

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.452>

Estudio comparativo entre la tenencia o no de mascotas en los niveles de estrés de los estudiantes de 17 -19 años de una institución educativa de Quito en el periodo 2022-2023

Comparative study between pet ownership or not in the stress levels of students aged 17 -19 years of an educational institution in Quito in the period 2022-2023

Patricia Del Consuelo Lucero Albán

Universidad Politécnica Salesiana
plucero@ups.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-5448-6160>
Quito – Ecuador

Anahí Alexandra Torres Macías

Universidad Politécnica Salesiana
atorresm7@est.ups.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-9181-8219>
Quito – Ecuador

Juan Enrique Villacís Jácome

Universidad Politécnica Salesiana
jvillacisj@ups.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0001-9510-1573>
Quito – Ecuador

Cristhian Fabricio Morales Fonseca

Universidad Politécnica Salesiana
cmoralesf@ups.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-9675-5517>
Quito – Ecuador

Artículo recibido: 11 de febrero de 2023. Aceptado para publicación: 07 de marzo de 2023.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El presente trabajo de investigación parte del estudio comparativo entre la tenencia o no de mascotas en los niveles de estrés de los estudiantes de 17 – 19 años de una institución educativa de Quito en el periodo 2022 – 2023. El cual se trabajó en base a la implementación de un enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo – correlacional, de corte trasversal debido a que el principal objetivo es comparar los niveles de estrés de los estudiantes, que poseen mascota frente a los que no poseen mascotas. Se trabajó con el instrumento de Escala de Estrés Percibido (EEP-14) de Cohen, Kamarck, Mermelstein adaptado por el Dr. Eduardo Remor, la cual permite reconocer los niveles de estrés percibido del último mes, la escala fue aplicada de forma virtual y se trabajó con una muestra de 100 estudiantes (50 adolescentes con mascotas y los otros 50 sin mascotas). Los resultados que se evidenciaron en la investigación nos permitieron reconocer la influencia positiva por parte de las mascotas en la vida de los adolescentes, ya que se pudo

observar menores niveles de estrés en los adolescentes que cuentan con mascotas en comparación con aquellos que no tienen mascotas.

Palabras claves: adolescencia, estudiantes, estrés, mascotas

Abstract

This research, part of the comparative study of the having or not pets by students, related to the stress levels of them between 17 - 19 years old from a high school located in Quito during the period 2022 - 2023. It has been developed based on the implementation of a quantitative focus with a descriptive-correlational and cross-section reach because, the main objective is to compare the different stress levels of the students who own a pet in opposition to those who do not own a pet. Working with the Perceived Stress Scale (EEP-14), an instrument by Cohen, Kamarck, Mermelsteinn and adapted by Dr. Eduardo Remor, which allows one to acknowledge the perceived stress levels during the last month, the instrument was used online and has been developed using a sample of 100 students (50 teenagers who have pets and 50 teenagers who do not have pets). The proven results of the research allowed us to acknowledge the positive influence given by pets to teenagers lives, because it could be found lower-stress levels in teenagers who have pets in opposition to those who do not.

Keywords: adolescence, students, stress, pet

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Lucero Albán, P. D. C., Torres Macías, A. A., Villacís Jácome, . J. E., & Morales Fonseca, C. F. (2023). Estudio comparativo entre la tenencia o no de mascotas en los niveles de estrés de los estudiantes de 17 -19 años de una institución educativa de Quito en el periodo 2022-2023. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 2760–2772. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.452>

INTRODUCCIÓN

La sociedad en la actualidad se ha visto afectada ante los hechos negativos que se han evidenciado globalmente, los cuales han promovido una crisis mundial en distintos ámbitos, sin embargo, la pandemia y el aislamiento ha repercutido considerablemente en el bienestar psicológico de la población. Así lo menciona Ruiz et al (2020) la pandemia ha influido considerablemente en la salud mental y se ha visto reflejada en la expresión de diversos trastornos emocionales ya que ha generado el incremento en las personas de sentimientos de miedo, frustración, estrés, ansiedad y soledad.

De igual manera, permitió el aumento de hábitos insanos como el exceso de los dispositivos electrónicos, dietas poco adecuadas y el crecimiento de conductas sedentarias logrando afectar la salud física y mental (Wang, 2020).

Ante esto, la sociedad ha resaltado la importancia de favorecer y trabajar sobre la salud y bienestar mental, por tal razón se ha observado una variedad de investigaciones que permitan promoverla salud mental en las personas. Según Martínez (2019) resalta que el animal de compañía genera en el humano un sentimiento de acompañante absoluto y permite disminuir la depresión o ansiedad. Asimismo, tenemos los beneficios que genera la tenencia de mascotas durante la pandemia. Así se puede observar en Chile, según Henríquez et al (2021), quien realizó una investigación con la finalidad de conocer el apego existente entre dueño-mascota y correlacionarlo con la salud mental, el mismo que contó con la participación de 514 personas y mediante la creación de un instrumento (formulario digital), permitió conocer que las mascotas generan una mejora en la autovaloración, de igual forma se menciona la disminución del estrés y ansiedad.

En Ecuador, según la investigación realizada por Patiño (2020) con el objetivo de conocer la relación entre los dueños y sus animales de compañía en un ambiente de confinamiento, a través de una encuesta electrónica la cual fue repartida a 1054 personas (entre 25-50 años), se evidenció que los dueños experimentan una gran mejora al momento de vivir el aislamiento debido a la interacción con sus mascotas.

En Colombia, en relación con la investigación realizada por Baltazar (2021) la cual se basa en un estudio correlacional entre la tenencia de mascotas y el bienestar psicológico – emocional del personal de salud durante la pandemia, la muestra de esta investigación fue de 31 sujetos, los resultados obtenidos demostraron que la tenencia de mascotas no influye en el bienestar psicológico – emocional de las personas. En Perú, según De Los Heros (2017) mediante su investigación la cual se centra en comparar el bienestar psicológico de los adultos mayores de quienes tienen y no tienen mascotas, su muestra fue de 62 adultos mayores, dentro de este estudio se demostró que la afectividad positiva no variaba entre personas con o sin mascotas, sin embargo en relación con la afectividad negativa existe una ligera diferencia a favor de las personas que no tienen mascotas, y al respecto de la satisfacción con la vida existe una diferencia moderada a favor de las personas que si tienen mascotas, es así que según las conclusiones de esta investigación si existen beneficios en los adultos mayores en relación con la compañía de sus mascotas. Según la OMS (2000) el término adolescencia se lo puede describir como una fase esencial en el progreso del ser humano, en el cual el adolescente debe atravesar una variedad de cambios entre ellos: cambios fisiológicos y anatómicos; la resolución progresiva de apego hacia la familia; la formación de la identidad individual (sexual y social).

De igual forma, según Pineda y Aliño (1990) resalta que dentro de la etapa de adolescencia se caracteriza principalmente por la aparición de los cambios puberales los cuales se ven reflejados

en el adolescente físicamente, psicológicamente y socialmente, es por ello que causa una variedad de crisis en el individuo, sin embargo, son esenciales en las experiencias (físicas, psicológicas y sociales) del sujeto para que existe un desarrollo óptimo con la finalidad de crear una independencia del individuo. Es así, que la OMS (2000) demarca tres períodos dentro de la adolescencia, por una parte, se encuentra la adolescencia temprana que abarca de 10 a 13 años, después aparece la adolescencia media de 14 a 16 años, y por último se encuentra la adolescencia tardía la cual abarca de 17 - 19 años de edad. Es decir, que la etapa de la adolescencia parte de los 10 años hasta los 19 años. El término juventud según la OMS comprende desde los 15 años hasta los 24, es decir, abarca de igual forma la etapa de la adolescencia media como la tardía, ya que dentro de estas dos etapas existe una mayor maduración en los aspectos psicológicos y físicos del sujeto, sin embargo, es esencial indicar que dentro de este proceso puede variar la aparición de las interacciones sociales, la formación de identidad y los comportamientos de responsabilidad del sujeto, es así que la juventud no se considera un proceso uniforme este varía en cada uno de los individuos (Pineda y Aliño, 1990). Uno de los factores que puede influir en la adolescencia es el estrés; que según Obando et al (2017) se describe al estrés como el resultado que genera entre la persona y su entorno, en el cual el individuo experimenta un estado de amenaza – desequilibrio ante distintos factores, estos pueden ser biológicos, físicos, psicológicos o emocionales. De igual forma, la OMS (2008) delimita el término estrés como la unión de reacciones ya sea fisiológicas o psicológicas que preparan al cuerpo para la acción. Sin embargo, es importante mencionar la subjetividad que tiene el individuo sobre la situación, es así que la percepción y las herramientas que maneje al momento de afrontar distintos escenarios serán esenciales para su accionar (Sonntag y Frese, 2003). Desde la posición de Karam et al (2019) resalta que en la actualidad el estrés ya es considerado una enfermedad psicológica la cual se encuentra relacionado con los conflictos que experimenta la persona. No obstante, el estrés también es considerado como una habilidad de supervivencia la cual genera en el individuo la estimulación para la consecución de objetivos propuestos (Lucero et al, 2014). El estrés puede generarse por una variedad de estímulos, entre ellos el área educativa, ya que, a lo largo de la vida del ser humano, se encuentra desarrollándose dentro de esta lo que conlleva la estrecha relación entre los estímulos estresores y la reacción del estudiante. Es así como según Naranjo (2009) resalta que, dentro del ambiente de clases, pueden aparecer un sinnúmero de estímulos estresores el cual afectarán al estudiante y el desempeño académico que debe generar. De igual forma, se lo puede definir al estrés educativo como el malestar que experimentan los estudiantes debido a estímulos a los cuales no se encuentra adaptado (Martínez y Díaz, 2007). En otras palabras el estrés educativo parte desde los procesos subjetivos de adaptación de cada uno de los estudiantes entre ellas puede estar: las distintas técnicas que utilizan los docentes, las distintas materias, trabajos, ensayos, calificaciones, y algo esencial el desarrollo psicosocial del individuo dentro de este entorno. Santrock (citado por Karam et al, 2019) resalta que muchas de las veces los estudiantes se encuentran con ansiedad debido a la convivencia académica, sin embargo, menciona que muchas de las veces es el resultado de experimentar niveles altos de estrés. Como se ha mencionado anteriormente la adolescencia es una etapa donde se experimenta una variedad de crisis, ya sea por los cambios físicos o psicológicos, además de considerar las preocupaciones sociales que vivencia el joven.

Es así que se puede considerar estímulos estresores para el adolescente como: los cambios puberales, vulnerabilidad genética, los cambios en el ámbito de la sexualidad, la búsqueda de independencia, el cumplimiento de deberes y la búsqueda de derechos, distinción ideológica entre adultos y adolescentes, la búsqueda de habilidades sociales, la presión social por parte de sus pares, la vivencia de conflictos paternos y la búsqueda del desarrollo académico (Lucero et al, 2014).

Es así que el adolescente se encuentra en constante cambios, es decir, la aparición estímulos inesperados hacia el adolescente se acumulan a lo largo de su etapa de desarrollo, sumándolo a las inestabilidades hormonales que vivencia y lo que generan en el adolescente, que sus niveles emocionales sean de mayor magnitud y de igual forma con su percepción sobre los conflictos. Según Gaeta y Martín (2009) resalta que la búsqueda de herramientas por parte del adolescente para poder afrontar experiencias estresantes dependerá de los valores, creencias y aptitudes que mediante su entorno haya fomentado en el joven, esto quiere decir que la forma en que el adolescente perciba será uno de los factores indispensables para desarrollar sus procesos de solución ante las situaciones conflictivas. Centrando el tema dentro de área académica el adolescente llega a experimentar una diversidad de demandas cognitivas y por ende emocionales, las cuales debe manejar de forma continua debido que si estas habilidades de autodesarrollo no se encuentran bien estructuradas en el adolescente es probable que el joven puede tener comportamiento de autosabotaje o una disminución de la búsqueda de objetivos y nuevas metas, por ende aumentan las posibilidades de experimentar altos niveles de ansiedad, estrés o depresión. Así lo resalta Gaeta y Martín (2009) quien destaca que dentro estudios psicológicos a estudiantes de secundaria, se demostró un alto índice de vulnerabilidad dentro de la etapa de la adolescencia, debido a que los adolescentes manejan un bajo nivel de afrontamiento es por ello que expresan dificultad a la hora de resolver experiencias conflictivas. Es por ello que dentro del crecimiento del adolescente es importante fomentar la autorregulación, es decir, generar en el adolescente herramientas que le permitan a sobrellevar los distintos cambios, lo que le permitirá ir implementando en su diario vivir capacidades de maduración cognitiva. Se puede resaltar que ningún individuo aprende en su totalidad a manejar los estímulos estresantes, sin embargo, se puede fomentar un desarrollo de las habilidades de afrontamiento con finalidad de disminuir los niveles de estrés o ansiedad en el adolescente. La convivencia de las mascotas en la etapa de la adolescencia se puede considerar muy beneficioso debido a los innumerables aportes científicos sobre este tema, en el cual resalta que dentro de la relación adolescente – mascotas permite un incremento de autoestima, empatía y en las habilidades sociales del sujeto. La mascota puede desarrollar la empatía humana en el adolescente debido que, a lo largo de la convivencia con el animal, existe una serie de vivencia en las cuales el adolescente debe comprender las distintas necesidades de su mascota ya sean las biológicas como emocionales lo que podrá avivar en el adolescente un accionar de ayuda (Ortiz et al, 2012). Esto es debido que, en la adolescencia existe un cambio y un desequilibrio tanto físico (hormonal) como emocional en el individuo, lo que genera que sea una etapa de varios conflictos ya sea interpersonal o intrapersonal.

Es así como se puede resaltar la disminución del sentimiento de soledad que experimenta el adolescente, ya que a lo largo de esta etapa es normal que el adolescente se encuentre en desacuerdo con sus padres o mayores lo que genera un tipo de rivalidad entre ellos. Es por ello, que dentro del discurso de muchos padres que se encuentran afrontando los cambios de sus hijos, mencionan que el adolescente es una persona antisocial, debido a que el adolescente se niega a compartir tiempo con sus padres.

De esta forma la compañía de una mascota en la vida del adolescente permitirá tener una figura de apoyo. Así lo menciona Nieto y García (2018) el cual resalta que la tenencia de mascotas permite generar en el individuo una figura de acompañamiento, amor y responsabilidad, lo cual permitirá una mejor adaptación de la etapa de adolescencia. En el ámbito físico del adolescente la mascota permite un desarrollo óptimo de este ya que, ante la explosión de energía o el aumento de niveles de estrés, al momento de jugar o interactuar con la mascota puede ser una herramienta muy útil para liberar el exceso de energía o los altos niveles de estrés.

MÉTODO

La presente investigación conto con un enfoque cuantitativo, es así como según Sampieri (2014) resalta que el enfoque cuantitativo que permite la recolección de datos, a través de mediciones numéricas y análisis estadístico los cuales permitirán corroborar las hipótesis. Con un alcance descriptivo – correlacional, de corte trasversal, debido que el principal objetivo es el de identificar la relación que existe entre la tenencia o no de mascotas referente al estrés que suelen presentar algunos estudiantes. Ya que el alcance correlacional permite medir el grado de relación que existen entre las variables y con ello entender la vinculación (Sampieri, 2014). Es decir, permitirá comparar la variable tenencia de mascotas, no tenencia de mascotas en relación con los niveles de estrés que los adolescentes de 17 - 19 años presenten.

El instrumento con el que se trabajó esta investigación es con la Escala de Estrés Percibido (EEP-14) de Cohen, Kamarck, Mermelstein adaptado por el Dr. Eduardo Remor, la cual se encuentra conformada por 14 ítems, la cual presenta una escala de cinco puntos (nunca = 0, casi nunca = 1, de vez en cuando = 2, a menudo = 3, muy a menudo = 4), este instrumento contiene preguntas direccionadas al último mes con la finalidad de reconocer los niveles de estrés, es importante mencionar que esta puntuación se invertirá en algunos ítems como son el 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13.

Mediante dos índices de fiabilidad, principalmente tenemos el coeficiente de alfa de Cronbach sobre la Escala de Estrés Percibido – 14, el cual presenta 0,65, y por otra parte tenemos el índice de Omega de McDonald de 0,68.

Esta escala fue aplicada de forma virtual con la finalidad de agilizar la recolección de datos. Además, la investigación constó de la participación de 100 estudiantes de una Institución Educativa de Quito, los cuales se encuentren entre los 17 – 19 años de edad, es decir, el grupo se encuentra dentro de la etapa de adolescencia tardía.

Además, se generó una muestra aleatoria de 50 estudiantes que actualmente tengan una mascota y 50 estudiantes que no tengan mascotas, con la finalidad de comparar los niveles de estrés de estos dos grupos.

La participación por parte de los estudiantes inicio con el consentimiento informado de los padres de familia o representante del estudiante, el cual contiene toda la información que debe conocer el participante, seguidamente se realizará la aplicación de la Escala de Estrés Percibido. Posteriormente se realizó el análisis de los datos recolectados mediante el programa SPSS “Statistical Package for the Social Sciences” el cual es entendido como paquete Estadístico para las Ciencias Sociales.

Las consideraciones éticas de esta investigación se caracterizan por generar una investigación que resguardará los derechos de cada uno de los participantes, permitiendo la libre participación, se respetará la autonomía de cada uno de ellos y la eliminación de prejuicios.

Adicional se realizó una prueba piloto con la finalidad de realizar un estudio previo sobre la aplicación de la EPP-14 a los adolescentes de 17 – 19 años de edad. La muestra con la que se trabajo fue de 20 adolescentes los cuales 10 sujetos tienen mascotas y los otros 10 sin mascotas, de los cuales, un 65% son género masculino y un 35% femenino. El 75% de la muestra tiene 17 años mientras que el 20% tiene 18 años y un 5% tiene 19 años.

RESULTADOS

La población que se investigó se representó de la siguiente manera el 60% de la muestra tiene 17 años, mientras que el 20% tiene 18 años y el otro 20% tiene 19 años. Adicional predomina el género masculino con el 54% mientras que el género femenino se encuentra con el 39% y con otro género se encuentra el 7% y su relación con la tenencia de mascotas.

Tabla 1

Distribución de los adolescentes por edad

EDAD		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VÁLIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
Válido	17	60	60,0	60,0	60,0
	18	20	20,0	20,0	80,0
	19	20	20,0	20,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Elaborado por Torres, A. (2023)

Tabla 2

Distribución de los adolescentes por género

GÉNERO		FRECUENCIA	PORCENTAJE	PORCENTAJE VÁLIDO	PORCENTAJE ACUMULADO
Válido	Femenino	39	39,0	39,0	39,0
	Masculino	54	54,0	54,0	93,0
	Otro	7	7,0	7,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Elaborado por Torres, A. (2023)

Tabla 3

Distribución de los adolescentes por edad y género junto a la tenencia de mascotas

GENERO			¿TIENE MASCOTAS?		TOTAL
			SI	NO	
Femenino	Edad	17	12	9	21
		18	4	6	10
		19	4	4	8
	Total			20	19
Masculino	Edad	17	17	20	37
		18	4	3	7
		19	6	4	10

	Total		27	27	54
Otro	Edad	17	1	1	2
		18	1	2	3
		19	1	1	2
	Total		3	4	7
Total	Edad	17	30	30	60
		18	9	11	20
		19	11	9	20
	Total		50	50	100

Fuente: Elaborado por Torres, A. (2023)

En las tablas inferiores se muestra los niveles de estrés que han demostrado los adolescentes por género, en la cual se destaca que dentro del grupo de estudiantes con mascotas se encuentran entre el “casi nunca o nunca” con el 17%, mientras que el “De vez en cuando” con 26% y el “A menudo” con 7% de estudiantes. Por otra parte, con el grupo de estudiantes sin mascotas presenta que tan solo el 1% se encuentra estresado “casi nunca o nunca”, el otro 17% se encuentra “De vez en cuando”, el 23% “A menudo” y el 9% “Muy a menudo”.

Tabla 4

Niveles de estrés por género y su relación con las mascotas

GENERO			INDICADOR				TOTAL
			CASI NUNCA O NUNCA ESTA ESTRESADO	DE VEZ EN CUANDO ESTÁ ESTRESADO	A MENUDO ESTÁ ESTRESADO	MUY A MENUDO ESTÁ ESTRESADO	
Femenino	¿Tiene mascotas?	Si	7	10	3	0	20
		No	0	6	10	3	19
	Total		7	16	13	3	39
Masculino	¿Tiene mascotas?	Si	8	15	4	0	27
		No	1	8	12	6	27
	Total		9	23	16	6	54
Otro	¿Tiene mascotas?	Si	2	1	0		3
		No	0	3	1		4
	Total		2	4	1		7
Total	¿Tiene mascotas?	Si	17	26	7	0	50
		No	1	17	23	9	50
	Total		18	43	30	9	100

Fuente: Elaborado por Torres, A. (2023)

DISCUSIÓN

En relación con los datos recolectados, demuestra que la tenencia de mascotas puede ser un factor que llegue a beneficiar a los adolescentes, ya que dentro de la muestra se observa que los niveles de estrés percibido por los estudiantes que tienen mascotas son menores en

relación con los estudiantes que no tienen mascotas. Es por ello, que es importante mencionar las relaciones existentes entre los datos recabados de esta investigación junto con las distintas teorías mencionadas anteriormente.

Así lo menciona Nieto (2018) que la relación mascotas – adolescentes puede generar en el adolescente una figura de compañía, generando un apoyo y permitiendo que el joven pueda sobrellevar los cambios que llega a experimentar en esta etapa.

De igual forma, según De Los Heros (2017) resalta dentro de la tenencia de mascotas la generación de beneficios físicos, entre ellos se encuentra la disminución de la presión arterial y frecuencia cardiaca. Esto se encuentra estrechamente relacionado con la teoría de que al momento de acariciar a las mascotas esto genera en el sujeto la liberación de endorfinas, esto puede estar conectado con los niveles de estrés que se demostraron en la muestra que tiene mascotas. Ya que ante la presencia de estímulos estresores en los adolescentes puede ser sobrellevada si al momento de experimentarlo existe un espacio de acompañamiento por parte de su mascota.

Así mismo, podemos resaltar que la presencia de mascotas disminuye los sentimientos de soledad que puede experimentar en adolescente, ya que como antes se lo ha mencionado, el joven comienza a reducir su contacto con los adultos, debido que rechaza los conceptos o ideologías de estos, esto específicamente considerado en la convivencia del hogar. Esta relación positiva entre mascotas – humanos ha permitido incrementar los estudios científicos sobre este tema, es por ello que según Díaz (2019) destaca que en la variedad de estudios se puede observar una importante relación de los beneficios existentes en la salud del sujeto a través del acompañamiento animal. En relación con la información recolectada a lo largo de la elaboración de esta investigación, se puede concluir que los adolescentes se encuentran expuestos a una variedad de estímulos estresores (físicos, psicológicos y sociales), los cuales pueden ser determinantes para la generación de conflictos de mayor nivel, entre ellos puede estar los trastornos mentales, el consumo de sustancias, la participación en pandillas y vandalismo. Con base a lo anteriormente expuesto se ha logrado resaltar la importancia del manejo de habilidades en los adolescentes las cuales se ven reflejados a la hora de responder o actuar a estos estímulos estresores, los cuales parte del cúmulo de herramientas que vayan disipando en su desarrollo; la tenencia de mascotas ha sido una de las opciones que mejores resultados ha generado en los participantes frente a esta situación ya que la presencia de una mascota en la vida de un adolescente permite el aprendizaje de habilidades sociales, emocionales, físicas y psicológicas. Un aporte esencial dentro de esta investigación se encuentra presente en los datos representativos entre la tenencia de mascotas y los niveles de estrés en los adolescentes la cual se puede considerar como un elemento de apoyo para esta parte de la población, ya que se puede observar que existe una amplia diferencia en relación con los niveles de estrés que presentan los adolescentes que cuenta con mascotas al contrario del grupo sin mascotas, de la cual se destaca que dentro del grupo de estudiantes con mascotas se encuentran entre el “casi nunca o nunca” con el 17%, mientras que el “De vez en cuando” con 26% y el “A menudo” con 7% de estudiantes, dando a entender que la muestra de adolescentes con mascotas presentan niveles de estrés normales. Por otra parte, con el grupo de estudiantes sin mascotas presenta que tan solo el 1% se encuentra estresado “casi nunca o nunca esta estresado”, el otro 17% se encuentra “De vez en cuando esta estresado”, el 23% “A menudo esta estresado” y el 9% “Muy a menudo esta estresado”.

Finalmente, esta investigación puede estar relacionada con el estudio de Henríquez, Scheuermann, San Martín, Sol, Antivilo Y Rehbein en la cual rescata el apego existente entre dueño – mascota demostró en 514 participantes, beneficio en la disminución de estrés y

ansiedad, deduciendo que el acompañamiento animal genera cambios positivos en el diario vivir de sus dueños.

REFERENCIAS

Arias, L. (2018). Estudio cualitativo del vínculo entre jóvenes y sus mascotas en Lima Metropolitana. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), 6-145. Obtenido de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/624117>

Baltazar, M. (2021). Tenencia de mascotas y bienestar psicológico y emocional.[Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Obtenido de <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/15339>

Calvo, P. (2017). El vínculo entre el ser humano y los animales: aspectos psicológicos y psicopatológicos. [Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona], 163. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10803/454806>

Cannoni, G., González, M., Conejero, C., Merino, P., & Schulin-Zeuthen, C. (2015). Sexualidad en la adolescente: consejería. doi:10.1016/j.rmcl.2015.02.008

Carreño, L. (2017). Lineamientos para la política de tenencia responsable de animales de compañía y de producción. MINSALUD, 10-30. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SA/lineamientos-tenencia-responsables-acv.pdf>

De Los Heros, D. (2017). Bienestar psicológico en adultos mayores de Lima metropolitana según tenencia de mascota. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola], 34. Obtenido de <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/aeb7484b-beeb-4d2e-96cb-b2b9854b81e9/content>

Díaz, M. (2019). El valor de la vida de los animales de compañía: El vínculo humano -animal, más allá del especismo y de consideraciones económicas (Vol. 1). Argentina: Revista Latinoamericana de Estudios Críticos Animales. Obtenido de <https://revistaleca.org/index.php/leca/article/view/244/236>

Gaeta, M., & Martín, P. (2009). Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. Revista de Humanidades(15), 327-344. Obtenido de <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/380/377>

Gálvez, D., Martínez, A., & Martínez, F. (2015). Estrés. Universidad Autónoma Metropolitana - Iztapalapa, 51-54. Obtenido de <http://www2.izt.uam.mx/newpage/contactos/revista/97/pdfs/estres.pdf>

Henríquez, C., Scheuermann, J., San Martín, I., Sol, R., Antivilo, A., & Rehbein, L. (2021). Valor de las mascotas como compañía durante la pandemia de COVID-19. Revista de Humanidades y Ciencias Sociales, 26(12), 19-28. doi:10.9790/0837-2612031928

Karam, J., Parra, C., Urrego, G., & Castillo, C. (2019). Estrés en el colegio: Dos variables para reflexionar. Revista Tesis Psicológica. ISSN:1909-8391

Londoño, L., Lemos, M., & Orejuela, J. (2018). Impacto de la adopción de una mascota en las percepciones de bienestar físico y emotivo. Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 10(2), 53-74. doi:10.17533/udea.rp.v10n2a03Resumen

Lucero, A., Machado, M., & Manzano, M. (2014). Creación y validación del test de estrés en los adolescentes escolarizados, Cuenca 2013. Cuenca: Universidad de Cuenca. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/19901/1/TESIS%20%2811%29.pdf>

Martínez, E., & Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10(2), 11-22. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83410203>

Matínez, A. (2019). Una interacción positiva entre el humano y su perro de compañía. *Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano*, 74. Obtenido de <https://expeditiorepositorio.utadeo.edu.co/bitstream/handle/20.500.12010/7607/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2004). Inteligencia emocional: teoría, hallazgos e implicaciones. *Investigación psicológica*, 15(3), 197-215. doi:10.1207/s15327965pli1503_02

Naranjo, M. (2009). Una Revisión Teórica Sobre El Estrés Y Algunos Aspectos Relevantes De Éste En El Ámbito Educativo. *Revista Educación*, 33(2), 171-190. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>

Nieto, M., & García, A. (2018). Actitudes hacia las mascotas, empatía y adolescencia. *Revista de Divulgación Científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 7(2), 17. Obtenido de <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/367/3671556002/index.html>

Obando, I., Calero, S., Carpio, P., & Fernández, A. (2017). Efecto de las actividades físicas en la disminución del estrés laboral. Ecuador: Universidad de las Fuerzas Armadas. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252017000300007

OMS. (2000). La salud de los jóvenes: un desafío para la sociedad. Obtenido de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/36922/WHO_TRS_731_spa.pdf;jsessionid=3A036CE00F22C9BC9DAAC99C7F7D1198?sequence=1

OMS. (2008). Décima revisión de la clasificación interna de las enfermedades CIE-10. Washington.

Organización Panamericana de la Salud. (2010). Estrategia y plan de acción regional sobre los adolescentes y los jóvenes 2010 – 2018. doi: 978-92-75-33145-3

Ortiz, X., Landero, R., & González, M. (2012). Terapia asistida por perros en el tratamiento del manejo de las emociones en adolescentes. *Universidad Autónoma de Nuevo León*, 9(2), 25-32. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-448X2012000200002

Patiño, A. (2020). Convivencia con animales de compañía en la cultura contemporánea, beneficios percibidos por los custodios como resultado de la convivencia con los animales de compañía, durante el confinamiento por el Covid 19 (2020). Guayaquil: Universidad Casa Grande: Facultad de Administración y Ciencias Políticas. Obtenido de <http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/handle/ucasagrande/2547>

Pérez, J. (2018). El concepto de animal de compañía: un necesario replanteamiento. *Revista Aragonesa de Administración Pública*(51), 244-280. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6519748>

Pineda, S., & Aliño, M. (1999). Manual de Prácticas Clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia. Obtenido de <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/#>

Ruiz, A., Díaz, K., & Zaldívar, D. (2020). La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 10(2), 8. Obtenido de <http://revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/839/856>

Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación Sexta Edición. México: MCGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Sonnentag, S., & Frese, M. (2003). Contribution to a collection. University of Konstanz . Obtenido de <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:bsz:352-opus-122752>

Wang , C., Riyu, P., Wan, X., Xu, L., Tan, Y., Ho, C., & Ho, R. (2020). Respuestas psicológicas inmediatas y factores asociados durante la etapa inicial de la epidemia de la enfermedad por coronavirus de 2019 (COVID-19) entre la población general en China. Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública, 17(5), 25. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

Todo el contenido de **LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades**, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons 