



Comunicación Breve / Brief communication

Tenencia de mascotas y bienestar emocional en estudiantes de Medicina

Pet Ownership and Emotional Well-Being in Medical Students

Olinda Maria Gamarra¹

<https://orcid.org/0000-0002-3532-326X>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
marioly91@hotmail.com

Ana Luisa Akemi Katuiama Tardeli¹

<https://orcid.org/0009-0009-9611-4638>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
ana.tardeli@email.com

Débora Goulart Muniz¹

<https://orcid.org/0000-0002-6197-2714>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
debora.muniz@email.com

Maria Clara Kunkel¹

<https://orcid.org/0009-0005-1877-8114>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
maria.kunkel@email.com

Paula Heloisa Rosa Louza¹

<https://orcid.org/0009-0000-7993-5041>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
paula.louza@email.com

Amanda Dutra da Costa¹

<https://orcid.org/0009-0000-8047-8095>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
amanda.dutra@email.com

Uaylla Kapoy Filgueiras Gomes¹

<https://orcid.org/0009-0009-2463-7480>

¹Universidad Privada del Este, Facultad de Ciencias Médicas, Carrera de Medicina. Ciudad del Este, Paraguay.
uaylla.gomes@email.com

INFORMACIÓN SOBRE ARTÍCULO

Palabras Clave:

*Salud Mental
Estrés Psicológico
Vínculo Humano-Animal
Educación Médica
Ansiedad*

Keywords:

*Mental Health
Psychological Stress
Human-Animal Bond
Medical Education
Anxiety*

Historial del Artículo

Fecha de Recepción: 06/12/2025

Fecha de Aprobación: 21/04/2026

Fecha de Publicación: 24/04/2026

Área del conocimiento: Ciencias Sociales

RESUMEN

La educación médica genera altos niveles de estrés, y la interacción humano-animal podría servir como estrategia de afrontamiento. El presente estudio de carácter observacional, descriptivo y transversal buscó describir la percepción sobre la influencia de la tenencia de mascotas en el bienestar emocional de estudiantes del quinto semestre de Medicina de la Universidad Privada del Este de Paraguay (UPE), en 2023, con una muestra no probabilística por conveniencia de 150 participantes a quienes se aplicó un cuestionario estructurado que evaluó dimensiones de estrés, soledad y empatía mediante escala Likert, alcanzando una consistencia interna excelente (Alfa de Cronbach = 0,97), y analizando los datos con estadística descriptiva e inferencial mediante la prueba de Chi-cuadrado. Los resultados indicaron que el 70% reportó tener mascotas, de los cuales el 92,4% percibió una reducción en la soledad, el 90,5% una disminución del estrés y el 93,3% asoció el cuidado animal con el desarrollo de la responsabilidad, aunque no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el estrés global autopercebido entre dueños y no dueños ($p > 0,05$), lo que sugiere beneficios cualitativos focalizados en el apoyo emocional inmediato. En general, los estudiantes perciben positivamente la tenencia de mascotas como un recurso de apoyo valioso, pese a limitaciones como el muestreo de conveniencia y el diseño local.

ABSTRACT

Medical education generates high levels of stress, and human-animal interaction could serve as a coping strategy. This observational, descriptive, and cross-sectional study aimed to describe the perception of the influence of pet ownership on the emotional well-being of fifth-semester Medicine students at Universidad Privada del Este (UPE), located in Paraguay in 2023, using a non-probabilistic convenience sample with 150 informants to whom a structured questionnaire was administered. The questionnaire assessed dimensions of stress, loneliness, and empathy using a Likert scale, achieving excellent internal consistency (Cronbach's Alpha = 0.97), with data analyzed via descriptive and inferential statistics using the Chi-square test. Results indicated that 70% reported owning pets, of whom 92.4% perceived a reduction in loneliness, 90.5% a decrease in stress, and 93.3% associated animal care with the development of responsibility; however, no statistically significant differences were found in overall self-perceived stress between owners and non-owners ($p > 0.05$), suggesting qualitative benefits focused on immediate emotional support. Overall, students positively perceive pet ownership as a valuable support resource, despite limitations such as convenience sampling and the local design.

Autor de correspondencia

Email: marioly91@hotmail.com (Olinda Maria Gamarra)

<https://doi.org/10.70833/rseisa20item801>

Conflictos de Interés: Los autores declaran no tener conflicto de interés de ningún tipo.

Este es un artículo de acceso abierto bajo una licencia Creative Commons CC-BY. Licencia <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Citación recomendada: Gamarra, O. M., Katuiama Tardeli, A. L. A., Muniz, D. G., Kunkel, M. C., Louza, P. H. R., Dutra da Costa, A., & Gomes, U. K. F. (2026). Tenencia de mascotas y bienestar emocional en estudiantes de Medicina. *Revista sobre estudios e investigaciones del saber académico* (Encarnación), 20(20): e2026011

Introducción

La formación académica en medicina es reconocida globalmente por su alta exigencia, lo que expone a los estudiantes a un ambiente estresante que puede impactar su calidad de vida. En el contexto latinoamericano, estudios recientes señalan una alta prevalencia del síndrome de burnout y estrés crónico en estudiantes de ciencias de la salud (Oliveira et al., 2021). Ante este panorama, la interacción humano-animal ha emergido como un campo de interés científico, donde la evidencia sugiere que la compañía de mascotas ofrece beneficios psicológicos y neurobiológicos significativos bajo un enfoque biopsicosocial (Gee et al., 2021).

Psicológicamente, los animales actúan como fuente de apoyo social y figuras de apego, disminuyendo la soledad y mejorando la capacidad de afrontamiento (Brooks et al., 2018). Fisiológicamente, este "efecto mascota" se ha correlacionado con la reducción de niveles de cortisol en estudiantes universitarios (Pendry & Vandagriff, 2019). Sin embargo, la tenencia también puede implicar desafíos y estresores relacionados con el cuidado (Applebaum et al., 2020). Dada la escasez de investigación local, este estudio buscó describir la percepción sobre la influencia de la tenencia de mascotas en el bienestar emocional de estudiantes de Medicina de la Universidad Privada del Este.

Metodología

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y de corte transversal entre septiembre y octubre de 2023 en la Facultad de Ciencias de la Salud de la UPE, Paraguay. La población accesible estuvo constituida por 228 estudiantes del quinto semestre, alcanzando una muestra no probabilística por conveniencia de 150 participantes (tasa de respuesta del 65,8%).

Se empleó un cuestionario validado, el cual fue autoadministrado en línea. Además de datos

sociodemográficos, se incluyeron doce ítems *ad-hoc* basados en la "Escala Lexington de Apego a Mascotas", utilizando escalas tipo Likert (1-5), distribuidos en tres dimensiones: bienestar psicológico (reducción de soledad y estrés), competencias personales (responsabilidad) e interacción social para evaluar estrés, soledad y empatía. La confiabilidad del instrumento fue validada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, arrojando un valor de 0,97, indicando una consistencia interna excelente. Los datos se analizaron con estadística descriptiva y comparaciones de grupos mediante la prueba de Chi-cuadrado de Pearson ($\alpha = 0,05$). El protocolo se adhirió a los principios de la Declaración de Helsinki y fue aprobado por el Comité de Ética institucional.

Resultados

La muestra (N=150) fue predominantemente femenina (60,7%) y compuesta por adultos jóvenes de entre 21 y 30 años (66,0%). Se identificó una alta prevalencia de tenencia de animales: el 70,0% (n=105) reportó tener mascota.

Entre los propietarios, la percepción del impacto fue altamente positiva:

- **Bienestar Emocional:** El 92,4% afirmó que sus mascotas reducen la sensación de soledad y depresión, y el 90,5% percibió una disminución del estrés. Asimismo, el 92,4% identificó a su mascota como fuente de apoyo y consuelo en situaciones difíciles.
- **Desarrollo Personal:** El 94,3% asoció el cuidado animal con el fomento de la responsabilidad y organización, mientras que el 84,8% reportó una mejora en su empatía y habilidades comunicativas.

Respecto a la gestión académica, aunque el 47,6% admitió realizar ajustes en su rutina, el 81,9% calificó como "fácil" o "muy fácil" equilibrar el cuidado de la

mascota con el estudio. No se dieron diferencias estadísticamente significativas en el estrés autopercebido global entre dueños y no dueños ($p > .05$), pero sí diferencias cualitativas en las fuentes de apoyo.

Discusión

Los resultados confirman que la mascota es percibida como un recurso de soporte emocional fundamental. La alta valoración de la reducción de soledad (92,4%) coincide con literatura reciente que posiciona a los animales como amortiguadores del aislamiento social (Andriacchi et al., 2023, Liu et al., 2024).

Sin embargo, este estudio posee limitaciones. El muestreo por conveniencia y el enfoque en una sola institución impiden la generalización de los resultados a toda la población médica del país. Además, el uso de un cuestionario ad-hoc sin escalas estandarizadas limita la comparación objetiva. El hallazgo de que el estrés global no varía significativamente sugiere que el impacto de la mascota es más cualitativo y paliativo frente a la carga académica.

Referencia

Andriacchi, M., Hopper, C., Stein, A., Nye, R., & Taylor, K. H. (2023). Animal-Assisted Interventions on a College Campus to Improve Wellness: Adventures With the Northern Michigan University Wildpups. *Journal of Nursing Education*, 62(11), 631-637. <https://doi.org/10.3928/01484834-20230906-05>

Applebaum, J. W., Tomlinson, C. A., Matijczak, A., McDonald, S. E., & Zsembik, B. A. (2020). The Concerns, Difficulties, and Stressors of Caring for Pets During COVID-19: Results From a Large Survey of U.S. Pet Owners. *Animals*, 10(10), 1882. <https://doi.org/10.3390/ani10101882>

Brooks, H., Rushton, K., Lovell, K., Bee, P., Walker, L., Grant, L., & Rogers, A. (2018). The Power of Support From Companion Animals for People Living With Mental Health Problems: A Systematic Review and Narrative Synthesis

of the Evidence. *BMC Psychiatry*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1613-2>

Gee N.R., Rodriguez K.E., Fine A.H. and Trammell JP (2021) *Dogs Supporting Human Health and*

Well-Being: A Biopsychosocial Approach. *Front. Vet. Sci.* 8:630465. doi:

10.3389/fvets.2021.630465

Liu, H., Lin, J., & Lin, W. (2024). Cognitive Mechanisms and Neurological Foundations of

Companion Animals' Role in Enhancing Human Psychological Well-Being. *Frontiers in*

Psychology, 15.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1354220>

Oliveira, A. M. G., Andrade, B. L., Ferreira, G. C., Monteaperto, J. V. M., Perduca, R. G., Hungaro,

T. A., & Kurihara, A. C. Z. S. (2021). Prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes da graduação de medicina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(2), e5047. <https://doi.org/10.25248/reas.e5047.2021>

Pendry, P., & Vandagriff, J. L. (2019). Animal Visitation Program (AVP) Reduces Cortisol Levels

of University Students: A Randomized Controlled Trial. *Aera Open*, 5(2).

<https://doi.org/10.1177/2332858419852592>