

## MASCOTAS Y SUS BENEFICIOS

Dr. Valeriano Fuentes López<sup>1</sup>, Dra. Esther Gallegos Hernández<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pediatra Capítulo Irapuato

<sup>2</sup>Presidente de Capítulo Celaya, Jefe de Pediatría ISSSTE Celaya

*Bol Col Ped Gto 2023;1(3):43-45*

Es innegable que la relación de un niño con un animal doméstico es beneficiosa para ambos, teniendo en cuenta circunstancias controladas, y pueden establecer una relación muy positiva y afectuosa con el animal. Las mascotas son animales que una familia elige como compañía.

La palabra mascota proviene del francés y significa “animal de compañía”, muchas familias comparten la intimidad de su hogar con las mascotas y las consideran un miembro de ellas. Los efectos positivos de las mascotas se clasifican en cuatro áreas:

- 1) Beneficios fisiológicos.- Liberación inconsciente e involuntaria de la hormona oxitocina y de endorfinas, asociadas con el placer y el disfrute terapéutico; por lo tanto nuestros fieles compañeros nos ayudan a reducir la presión arterial y la frecuencia cardíaca, minimizan nuestra ansiedad y estrés por soledad; nos impulsan a tener una mayor actividad física con sus juegos y paseos; y en los niños pequeños fortalece sus sistema inmune.
- 2) Beneficios psicológicos.- Aumentan la autoestima y el sentido de la responsabilidad. La relación con perros y gatos estabiliza la conducta infantil, contribuye a fomentar la alegría y a eliminar la tristeza así como a disminuir los miedos normales de la infancia.

- 3) Beneficios sociales.- Los niños y jóvenes que han generado un vínculo afectivo con sus animales de compañía, logran desarrollar mejor sus habilidades sociales como la conversación y la capacidad para cultivar amistades, además de favorecer la disminución de la agresividad. Las personas que durante su niñez han tenido contacto con un animal de compañía aprenden valores como la compasión y la empatía.



- 4) Beneficios terapéuticos.- Numerosos tratamientos han incluido la interacción con mascotas en personas de todas las edades. Por ejemplo: terapia asistida emocionalmente en pacientes con SIDA, enfermedad de Alzheimer, o diversos trastornos psicológicos, en hogares para ancianos, cárceles, hospitales o en pacientes con trastornos cardíacos, o como terapia física

como la equinoterapia, que ayuda a incrementar las habilidades físicas; así mismo en pacientes con síndrome de Down, parálisis cerebral, esclerosis múltiple, retraso en el desarrollo y trauma cerebral.

Recientemente se han realizado estudios para determinar si los gatos y los perros pueden ser causa de enfermedades alérgicas, los autores Meer y Hesselmar concluyeron que tener un gato o perro en los primeros años de vida (antes de los 6 años) es un factor protector contra estas enfermedades. En enfermedades crónicas las mascotas facilitan la recuperación convirtiéndolas en sanadoras silenciosas. Tener una mascota en la niñez ayuda al desarrollo social en términos de competencia, redes sociales, interacción, comunicación social, empatía, que hace que tengan puntuaciones de desarrollo más altas en relación a su edad. Se ha reportado que niños con diabetes mellitus tipo 1 que cuidan una mascota tienen un mejor control de la glucosa en sangre.

En niños con trastorno del espectro autista se encontró una disminución del estrés a niveles casi normales, mejorando sus respuestas sensoriales dentro y fuera del hogar. La raza de perros más utilizada con fines terapéuticos en estos pacientes son el labrador y golden.

Tener una mascota es muy positivo para nuestra vida, pero debemos ser dueños responsables y antes de adquirir una, es importante

investigar cual es la que mejor se adapta a nosotros y a nuestra familia. Debemos cuidarlo y procurar su salud con una alimentación adecuada, visita regular al veterinario, vacunas, desparasitaciones, paseos, aseo cotidiano y recreación.



#### BIBLIOGRAFÍA

1. Hesselmar B, Aberg N, Aberg B, Ericksson B, Bjorksten B. Does early exposure to a cat or dog protect against later allergy development? *Clin Exp Allergy* 1999;29:611-617.
2. Meer G, Toelle BG, Ng K, Tovey E, Marks GB. Presence and timing of cat ownership by age 18 and the effect on atopy and asthma at age 28. *J Allergy Clin Immunol* 2004;113:433-438.

3. Gutiérrez G, Granados DR, Piar N. Interacciones humano animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. Rev. Colomb Psicol.2007;16:163-84.
4. Enderburg N, Van Lith HA. The influence of animal son the development of children. Vet. J.2011;190(2):208-14.
5. B Atehortua, C (2007) Influencia de las mascotas en el hogar. Recuperado el 11 de Noviembre del 2021. Scielo.

