las emociones positivas o el tipo de relaciones con los demás; sino busca darle significado a la vida y las metas subjetivas.

El bienestar ha sido tema de interés desde los primeros escritos hasta el día de hoy con la psicología positiva, pero solo con el avance de los estudios y esclarecimiento de las teorías e investigaciones, se ha ido integrando con la ciencia y tomando forma a través de la solución de problemas en las diferentes dimensiones del ser humano, esta teoría en auge conlleva una serie

de elementos de fondo y figura, los cuales deben cumplir criterios subjetivos y prioridades en las cuales cada persona es artífice de éxito. (p. 21).

Bienestar psicológico por género.

La psicología positiva y los postulados del bienestar psicológico ofrecen poca información acerca del bienestar psicológico por género, para Garcia citando a Ryff (2013) “las mujeres tienden a puntuar significativamente más alto en Relaciones Positivas, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, siendo muy divergentes los resultados en el resto de dimensiones del bienestar psicológico” (p 80).

Igualmente se recurre a estudios empíricos como el realizado por Garcia (2013) en su estudio titulado *bienestar psicológico, edad y género en estudiantes españoles* y como objetivo analizar las diferencias en función de la edad y el sexo. Dando como resultado que “las mujeres alcanzaron un rango más alto en Relaciones Positivas, Dominio del Entorno, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, y los hombres en Autoaceptación y Autonomía” (p 3-9)

De acuerdo a los dos anteriores autores, las mujeres tienen mejor definido el concepto de bienestar psicológico que los hombres, de igual manera lo ponen en práctica en su vida cotidiana resaltando la importancia de las relaciones positivas, crecimiento personal y propósito con la vida. De igual manera se resalta que los hombres se aceptan tal cual son y con mayor libertad y autonomía en las decisiones respecto a la vida.

Propietarios de mascotas caninas.

Los beneficios percibidos de las personas subyacen de creencias, valores, nivel educativo, ideologías y diversas prácticas culturales que evidencian patrones psicológicos en la calidad de vida tal como lo ejemplifica Díaz & Olarte (2009) en su artículo titulado *diferencias de género en distintas dimensiones del vínculo humano-perro: estudio descriptivo en ciudad Autónoma de*

Buenos Aires” donde evidencian que en hombres y mujeres no mostraron diferencias respecto a la cantidad de animales en el hogar, resaltando que esta diferencia puede resaltarse en cuestiones prácticas como el manejo de las mascotas pueden ser utilizados de accesorios para mostrar su propia identidad de género (pp. 111-115).

En concordancia a los anterior, no hay diferencia de genero respecto a la intensidad de interacción con sus perros, de igual manera no se encontró desacuerdos respecto a la voluntad de adaptación hacia los perros. En cuanto a la percepción de costos y los beneficios de la relación humano-mascota, se percibe con más éxito en mujeres ya que manifiestan mayores respuestas afectivas hacia los animales y la cantidad de horas compartidas es mayor que la de los hombres; dando por hecho que las respuestas afectivas es igual al tiempo de compañía. Por otra parte, se evidencian las mujeres son socialmente más demostrativas y expresivas que los hombres, esto se evidencio en el interés participativo sobre el tema y mayor porcentaje representativo de mujer. En esta cuestión influyo la predisposición y los deseos expresados de su opinión y sentimiento sobre sus mascotas (pp. 111-115).

Considerando los datos del presente estudio tanto los hombres como las mujeres tienen interés particular a la hora de adoptar una mascota, resaltando que los hombres prefieren mascotas de mayor tamaño y las mujeres expresan mayores emociones hacia las mascotas, como de tiempo compartido hacia ellos con disposición y compañía.

Bienestar psicológico en adultos.

El bienestar psicológico en los jóvenes adultos depende del logro de los objetivos evolutivos así refiere Saldivar (2018) El bienestar en los jóvenes depende del logro de sus objetivos evolutivos así refiere Saldivar citando a Mingote (2013), en su investigación titulada *bienestar psicológico en jóvenes estudiantes del nivel superior* destacando que.

En a) La transformación de una identidad personal competente y autónoma para afirmar su originalidad y proyecto de vida, b) aprender habilidades de proteger la propia integridad física y moral, sobre todo en situaciones difíciles, c) Reconocimiento de las características y de las competencias propias, como un cuerpo, un ser sexuado, confianza, creatividad, y capacidad de emprender proyectos vitales compartidos, y d) desarrollar la capacidad de experimentar placer y disfrutar de la vida, del amor, y de las aflicciones, asistir al trabajo, compartir con la familia y amigos.

En otras palabras, el prospecto de vida es subjetivo y responde de manera diferente tanto por el género, intereses particulares como por la personalidad para forjando en los jóvenes adultos caminos y vías diferentes tomando como epicentro el desarrollo cognoscitivo, carácter y empirismo logrando establecer hábitos, metas, propósitos diferentes en la resolución de problemas y determinando el bienestar psicológico durante la vida restante. (p. 40.48)

Bienestar psicológico en la relación humano mascota canina

Antecedentes terapéuticos con animales

La terapia asistida con animales y la relación humano mascota están ligados históricamente a través de la cacería, el cuidado y la compañía, tal proceso se dio frente al adiestramiento canino, el cuidado hacia el ser humano y la búsqueda de alimento hace aproximadamente unos 15.000 años en Europa según lo describe Nubika (2020) por otro lado reconoce los procesos evolutivos que se dieron en terapias y la relación humano mascota; a lo cual refiere:

- En 1.200 antes de Cristo los enfermos paseaban en caballo y estaban en compañía de perros, el romano.

- Plinio el Viejo en el siglo I D.C alababa la compañía de los perros.
- En el siglo IX, en Bélgica se aplicaba “*Terapia Naturelle*” en la cual los pacientes cuidaban animales de compañía.
- En el siglo XVI el médico de la realeza británica, recomendaba a las personas enfermas a tener contacto con los animales.
- En 1669 John Locke reconoció la función socializadora e impulso la terapia en pacientes psiquiátricos.
- En 1792 se conoció el primer informe sobre la eficacia de las terapias con animales domésticos, en un asilo.
- En 1867 en un centro psiquiátrico en Alemania se desarrolló terapias con animales a personas autistas y epilépticos.
- En 1944 los veteranos de guerra estadounidenses recibían sesiones de Zooterapia para tratar el estrés postraumático.
- En 1947 se creó la primera granja de reeducación infantil para trastornos de comportamiento en niños y adolescentes.
- En 1993 se acuñó el término de “pet-therapy”
- En 1966 se fundó en Noruega el Centro Beitostolen para personas con discapacidad con la ayuda de los animales.
- En 1974 se desarrolló el primer programa de zooterapia para reclusos
- En 1983 se inicia en Escocia “*Pets as Therapy*” una organización que promueve la visita de animales a hospitales y centros de educación especial.

Ciertamente se puede señalar que la naturaleza humana ha sido beneficiada con la compañía de los animales en beneficios cognitivos y conductuales que favorecieron la evolución

de las personas; en efecto se evidencia a través de la historia y la manera que asiste, auxilia y contribuye a la supervivencia. Indudablemente el bienestar psicológico y la salud mental y física son el soporte fundamental de los procesos terapéuticos y sus aplicaciones con la zooterapia. (p. 2-10).

En relación a lo anterior Plumed (2017) reconoce que “el estudio del vínculo persona-animal, comienza en 1944 cuando un sociólogo estudió los beneficios psicológicos de la tenencia de mascotas y, a partir de los 90, volvió a resurgir el interés por el tema. El aumento de este interés en las últimas décadas”. De tal manera que el ser humano ha incrementado y ha dado importancia desde una perspectiva psicológica y social del rol de las mascotas en las familias, sociedad y el sujeto como principal sistema. En relación al tema el autor resalta el aumento de políticas para la protección animal y tenencia de mascotas, de igual forma el consentimiento para el ingreso de mascotas a centros comerciales y restaurantes, aumento de accesorios y escuelas caninas, todo esto como expansión de la relación humano-mascota (pp. 73-78).

Antrozología y la relación humano mascota

Los estudios que lleva realizando la Fundación Affnity (2012) del departamento de psiquiatría de la Universidad Autónoma de Barcelona, reconoce; “el vínculo existente entre personas y otros animales se engloba dentro de un ámbito científico emergente llamado antrozología”. Esta surge como área interdisciplinaria emergente hacia los años 70 de la cual se derivan estudios y aportes de etiología, medicina, veterinaria, bienestar psicológico. Aporta beneficios a ambas especies desde una dimensión emocional y física (p. 2).

En definitiva, la antrozología se encuentra a diario en la vida de las personas de la misma manera en que la cultura y el aprecio hacia los animales se convirtieron en parte integral de la familia y la sociedad en general. Los tratos hacia los animales de compañía otorgan

seguridad o tranquilidad a sus dueños, de la misma forma en que personas y perros tienen estrecha y destacable relación entre las mascotas formando un deseo de compañía, comprensión y amistad unilateral (p. 3)

Así mismo la antrozoología como ciencia interdisciplinaria con poca existencia y profundidad a en su estudio destaca la relevancia interactiva humano-animal o humano-mascota, observándola desde un punto de vista psicológico y biológico, semejante a la antropozoología sociocultural y científico creciente en el campo de la investigación. Con las mismas bases epistemológicas se estudia la relación humana –perro confrontando especulaciones en cuanto a su conducta y beneficios de bienestar psicológico concreto.

Vínculo humano mascota-canina

De ahí que el perro es considerado como una especie social y con capacidad cognitiva así, Mustaca (2007) refiriendo que “La comunicación no se limita a los individuos de una misma especie, sino que abarca interacciones entre sujetos de diversas especies. Una de las interacciones más conocidas es la que ocurre entre el perro y su dueño”. De manera que los caninos responden de manera eficiente a las señales dadas por las personas, este tipo de condicionamiento forman parte de la comunicación entre estas dos especies (p. 3)

En esa misma línea la relación canina con sus dueños influye de manera positiva en la salud y el bienestar humano así lo confirma Gómez (2007) dando a conocer que en las terapias se desarrolla un vínculo afectivo al introducir un canino a la vida cotidiana de la persona. El método funciona en sujetos con problemas de salud, económicos, sociales y psicológicas y en instituciones psiquiátricas, hogares geriátricos, cárceles, ambientes laborales y otros contextos y situaciones que enfrentan las personas en la cotidianidad (p. 2)

Estos cambios psicológicos, biológicos y sociales que obtienen las personas en la interacción con canes sirve de beneficio en la reestructuración multidimensional y contextual del ser humano, superando inhabilidades que pueden darse desde el ser como sujeto físico y emocional hasta el hacer como sujeto cognoscente en la toma de decisiones, y resolución de problemas cotidianos (p. 3)

En cuanto a los problemas fisiológicos y la tenencia de mascotas caninas, forman parte de un beneficio cardiovascular, disminuye el estrés y la ansiedad por soledad, recuperación física rápida y de igual manera resalta la tenencia de un perro o gato en los primeros años de vida disminuye las alergias. Es por ello que el bienestar psicológico incluye de manera fundamental la salud y desarrollo cardiovascular y sistema nervioso (p. 3)

Así mismo a la contribución psicológica y social las mascotas se vuelven en una compañía disminuyendo la soledad, depresión y estrés; aumentando la autoestima y responsabilidad y por último las relaciones interpersonales forma un vínculo de confianza y socialización. Estos signos positivos forman un andamiaje directo entre los perros y la salud mental de los dueños evitando el daño a la salud física que se da directamente proporcionada al malestar emocional (pp. 5-10).

Diseño metodológico

Tipo de Investigación

La presente investigación de tipo cuantitativo, que según Sampieri et al. (2014a), busca una medición numérica y un análisis estadístico para establecer pautas de comportamiento en la población, acotando información en las variables de estudio. Asimismo, cuantificar y aportar evidencias al bienestar psicológico y el vínculo humano canino a través de datos psicométricos que contribuyan a la psicología clínica (págs. 35, 36, 149 y 150).

Tipo Diseño

A su vez el estudio tendrá un alcance descriptivo que Sampieri et al. (2014b), resalta las características de medir, interpretar y clasificar de manera independiente o conjunta los diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno, eventos o hechos a investigar y describir los grupos de indicadores seleccionados, integrando datos para decir como es, y como se manifiesta los resultados (pp. 152-154)

Así mismo la recolección de datos es no experimental, con el procedimiento de muestreo por conveniencia según Sampieri et al. (2014c), aclara realizarse sin manipular deliberadamente las variables, refiriéndose a una estrategia para obtener información que se desea; agregando que el investigador se limita a observar los acontecimientos sin intervenir en los mismos. Con respecto al diseño es de corte transversal, por lo que se refiere a la medición datos en un tiempo único describiendo variables y analizando su incidencia e interrelación en un momento dado (págs. 151 y 152).

En esa misma línea, la investigación hace parte del paradigma empírico analítico, según la autora del libro “*diseño de proyectos de investigación*” Gil (201), recalca la existencia de una

sola realidad partiendo de supuestos independientemente de quien los estudia, de igual forma está regido por leyes, las cuales permiten explicar, predecir y controlar los fenómenos (págs. 28 y 29).

Población

Adultos jóvenes que residan en la ciudad de Tunja mayores de 18 años y menores de 45 años, sin distinción de género, nivel educativo, estrato socioeconómico.

Muestra

Se desarrollará un muestreo por cuotas, teniendo en cuenta las características de la población, posibilidades económicas y acceso a una muestra probabilística; A casusa de lo anterior se seleccionarán 50 hombres y mujeres dueños de mascotas caninas que cumplan las características de la población sujeto de estudio.

Criterios de Inclusión. Jóvenes adultos mayores de 18 años y menores de 45 años del género femenino o masculino, que sean dueños de una mascota canina sin distinción de estrato socioeconómico o nivel educativo y que sean residentes en la ciudad de Tunja.

Criterios de Exclusión.

No podrán ser partícipes de la muestra hombres y mujeres menores de 18 años o mayores de 45 años, asimismo personas que no residan en la ciudad de Tunja o que no sean dueños de mascotas al momento de aplicar las escalas.

Operacionalización de Variables

Variable Independiente.

Bienestar Psicológico. Es un término que oscila entre la salud física y mental, considerando que los autores Triado y Villar (2008) en su libro *“envejecer en positivo”* sitúa el concepto de bienestar psicológico en valores que hacen sentir vivos y auténticos en su crecimiento a las personas, implicando lo que se hace y el sentimiento de realización con un propósito más significativo hacia desafíos consiguiendo metas valiosas vinculados al desarrollo adulto. Había que decir también que las personas en el más alto de los bienes poseen el esfuerzo de perfeccionarse y la realización del propio potencial (p. 68).

De la misma manera Triado y Villar (2008) incluyen el bienestar psicológico en, a) la psicología desde una perspectiva positiva donde hablan desde la integración, autonomía, la percepción ajustada a la realidad y el sentido de competencia ambiental, b) un enfoque en psicología clínica no tanto en la patología sino un funcionamiento psicológico pleno y c) una concepción evolutiva que enfatiza el cambio y progreso en la adultez en intimidad, generatividad y la integridad (p. 69).

Definición Operacional. La escala de bienestar psicológico de Ryff tipo Likert permite evaluar objetivamente los criterios del funcionamiento psicológico en dimensiones como la autoaceptación relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida, así lo aclara Ryff (2003). Para este autor comprender las diferentes dimensiones del ser humano como salud mental, calidad de vida, felicidad y relaciones interpersonales fundamentan un sistema abierto para relacionar otras disciplinas financieras, laborales, académicas y vínculos personales (pp. 573-576).

Variable Dependiente

Vínculo Humano Canino. Los perros viven en estrecha interacción con los humanos y ambas especies obtienen beneficios de interacción, así lo resalta González (2017) al conceptualizar el tipo y calidad de relación que el dueño tiene con el canino, de igual manera se establece el vínculo de compañía y afecto indicando que estas mascotas tienen un papel significativo en la vida de sus dueños promoviendo seguridad y la interacción social, además del costo-beneficio de la calidad emocional del custodio en la salud física y la mental (pp. 109-111).

Hay que mencionar que en el vínculo humano-canino se desarrollan sentimientos de empatía y respeto, además del hábito de la responsabilidad, así lo desataca la psicóloga especialista en terapia asistida con animales y refiere una peculiar conexión, especial y profunda, aceptándose mutuamente tal cual, incondicional y sin complejo algo en la relación causando la comunicación verbal y las expresiones faciales positivas (pp. 1-3).

Definición Operacional. El vínculo humano-canino se evaluará con las escalas de Monash (The Monash dog owner relationship scale, MDORS) que tiene en cuenta factores como interacción-perro dueño, percepción de cercanía emocional y costos percibidos, de la misma manera verificar beneficios clínicos en los dueños de perros y compararlos con los resultados de la escala de bienestar psicológico aplicada a la misma muestra.

Instrumentos

Ficha Sociodemográfica

Se diseñó una ficha sociodemográfica destinada a la recolección de información que incluye aspectos formales relacionados con la población de estudio, edad, género, escolaridad, tipos de familia, estado civil, estrato socioeconómico y tipo de mascota.

Escala de Bienestar Psicológico

Con el propósito de comprender la escala de bienestar psicológico cabe destacar el estudio realizado por Pineda et al. (2017) en su artículo titulado “*estudio psicométrico de la escalas de bienestar psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos*” por lo que refiere a Carol Ryff (1995) como autora del instrumento de auto-reporte de bienestar psicológico, así mismo reconoce a Díaz et al. (2006) como traductor de la escala y mejor versión para medir la población latinoamericana (págs. 46 y 47).

De igual modo tal instrumento constataría de 39 ítems para evaluar las siguientes dimensiones: Auto-aceptación = (1+7+13+19+31+25), Relaciones positivas = (2+8+14+20+26+32), Autonomía = (3+4+9+10+15+21+27+3), Dominio del entorno = (5+11+15+21+27+33), Crecimiento personal = (24+30+34+35+36+37+38), Propósito de vida = (6+12+17+18+23+29). Las puntuaciones superiores a 176 señalan bienestar psicológico elevado, entre 141 y 175 indican alto bienestar psicológico; entre 117 y 140 puntos demuestran un bienestar psicológico moderando; e inferiores a 116 puntos delatan un bienestar psicológico bajo.

Ficha Técnica

| | |
|--------------------------------------|------------------------|
| Autor | Carol Ryff (1995) |
| Adaptación y versión latinoamericana | Díaz et al. (2006) |
| Administración | Individual y Colectiva |

| | |
|------------|-----------------------------|
| Duración | Entre 25 y 30 minutos |
| Aplicación | Para adolescentes y Adultos |

Escala de Monash

La escala de Monash es la más robusta para medir el vínculo humano-canino, evaluando propiedades psicométricas de manera rigurosa y empíricamente válida, con la que se desarrolló una escala de 28 ítems tipo Likert con opciones de respuesta de uno a cinco indicando el grado de acuerdo o la frecuencia con la que el dueño interactúa, por tanto Dwyer et al. (2006), decidió nombrarla “*escala de relación de propietario perro de Monash*” vale decir que el instrumento tiene tres subescalas; interacción perro-dueño, percepción de cercanía emocional y costos percibidos. Para su revisión se suman los ítems de 1 a 9 para la subescala de interacción de dueño con su perro, se suman los ítems de 10 a 19 en la subescala de cercanía emocional percibida y se suman los puntos de 20 a 28 para la escala de costo percibido.

Ficha Técnica

| | |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| Autor | Dwyer et al. (2006) |
| Adaptación y versión latinoamericana | González et al. (2017) |
| Administración | Individual y Colectiva |
| Duración | Entre 25 y 30 minutos |
| Aplicación | Para adolescentes y Adultos |

Fuente de Información

Los datos se recolectaran en un solo momento con el propósito de describir variables a través de la escala de bienestar psicológico de Ryff para medir bienestar psicológico o variable independiente y la escala de Monash para medir el vínculo humano-canino o variable dependiente, estos son instrumentos validados y confiables que recopilan información objetiva y precisa en los adultos jóvenes dueños de mascotas caninas de la ciudad de Tunja en edades de 18 a 45 años, sin distinción de género, educación, estrato o raza canina.

Procedimiento

Fase I.

Se hará búsqueda de población y delimitación de la muestra. Dentro de este proceso se aplicarán los instrumentos y diligencia el consentimiento informado a los miembros de estudio, para mantenerles informados del trato que sería dado a su información y con qué fines se haría la investigación.

Fase II.

calificación de los instrumentos utilizados y realización de los respectivos análisis estadísticos.

Fase III.

análisis de resultados obtenidos, así como la discusión del tema, y preparación de la sustentación pública.

Aspectos Éticos

La presente investigación está clasificada como riesgo mínimo según el art. 11 de la Resolución 8430 de 1993 del ministerio de salud de la República de Colombia, de otra parte, aplica normatividad dispuesta en el Código Bioético y Deontológico de la Psicología ley 1090 de 2006 y los Principios Éticos A, B, C, D y E de los Psicólogos y Códigos de Conducta de la Asociación Psicológica Americana.

Así mismo se recalcar que todos los participantes serán mayores de edad, los cuales firmarán el consentimiento informado previo al diligenciamiento de las escalas explicando los objetivos de la investigación y reconociendo la protección de los datos personales, manteniendo la confidencialidad y el respeto por la información recogida, igualmente dar a conocer que los resultados obtenidos del estudio serán socializados y posiblemente difundido como artículo de investigación.

Resultados

Tabla 1, Estadísticos descriptivos, ficha sociodemográfica de los propietarios.

| Variable | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado | Desviación estándar |
|------------------------|---------------|------------|------------|----------------------|---------------------|
| Sexo | Masculino | 21 | 42% | 42% | .499 |
| | Femenino | 29 | 58% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Edad | 18 a 27 años | 21 | 42% | 42% | .800 |
| | 28 a 36 años | 17 | 34% | 76% | |
| | 37 a 45 años | 12 | 24% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Escolaridad | Secundaria | 3 | 6% | 6% | 1.617 |
| | Bachiller | 13 | 26% | 32% | |
| | Técnico | 7 | 14% | 46% | |
| | Tecnólogo | 8 | 16% | 62% | |
| | Universitario | 10 | 20% | 82% | |
| | Posgrado | 9 | 18% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Estado civil | Soltero | 30 | 60% | 60% | .901 |
| | Unión libre | 11 | 22% | 82% | |
| | Casado | 8 | 16% | 98% | |
| | Viudo | 1 | 2% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Estrato socioeconómico | Estrato 1 | 2 | 4% | 4% | .771 |
| | Estrato 2 | 16 | 32% | 36% | |
| | Estrato 3 | 24 | 48% | 84% | |
| | Estrato 4 | 8 | 16% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

Autoría propia.

Inicialmente en la tabla 1 se dan a conocer los resultados ficha sociodemográfica ofreciendo una muestra de 50 personas o adultos jóvenes de la ciudad de Tunja en este sentido: el género femenino represento un 58%, seguido por el masculino con un 42%; en cuanto a la edad predominante fue de 18 a 27 años con un 42%, en segundo lugar los integrantes de 28 a 36

años con un 34% y en las edades de 37 a 45 años represento el 24%; así mismo el nivel educativo prevalente de la muestra fueron las personas con bachillerato con un porcentaje de 26%, seguido de universitarios con un 20%, en tercer lugar las personas con posgrado con el 18% de participación, enseguida 8 personas tecnólogas con él 16%, en cuarto lugar técnicos con el 14% y en último instancia hombres y mujeres con básica secundaria representando el 6%; En cuanto al el estado civil, en su mayoría solteros con un 60% de representación, por otro lado la unión libre en segundo lugar con 22%, en tercer lugar las personas casadas con el 16% del total y una persona viuda con el 4%; finalmente el estrato socioeconómico con un número mayor de participantes en el estrato 3 con un 48%, seguidamente el estrato 2 con un 32%, en tercer lugar el estrato 4 con un porcentaje del 16% y en cuarto lugar estrato uno con 2 personas de representación o el 4% .

Tabla 2, Estadísticos descriptivos, ficha sociodemográfica de las mascotas.

| Variable | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado | Desviación estándar |
|---------------------------|-------------------|------------|------------|----------------------|---------------------|
| Sexo mascota | Macho | 30 | 60% | 60% | .495 |
| | Hembra | 20 | 40% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Tamaño mascota | Pequeña | 15 | 30% | 30% | .670 |
| | Mediana | 27 | 54% | 84% | |
| | Grande | 8 | 16% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Tiempo vinculo mascota | Menos de un año | 2 | 4% | 4% | .663 |
| | 1 a 5 años | 31 | 62% | 66% | |
| | 6 a 10 años | 14 | 28% | 94% | |
| | Más de 10 años | 3 | 6% | 6% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Gastos económicos mascota | 10 a 30 mil \$ | 8 | 16% | 16% | .931 |
| | 30 a 50 mil \$ | 15 | 30% | 46% | |
| | 50 100 mil \$ | 20 | 40% | 86% | |
| | Más de 100 mil \$ | 7 | 14% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

| | | | | | |
|------------------------|----------|----|------|------|------|
| Procedencia mascota | Regalado | 20 | 40% | 40% | .824 |
| | Comprado | 16 | 32% | 72% | |
| | Adoptado | 14 | 28% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

Autoría propia.

De igual manera se observa la tabla 2 los datos sociodemográficos de la mascota donde: el sexo que prevaleció en la muestra fue el macho con un 60%, seguido por la hembra con un 40%; en cuanto al tamaño de la mascota, predominó el mediano con un 54%, seguido por mascotas de tamaño pequeño con un 30%, en tercer lugar las mascotas grandes con una representación del 16%; además, el tiempo de vínculo con la mascota con mayor frecuencia fue de 1 a 5 años con 62%, seguido de 6 a 10 años de vínculo con un 28% de terceras el vínculo de más de 10 años con el 6%, y en última instancia 2 personas del total de la muestra con el 4%; por otro lado los gastos económicos de la mascota que porcentuaron más alto fue de 50 a 100 mil con un 40% y de 30 a 50 mil con 30%, seguido de 10 a 30 mil con el 16% y en último lugar el 14% personas que superan los gastos de 100 ml pesos mensuales; finalmente la procedencia de la mascota en su mayoría regalada con un 40%, después caninos comprado con un 32% y en tercero lugar el 28% de las personas adopto la mascota canina.

Tabla 3, Resultados escala de Bienestar Psicológico de Ryff.

| Variables, bienestar psicológico | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado | Desviación estándar |
|----------------------------------|-------|------------|------------|----------------------|---------------------|
| Autoaceptación | Alto | 21 | 42% | 42% | .567 |
| | Medio | 27 | 54% | 96% | |
| | Bajo | 2 | 4% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Relaciones positivas | Alto | 21 | 42% | 42% | .567 |
| | Medio | 27 | 54% | 96% | |
| | Bajo | 2 | 4% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Autonomía | Alto | 8 | 16% | 16% | .370 |
| | Medio | 42 | 84% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

| | | | | | |
|------------------------|----------|----|------|------|------|
| Control de situaciones | Alto | 34 | 68% | 68% | .519 |
| | Medio | 15 | 30% | 98% | |
| | Bajo | 1 | 2% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Crecimiento personal | Alto | 17 | 34% | 34% | .479 |
| | Medio | 33 | 66% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Propósito de la vida | Alto | 27 | 54% | 54% | .544 |
| | Medio | 22 | 44% | 98% | |
| | Bajo | 1 | 2% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Puntaje global | Elevado | 16 | 32% | 32% | .565 |
| | Alto | 31 | 62% | 94% | |
| | Moderado | 3 | 6% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

Autoría propia.

En la tabla 3, se observan los resultados por variables en la escala de bienestar psicológico, la autoaceptación se ubicó en nivel medio al 54% y en rango bajo al 4% de los participantes. En la escala de relaciones positivas los puntajes más representativos se ubicaron en el nivel medio con un 54% seguido por el nivel alto con el 42%, en la escala de autonomía se muestra puntuaciones con niveles medios al 84% de los participantes, en la escala de control de situaciones el 68% obtuvo puntaje alto frente al 2% que obtuvo puntaje bajo, en relación con la escala de crecimiento personal los participantes que obtuvieron puntajes dentro del promedio fueron el 66%; en la escala de propósito de vida el 54% de los participantes obtuvieron puntajes alto seguido de puntajes promedios con 44%, finalmente el puntaje global de bienestar psicológico obtenido por los participantes de la investigación fue alto con un 62%, seguido de elevado con un 32% y moderado con un 6%.

Tabla 4, Resultados de la escala Monash.

| Variable, vinculo cuidador-canino | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado | Desviación estándar |
|-----------------------------------|------------|------------|----------------------|---------------------|
| Vinculo puntaje global | Regular | 9 | 18% | 18% |
| | Moderado | 27 | 54% | 72% |
| | Alto | 14 | 28% | 100% |

| | | | | | |
|-------------|----------|----|------|------|------|
| | Total | 50 | 100% | | |
| Interacción | Bajo | 4 | 8% | 8% | .785 |
| | Regular | 18 | 36% | 44% | |
| | Moderado | 23 | 46% | 90% | |
| | Alto | 5 | 10% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Percepción | Regular | 6 | 12% | 12% | .706 |
| | Moderado | 15 | 30% | 42% | |
| | Alto | 29 | 58% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |
| Costos | Bajo | 42 | 84% | 84% | .370 |
| | Regular | 8 | 16% | 100% | |
| | Total | 50 | 100% | | |

Autoría propia.

En la tabla 4, se observan resultados del vínculo cuidador-mascota, respecto al puntaje global se observa un vínculo moderado en el 54% de los participantes y un vínculo alto al 28% de los participantes. En cuanto a las subescalas de vínculo cuidador -mascota respecto a interacción el 46% de los participantes presentaron interacción moderada, seguida de interacción regular con un 36%, en la percepción de cercanía emocional el 58% obtuvo puntaje alto seguido de moderado con un 30%, finalmente el 84% de los participantes de la investigación presentaron bajos costos percibidos con la mascota seguido del 16% en regular.

Discusión

El estudio tuvo el propósito evaluar el bienestar psicológico y vínculo humano-canino en adultos jóvenes para luego proceder a describirlos. Además, se analizaron las características sociodemográficas de la muestra de la investigación en relación con las variables, seguidamente el instrumento de bienestar y finalizando con la escala de Monash.

Inicialmente en los datos sociodemográficos los resultados permiten evidenciar que el género que más prevaleció en la investigación fue el femenino con un 58% seguido por el masculino con un 42% , en concordancia con dichos resultados existe evidencia de que el género de las personas puede llegar a ser un factor variante en los niveles de Bienestar Psicológico, en este sentido Rosa et al., (2015) concluyo en su investigación que el bienestar psicológico guarda una conexión estrecha con el género, esto presentándose por el patrón en las diversidades culturales y por las expectativas asignadas a hombres y mujeres en cuanto a los roles de género.

De igual manera, en relación con el vínculo del canino se afirma que el género de las personas guarda una asociación directa con las actitudes y tenencia de las mascotas, de acuerdo con esto Tangen (2008), realizo una investigación donde se evaluó la relación entre las actitudes hacia los mascotas y las actitudes hacia las personas en una muestra de estudiante de 16 a 60 años, concluyendo que tanto hombres como mujeres cuidadores de mascotas presentaban actitudes y relaciones personales percibidas como positivas con otros y por otros, de igual manera se identificó una asociación de la tenencia de mascotas en ambos géneros con el bienestar percibido de las familias de cada participante.

Así mismo dentro de la investigación se evaluó la edad de los participantes donde el 42% fueron los sujetos de 18 a 27 años, seguidos por el 34% de 28 a 36 años; en concordancia con esta variable García (2016) en su investigación afirmo que existen una asociación entre la edad y

el bienestar psicológico, presentándose por los cambios significativos que se dan en las tendencias motivacionales a lo largo del ciclo vital y en los cambios de las etapas de desarrollo, de igual manera se afirma que a lo largo de la evolución de cada persona se va realizando un desarrollo de las capacidades y del crecimiento personal, concibiendo ambos como los principales indicadores del funcionamiento positivo y por ende de bienestar psicológico personal según, Muratori et al. (2015).

Igualmente, Walsh (2009) afirma que, en todas las edades, gran parte de las personas que llegan a experimentar profunda afinidad con sus animales de compañía, genera en ellas relaciones afectivas que pueden ayudar a mantener o incluso restablecer, un sentido de equilibrio, calma y armonía, es así que los estudios apuntan a que tanto el vínculo con las mascotas como el bienestar psicológico puede establecerse desde la primera infancia y permanecer a lo largo de la vida, sin distinción de edad y fortalecerse en la edad adulta, datos que concuerdan con el presente estudio.

Por otra parte en los aspectos sociodemográficos se evaluó el estado civil en el cual el 60% de las personas eran solteras seguidas por el 22% en unión libre, respecto a esto Garzón (2019) evidencio en su investigación respecto al bienestar psicológico que este puede variar respecto al estado sentimental, afirmando va más allá del tipo de relación, la calidad del vínculo, la satisfacción con la relación y la forma como las personas perciben aspectos de su vida, como su situación sentimental, por tanto se fortalece el bienestar psicológico. Así mismo es pertinente resaltar que el tipo de relaciones que establecen o no las personas a lo largo de la vida tiene un fuerte vínculo en la tenencia de mascotas, dicho de esta manera Staats et. al (2006), afirman que dicha tenencia se presenta como un factor aminorante de la soledad que

perciben muchas personas solteras y una razón de soporte social, y por otro lado se relaciona con el hecho de activarse en el cuidado de otros en personas con alguna clase de unión.

De igual manera en los datos recogidos en la investigación, se consideró el estrato socioeconómico, destacando el estrato 3 con un 48% de los participantes seguido por el estrato 2 con un 32%, por lo tanto, los resultados obtenidos Garduño et al. (2005), señalan que la situación económica y los estratos que se encuentran las personas evaluadas no predominan en el bienestar psicológico; por lo tanto no dependen del ingreso o estabilidad económica, sino que este se desarrolla e influye por las expectativas y el número de necesidades de las personas, Ahora bien, el diario la Republica (2021) cito a Brandstrat & Offerwise (2019) evidencian un estudio realizado en las principales ciudades de Colombia, donde la tenencia de mascotas es inversamente proporcional al estrato de los hogares, explicando que a medida que el estrato socioeconómico aumenta, la tenencia de mascotas disminuye, resaltando que los estratos de dos a cuatro, están entre 62% y 65%, mientras que los estratos cinco y seis estarían en un indicador disminuyente al 47%.

De igual manera se procede hacer un análisis de los resultados de bienestar psicológico, donde Garassini & Camilli (2012) destacan tal variable como el producto del discernimiento, es decir, el análisis que realizan las personas a nivel global, construido desde la experiencia personal agradable y la valoración satisfactoria en las diversas dimensiones de la vida; resaltando el bienestar con la valoración de situaciones o circunstancias cotidianas que son influidas con la posibilidad de experimentarlas de forma óptima y satisfactoria a lo largo de las etapas del ciclo vital del ser humano.

A lo anterior se aclara que a los resultados obtenidos por los integrantes de la muestra en la presente investigación se obtuvieron de puntuaciones por niveles de rendimientos, ubicando los

participantes en alto, medio y bajo, en síntesis las puntuaciones de las subescalas de BP con respecto a relaciones positivas, autonomía, crecimiento personal y la escala global se encuentran en la media; en cuanto a los ítems de control de situaciones y propósito de la vida obtuvieron puntuaciones altas.

Inicialmente se procede con la subescala de autoaceptación en los puntajes por rendimiento se evidencia la media con el 54% y rendimiento alto en 42% de los evaluados, de acuerdo con esto se afirma, que las personas dentro del promedio con un puntaje del 96% acumulado o con una puntuación superior al promedio en tales ítems tienen una actitud positiva hacia sí misma, aceptando los diversos aspectos de su personalidad, incluyendo los negativos, son personas que se sienten bien respecto a su pasado. De igual manera se evidencian rendimientos bajos con un porcentaje del 4%, de acuerdo con esto se asevera que la personas que obtienen puntajes bajos son personas que sienten insatisfechas consigo mismas y decepcionadas con su pasado, presentando problemas con ciertas características que poseen y desearían ser diferentes a como son.

De acuerdo a lo anterior, Díaz et al. (2006) expone que la autoaceptación es un criterio central del bienestar, caracterizada por una apreciación positiva de sí mismo y aceptación de todos los aspectos que identifican al sujeto positiva y negativamente en aspectos relacionados con la conducta adaptativa del comportamiento.

De manera semejante otros aspectos evaluados fueron las relaciones positivas, siendo el hecho de tener relaciones de calidad con los demás, según los resultados se evidencia predominio del nivel medio con el 54%, seguida de las puntuaciones altas con el 42%, semejante a los resultados de autoaceptación; dichas puntuaciones implican que las personas tienen relaciones de cálidas, satisfactorias y de confianza con los demás, preocupándose por el bienestar de otros, de

igual manera se afirma que dichas personas son capaces de experimentar sentimientos de empatía, amor e intimidad, entendiendo el dar y recibir que implican las relaciones.

De acuerdo con los resultados obtenidos en esta escala se corrobora lo encontrado por Mayordomo et al. (2016) en su investigación donde observaron que el grupo de jóvenes adultos obtuvieron las puntuaciones más altas en las relaciones positivas con otros, atribuyendo estos resultados a que en la etapa de juventud – adultez se presentan relaciones más sólidas por la búsqueda continua de intereses conjuntos. Por otro lado, el 4% de los participantes obtuvieron puntajes bajos, resaltando a las personas que puntúan bajo tienen pocas relaciones cercanas, les resulta difícil ser cálidos, abiertos o preocuparse por los demás, están aislados o frustrados en sus relaciones y no están dispuestos a tener compromisos o vínculos importantes con los demás.

Así mismo, en la escala de bienestar psicológico se evaluó los ítems de autonomía, los resultados obtenidos por el 84% ubicaron en la media a los participantes de esta investigación, por lo que respecta a esta escala, en la revisión de literatura se han obtenido resultados contradictorios; inicialmente según Ryff (1989) existen diferencias significativas entre jóvenes y adultos de mediana edad, pero no entre jóvenes y adultos mayores, por el contrario otros trabajos señalan un aumento significativo de esta dimensión con la edad según Mayordomo et al. (2016). De igual manera se afirma que posiblemente, las diferencias obtenidas son debido a que la juventud, como inicio de la vida adulta, supone una importante oportunidad de crecimiento, pero a su vez, puede suponer un período considerable de estrés e incertidumbre, producto de los continuos cambios y de los nuevos desafíos. Es así que los resultados obtenidos permiten afirmar que las personas con mayor autonomía son capaces de resistir la presión social y regulan mejor su comportamiento desde el interior, en vez de ser dirigidos por otros, siendo más independientes y evaluándose a sí mismas en función de estándares personales.

Igualmente se evaluó la subescala de control de situaciones o dominio del entorno, donde el 68% de los participantes de la investigación obtuvieron puntajes altos, dichas personas poseen una mayor sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir en el ambiente que las rodea, de igual manera se afirma que los sujetos que puntúan alto hacen uso efectivo de las oportunidades que les ofrece el entorno siendo capaces de crear o escoger contextos que encajen con sus necesidades personales y valores. Dichos resultados permiten contrastar con el estudio realizado por Jessen y Faedda (2011), donde se encontró un análisis de las respuestas de la escala que en el control de las situaciones, la gran mayoría de jóvenes y adultos aluden tener un dominio del entorno, coincidiendo que la experiencia de vida a través del tiempo, les otorga mayores recursos y seguridad para controlar de mejor manera las situaciones que se les presentan.

Igualmente, se evaluó la subescala de crecimiento personal, que refiere al sacar el mayor provecho a los talentos y habilidades, utilizando todas las capacidades, desarrollar los potencialidades y seguir creciendo como persona; según los resultados se evidencia predominio en las puntuaciones promedio con un 66%, dichas puntuaciones pueden llegar a implicar en los sujetos continuo crecimiento, abiertos a las nuevas experiencias, deseando desarrollar su potencial y habilidades, de igual manera se considera que las personas con puntajes promedios o altos en esta escala han ido mejorando con el tiempo y van cambiando de modos que reflejan un mayor autoconocimiento y efectividad. En este sentido Muratori et al. (2015) afirman que las personas adquieren un mayor funcionamiento autónomo y de regulación del propio comportamiento, otorgando un mayor sentido a las experiencias y teniendo mayor capacidad para controlar el contexto social a fin de satisfacer sus necesidades y valores.

Así mismo dentro de la escala de bienestar psicológico se evaluó el Propósito de la vida de los participantes donde se obtuvieron resultados altos con un 54%; rendimiento que se contrasta con la investigación de Hernández et al. (2016) donde se concluyó que el sentido y propósito de vida para los jóvenes se convierte en una búsqueda constante de equilibrio en el desarrollo personal, profesional y de relaciones interpersonales, pues es en esta etapa algunas de las preocupaciones son el futuro y la estabilidad que se pueda llegar a tener al pasar a la adultez. Los resultados obtenidos en la presente investigación refutan lo dicho por Barra (2011) que determinó en relación a la edad y el Bienestar Psicológico que los adultos jóvenes poseen mayor inclinación a plantearse propósitos de vida que los adolescentes.

Finalmente, se obtuvieron resultados para el puntaje global donde el 62% de los participantes estuvieron dentro del rendimiento alto y el 32% en elevado, dicho de esta forma según Castro (2009) el bienestar psicológico ha adquirido relevancia ya que se ha ligado con el desenvolvimiento social positivo, de igual manera se afirma que tener un bienestar psicológico óptimo permite tener mejores aspiraciones y dominar adecuadamente su entorno. De igual manera se observan según resultados obtenidos en cada una de las subescalas que se relacionan con el bienestar general. Así mismo el Bienestar Psicológico de una persona es alto si esta experimenta satisfacción con su vida, es decir, el bienestar es el componente cognitivo de la satisfacción y se forma a partir de la integración cognitiva que hacen las personas de cómo les fue en el transcurso de su vida, en ese sentido Ryff, (1989), plantea que el bienestar psicológico depende de ciertas variables como la edad, el género y la cultura de las personas, determinándose que a medida que los individuos alcanzan la edad adulta, poseen mayor autonomía, dominio del medio y perciben sentimientos positivos de crecimiento personal.

A continuación se evidencian los resultados de la escala de Monash que evalúa el vínculo humano-canino en jóvenes adultos, donde el 82% en el puntaje global acumulado está sobre el promedio reconociendo a los perros en general como uno de los reforzadores del bienestar psicológico, en este sentido Wollrab (1998) citado por Rodríguez, (2019) afirma que el vínculo humano-mascota es definido por la Asociación Americana de Medicina Veterinaria como una relación recíprocamente beneficiosa y dinámica entre las dos especies, influenciada el comportamiento esencial para la salud y el bienestar mutuo.

A su vez McConnell y Brown (2011) realizaron tres estudios para evaluar los beneficios en el bienestar diario que presentaban las personas al tener un perro, el primer estudio demostró que los dueños de perros experimentan mayor autoestima, una personalidad más saludable y estilos de apego menos negativos, demostrando menor temor y menor preocupación con respecto a las personas que no tienen perros; De esta manera el estudio descrito se articula con los resultados de la presente investigación en cuanto a los resultados obtenidos en el bienestar psicológico de los participantes y el vínculo establecido con las mascotas.

Además en la subescala de cercanía emocional, se identificando dos grupos diferenciados en la escala de Monash según Fatjo & Calvo (2014) donde el 88% acumulado de la población se encuentra en un nivel moderado con su mascota, caracterizándose por una relación muy intensa considerado al perro una fuente muy importante de apoyo emocional, sobre todo en situaciones difíciles y en el segundo grupo, lo denominaron “pragmático”, el cual representó al 12% restante de la población estudiada, para este grupo convivir con un perro aporta beneficios, pero la dimensión emocional no es tan intensa.

Igualmente, dentro del vínculo humano-mascota se evaluó la variable de cercanía emocional vinculándose a conceptos como apoyo social, vínculo y apego, definida por Cañizares

(2018) como la habilidad que ayuda a distinguir una relación de otra, relacionándose como un recurso estratégico que posee una riqueza de asociaciones y significados, capaz de generar emociones y sentimientos entre personas. Dicho de esta manera en los resultados de esta variable el 58% de los participantes estuvieron en un rendimiento alto, según esto se puede contrastar con la investigación realizada por Rehn et al. (2014), donde según los resultados obtenidos la intensidad en las interacciones con el perro, informadas por el humano se mostraba más intensa frente a percepción humana de cercanía emocional hacia este.

De igual manera existe evidencia que propone que la cercanía con las mascotas caninas tiene consecuencias positivas para la salud humana e incluso contribuye para la creación de una sociedad más proactiva, se afirma que cuando se establece un vínculo emocional con las mascotas este se ve reflejado en diversos beneficios para la salud de los seres humanos.

De manera similar los resultados de la presente investigación son similares a los encontrados en el estudio de Calvo et. al (2016), donde se evaluó el vínculo humano canino de 1140 participante haciendo uso de la escala de Monash, obteniendo como resultados en la subescala interacción perro- dueño un rango de puntuación de 36,35, en cercanía emocional un 44,70 y 38,18 en costo percibido, lo anterior concluyendo que los vínculos están relativamente altos sobre el promedio, de igual manera se indican los factores relacionados con el propietario influyen en la calidad de la relación entre el perro y el propietario, encontrado que los factores humanos tienen un efecto importante en la relación, las experiencias y el manejo del perro y el dueño.

En relación a lo anterior la variable interacción humano- perro como subescala de Monash, en los participantes de la investigación se obtuvieron rendimientos moderados en el 46% de los participantes, dichos resultados permiten relacionarse con lo dicho por Martínez

(2013) la interacción humano-canino brinda la posibilidad de satisfacer las necesidades de amor, respeto, aceptación y valoración, permitiendo desarrollar el cuidado hacia otro ser con necesidades especiales y determinadas. De igual manera se afirma que la interacción y cuidado de otro ser se satisface igualmente de la propia necesidad de ser cuidado, produciendo una estimulación mental como consecuencia de la comunicación con otras personas, la evocación de recuerdos, la planificación de objetivos, el aprendizaje de nuevos conceptos, el uso de la memoria y la concentración. igualmente, los resultados del presente estudio permiten reafirmar lo dicho por Wells (2004) la interacción con el perro mejora las relaciones interpersonales, alimentando las conductas sociales con sonrisas y saludos con un alcance de solidaridad y compromiso.

Por consiguiente, los resultados obtenidos en la variable interacción del presente estudio, y la investigación realizada por Beetz et al. (2012) sugirieron según los resultados obtenidos que una interacción de amistad con un perro puede desencadenar la liberación de la hormona oxitocina, la cual inhibe la síntesis de cortisol, y de este modo, facilita la relajación y la regulación del estrés. evidenciando el nivel de interacción con las mascotas se articulación con el bienestar físico y psicológico de los propietarios de canes, de acuerdo con esto Virués & Buelal, (2006), encontraron evidencias de que los animales de compañía ayudaban a la relajación a través de su contacto, disminuyen los efectos del estrés a través de las interacciones agradables, aumentar la fortaleza física a través del juego y reduce la sensación de soledad a través de las relaciones sociales facilitadas y el contacto continuo .

Así mismo la escala de Monash evalúa el costo percibido de la tenencia del canino, está se define como el costo generado tanto económico, social y personal de cuidar y tener una mascota, respecto a esto Díaz (2014) afirma que la tenencia de animales de compañía resulta un

comportamiento adaptativo, el cual sobrepasa marcadamente los costos de cuidar y alimentar a una mascota. De acuerdo con esto en los resultados obtenidos en la presente investigación se obtuvieron puntajes bajos que refieren bajos costos percibidos de la tenencia de mascotas en la muestra.

Ciertamente para Bentosela y Mustaca (2006) realizaron un estudio donde se concluyó que el vínculo entre el dueño y la mascota se rige por dos aspectos importantes: Primero, el costo-beneficio percibido del ser humano, quien finalmente tiene la potestad de terminar con la relación cuando lo desee, no obstante, se identifica en dicha investigación que los vínculos con las mascotas en los participantes se mantenían, llegando a explicar esto desde el paradigma del intercambio social, el cual menciona que la naturaleza de las relaciones se rige por la valoración que un individuo realice de alguna conducta y determine en qué medida resulta beneficiosa para sí mismo.

De igual manera se pudo evidenciar en los resultados obtenidos con respecto al vínculo humano-canino en los sujetos evaluados, según los parámetros de la escala de Monash, donde se tiene un índice mínimo de 28 a 58 y máximo de 121 a 140 respecto al nivel de vínculo con la mascota, dicho de otra manera, la presente investigación presenta vínculos dentro del promedio al 54% de los evaluados y vínculos altos al 28%, que permiten evidenciar existencia de vínculos estrechos en relación con la interacción, cercanía y bajos costos de la tenencia de mascotas en los participantes de la investigación. En otras palabras, resaltan el bienestar en las personas que poseen mascotas caninas significa tener una compañía y por ende los beneficios biopsicosociales en concordancia con el tipo de relación establecida.

De acuerdo con lo anterior Johansson (2000), resalta que el vínculo humano-canino en varias dimensiones como: emocional, psicológica, social, conductual y responsabilidad; dichas

variables se fortalecen en la edad adulta, apuntando que el vínculo, más que una tenencia, es un compromiso consigo mismo beneficiando el bienestar psicológico del propietario de la mascota y moderando la capacidad de interacción en un contrato filial de costo-beneficio.

Finalmente, el presente estudio contribuye a los planteamientos anteriormente expuestos en esta población, donde se postula el hecho de que el bienestar psicológico de los seres humanos está relacionado con diversos aspectos que lo rodean en tal estudio el vínculo humano-canino, concluyendo que los evaluados a nivel general tienen un nivel de bienestar dentro del promedio, presentado posiblemente habilidades para el control de situaciones, para establecer y mantener relaciones positivas, habilidades para el crecimiento personal, prácticas de autonomía, diversos propósitos de vida y capacidades para la formación de su autoconcepto, de igual manera se resalta los resultados obtenidos en cada una de las variables de vínculo donde se presentan rendimientos dentro del promedio y altos, evidenciándose con ello vínculos directos emocionales, afectivos y percibidos con las mascotas, lo cual infiere que dichos vínculos o cercanías generan un bienestar tanto psicológico como físico para la muestra evaluada.

Conclusiones

Los participantes de la presente investigación tuvieron un nivel de bienestar psicológico dentro del promedio, sin presentarse diferencias significativas en los rendimientos de las variables autoaceptación, relaciones, autonomía, control de situaciones, crecimiento personal y propósito de la vida.

De igual manera el vínculo humano-canino los participantes de la investigación se encuentra dentro de los rangos promedio, sin embargo, los índices evaluados se obtuvieron porcentajes altos en la variable percepción y en la variable costos percibidos.

El vínculo humano-mascota es uno de los factores protectores del bienestar psicológico e inhibidor de las conductas negativas tanto sociales, familiares, emocionales y físicas.

Se evidencio en los resultados obtenidos y según los parámetros de la escala de Monash, vínculos dentro del promedio al 54% de los evaluados y vínculos altos al 28%, que evidencian una existencia de vínculos estrechos en relación con la interacción, cercanía y bajos costos de la tenencia de mascotas en los participantes de la investigación.

Igualmente resalta la importancia de evaluar dicho campo ya que distintas áreas científicas como lo son: la biofilia, el apoyo social/psicológico, la antrozoología y el apego, las perspectivas psicodinámicas, la psicología del yo, la teoría relacional entre otras, se han interesado por el tema, resaltando los altos beneficios en el ser humano.

Los dueños de perros experimentan mayor autoestima, una personalidad más saludable y estilos de apego menos negativos, demostrando menor temor y menor preocupación con respecto a las personas que no tienen perros

Recomendaciones

Es conveniente que se realicen futuras investigaciones en grupos poblacionales más amplios con el fin de recolectar mayor información en relación con las variables investigadas.

Se espera, a partir de los hallazgos, se tracen otros planteamientos que estén encaminados al desarrollo de programas en búsqueda de promover, desarrollar y orientar las habilidades inherentes a las áreas de bienestar psicológico o por ende del establecer vínculos positivos tanto con mascotas como con personas.

De igual manera para la ampliación de la información en el contexto boyacense y a nivel nacional, se recomienda un estudio correlacional de variables para obtener mayor información en los resultados y compararlos con otros estudios.

Finalmente es importante que los resultados de esta investigación se tengan en cuenta como referencia en nuevos estudios que se adelanten sobre bienestar psicológico, relaciones con las clases de vínculos y los beneficios psicológicos de la tenencia de mascotas.

Referencias

Banco de Desarrollo de América Latina. (18 de Agosto de 2020). *Banco de Desarrollo de América Latina*. Obtenido de:

<https://www.caf.com/es/conocimiento/visiones/2020/08/como-se-puede-medir-el-bienestar-financiero-en-america-latina/#:~:text=El%20CFPB%20define%20el%20bienestar,permitan%20disfrutar%20de%20la%20vida.>

Martín, C. V. (2016). Bienestar Subjetivo, Bienestar Psicológico y Significación en Personas en Situación de Desempleo. *Universidad de la Laguna*, 20. Tomado de:

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3815/bienestar%20subjetivo%20bienestar%20psicologico%20y%20significacion%20vital%20en%20personas%20en%20situacion%20de%20desempleo.pdf?sequence=1&isallowed=y>

Davis, T. (27 de Abril de 2017). *Definición de bienestar: significado, dimensiones y ejemplos*.

Obtenido de:

<https://www.berkeleywellbeing.com/wellness-definition.html>

Díaz, D., & Blanco, A. (2014). El Bienestar Social: Su Concepto y Medición. *Psicotherma*, 1-2.

Obtenido de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1313984>

Diccionario de la Espiritualidad. (25 de junio de 2013). *Diccionario de la Espiritualidad*.

Obtenido de: <https://mercaba.org/mediafire/de%20flores,%20stefano%20-%20nuevo%20diccionario%20de%20espiritualidad%2001.pdf>

Fraternidad Muprespa. (29 de Marzo de 2021). *Bienestar Emocional*. Obtenido de:

<https://www.rincondelasalud.com/es-ES/bienestar-emocional/>:

Fundación Affnity . (2012). *Antrozooloología: Conociendo el vínculo entre personas y otros*

animales. Barcelona: Universidad Autonoma de Barcelona. Obtenido de:

<https://www.fundacion-affinity.org/la-fundacion/catedra/antrozooloologia-conociendo-el-vinculo-entre-personas-y-otros-animales>

Gaítan, K. V. (29 de Agosto de 2015). ¿Qué es el intelecto? *Elcampesino.co*, págs. 1-2. Tomado

de: <https://www.elcampesino.co/que-es-el>

[intelecto/#:~:text=El%20intelecto%20es%20la%20capacidad,el%20mundo%20que%20e%20rodea.&text=El%20intelecto%20supone%20la%20capacidad,la%20reflexi%C3%B3n%20y%20el%20raciocinio](https://www.elcampesino.co/que-es-el-intelecto/#:~:text=El%20intelecto%20es%20la%20capacidad,el%20mundo%20que%20e%20rodea.&text=El%20intelecto%20supone%20la%20capacidad,la%20reflexi%C3%B3n%20y%20el%20raciocinio).

García, J. A. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *pepsic*, 3-

6. Obtenido de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-74752013000100004

Gómez, L. (2007). La influencia de las mascotas. *Revista colombiana de ciencias pecuarias*, 1-

10. Obtenido de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rccp/v20n3/v20n3a16.pdf>

Hernández, M. F. (18 de Julio de 2019). Inteligencia, Conocimiento y Sabiduría. *Conocimiento*

de Todos y para Todos, págs. 1-3. Tomado de:

<https://ecured.cubava.cu/2019/07/18/inteligencia-conocimiento-y-sabiduria/>

Hettler, B. (01 de 02 de 1976). *Las Dimensiones del Bienestar*. Obtenido de Instituto Nacional de

Bienestar: <https://nationalwellness.org/resources/six-dimensions-of-wellness/>

Ipyme.org. (22 de 12 de 2019). *Creación de la Empresa*. Obtenido de:

<http://www.ipyme.org/es-ES/creaciondelaempresa/Paginas/Creaciondelaempresa.aspx>

Mass.gov. (9 de Marzo de 2018). *Bienestar físico*. Obtenido de:

<https://www.mass.gov/service-details/bienestar-fisico>

Saavedra, M. J. (2007). Las Ideas Sobre el Hombre en la Grecia Antigua. *Revista Facultad de Ciencias Económicas*, 5-8. Tomado de: <https://pure.urosario.edu.co/es/publications/las-ideas-sobre-el-hombre-en-la-grecia-antigua>

Ministerio de Educación. (01 de Marzo de 2016). *5 Reglas de oro para Elegir "Carrera Profesional"*. Obtenido de:

<https://www.mineducacion.gov.co/sistemasdeinformacion/1735/article-235003.html>

Mustaca, M. B. (2007). Comunicación entre Perros Domésticos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 5-8. Obtenido de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0120-05342007000200012&lng=en&nrm=iso&tlng=es

Navarro, M. T. (2010). La Orientación Ocupacional para Elegir Fundamentalmente un ocupación: Propuesta Alternativa. *Revista Mexicana de Psicología*, 4. Tomado de:

<https://biblat.unam.mx/es/revista/revista-mexicana-de-psicologia/articulo/la-orientacion-profesional-para-elegir-fundamentadamente-una-ocupacion-propuesta-alternativa>

Nubika. (03 de 10 de 2020). *Historia de la canoterapia: el primer perro terapeuta*. Obtenido de:

<https://nubika.es/noticias/perros-terapia-historia-de-canoterapia>

Romero, M. P. (2017). Significado del Trabajo desde la Psicología del Trabajo. una Revisión Historica, Psicologica y social . *Psicología desde El Caribe*, 2. Obtenido de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v34n2/2011-7485-psdc-34-02-00120.pdf>

Saldivar, N. I. (2018). Bienestar psicologico en jóvenes estudiantes del nivel superior.

Universidad Autónoma del Estado de Mexico, 40-48. Obtenido de:

<http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/94984>

Seligman, M. (2016). *Floreecer*. Nueva York: Oceano de Mexico. Obtenido de:

<https://books.google.com.co/books?id=CMuLDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Sen, A. (17 de Julio de 2011). *bienestar humano según Amartya sen*. Obtenido de:

<http://vforcitizens.blogspot.com/2011/07/el-bienestar-humano-segun-amartya-sen.html>

Univesidad de la sabana. (12 de febrero de 2021). *Campus Unisabana*. Obtenido de:

<https://www.unisabana.edu.co/portaldenoticias/al-dia/la-actividad-fisica-y-la-salud-mental/>

Vargas, C. J. (2015). La Espiritualidad como Medio de Desarrollo Humano. *Cuestioens*

Teológicas, 1-26. Obtenido de:

<https://revistas.upb.edu.co/index.php/cuestiones/article/view/251>

Vásquez, C., Gonzales, H., Rohana, J., & Gómez, D. (2009). organizacion mundial de la salud y el bienestar psicologico. *anuario de la psicología clínica y de la salud*, 3. Tomado de:

http://institucionales.us.es/apcs/doc/APCS_5_esp_15-28.pdf

Vinyamata, E. (2015). Neurociencia afectiva. *Quadernsdel campus per la pau*, 20-25. Obtenido de:

https://www.copc.cat/adjuntos/adjunto_18980/v/Neurociencia%20afectiva.pdf?tm=1605865259

Barrientos, S. S. (2017). Bienestar psicologico en estudiantes de carreras de salud. *Investigación en educación médica* , 2-7. Tomado de:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007505717300042>

Concejo Municipal de Tunja & UPTC. (24 de Junio 2018). *Informe de censo canino en Tunja*;

Obtenido de: <http://www.concejo-tunja-boyaca.gov.co/noticias/informe-censo-canino-en-tunja>.

Garcia, F. M. (17 de Noviembre de 2017). *¿Cuántos perros hay en el mundo?* Obtenido de:

myanimals: <https://myanimals.com/es/cuantos-perros-hay-mundo/>

Gil, R. M. (s.f.). Diseños de proyectos de investigación. En R. M. Gil, *Empírico-Analítico*.

Obtenido de: <http://www.canoalibros.com/pdfNovedadesCreador.php?id=9676>

La republica de Colombia. (18 de Febrero de 2019). *Seis de cada 10 hogares en el país tienen*

mascota. Obtenido de La republica: <https://www.larepublica.co/consumo/seis-de-cada-10-hogares-del-pais-tienen-mascota-segun-brandstrat-2829114>

Díaz, M. V, & Olarte, M. A. (2016). Animales de Compañía, Personalidad Humana y los

Beneficios Percibidos por los Custodios . *Revista Latinoamericana de Ciencia*

Psicológica, 1-21. Tomado de:

<http://www.psiencia.org/ojs/index.php/psiencia/article/view/201>

Melendez, L. (2014). EL Vínculo Humano-Animal y sus Implicaciones para la Psicología en

Puerto Rico. *Universidad de Puerto Rico*, 5-20. Tomado de:

<https://psycnet.apa.org/record/2016-04264-001>

Plumed, A. B. (2017). Actitudes, tenencia y vínculo con animales de compañía: relación con la

personalidad, recursos y salud psicológica. *universidad de sevilla*, 1-333. Tomado de:

<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/70049/Poves%20A%202017%20Actitudes%2C>

[%20tenencia%20y%20v%C3%ADnculo%20con%20animales%20de%20compa%C3%B1%C3%ADa...pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

- Ramírez, M. T. (2017). Versión mexicana de la escala Monash de relación del dueño con su perro (MDORSM). *Alternativas Psicológicas*, 1-17. Tomado de: <https://www.alternativas.me/26-numero-37-febrero-julio-2017/149-version-mexicana-de-la-escala-monash-de-relacion-del-dueno-con-su-perro-mdors-m>
- Revista Dinero. (11 de Noviembre de 2018). *Las familias colombianas tienen más mascotas y menos hijos*. Obtenido de Dinero: <https://www.dinero.com/edicion-impresa/negocios/articulo/mascotas-en-los-hogares-de-colombia-en-2018/264423>
- Pineda, R. A., Castro, M. J., & Chaparro, C. R. (2017). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento psicológico*, 3-10. Tomado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v16n1/v16n1a04.pdf>
- Roberto Hernández Sampieri, C. F. (2014). Metodología de la Investigación. En R. H. Sampieri, *El proceso de la Investigación Cuantitativa* (págs. 34,36,149,150). Mexico: Mcgraw-Hill/interamericana.
- Semanario el país. (4 de diciembre 2016). *El Negocio de las Mascotas en el Mundo*. Tomado de: https://elpais.com/elpais/2016/12/01/media/1480620178_921927.html.
- Soler, P. C. (2017). El vínculo entre el ser humano y los animales: *Fundación affinity*, 51-50. Tomado de : <https://www.fundacion-affinity.org/la-fundacion/catedra/antrozologia-el-vinculo-entre-humanos-y-animales>.
- Triada, C., & Villar, F.,(2008) *Envejecer Positivo*. Obtenido de: https://books.google.com.co/books?id=O_OpPNtwZtgC&printsec=frontcover&dq=%E2%80%9Cenvejecer+en+positivo&hl=es-

[419&sa=X&ved=2ahUKEwj2jtCo45DwAhURTawKHSjRDmwQuwUwAHoECAEQBO#v=onepage&q=%E2%80%9Cenvejecer%20en%20positivo&f=false](https://www.researchgate.net/publication/326187841_Antrozologia_Definiciones_areas_de_desarrollo_y_aplicaciones_practicas_para_profesionales_de_la_salud)

Díaz, V. M. (2015). Antrozología: Definiciones, Áreas de Desarrollo y Aplicaciones Prácticas para Profesionales de la Salud. *European Scientific Journal*, 3-20. Tomado de:

https://www.researchgate.net/publication/326187841_Antrozologia_Definiciones_areas_de_desarrollo_y_aplicaciones_practicas_para_profesionales_de_la_salud

Díaz, V. M. & Olarte, M. A. (2019). Diferencias de Género en Distintas Dimensiones del Vínculo HumanoPerro: Estudio Descriptivo en Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Revista Colombiana de psicología, 5 -16. Tomado de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-54692019000200109

Anexos

Anexo 1.

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología



Consentimiento informado para la participación en la investigación titulada “*Descripción del Bienestar Psicológico en Adultos Jóvenes y el Vínculo Humano-Canino*”

La presente investigación tiene como propósito evaluar el bienestar psicológico de adultos jóvenes en edades entre los 18 y 45 años propietarios de mascotas caninas en la ciudad de Tunja, para tal fin se hará uso la escala de Bienestar Psicológico de Ryff, a su vez determinar el tipo de vínculo humano mascota-canina por medio de la escala Monash, vale resaltar que los instrumentos tienen la validez y confiabilidad requerida; para la recolección de datos contestara el propietario de la mascota y el diligenciamiento será tipo Likert.

Así mismo se prosigue hacer un análisis descriptivo de las características sociodemográficas de la muestra en relación, con la edad, el género, el estrato socio-económico, nivel educativo y estados civil del propietario de la mascota. Adicionalmente los datos de la mascota canina como: tamaño, raza, sexo, tiempo de vínculo y gasto mensual de mascota.

Las escalas serán suministradas por el psicólogo en formación José Adelmo Torres Piraneque y supervisado por la psicóloga y coordinadora del programa de psicología de la Universidad Antonio Nariño Claudia Bibiana Pulido Suarez. El presente consentimiento será requisito fundamental para la aplicación de las escalas.

Garantías de la participación

la presente investigación está clasificada como riesgo mínimo según el art. 11 de la resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de la República de Colombia.

La ley 1090 de 2006 reglamenta el ejercicio de la psicología en el proceso normativo de la investigación, información de las variables y el uso de las escalas según el Capítulo VI y su



manifiesto sobre el uso de material psicotécnico.

Así mismo el Código Deontológico y Bioético para el ejercicio de la Profesión de Psicología, en el Capítulo VII. Declara que los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo investigativo. Excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Así mismo esta investigación mantendrá la confidencialidad de datos personales y los resultados serán utilizados con fines formativos e investigativos.

La participación en la investigación no obtendrá ninguna retribución económica, salvo los resultados obtenidos de su participación y el resultado general de la investigación.

La participación será totalmente voluntaria y tendrá derecho a retirarse en el momento que usted desea.

Aprobación y Participación.

Participante

Nombre

Cédula

Firma

Día/Mes/Año

Psicólogo en Formación.

José Adelmo Torres Piraneque

C.C. 1.049.623.903

Código: 20251414201

Coordinadora del Programa de Psicología

Claudia Bibiana Pulido Suarez

C.C. 40.046.003

T.P. 122875

Anexo 2



Datos Sociodemográficos en el Vínculo Humano Canino.

A continuación, encontrará una serie de espacios los cuales deberá diligenciar con la información requerida o marcando con una (X). Las respuestas son anónimas y serán usadas para el estudio en el que usted está participando.

Datos del Propietario.

Edad: _____ **Género:** _____ **Estrato Socioeconómico:** _____

Nivel Educativo: Básica primaria: Básica secundaria: Bachiller:

Técnico: Tecnólogo: Universitario: Posgrado:

Estado Civil: Soltero: Unión libre: Casado: Separado: Viudo:

Datos de la Mascota Canina.

Raza: _____

Tamaño de la Mascota: Pequeña: Mediana: Grande:

Sexo: Hembra: Macho:

Procedencia: Regalado: Comprado: Adoptado:

Tiempo del Vínculo: Menos de un año: Entre 1 y 5 años:

Entre 6 y 10 años: Más de 10 años:

Gasto Mensual de la Mascota: Entre 10.000 y 30.000 COP.

Entre 30.000 y 50.000 COP. Entre 50.000 y 100.000 COP.

Más de 100.000 COP.

Anexo 3

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

Apreciado propietario de la mascota canina, este instrumento es estrictamente confidencial. A continuación, se te presentan 39 afirmaciones. Te pedimos que contestes con sinceridad cada uno de los ítems marcando con una (X) la opción que mejor describe lo que pensaste o sentiste durante el último mes. (No hay respuesta correcta o incorrecta, todas sirven).

| N° | Ítems | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----|--|--------------------------|------------------------|--------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|
| | | Totalmente en desacuerdo | Bastante en desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | Bastante de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
| 1 | Cuando analizo la historia de mi vida, me siento satisfecho de cómo han resultado las cosas. | | | | | | |
| 2 | A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes comparto mis preocupaciones. | | | | | | |
| 3 | Expreso fácilmente mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas. | | | | | | |
| 4 | Me preocupa cómo otras personas evalúan las elecciones que he hecho en mi vida | | | | | | |
| 5 | Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga. | | | | | | |
| 6 | Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad. | | | | | | |
| 7 | En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo. | | | | | | |
| 8 | No cuento con muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar. | | | | | | |
| 9 | Tiendo a preocuparme por lo que los demás piensan de mí. | | | | | | |
| 10 | Me juzgo por lo que pienso que es importante, no por lo que otros piensan que es importante. | | | | | | |
| 11 | Soy parte de una familia y he construido un modo (estilo) de vida a mi gusto. | | | | | | |
| 12 | Soy una persona activa cuando realizo los proyectos que me propongo. | | | | | | |
| 13 | Si tuviera la oportunidad, cambiaría muchas cosas de mí mismo. | | | | | | |
| 14 | Siento que mis amistades me aportan muchas cosas. | | | | | | |
| 15 | Tiendo a dejarme influenciar por personas con opiniones firmes. | | | | | | |
| 16 | En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo. | | | | | | |
| 17 | Me siento bien cuando pienso lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro. | | | | | | |
| 18 | Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí. | | | | | | |
| 19 | Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad. | | | | | | |

| N° | Ítems | Totalmente en desacuerdo | Bastante en desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | Bastante de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|---|--------------------------|------------------------|--------------------|-----------------|---------------------|-----------------------|
| 20 | Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo. | | | | | | |
| 21 | Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general. | | | | | | |
| 22 | Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen. | | | | | | |
| 23 | Tengo clara la dirección y objetivo de mi vida. | | | | | | |
| 24 | Conforme pasa el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo. | | | | | | |
| 25 | En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida. | | | | | | |
| 26 | He experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza. | | | | | | |
| 27 | Me resulta difícil expresar mis opiniones en temas controvertidos. | | | | | | |
| 28 | Soy bastante eficiente, manejando mis responsabilidades diarias. | | | | | | |
| 29 | No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida. | | | | | | |
| 30 | Hace mucho tiempo, que dejé de hacer cambios importantes en mi vida. | | | | | | |
| 31 | Me siento orgulloso de quién soy y de la vida que llevo. | | | | | | |
| 32 | Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí. | | | | | | |
| 33 | Siento que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona. | | | | | | |
| 34 | No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está. | | | | | | |
| 35 | Las experiencias nuevas me desafían a replantear lo que pienso sobre mí mismo y el mundo. | | | | | | |
| 36 | Pensándolo bien, con los años no he mejorado mucho como persona. | | | | | | |
| 37 | A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo. | | | | | | |
| 38 | Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje, desarrollo y crecimiento. | | | | | | |
| 39 | Si no fuera feliz en mi vida, tomaría medidas efectivas para cambiarla. | | | | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Anexo 4

ESCALA DE MONASH

Instrucciones: Marque en cada pregunta, la opción que mejor se adecue a su rutina actual con su mascota canina.

| Puntaje de cada pregunta | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|---|----------------------------------|--|--|-----------------------------|--------------------------|
| 1. ¿Con que frecuencia juegas con tu perro? | Varias veces al día | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana | De vez en cuando |
| 2. ¿Con que frecuencia tu perro te acompaña cuando visitas a otras personas? | Siempre o casi siempre | Muy frecuente (al menos una vez a la semana) | Algunas veces (al menos una vez por mes) | Casi nunca | Nunca |
| 3. ¿Con que frecuencia le das premios de comida a tu perro? | Varias veces al día | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana | De vez en cuando |
| 4. ¿Con que frecuencia le das besos a tu perro? | Varias veces al día | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana o menos | De vez en cuando |
| 5. ¿Con que frecuencia llevas a tu perro en tu carro? | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana | De vez en cuando | Nunca o casi nunca |
| 6. ¿Con que frecuencia abrazas a tu perro? | Varias veces al día | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana o menos | De vez en cuando |
| 7. ¿Con que frecuencia compras cosas para tu perro (regalos, juguetes, etc.)? | Por lo menos una vez a la semana | Varias veces en el mes | Una o dos veces al mes | De vez en cuando | Nunca o casi nunca |
| 8. ¿Con que frecuencia tu perro está contigo mientras te relajas (por ejemplo mientras ves televisión)? | Siempre o casi siempre | Muy frecuente (al menos una vez a la semana) | Algunas veces (al menos una vez por mes) | Casi nunca | Nunca |
| 9. ¿Con que frecuencia cepillas a tu perro? | Por lo menos una vez al día | Algunos días de la semana | Una vez a la semana | De vez en cuando | Nunca o casi nunca |
| 10. Mi perro me ayuda en tiempos difíciles | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 11. Mi perro siempre está para mí cuando necesito consuelo | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 12. Quisiera que mi perro estuviera conmigo todo el tiempo | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 13. Mi perro me brinda compañía constante | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |

| | | | | | |
|---|-----------------------|------------|--------------------------------|-----------------|--------------------------|
| 14. Si todos me abandonaran, mi perro estaría ahí paramí (contaría con mi perro) | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 15. Mi perro me da una razón para levantarme en la mañana | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 16. Quisiera que mi perro y yo nunca tuviéramos que separarnos | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 17. Mi perro está constantemente al pendiente de mí (me pone atención) | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 18. ¿Con que frecuencia le dices cosas a tu perro que no le dices a nadie más? | Muy frecuente | Frecuente | A veces | Muy pocas veces | Nunca |
| 19. ¿Qué tan doloroso crees que será para ti cuando tu perro muera? | Muy doloroso | Doloroso | Regular | Poco doloroso | Nada doloroso |
| 20. ¿Con que frecuencia sientes que cuidar a tu perro es un trabajo difícil? | Muy frecuente | Frecuente | A veces | Muy pocas veces | Nunca |
| 21. Es molesto que algunas veces tengo que cambiar mis planes debido a mi perro | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 22. Me molesta que por mi perro he dejado de hacer cosas que disfrutaba haciendo antes de tenerlo | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 23. Hay cosas importantes relacionadas a tener un perro que no me gustan | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 24. ¿Con que frecuencia tu perro te limita de hacer cosas que quieres hacer? | Muy frecuente | Frecuente | A veces | Muy pocas veces | Nunca |
| 25. Mi perro hace mucho desorden | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 26. Gasto mucho dinero en mi perro | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni en acuerdo ni en desacuerdo | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| 27. ¿Qué tan difícil es cuidar a tu perro? | Es muy difícil | Es difícil | Regular | Es fácil | Es muy fácil |
| 28. ¿Con que frecuencia sientes que tener un perro es más costo que beneficio? | Muy frecuente | Frecuente | A veces | Muy pocas veces | Nunca |