



Relación entre el vínculo con animales de compañía y el bienestar psicológico en adolescentes de Loja, Ecuador

Relationship between the bond with companion animals and psychological well-being among adolescents in Loja, Ecuador

Andrea Lisbeth Torres Yaguana 

altorres11@utpl.edu.ec

Diego Segundo Andrade Mejía 

dsandrade62@utpl.edu.ec

Universidad Técnica Particular de Loja. Loja, Ecuador

Artículo recibido: 24 de julio 2026 / Aceptado: 17 de septiembre 2026 / Publicado: 15 de octubre 2026

Resumen

Introducción: La adolescencia constituye una etapa de vulnerabilidad para la salud mental, en la cual el vínculo humano-animal emerge como recurso protector. **Objetivo:** Analizar la relación entre los animales de compañía del entorno familiar y el bienestar psicológico de los adolescentes de la ciudad de Loja, Ecuador, contribuyendo a la promoción de la salud mental juvenil. **Método:** El estudio adoptó un diseño cuantitativo, correlacional y transversal, con 65 adolescentes reclutados por muestreo por conveniencia, quienes respondieron una adaptación de la Escala de Monash y la Escala de bienestar psicológico de Ryff. **Resultados:** La cercanía emocional correlacionó con el crecimiento personal ($r=.46$, $p<.001$) y el propósito en la vida ($r=.35$, $p=.004$); la interacción dueño-mascota ($r=.29$, $p=.020$) y el menor costo percibido ($r=.37$, $p=.002$) mostraron asociación con mayor crecimiento personal. **Conclusión:** La calidad del vínculo con animales de compañía favorece el bienestar psicológico adolescente, sobre todo el desarrollo continuo y el propósito vital.

Palabras clave: Adolescentes; Animales de compañía; Bienestar psicológico; Desarrollo de la personalidad; Psicología del adolescente; Salud mental.

Abstract

Introduction: Adolescence is a period of vulnerability to mental health problems, during which the human-animal bond may serve as a protective resource. **Objective:** To analyze the relationship between companion animals in the family environment and the psychological well-being of adolescents in the city of Loja, Ecuador, thereby contributing to the promotion of youth mental health. **Method:** The study employed a quantitative, correlational, cross-sectional design involving 65 adolescents recruited through convenience sampling, who completed an adapted version of the Monash Scale and Ryff's Psychological Well-Being Scale. **Results:** Emotional closeness was correlated with personal growth ($r=.46$, $p<.001$) and purpose in life ($r=.35$, $p=.004$); owner-pet interaction ($r=.29$, $p=.020$) and lower perceived cost ($r=.37$, $p=.002$) were associated with greater personal growth. **Conclusion:** The quality of the bond with companion

animals promotes adolescents' psychological well-being, particularly continuous personal development and purpose in life.

Keywords: Adolescents; Companion animals; Psychological well-being; Personality development; Adolescent psychology; Mental health.

Introducción

La adolescencia representa una etapa crucial del desarrollo humano, caracterizada por transformaciones biológicas, sociales y emocionales y constituye, asimismo, un período de especial vulnerabilidad para la salud mental (Andrews et al., 2021; Baker et al., 2025). La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2024), señala que uno de cada siete adolescentes entre 10 y 19 años presenta alguna condición de salud mental, y que un tercio de estas manifestaciones surge antes de los 14 años. Factores como la pandemia de Covid-19, intensificaron los síntomas, provocando un incremento de ansiedad, depresión y aislamiento social en jóvenes (Loades et al., 2020; Wang et al., 2022).

En este contexto, el estudio del bienestar psicológico cobra especial relevancia para la investigación y las políticas orientadas a la salud mental juvenil. Ryff (1989) y Ryff y Keyes (1995), conciben este constructo no como la simple ausencia de malestar, sino como un estado de funcionamiento positivo expresado en el crecimiento personal, el propósito vital, la autoaceptación y las relaciones positivas. En esta línea, el vínculo humano-animal emerge como un recurso que contribuye al bienestar psicológico. La relación entre humanos y animales ha evolucionado desde una interacción de carácter utilitario hacia vínculos marcados por la integración familiar, el afecto y el cuidado mutuo (Prato-Previde et al., 2022).

En consonancia con estas perspectivas, diferentes estudios identificaron que la relación entre humanos y animales de compañía favorece el autoconcepto, la autoestima (Flynn et al., 2025; Purewal et al., 2017), los procesos de regulación emocional, la reducción del estrés (Hawkins et al., 2022; Wu et al., 2018), la disminución de problemas socioemocionales (Christian et al., 2020), así como el desarrollo de la empatía, las conductas prosociales (Faner et al., 2024; Chen et al., 2024), la responsabilidad (Charmaraman et al., 2022), la autonomía (Van Houtte & Jarvis, 1995), el sentido de propósito (Hui Gan et al., 2020; Flynn et al., 2025) y el crecimiento personal (Merkouri et al., 2022; Gillet et al., 2025).

No obstante, varios investigadores señalan que para comprender con mayor precisión los beneficios de la relación entre humanos y animales, la indagación no debe limitarse a la tenencia, sino que requiere analizar la calidad de dicho vínculo (Halbreich et al., 2023). Asimismo, Dwyer et al. (2006), propusieron un estudio multidimensional a través de tres componentes: la interacción dueño-animal, que comprende las actividades compartidas y el cuidado cotidiano; la cercanía emocional percibida, que abarca el

apoyo social, el afecto incondicional y el soporte ante el estrés; y la percepción de costo asociado al cuidado, la cual evalúa las cargas financieras, temporales y las restricciones de rutina. Este enfoque permite comprender cómo las dinámicas relacionales influyen en el bienestar psicológico de los adolescentes.

A pesar del creciente interés por la interacción humano-animal, los estudios que examinan la convivencia con animales de compañía y el bienestar psicológico en adolescentes se han desarrollado, en su mayor parte, en países de Europa y Norteamérica, en tanto que las investigaciones en contextos latinoamericanos resultan limitadas. En Ecuador, la evidencia empírica sobre la forma en que los animales de compañía se relacionan con las dimensiones del bienestar psicológico es todavía escasa. La situación ideal requeriría contar con datos locales que orienten intervenciones psicoeducativas. Ante este vacío, surge la pregunta: ¿cómo se relacionan los animales de compañía del entorno familiar con las dimensiones del bienestar psicológico en adolescentes de Loja?

Un estudio en este sentido contribuiría a la comprensión de los factores protectores de la salud mental juvenil en un contexto regional poco explorado, y ofrecería evidencia empírica para el diseño de programas psicoeducativos que incorporen el vínculo con animales de compañía como recurso de bienestar. La relevancia radica en la posibilidad de identificar qué dimensiones del bienestar psicológico se asocian con la calidad de la relación humano-animal, información que resulta valiosa para profesionales de la psicología y la educación. En consecuencia, el objetivo del estudio consistió en analizar la relación entre los animales de compañía del entorno familiar y el bienestar psicológico de los adolescentes de la ciudad de Loja, Ecuador, contribuyendo a la promoción de la salud mental juvenil.

Método

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y diseño transversal de tipo observacional, dado que el propósito consistió en examinar la asociación entre la calidad del vínculo con animales de compañía y las dimensiones del bienestar psicológico en un momento específico, sin manipulación de variables. Esta modalidad resultó pertinente para detectar patrones de relación entre constructos psicológicos en poblaciones naturales. La investigación se enmarcó en un contexto educativo y familiar, propio de los adolescentes de la ciudad de Loja. El diseño permitió identificar la magnitud y la dirección de las asociaciones, lo cual sienta las bases para futuras indagaciones de carácter longitudinal o experimental que profundicen en las relaciones causales entre las variables abordadas en la presente investigación de corte correlacional.

La población estuvo conformada por adolescentes residentes en la ciudad de Loja, Ecuador, que conviven con al menos un animal de compañía en su entorno familiar. La muestra se obtuvo mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, y quedó integrada por 65 participantes. Los criterios de inclusión exigieron tener una edad entre 11 y 19 años, residir en Loja y contar con consentimiento informado firmado por los representantes legales, así como el asentimiento del propio adolescente. Se establecieron como criterios de exclusión la presencia de condiciones que impidieran la comprensión de los instrumentos y la negativa a participar en cualquier fase del estudio. Las características sociodemográficas de los participantes y de sus animales de compañía se presentan en el apartado de Resultados.

Para la recolección de datos se emplearon tres instrumentos. El primero, un cuestionario ad hoc desarrollado que consta de 17 ítems, subdivididos en: datos demográficos sobre la persona encuestada y su núcleo familiar en relación con la convivencia con la mascota (ítems 1, 2); criterios de inclusión (ítems 3, 4 y 5); rol del principal cuidador de la mascota (ítem 6); características morfológicas y comportamentales de la mascota, y origen del vínculo entre el individuo y su animal de compañía (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16 y 17).

El segundo instrumento fue la versión en español de la Monash Dog Owner Relationship Scale (MDORS); [Dwyer et al., 2006](#), validada por [González-Ramírez et al. \(2017\)](#) mediante el método de back-translation. Para esta investigación, la escala fue adaptada por [Bustamante et al. \(2024\)](#), sustituyendo en los reactivos el término original «perro» por «mascota», con el fin de ampliar la evaluación a perros y gatos. Durante la fase de adaptación del instrumento, se optó por conservar el término «mascota» en lugar de «animal de compañía». Esta decisión obedeció a un criterio de validez ecológica y lingüística, priorizando la familiaridad y comprensión natural del vocabulario en la población adolescente para reducir la carga cognitiva al responder, sin menoscabo de la equivalencia conceptual del constructo medido.

Esta escala de 28 ítems con cinco opciones tipo Likert evalúa la relación dueño-mascota a través de tres subescalas: interacción dueño-mascota (ítems 1-9) con un alfa de Cronbach de 0.82; cercanía emocional percibida (ítems 10-19) con una confiabilidad de $\alpha=.91$, y costo percibido (ítems 20-28) con un alfa de 0.81. En la versión adaptada, en la subescala de costo percibido, se invirtió el significado de los valores (1=mayor costo percibido, 5=menor costo percibido), de tal forma que un mayor puntaje refleja menor percepción de costo. Por lo tanto, para la interpretación, al sumar los puntajes de las tres subescalas, un puntaje más alto indica una relación más sólida entre el dueño y su animal de compañía.

El tercer instrumento empleado fue la Escala de bienestar psicológico de [Ryff \(1989\)](#), traducida al español por [Díaz et al. \(2006\)](#), que posee un alfa de Cronbach de 0.88, consta de 29 preguntas tipo Likert, con 6 opciones de respuesta que van desde 1 (totalmente

en desacuerdo) a 6 (totalmente de acuerdo), distribuidas en 6 subescalas: autoaceptación que consta de 4 ítems con un alfa de Cronbach de 0.84; relaciones positivas que consta de 5 ítems con un alfa de Cronbach de 0.78; autonomía que consta de 6 ítems con un alfa de Cronbach de 0.70; dominio del entorno que consta de 5 ítems con un alfa de Cronbach de 0.82; propósito en la vida que consta de 5 ítems con un alfa de Cronbach de 0.70; y crecimiento personal que consta de 4 ítems con un alfa de Cronbach de 0.71. Su calificación se basa en la suma de los ítems de cada subescala para obtener el puntaje total. A mayor puntaje, mayor bienestar psicológico.

El procedimiento contó con la aprobación del comité de ética bajo el código 2024-03-INT-EO-RM-003. Los adolescentes y sus representantes recibieron información detallada sobre el tema, los objetivos, el procedimiento, los instrumentos y la confidencialidad de los datos. Los representantes que aceptaron participar firmaron el consentimiento informado, y los adolescentes, el asentimiento. La recolección de datos se realizó mediante un código QR que dio acceso a la plataforma digital TrueTest, donde se presentaron los instrumentos del estudio. El proceso garantizó el trato de los participantes de acuerdo con los protocolos éticos vigentes para investigación con seres humanos, y respetó los principios de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia. La participación fue voluntaria, anónima y sin retribución económica alguna, durante todo el proceso de recolección de datos del estudio.

Para el análisis estadístico, los datos se recopilaron de forma inmediata a través del software TrueTest, lo cual permitió una tabulación en formato CSV. Los datos se transfirieron al programa SPSS versión 25.0, donde cumplieron un proceso de depuración, recodificación y cálculo de las variables. Se utilizaron medidas de estadística descriptiva, incluidas frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar. Dado que la prueba de Kolmogorov-Smirnov evidenció que los datos no seguían una distribución normal ($p < .05$), se optó por la prueba no paramétrica Rho de Spearman para evaluar las correlaciones entre las dimensiones de la relación humano-animal y el bienestar psicológico. Las pruebas fueron bilaterales, con un nivel de significación de .05. El tamaño muestral para los análisis correlacionales fue de 65 participantes con datos completos.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en la investigación sobre la relación entre el vínculo con animales de compañía y el bienestar psicológico en adolescentes de Loja, Ecuador. El apartado expone las características sociodemográficas de los participantes y de sus animales de compañía, los niveles de la relación humano-animal a través de las tres subescalas de la Escala de Monash, las puntuaciones de los adolescentes en las seis dimensiones del bienestar psicológico y el análisis correlacional entre las dimensiones de ambas variables. La presentación sigue un orden que va de lo

descriptivo a lo inferencial, con el propósito de ofrecer una visión integral de los hallazgos y de facilitar la comprensión de las asociaciones identificadas entre las variables centrales del estudio.

Respecto a las características sociodemográficas, la Tabla 1 presenta la distribución de los adolescentes y de sus animales de compañía en variables como género, edad y tipo de mascota. La tabla agrupa a los participantes según el sexo y los rangos etarios, e incluye información del animal de compañía, como especie, sexo y edad. Esta información permite caracterizar a la muestra y contextualizar los análisis posteriores, dado que las características del animal y del cuidador pueden influir en la dinámica relacional y, por consiguiente, en el bienestar psicológico del adolescente. La composición de la muestra refleja la diversidad de hogares con animales de compañía en la ciudad de Loja, y aporta el contexto para los análisis subsiguientes del presente estudio, en particular para la interpretación de las correlaciones entre las variables psicológicas centrales aquí abordadas.

Como se aprecia, la muestra reveló un predominio del sexo femenino entre los adolescentes, en tanto que los animales de compañía se distribuyeron de forma equilibrada según su sexo. Los perros constituyeron la especie mayoritaria, con una proporción muy superior a la de los gatos. La edad de los adolescentes se concentró en el rango propio de la etapa intermedia y tardía de la adolescencia, mientras que la edad de los animales mostró una amplia variabilidad, lo cual indica convivencias de diversa duración. Estas características sugieren un perfil de participante que mantiene un vínculo consolidado con su animal de compañía, aspecto que resulta relevante para la interpretación de la calidad relacional y de las dimensiones del bienestar psicológico evaluadas.

Tabla 1. *Características sociodemográficas de adolescentes y animales de compañía*

Adolescentes		N	%	
Género	Femenino	40	61,5	
	Masculino	25	38,5	
Edad	Min.	Max.	M.	DE.
	11	19	16,43	2,473
Mascotas		N	%	
Tipo	Perro	49	75,4	
	Gato	16	24,6	
Género	Masculino	33	50,8	
	Femenino	32	49,2	
Edad	Min.	Max.	M.	DE.
	1	17	4,54	3,60

Nota. N=65. M=media; DE=desviación estándar.

La Tabla 2 reúne los descriptivos de la relación entre los adolescentes y sus animales de compañía, a partir de las tres subescalas de la Escala de Monash: interacción dueño-mascota, cercanía emocional percibida y costo percibido. La tabla presenta los valores mínimos y máximos, así como las medias y desviaciones estándar de cada subescala. Estos indicadores permiten valorar la intensidad de la relación humano-animal en sus distintas dimensiones y ofrecen un panorama general de la calidad del vínculo. La interpretación de la subescala de costo percibido requiere consideración especial, dado que en la versión adaptada los puntajes más altos reflejan una menor percepción de carga asociada al cuidado del animal, lo cual invierte el sentido original de la subescala.

Los resultados indican que los adolescentes mantienen un nivel alto de interacción, de carácter moderado, con sus animales de compañía, así como un vínculo afectivo de gran intensidad, evidenciado por las puntuaciones elevadas en cercanía emocional. La percepción de costo, por su parte, considerando que, en la versión utilizada del instrumento, los puntajes más altos reflejan una menor percepción, se situó en un rango que sugiere una baja carga asociada al cuidado, lo cual implica que los adolescentes no consideran la tenencia como una demanda excesiva.

En conjunto, estos descriptivos revelan una relación caracterizada por la frecuencia de las actividades compartidas, la cercanía afectiva y la escasa percepción de carga, patrón que constituye un escenario favorable para examinar las asociaciones con el bienestar psicológico de los participantes en sus distintas dimensiones evaluadas a continuación mediante el análisis correlacional de tipo no paramétrico.

Tabla 2. *Descriptivos de la relación entre adolescentes y animales de compañía*

Subescala	Mín.	Máx.	M	DE
Interacción dueño-mascota	14	43	30.57	6.65
Cercanía emocional percibida	25	50	44.31	5.85
Costo percibido	16	44	33.40	6.45

Nota. N=65. M=media; DE=desviación estándar. En la subescala de costo percibido, los puntajes más altos reflejan una menor percepción de carga.

Por otro lado, la Tabla 3 expone los descriptivos del bienestar psicológico de los adolescentes en las seis dimensiones evaluadas por la Escala de Ryff: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. La tabla incluye los valores mínimos y máximos, junto con las medias y desviaciones estándar correspondientes a cada dimensión. Estos datos permiten identificar cuáles dimensiones del bienestar psicológico presentan niveles más elevados o más moderados en la muestra. El análisis de estos descriptivos resulta indispensable para contextualizar las correlaciones posteriores, dado que el nivel basal de bienestar en cada dimensión condiciona la interpretación de las asociaciones con la relación humano-animal que se presentan en el apartado siguiente del análisis inferencial del estudio, en el cual se ponen a prueba las asociaciones entre ambas variables centrales.

Como se muestra en la Tabla 3, los adolescentes manifiestan un bienestar psicológico favorable, con puntuaciones medias superiores en las seis dimensiones del bienestar psicológico. Los valores más elevados se observaron en crecimiento personal ($M=17,75$; $DE=3,93$), relaciones positivas con otros ($M=20,46$; $DE=4,53$) y propósito en la vida ($M=19,34$; $DE=5,26$). Por otro lado, las dimensiones de autoaceptación ($M=15,74$; $DE=4,03$), autonomía ($M=22,11$; $DE=3,65$) y dominio del entorno ($M=18,38$; $DE=3,40$) también presentaron medias positivas, aunque con diferencias más moderadas.

Tabla 3. *Descriptivos del bienestar psicológico en adolescentes*

Dimensión	Mín.	Máx.	M	DE
Autoaceptación	4	24	15.74	4.03
Relaciones positivas	6	28	20.46	4.53
Autonomía	11	31	22.11	3.65
Dominio del entorno	7	26	18.38	3.40
Propósito en la vida	7	30	19.34	5.26
Crecimiento personal	6	24	17.75	3.93

Nota. N=65. M=media; DE=desviación estándar. Fuente: elaboración propia.

En otro orden de análisis, la Tabla 4 muestra las correlaciones entre las dimensiones de la relación humano-animal y las seis dimensiones del bienestar psicológico, obtenidas mediante la prueba Rho de Spearman. La elección de esta prueba no paramétrica obedeció a los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, la cual indicó que los datos no seguían una distribución normal ($p<.05$). La tabla presenta los coeficientes de correlación y el tamaño muestral para cada asociación para cada par de variables. El análisis permite identificar qué dimensiones del vínculo con animales de compañía se relacionan de forma significativa con cada dimensión del bienestar psicológico de los adolescentes participantes en el estudio, lo cual constituye el núcleo del objetivo central de la investigación planteada y permite dar respuesta a la pregunta de investigación formulada.

Los resultados indican que la cercanía emocional percibida mostró las asociaciones más robustas, con correlaciones significativas y positivas con el crecimiento personal ($r=.46$, $p<.001$) y el propósito en la vida ($r=.35$, $p=.004$). La interacción dueño-mascota se asoció de forma significativa con el crecimiento personal ($r=.29$, $p=.020$), en tanto que el costo percibido —donde puntajes altos reflejan menor carga— se vinculó también con el crecimiento personal ($r=.37$, $p=.002$). Las restantes dimensiones del bienestar no presentaron asociaciones significativas. Este patrón sugiere que una relación caracterizada por la cercanía afectiva, la interacción frecuente y la escasa percepción de carga se vincula, sobre todo, con las dimensiones del bienestar orientadas al desarrollo continuo y al propósito vital del adolescente, tal como se aborda en el apartado de la discusión.

Tabla 4. *Correlación entre la relación adolescentes-animales de compañía y las dimensiones del bienestar psicológico.*

		Dimensiones del bienestar psicológico					
		Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito en la vida	Crecimiento personal
Interacción dueño-mascota	Coeficiente de correlación	,107	,119	-,059	,105	,196	,288*
	Sig. (bilateral)	,398	,347	,642	,405	,117	,020
	N	65	65	65	65	65	65
Cercanía emocional percibida	Coeficiente de correlación	,173	,180	-,070	,046	,353**	,458**
	Sig. (bilateral)	,169	,150	,582	,718	,004	,000
	N	65	65	65	65	65	65
Costo percibido	Coeficiente de correlación	,206	,126	,010	,106	,165	,373**
	Sig. (bilateral)	,100	,315	,940	,400	,189	,002
	N	65	65	65	65	65	65

Nota. N=65. *p<.05 (bilateral). **p<.01 (bilateral). En la subescala de costo percibido, los puntajes más altos reflejan una menor percepción de carga.

Los hallazgos permiten concluir que el vínculo con animales de compañía puede operar como un recurso relacional relevante para el bienestar adolescente, aunque su influencia no es uniforme ni automática. La implicación central es que la calidad afectiva del vínculo, la interacción cotidiana significativa y una percepción equilibrada de las demandas del cuidado importan más que la simple tenencia. Por ello, las intervenciones dirigidas a promover salud mental adolescente deberían fortalecer la cercanía emocional, la comunicación y el cuidado responsable, evitando que la mascota se convierta en una carga. También conviene integrar la dimensión humano-animal en programas educativos y comunitarios, pues puede favorecer el crecimiento personal y el sentido vital. Asimismo, se requiere seguir investigando con diseños longitudinales y contextuales que permitan comprender mejor estos vínculos y orientar políticas de acompañamiento, tenencia responsable y promoción del bienestar psicosocial en la adolescencia, y apoyar así su desarrollo integral.

Discusión

El presente estudio tuvo como propósito analizar la relación entre los animales de compañía del entorno familiar y el bienestar psicológico de adolescentes de Loja, Ecuador. Los hallazgos revelan que una relación sólida, caracterizada por mayores niveles de cercanía emocional e interacción, y una menor percepción de costo del cuidado, se asocia de forma significativa con el crecimiento personal ($r=.46$, $p<.001$);

asimismo, la cercanía emocional se vinculó con el propósito en la vida ($r=.35$, $p=.004$). Las dimensiones restantes del bienestar no mostraron asociaciones significativas con las dimensiones del vínculo. Este patrón indica que el vínculo humano-animal favorece las dimensiones del bienestar vinculadas al desarrollo y a la maduración personal del adolescente, en tanto que las restantes dimensiones no mostraron un vínculo significativo con la calidad de la relación humano-animal.

En relación con la asociación entre la cercanía emocional y el propósito en la vida, este hallazgo coincide con lo reportado por Flynn et al. (2025), quienes identificaron en adolescentes que el vínculo humano-animal promueve un sentido de significado y responsabilidad derivado del cuidado de un ser más allá de uno mismo. La cercanía afectiva con el animal podría ofrecer al adolescente una fuente de sentido, en la cual las actividades de cuidado y la reciprocidad emocional configuran un rol vital significativo. Esta interpretación cobra plausibilidad si se considera que la adolescencia constituye una etapa de búsqueda de propósito, y el vínculo con un animal de compañía podría funcionar como un recurso psicológico para la construcción de significado vital durante este período evolutivo.

Al respecto, los estudios de Hawkins (2022), Cheng et al. (2024) y Faner et al. (2024), sostienen que la interacción con animales de compañía, favorece los procesos de regulación emocional, la reducción del estrés, el desarrollo de la empatía, las conductas prosociales. En conjunto, los animales de compañía promueven la mejora constante de las propias aptitudes, actuando como un catalizador del desarrollo continuo del individuo. Una posible explicación radica en la naturaleza misma del cuidado del animal, que implica asumir responsabilidades, aprender a interpretar las necesidades del animal y enfrentar desafíos cotidianos del cuidado.

La asociación más robusta entre cercanía emocional y crecimiento personal se comprende desde la teoría de la biofilia, como plantea Gaekwad et al. (2022), que postula una predisposición humana a conectar afectivamente con la naturaleza y los animales, y desde la teoría del apego (Bowlby, 1998), según la cual los vínculos seguros brindan una base emocional para la exploración y el desarrollo. En este marco, un animal percibido como cercano puede funcionar como figura de apego y ofrecer seguridad afectiva que favorece la maduración psicológica. Esta interpretación coincide con Merkouri et al. (2022) y Gillet et al. (2025), quienes encontraron que la calidad de la relación dueño-animal se asocia con apoyo emocional y compañía, favoreciendo el crecimiento personal.

La teoría del intercambio social (Dwyer et al., 2006) aporta una explicación plausible: una relación se percibe como positiva cuando los beneficios superan los costos. Las personas que consideran a su animal como un miembro de la familia reportan mayor cercanía emocional y menor percepción de carga, patrón que coincide con el de los adolescentes de este estudio. La escasa percepción de costo facilita el disfrute del

vínculo y, con ello, el desarrollo personal del adolescente, aspecto que cobra relevancia en el contexto de la tenencia responsable. Asimismo, [Koyasu et al. \(2025\)](#), observaron que un apego más cercano al animal se relaciona con mayor bienestar en adolescentes con alto extrañamiento cultural, mientras que [Northrope et al. \(2025\)](#), en una revisión de 15 estudios, reportaron que un mayor apego se asocia con mejor salud mental, aunque con hallazgos mixtos en algunas poblaciones. En conjunto, la evidencia subraya que es la calidad del vínculo, más que la tenencia, la que parece explicar los beneficios psicológicos.

De igual forma, el vínculo con animales de compañía aporta estructura y rutina con propósito a través de actividades cotidianas de cuidado, además de constituir un rol de vida significativo comparable al de la crianza, según lo hallaron [Hui Gan et al. \(2020\)](#), en adultos mayores. Aunque su estudio se desarrolló en una población de edad distinta, los resultados guardan correspondencia con el patrón observado en los adolescentes de Loja, en quienes la cercanía emocional se asoció con el propósito vital. La continuidad de este hallazgo a lo largo del ciclo vital sugiere que la calidad del vínculo humano-animal posee un papel perdurable en la configuración del propósito, con independencia de la etapa evolutiva del individuo, lo cual refuerza la pertinencia de esta línea de estudio.

Con igual relevancia, la interacción dueño-animal se asoció de forma significativa con el crecimiento personal, resultado que guarda sintonía con lo planteado por [Van Houtte y Jarvis \(1995\)](#), quienes señalaron que el cuidado y la interacción con animales de compañía contribuyen al desarrollo psicosocial en la preadolescencia y la adolescencia. La naturaleza del cuidado cotidiano del animal implica asumir responsabilidades, aprender a interpretar las necesidades del otro y enfrentar desafíos diarios, elementos que se alinean con la concepción de crecimiento personal propuesta por [Ryff \(1989\)](#). La interacción frecuente con el animal podría funcionar como un catalizador del desarrollo continuo, en la medida en que el adolescente se enfrenta a situaciones que exigen adaptación, empatía y autorregulación cotidiana en su relación con el animal de compañía.

Por otra parte, la ausencia de asociaciones significativas entre el vínculo humano-animal y la autoaceptación, las relaciones positivas, la autonomía y el dominio del entorno merece consideración. [Wu et al. \(2018\)](#), reportaron que la propiedad de mascotas y el apego se asocian con una menor percepción de estrés en adultos chinos, lo cual sugiere que el vínculo con animales ejerce un efecto amortiguador. La divergencia con los resultados de este estudio podría atribuirse a las diferencias de edad y contexto cultural, dado que los adolescentes poseen fuentes de estrés y recursos de afrontamiento distintos a los de los adultos. Es plausible que el vínculo con animales de compañía incida en dimensiones específicas del bienestar, sin un efecto generalizado sobre todas las áreas del funcionamiento psicológico del adolescente.

A la luz de estos hallazgos, [Janssens et al. \(2021\)](#), documentaron que los animales de compañía funcionan como un amortiguador del impacto del estrés sobre el afecto, lo cual ofrece un marco para interpretar la asociación entre la cercanía emocional y el crecimiento personal. [Anz y Chung \(2023\)](#), por su parte, trazaron un recorrido histórico sobre el papel de los animales como agentes de salud, y subrayaron que la calidad del vínculo, más que la simple tenencia, define el potencial terapéutico de la relación. Estos antecedentes refuerzan la idea de que la calidad del vínculo con animales de compañía constituye un recurso psicológico de valor para el adolescente, capaz de potenciar el desarrollo personal y el propósito vital, dimensiones centrales del bienestar psicológico en la etapa adolescente.

No obstante, este estudio presenta limitaciones que requieren consideración. El tamaño muestral resultó pequeño ($N=65$) y el muestreo, de carácter no probabilístico por conveniencia, lo cual restringe la generalización de los hallazgos a la población adolescente de Loja. El diseño transversal impide establecer relaciones de causalidad; resulta plausible que un mayor bienestar psicológico favorezca el desarrollo de relaciones más cercanas con el animal de compañía. El uso exclusivo de instrumentos de autoinforme pudo introducir sesgos de deseabilidad social. Asimismo, la sustitución del término «perro» por «mascota» en la Escala de Monash, si bien amplió la aplicabilidad a dueños de gatos, no garantiza la equivalencia de medición entre especies, dado que las propiedades psicométricas originales del instrumento se establecieron de forma específica para la relación humano-perro en su versión primaria.

En función de estas limitaciones, se sugiere que futuras investigaciones consideren diseños longitudinales que permitan clarificar la direccionalidad de las asociaciones identificadas. Resulta conveniente ampliar el tamaño y la representatividad de la muestra, e incorporar variables adicionales como el apoyo familiar percibido o la comparación entre adolescentes con y sin animal de compañía. Sería valioso evaluar la invarianza de medición del instrumento entre subgrupos de especie y explorar si las asociaciones encontradas varían según el tipo de animal de compañía, perro o gato. Asimismo, la inclusión de medidas objetivas de bienestar y el diseño de intervenciones psicoeducativas que incorporen el vínculo humano-animal como recurso podría enriquecer la comprensión de los mecanismos mediante los cuales esta relación favorece el desarrollo psicológico adolescente en contextos educativos y comunitarios de la región.

Conclusiones

El presente estudio cumplió su objetivo de analizar la relación entre los animales de compañía del entorno familiar y el bienestar psicológico de los adolescentes de Loja, Ecuador. Los hallazgos demuestran que la calidad del vínculo humano-animal, caracterizada por una mayor cercanía emocional, una interacción frecuente y una

menor percepción de costo en el cuidado, se relaciona de forma directa con dimensiones específicas del bienestar psicológico. La cercanía emocional se vinculó con el crecimiento personal y el propósito en la vida, en tanto que la interacción y el menor costo percibido se asociaron con el crecimiento personal. Estos resultados sustentan el rol protector de los animales de compañía en el bienestar adolescente, sobre todo en las dimensiones orientadas al desarrollo continuo y a la construcción del propósito vital del individuo.

En consecuencia, los resultados sugieren que las dimensiones del bienestar psicológico vinculadas al desarrollo personal y al propósito de vida resultan las más sensibles a la calidad del vínculo con animales de compañía. Este hallazgo posee implicaciones relevantes para el diseño de programas psicoeducativos orientados a la promoción de la salud mental juvenil, los cuales podrían incorporar estrategias que fomenten relaciones de calidad con animales de compañía como recurso para el crecimiento y el bienestar del adolescente. La integración de estas estrategias en contextos escolares o terapéuticos podría contribuir a fortalecer el desarrollo psicológico de los jóvenes, en especial en una etapa de la vida marcada por la búsqueda de sentido, de pertenencia y de la identidad personal del adolescente, en el marco de su entorno familiar y comunitario.

En este sentido, la presente investigación aporta evidencia inicial en un contexto latinoamericano poco explorado y sienta una base empírica para futuras indagaciones e intervenciones orientadas a promover la salud mental y el bienestar psicológico adolescente a través del fortalecimiento del vínculo humano-animal. La calidad de la relación con los animales de compañía emerge como un factor de interés para la psicología y la educación, en la medida en que ofrece un recurso accesible y cotidiano para el fortalecimiento del desarrollo personal y del propósito vital de los adolescentes. La continuidad de esta línea de investigación permitirá profundizar en los mecanismos subyacentes y en el potencial aplicado de esta relación en el ámbito psicoeducativo y clínico de la salud mental juvenil, con énfasis en las poblaciones de la región latinoamericana.

Acerca de

Contribución de los autores: Los autores contribuyeron a la conceptualización del estudio, al desarrollo metodológico, al análisis e interpretación de los datos, a la redacción del manuscrito y a la revisión crítica de su contenido intelectual. Ambos autores aprobaron la versión final para su publicación.

Financiamiento: Los autores declaran que no recibieron financiamiento para esta investigación.

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

Objetos de ciencia abierta: <https://doi.org/10.59993/simbiosis.v6i16.161>

Cómo citar: Torres Yaguana, A. L., & Andrade Mejía, D. S. (2026). Relación entre el vínculo con animales de compañía y el bienestar psicológico en adolescentes de Loja, Ecuador. *Simbiosis, Revista de Educación y Psicología* 6(16). 1-16. <https://doi.org/10.59993/simbiosis.v6i16.161>

Referencias

- Andrews, J. L., Ahmed, S. P., & Blakemore, S.-J. (2021). Navigating the social environment in adolescence: The role of social brain development. *Biological Psychiatry*, 89(2), 109–118. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2020.09.012>
- Anz, R. I., & Chung, P. (2023). Animals as healers: A historical journey through the impact of animals on human health across the ages. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 53(11), Article 101476. <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2023.101476>
- Baker, A. E., Galván, A., & Fuligni, A. J. (2025). The connecting brain in context: How adolescent plasticity supports learning and development. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 71, Article 101486. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2024.101486>
- Bowlby, J. (1998). El apego y la pérdida: 1. El apego. Paidós.
- Bustamante, B., Torres, C., & Andrade, D. (2024). *Mascotas, bienestar y soledad a lo largo de la vida*. TrueTest. <https://truetest.utpl.edu.ec/project-published/658073a99c7b854fe4d3d9b8?proof=true>
- Charmaraman, L., Kiel, E., Richer, A. M., Gramajo, A., & Mueller, M. K. (2022). Associations between pet care responsibility, companion animal interactions, and family relationships during COVID-19. *Animals*, 12(23), Article 3274. <https://doi.org/10.3390/ani12233274>
- Chen, N. R. Y., Majeed, N. M., Lai, G. J., Koh, P. S., Kasturiratna, K. T. A. S., Kaur, M., Ho, A. Z. Y., Yong, J. C., & Hartanto, A. (2024). Human–animal interaction and human prosociality: A meta-analytic review of experimental and correlational studies. *Anthrozoös*, 37(2), 269–288. <https://doi.org/10.1080/08927936.2023.2288745>
- Cheng, T. W., Mills, K. L., & Pfeifer, J. H. (2024). Revisiting adolescence as a sensitive period for sociocultural processing. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 164, Article 105820. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2024.105820>
- Christian, H., Mitrou, F., Cunneen, R., & Zubrick, S. R. (2020). Pets are associated with fewer peer problems and emotional symptoms, and better prosocial behavior: Findings from the longitudinal study of Australian children. *The Journal of Pediatrics*, 220, 200–206.e2. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.01.012>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8474>
- Dwyer, F., Bennett, P. C., & Coleman, G. J. (2006). Development of the Monash Dog Owner Relationship Scale (MDORS). *Anthrozoös*, 19(3), 243–256. <https://doi.org/10.2752/089279306785415592>

- Faner, J. M. V., Dalangin, E. A. R., De Leon, L. A. T. C., Francisco, L. D., Sahagun, Y. O., & Acoba, E. F. (2024). Pet attachment and prosocial attitude toward humans: The mediating role of empathy to animals. *Frontiers in Psychology*, *15*, Article 1391606. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1391606>
- Flynn, E., Valdovinos, M. G., Mueller, M. K., & Morris, K. N. (2025). A relational developmental theory of human-animal interaction: A meta-synthesis and grounded theory. *Developmental Review*, *75*, Article 101181. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2024.101181>
- Gaekwad, J. S., Sal Moslehian, A., Roös, P. B., & Walker, A. (2022). A meta-analysis of emotional evidence for the biophilia hypothesis and implications for biophilic design. *Frontiers in Psychology*, *13*, Article 750245. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.750245>
- Gillet, L., Turcsán, B., & Kubinyi, E. (2025). Perceived costs and benefits of companion dog keeping based on a convenience sample of dog owners. *Scientific Reports*, *15*, Article 2515. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-85254-1>
- González-Ramírez, M. T., Vanegas-Farfano, M., & Landero-Hernández, R. (2017). Versión mexicana de la escala Monash de relación del dueño con su perro (MDORS-M). *Alternativas en Psicología*, *37*, 107–123. <https://alternativas.me/version-mexicana-de-la-escala-monash-de-relacion-del-dueno-con-su-perro-mdors-m/>
- Halbreich, E. D., Callina, K., King, E. K., & Mueller, M. K. (2023). Companion animals and profiles of peer social behavior in adolescence. *Journal of Adolescence*, *95*(6), 1152–1167. <https://doi.org/10.1002/jad.12183>
- Hawkins, R. D., Robinson, C., & Brodie, Z. P. (2022). Child–dog attachment, emotion regulation and psychopathology: The mediating role of positive and negative behaviours. *Behavioral Sciences*, *12*(4), Article 109. <https://doi.org/10.3390/bs12040109>
- Hui Gan, G. Z., Hill, A.-M., Yeung, P., Keesing, S., & Netto, J. A. (2020). Pet ownership and its influence on mental health in older adults. *Aging & Mental Health*, *24*(10), 1605–1612. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1633620>
- Janssens, M., Janssens, E., Eshuis, J., Lataster, J., Simons, M., Reijnders, J., & Jacobs, N. (2021). Companion animals as buffer against the impact of stress on affect: An experience sampling study. *Animals*, *11*(8), Article 2171. <https://doi.org/10.3390/ani11082171>
- Koyasu, H., Ogasawara, S., Kikusui, T., Murai, T., Nishida, A., & Nagasawa, M. (2025). Study on adolescents' attitudes and attachment toward companion animals: Mitigating the negative effects of cultural estrangement on wellbeing. *Frontiers in Psychology*, *16*, Article 1552127. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1552127>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid systematic review: The impact of social isolation and loneliness on the mental health of children and adolescents in the context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *59*(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>

- Merkouri, A., Graham, T. M., O'Haire, M. E., Purewal, R., & Westgarth, C. (2022). Dogs and the good life: A cross-sectional study of the association between the dog-owner relationship and owner mental wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 903647. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.903647>
- Northrope, K., Shnookal, J., Ruby, M. B., & Howell, T. J. (2025). The relationship between attachment to pets and mental health and wellbeing: A systematic review. *Animals*, 15(8), Article 1143. <https://doi.org/10.3390/ani15081143>
- Prato-Previde, E., Basso Ricci, E., & Colombo, E. S. (2022). The complexity of the human-animal bond: Empathy, attachment and anthropomorphism in human-animal relationships and animal hoarding. *Animals*, 12(20), Article 2835. <https://doi.org/10.3390/ani12202835>
- Purewal, R., Christley, R., Kordas, K., Joinson, C., Meints, K., Gee, N., & Westgarth, C. (2017). Companion animals and child/adolescent development: A systematic review of the evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), Article 234. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030234>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Van Houtte, B. A., & Jarvis, P. A. (1995). The role of pets in preadolescent psychosocial development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 16(3), 463–479. [https://doi.org/10.1016/0193-3973\(95\)90030-6](https://doi.org/10.1016/0193-3973(95)90030-6)
- Wang, S., Chen, L., Ran, H., Che, Y., Fang, D., Sun, H., Peng, J., Liang, X., & Xiao, Y. (2022). Depression and anxiety among children and adolescents pre and post COVID-19: A comparative meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 13, Article 917552. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.917552>
- World Health Organization & United Nations Children's Fund. (2024). *Mental health of children and young people: Service guidance*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240100374>
- Wu, C. S. T., Wong, R. S. M., & Chu, W. H. (2018). The association of pet ownership and attachment with perceived stress among Chinese adults. *Anthrozoös*, 31(5), 577–586. <https://doi.org/10.1080/08927936.2018.1505269>



Este artículo está bajo la licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0).