

Relación entre el apego Humano-Mascota y el Sentimiento de Soledad en adultos.

Estudiante: Tapia, Laura Lilia

Legajo:24658

Director/es: Gabriel Mortara

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2025

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del **RIUFLO**. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial 4-0 internacional que siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra en el RIUFLO

A partir del día de la fecha de aprobación del TFI 27/10/2025

Lugar y fecha: Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Firma y aclaración del autor: Laura Lilia Tapia



Laura Lilia Tapia

Índice

Resumen	4
Introducción	6
Delimitación del objeto de estudio.....	6
Planteo del problema.....	6
Objetivos.....	9
Hipótesis.....	9
Estado del Arte	10
Marco teórico	16
Vinculación e interacción humano-animal.....	16
El concepto vínculo humano-animal.....	16
Beneficios de la relación.....	18
Elementos negativos.....	19
Teorías que dan sustento al vínculo humano-animal.....	20
Modelo teórico del apego.....	21
Tipos de apego.....	22
La Teoría del apego.....	22
Dimensiones del apego a las mascotas.....	27
Soledad.....	27
Sentimiento de soledad.....	30
Factores que influyen en el Sentimiento de Soledad	31
El sentimiento de soledad. Su relación con los factores de personalidad de Eysenck.....	33
El antropomorfismo en los animales de compañía.....	37
Relación entre el sentimiento de soledad y el apego.....	40
Método	42
Definición operacional.....	43
Diseño de estudio.....	44
Participantes.....	44
Instrumentos.....	45
Procedimientos.....	45
Resultados	46

Discusión.....	58
Conclusión.....	60
Aportes y Contribuciones.....	61
Limitaciones de la investigación.....	61
Líneas de investigación futuras.....	62
Referencias.....	64
Anexos.....	68

Resumen

1. Título: Relación entre el apego Humano-Mascota y el Sentimiento de Soledad en adultos del AMBA.

2. Resumen: Esta investigación tuvo como objetivo identificar si había una relación existente entre el Sentimiento de Soledad y el Apego Humano-Mascota en Adultos de 25 a 50 años sin hijos; debido a la gran importancia y repercusión en estos últimos años de la temática sobre la tenencia de mascotas y los efectos positivos o negativos que podrían llegar a producir en la vida de las personas.

Para tal finalidad se realizó un estudio transversal con orientación metodológica cuantitativa, la investigación será de tipo correlacional basada en mediciones de auto reporte. En este estudio, el análisis y proceso de los datos se realizó a través del programa estadístico "SPSS". Los datos se obtuvieron de una muestra de un total de 50 personas adultas mayores de 25 a 50 años sin hijos, residentes del AMBA, Argentina. La misma quedó conformada por 14,5% de hombres y 85,5% de mujeres, a los cuales se les administró una batería de dos instrumentos psicométricos y un cuestionario sociodemográfico. Se aplicaron los siguientes instrumentos: la versión al español de la escala Lexington de Apego a Mascotas (LAPS) y la Escala para la Evaluación de la Soledad Social y Emocional en Adultos - SESLA-S. El análisis de los datos recolectados expresaría como resultado si ambas variables entre eran o no correlacionales, y se podría observar si había un alto apego humano-mascota y un bajo o alto sentimiento de soledad en la muestra. En cuanto a las variables sociodemográficas, se destacó si hay leves diferencias entre los sexos en cuanto a sentimientos de soledad y si hay un mayor grado de apego a las mascotas entre un sexo y el otro.

En relación a la situación de convivencia se intentaba saber si era mayor el sentimiento de soledad en aquellos adultos que vivían solos. Por otro lado, en consideración a la variable de la edad saber si presentaban mayor o menor sentimiento de soledad y si existía menor o mayor apego a las mascotas a medida que se envejecen.

3. Palabras Clave: Sentimiento de soledad - Apego Mascotas – Personas adultas– Relación Humano Animal.

Introducción

Delimitación del objeto de estudio

En la última década, distintos estudios (Bogani Sandez., 2023) concordaron que Argentina es, a nivel mundial, el país con mayor cantidad de mascotas por habitante. De cada 10 familias argentinas, 8 tienen al menos un animal en sus hogares. ¿Los preferidos? La lista la encabezan los perros, con un 81% de presencia, le siguen los gatos con un 52% y con porcentajes mucho menores las tortugas (con un 7% a pesar de que su tenencia sea ilegal), las aves (5%), los peces (4%) y por último los hámsteres, esos eternos corredores de ruedita, con apenas un 2%. Tres de cada 10 familias argentinas adoptaron uno o más animales durante la cuarentena. Dar un paseo con su mascota (en el caso de los perros), fue para muchos la única salida que hacían a la calle en días o hasta semanas, sobre todo en lo más duro del ASPO, cuando la policía vigilaba en las calles que nadie rompiera el aislamiento. Para Reed et. Al. (2012) los animales de compañía y las mascotas generan beneficios físicos, psicológicos y sociales, como la reducción de enfermedades cardiovasculares, la disminución del estrés y la soledad, y facilitan la socialización.

Se realizó un estudio transversal con orientación metodológica cuantitativa, la versión al español de la Escala LAPS y la Escala para la Evaluación de la Soledad Social y Emocional en Adultos - SESLA-S. El estudio se basó en la teoría de la Antrozoología que estudia el vínculo humano-animal.

Planteamiento del problema

Los animales han tenido una profunda influencia en las diversas sociedades desempeñando un rol fundamental a lo largo de la historia de la humanidad. En la actualidad, los animales son parte de uno de los componentes naturales de mayor significado económico y social, científico y cultural en este país. En su libro, Díaz Videla (2017), señala que hay animales domésticos que son mantenidos en los hogares de las personas que parecen tener un propósito escasamente definido, a esta categoría se la define como “mascotas”

Para Herzog (2011) es un misterio el porqué, dada la enorme importancia de las mascotas en nuestra sociedad, hay escaso conocimiento sobre la temática. En lo que se refiere a la relación entre las variables sentimiento de soledad y apego animal, hay investigaciones que apuntan a observar cual es la influencia de estas mismas en la calidad de vida y la salud de las personas, principalmente de adultos mayores. Los animales juegan un papel activo en casi todos los aspectos de la vida psicológica y cultural humana, la relación con ellos mediante actitudes y comportamientos permiten ver muchos aspectos de la naturaleza humana.

Nuñez et. Al- (2004) menciona que la razón por la cual se elige este objeto de estudio es debido a la relevancia que tienen las mascotas en la vida de las personas, frente al padecimiento subjetivo del sentimiento de soledad en su vínculo con la salud y el bienestar de los individuos. Las personas adultas, que viven en grandes ciudades atraviesan diferentes situaciones relacionadas tanto con cuestiones físicas (por el paso del tiempo y el deterioro de funciones biológicas del cuerpo), como psicológicas y sociales que si no son tratadas de manera adecuada incrementan o promueven el sentimiento de soledad, afectando de manera negativa a la salud.

Por otra parte, según resultados de un estudio realizado en Colombia por González y Landero (2011), a 247 voluntarios dueños de al menos un perro, expresaron que la presencia de mascotas en la vida de los adultos mayores produce una fuerte conexión social, contribuyendo al bienestar de la salud de las personas, tanto física como mental atenuando el sentimiento de soledad y sus secuelas relacionadas a la salud (problemas cardiovasculares, depresión).

Asimismo, otra investigación realizada por Berumen, Gonzales y Landero (2014), señala que las personas que consideran al perro como parte de la familia o miembro de la familia demuestran menores niveles de estrés percibido y un mayor nivel de salud mental y física.

En tanto, los objetivos de esta investigación fueron: indagar sobre cuáles son los tipos de apego entre la relación humano-mascota y el sentimiento de soledad en personas de 25 a 50 años de edad, sin hijos/as, residentes del AMBA.

El trabajo fue guiado por la pregunta ¿Existe una relación entre los niveles de apego animal y los niveles de soledad y sus dimensiones entre los adultos de 18 a 50 años del AMBA?

Es importante hacer referencia al censo realizado por el INDEC (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos de la República Argentina) en el año 2022, en el cual la suma de la población de CABA y AMBA dio como resultado que en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) viven 3.081.550 personas, mientras que en la provincia de Buenos Aires habitan 17.875.743. En una encuesta nacional realizada en la Argentina por Millward Brown, expresa que los animales de compañía son cada vez más importantes, y que Argentina es el

país con mayor cantidad de mascotas de Latinoamérica. Se afirma que el 78% de las personas tiene mascotas en su casa, en su mayoría perros (63%), y en menor medida gatos (26%), y a los cuales se los considera como miembros de la familia (Gioberchio, 2011).

Objetivo general

El objetivo general de la investigación consiste en analizar la relación entre niveles de apego animal total y el sentimiento de soledad y sus dimensiones en personas de 25 a 50 años de edad, residentes en AMBA.

Objetivos específicos

- Describir el nivel de apego en el vínculo humano-animal en personas de 25 a 50 años de edad, residentes en AMBA.
- Medir el nivel de sentimiento de soledad en personas de 25 a 50 años de edad, residentes en AMBA.
- Determinar si existe una relación entre la edad de los participantes y el nivel de apego animal y sentimiento de soledad.

Hipótesis

- No existe una correlación entre los niveles de apego animal y el sentimiento de soledad.
- El nivel de apego animal es normal.
- El nivel de sentimiento de soledad es bajo.

- La edad esta correlacionada positivamente con el nivel de apego animal y los sentimientos de soledad.

Estado del arte

No se han encontrado muchas investigaciones cuantitativas relacionadas al estudio del vínculo humano-animal en personas adultas de mediana edad teniendo en cuenta los tipos de apego y su relación con el sentimiento de soledad.

En tanto, la investigación de Vázquez Bravo (2020) en la cual se hizo un análisis de la relación que existe entre el apego humano-animal, y su influencia en la reducción del sentimiento de soledad en adultos, residentes en algunas ciudades de Colombia. Se desarrolló un proyecto de investigación cuantitativa con alcance descriptivo-correlacional y diseño de tipo no experimental, con corte transversal. Los instrumentos de medición usados fueron: la escala de Lexington (LAPS), para medir nivel de apego la mascota, y la escala SESLA-S, para evaluar si existe sentimiento de soledad; ambas escalas en su versión en español, aplicadas a 115 adultos dueños de alguna mascota. Los resultados evidenciaron que existe un alto nivel de apego y un medio-bajo nivel de sentimiento de soledad en los participantes. También se empleó una R de Pearson mediante la cual se pudo identificar que no existe correlación entre las variables por lo cual se concluye que, según este estudio, la hipótesis de las mascotas como reductores del sentimiento de soledad es nula.

En otra investigación llevada a cabo por Carranza et. Al- (2020) el cual consistía en realizar un estudio de exploración a personas residentes de AMBA entre 18 y 65 años, con el objetivo de analizar la relación entre el sentimiento de soledad y el apego entre el humano y la mascota. Con el fin de determinar si existen diferencias en el apego y en la soledad según

edad, género, convivencia, estado civil y tipo de mascota. El objetivo era decidir si se debiera o no fomentar la adopción de mascotas, en función de los resultados obtenidos. Para ello se produjo un estudio transversal con orientación metodológica cuantitativa, la investigación fue de carácter correlacional fundada en mediciones de auto reporte. Los datos se obtuvieron de una muestra total de 603 personas residentes de AMBA entre 18 y 65 años, dueñas de al menos una mascota. El análisis de los datos recolectados obtuvo como resultado una correlación no significativa entre soledad y apego. Son (por leve diferencia) las mujeres más jóvenes, que viven con amigos o en pareja, y que poseen perro, quienes tienen un mayor apego a las mascotas. Respecto a la soledad, las mujeres (entre 35 y 65 años) presentan un mayor sentimiento de soledad que los hombres y que el resto de las personas más jóvenes. Como conclusión se debería fomentar la adopción de mascotas preferentemente de tipo perro en mujeres jóvenes residentes en CABA, en base a resultados cuantitativos obtenidos, ya que tienen un mayor apego hacia las mascotas y no se determinó una correlación significativa entre soledad y apego.

Por otro lado, Aragunde-Kohl et. al (2023) a través de un muestreo no probabilístico, realizó un estudio para examinar el vínculo entre humanos y animales como una posible fuente de bienestar y factor protector durante la pandemia del COVID-19, el mismo fue con un enfoque cuantitativo de diseño no experimental transversal, en el cual se desarrolló un cuestionario auto administrado para recolectar los datos que fueron completando en línea para tener mayor alcance durante la pandemia, este alcanzó una muestra por disponibilidad de 892 personas mayores de 21 años de edad, residentes de Puerto Rico, que convivían con mascotas durante la pandemia de COVID-19. Con motivo de conocer sobre la relación entre las personas participantes con sus mascotas durante el evento del COVID-19, se formularon

preguntas en relación al impacto del COVID-19 en sus vidas, los niveles de apego y tiempo en que compartían las personas participantes con sus mascotas. Las mismas Indicaron estar muy de acuerdo en que el apego hacia sus mascotas les ayudó a sobrepasar las dificultades durante la pandemia. Así, como también, coincidieron en que tener a sus mascotas durante la pandemia les ocasionó alivio e identificaron su compañía como efectiva. Concordaron, además, en que el nexo con sus mascotas aumentó su bienestar emocional durante la pandemia. Se llegó a la conclusión de que las mascotas pueden asumir roles de acompañamiento importantes y mitigar sentimientos, pensamientos y conductas que aumentan la soledad.

Por su parte, Lopera Muñoz (2020), utilizó para llevar a cabo la investigación un enfoque cualitativo, con orden fenomenológico y la técnica de recolección de datos fue la entrevista semiestructurada. la ejecución de la muestra partió desde la técnica de bola de nieve, intentando recolectar la información suficiente para los análisis de las entrevistas. Se evidenciaron dos tipos de apego que son: apego Seguro ya que existe un vínculo estrecho entre el sujeto con su macota, Igualmente se evidenció el apego ansioso ya que en este caso el sujeto esta inseguro de su reacción hacia la posible pérdida, es evitativo al tema y manifiesta que esto le causaría mucho dolor. Se puede concluir que el vínculo formado y percibido va más allá del humano-animal, las personas perciben y aman a sus mascotas como parte de su familia, como su hijo, casi como si se tratara de una persona, sienten que las mascotas necesitan protección como si se tratase de un bebe indefenso, también del vínculo afectivo formado surge apego, tanto seguro como apego ansioso y eso depende de la calidad del vínculo.

Zapata-Herrera (2021) realizó un estudio cualitativo con perspectiva etnográfica focalizada. En el mismo se realizaron 14 entrevistas semiestructuradas y observación a mayores de 60 años que conviven con mascotas en Medellín-Colombia. Participaron 8 mujeres, 6 hombres, entre 60 y 85 años. Mascotas: 17 perros y 7 gatos. Los criterios que se utilizaron para incluir participantes fueron: persona mayor de 60 años, capaz de responder la entrevista, que conviviera con una mascota por tiempo superior a 6 meses, con un vínculo de interacción o cuidado de la misma. Los criterios de exclusión fueron: enfermedades agudas y dificultad comunicativa del participante. Los resultados de la investigación fueron representados en cuatro categorías principales y subcategorías que emergieron de la voz de los participantes. Entre el adulto mayor y la mascota se genera un vínculo lento y progresivo que se fortalece durante las actividades diarias, comparable con el que se establece con un hijo o niño pequeño, que requiere cuidado y protección. La compañía de la mascota en todos los espacios y actividades diarias es el aspecto más satisfactorio para los mayores, su presencia permanente les permite tener un interlocutor, jugar, salir y compartir manifestaciones de afecto que evitan la soledad. Los principales beneficios para la salud son la alegría y felicidad que se generan en el diario compartir con la mascota, así como la paz y tranquilidad para afrontar situaciones de tristeza, ira y angustia, coadyuvantes en la promoción de la salud que trascienden a los demás miembros de la familia.

Jiao Lu et. Al (2023) realizó un estudio que busca analizar el papel del apego a las mascotas en la reducción del impacto negativo de la soledad sobre un estilo de vida saludable. Además, examina en qué medida la relación con una mascota puede suplir la falta de vínculos sociales mediante la exploración de la correlación entre apego a las mascotas, soledad y hábitos de vida saludables. Se aplicaron cuestionarios autoadministrados a una

muestra de 879 adultos mayores (de 60 años o más) que tienen mascotas en China, utilizando un método de muestreo aleatorio estratificado en varias etapas. Se emplearon modelos de regresión transversal con umbrales para analizar los efectos no lineales de la soledad sobre los hábitos de vida saludables y los distintos niveles de impacto según la calidad de las relaciones sociales. Se identificó un umbral específico (0.444) que determina cómo el apego a las mascotas modera la relación negativa entre soledad y hábitos saludables. Cuando el nivel de apego a la mascota supera este umbral, el impacto negativo de la soledad sobre un estilo de vida saludable se reduce significativamente. Además, este efecto de umbral fue evidente en personas mayores con diferentes niveles de interacción social. El efecto perjudicial de la soledad sobre la adopción de hábitos saludables se mitiga gracias al apego a las mascotas, lo que sugiere que la relación con una mascota puede, en cierta medida, compensar la falta de relaciones sociales. Esto no solo contribuye a reducir la sensación de soledad, sino que también favorece la adopción de un estilo de vida más saludable en las personas mayores.

En un estudio realizado por Hartwing, T, et. al- (2020) reunió una muestra geográficamente diversa de adolescentes australianos (n = 283) a través de una encuesta en línea. Los participantes respondieron a variables demográficas y de tenencia de animales, así como a medidas de apego a animales de compañía, apoyo social y soledad. Se encontró una pequeña relación negativa pero no significativa entre el apego a los animales de compañía y la soledad, lo que sugiere que, a medida que aumentaban los puntajes de apego de los adolescentes, los puntajes de soledad tendían a disminuir. Análisis adicionales revelaron un efecto moderador inesperado del nivel de tenencia sobre la relación entre el apego a los animales de compañía y la soledad. Mientras que se observó una relación negativa

significativa entre el apego a los animales de compañía y la soledad en los adolescentes con una mascota familiar, se notó un subconjunto de propietarios primarios con niveles extremos de apego, mayor soledad y puntajes más bajos de apoyo social. Conclusión: Para muchos adolescentes, tener una mascota familiar o compartida puede proporcionar una influencia positiva sobre los niveles de soledad. Sin embargo, los paralelismos con la literatura que presenta efectos adversos del apego extremo a los animales de compañía en poblaciones más adultas sugieren que para algunos adolescentes la relación es más compleja.

Allen, C. et.al- (2022) por su lado realizó un estudio que abordó la cuestión de si la soledad predice positivamente la fuerza del vínculo humano-perro y si dicho vínculo mitiga los efectos perjudiciales de la soledad en el bienestar emocional. Participó una muestra comunitaria de dueños de perros en Australia (N = 639: 123 hombres y 516 mujeres) con edades entre 18 y 80 años. La soledad se conceptualizó como un constructo tridimensional compuesto por soledad social, familiar y romántica, mientras que el bienestar emocional se operacionalizó en términos de afecto positivo y negativo. Una mayor soledad social y familiar predijo un mayor afecto negativo, y niveles más altos de los tres tipos de soledad predijeron un menor afecto positivo. Niveles más altos de soledad familiar y romántica predijeron un vínculo humano-perro más fuerte, el cual, a su vez, predijo un mayor afecto positivo. No se evidenció ninguna relación entre el vínculo humano-perro y la soledad social o el afecto negativo. El vínculo humano-perro medió la relación entre la soledad familiar y el afecto positivo, así como entre la soledad romántica y el afecto positivo. Estos efectos de mediación fueron del tipo supresor, lo que indica que el vínculo humano-perro mitigó los efectos perjudiciales de la soledad familiar y romántica sobre el afecto positivo. Estos

hallazgos demuestran la importancia de conceptualizar la soledad como un constructo multidimensional en futuros estudios sobre la soledad y las relaciones humano-animal.

Marco teórico

Vinculación e interacción Humano-Animal

Calcerrada, M. (2018) explica que al momento de referirnos al vínculo humano-animal se debería tener en mente aquellos animales a los que se está unido, aunque esta unión no tiene por qué ser emocional, sino que simplemente podría ser una unión debida a que se comparte entorno o a que hay interacción por alguna razón,

Para Serpell, Walsh y Wilkes (2010) el ser humano y el perro están vinculados, unidos como especies, en coevolución desde hace como mínimo 14000 años, pero también estamos vinculados a otras muchas especies, con las que convivimos o con las que interaccionamos. Desde antes que la ciencia fuera ciencia, ya nuestros antepasados valoraban la conexión profunda entre animales “no humanos” y animales en términos de sobrevivencia mutua (domesticación), de espiritualidad, de mitologías, de tradiciones como el chamanismo y hasta en el tratamiento de enfermedades. Hoy día, esta valoración y conexión con los animales se refleja en cuentos, novelas, refranes, historias, reflexiones, películas, documentales, grupos y páginas en redes sociales (ej. Instagram, TikTok, Facebook), entre otros, por lo que se demuestra cómo los animales ocupan un rol sumamente importante en la vida de muchas personas y en la sociedad.

El concepto vínculo humano-animal

Según Robinson (1995) la tenencia de mascotas se diferencia de la mayor parte de formas de posesión de animales en que el objetivo primario de dicha actividad es la compleja

relación que puede desarrollarse. De este modo, Hinde (1976) explica que una relación implica una serie de interacciones entre dos individuos conocidos entre sí, que son dadas por una sucesión de intercambios a través de un período de tiempo limitado, que tomarán un curso que será influenciado por ambos participantes. Herzog (2014) dice que en oposición a interacciones transitorias como un episodio único de juego, las relaciones entre mascotas y tenedores se caracterizan típicamente por afecto, son relativamente duraderas y comúnmente incluyen un componente de cuidado.

Sanders (1993) explica que, a partir de las interacciones íntimas con sus animales, los dueños comienzan a considerarlos individuos únicos, empáticos, con mente, con capacidad de retribuir, y conscientes de las reglas y roles básicos que rigen la relación. Así, Sandøe, Corr, & Palmer (2016) plantean que la mayor parte de los custodios considera que esta convivencia se trata de una relación bidireccional, en la cual los animales son alimentados y cuidados, y a su vez ellos proveen placer, satisfacción y alivio a las personas. Mientras que para Hosey y Melfi (2014) la relación humano-animal se puede constituir, técnicamente, solo por comportamientos interactivos sostenidos en el tiempo, la incorporación de componentes emocionales y psicológicos, y sus resultados mutuamente beneficiosos, dan cuenta de la formación de un vínculo. Fine (2019) define que el término vínculo humano-animal está tomado de la asociación dada entre un padre y su descendencia: el llamado vínculo padre-hijo. Muchos autores consideran que para que el vínculo humano-animal se forme, la asociación entre los humanos y sus animales debe ser mutua y significativa. En esencia, las relaciones sanas entre los custodios y sus mascotas implican interacciones psicológicas y fisiológicas complejas, que tienen una influencia significativa en la conducta y salud de humanos y animales. Willrab (1998) menciona que el vínculo humano-animal es definido por

la American Veterinary Medical Association (AVMA) como "una relación dinámica y mutuamente beneficiosa entre personas y otros animales que es influenciada por comportamientos esenciales para la salud y el bienestar de ambos". Esta definición según Fine y Mackintosh (2016) revela aspectos de nuestro deseo de vivir con animales, pero concretamente, no hace referencia al amor que los humanos sienten por estos animales.

Beneficios de la relación

En una investigación llevada a cabo por González y Landero (2011), se evaluó si los niveles de estrés y salud percibidos difieren de acuerdo al tipo de relación humano-animal, así como se evaluó además la correlación de estrés y salud percibida con la frecuencia en que se realizan algunas actividades con el perro. Se ha comprobado que la interacción con los animales reduce la ansiedad, depresión y soledad además de proporcionar un apoyo y bienestar. Tener mascotas es un factor protector contra enfermedades cardiovasculares, ansiedad y estrés por soledad. Además de que se liberan endorfinas al acariciar las mascotas. Autores como Odendaal y Meintjes (citado por González y Landero, 2011) demostraron que las concentraciones de endorfina, oxitocina, prolactina y dopamina se incrementan tanto en humanos como en los perros después de interacciones positivas entre ellos, lo cual reflejó un factor positivo en la salud psíquica y física de las personas. Dicho estudio se llevó adelante seleccionando a personas mayores de 16 años que tuvieran al menos un perro. Se contó con la participación anónima de 247 personas con las cuales se evaluó si los niveles de estrés y salud percibidos difieren de acuerdo al tipo de relación con el perro, para esto, tomaron la decisión de trabajar con dos grupos por un lado los que consideraban al perro como miembro de la familia y como no miembro de la familia. Para evaluar estas cuestiones se utilizaron diferentes instrumentos, una escala de estrés percibido, un cuestionario de salud y un

cuestionario realizado con el fin de evaluar las actividades que se realizaban con el perro. Como resultado de dicha investigación se observó que las personas que consideran al perro como parte de la familia o miembro de la familia muestran menores niveles de estrés percibidos los cuales son lo que perciben mayor nivel de salud mental y física.

McCune (2014) explica que el desarrollo sin precedentes de investigación reciente en Antrozología produjo un veloz crecimiento de nuestro conocimiento acerca de los beneficios procedentes de la tenencia e interacción con animales de compañía. Según Hosey y Melfi (2014) este fue uno de los temas centrales que ha recibido mayor interés y número de publicaciones dentro del área en los últimos años. Diaz Videla cita a Wells (2007) y dice los beneficios de la tenencia de mascotas respecto de la salud y bienestar de las personas han sido ligados a efectos fisiológicos, psicológicos y sociales, destacando el valor tanto preventivo como terapéutico de los animales de compañía.

Elementos negativos

A su vez, Sanders (2003) dice que como sucede con los vínculos humanos, el vínculo humano-animal tiene tanto elementos positivos como negativos. Entre estos últimos se destacan los riesgos de contraer zoonosis, alergias, los daños zoonóticos como mordeduras y rasguños (y las infecciones derivadas), los costos financieros, el tiempo que implica su cuidado, restricciones en el estilo de vida, molestias ligadas a la limpieza, preocupaciones por comportamientos antisociales o destructivos de las mascotas, y sufrimiento emocional como el observado frente a la muerte de las mascotas Bonas (2000) entre otros, por su lado, propusieron que de manera similar a como sucede en los vínculos humanos, las personas realizan un balance entre los costos y los beneficios derivados de las relaciones con sus animales de compañía. Según Blau (1964) estos autores se basaron en la Teoría del

Intercambio Social , según la cual, las personas calculan el valor total de una relación sustrayendo los costos percibidos a los beneficios percibidos (i.e., Valor = Beneficios – Costos). El valor de la relación puede resultar positivo o negativo y así será considerado el vínculo. En tanto las personas evalúan costos y beneficios por separado, ambas dimensiones no se neutralizan, ni se correlacionan. Es decir que el incremento de una no implica una disminución de la otra. De esta forma, las relaciones humano-animal solo serían mantenidas cuando los costos y los beneficios percibidos estén equiparados, o bien cuando los últimos superen los primeros. Esto ayudaría a dar cuenta de por qué las personas pueden decidir finalizar estas relaciones.

Teorías que dan sustento al vínculo humano-animal

Según Marcos Díaz Videla (2017) las tres teorías más renombradas en relación con el vínculo humano-animal son la llamada Hipótesis de la Biofilia, la Teoría del Apego y la Teoría del Apoyo Social. Si bien existen otras teorías relacionadas, estas tres se encuentran más consolidadas dentro de la Antrozoología, cuentan con sólida evidencia empírica y se integran fácilmente entre sí.

a) Teoría del Apoyo Social de Serpell, (2006): Esta teoría permite dar cuenta de aspectos vinculares, así como de los mecanismos por los cuales la tenencia de mascotas puede conferir beneficios a la salud de las personas.

b) Teoría del Apego de Bowlby (1969): Esta teoría fue inicialmente desarrollada por el psicólogo y psiquiatra inglés John Bowlby para describir las relaciones entre los padres y los niños pequeños, así como el deseo de brindar protección y cuidados nutricios. Para Díaz Videla (2017) la Teoría del Apego se encuentra hoy entre las teorías más influyentes acerca

del desarrollo psicológico, permitiendo, a su vez, describir las dinámicas relacionales entre las personas y, ocasionalmente, entre personas y sus animales de compañía.

c) Teoría de la Biofilia de Wilson (1984): Esta es una de las teorías más mencionadas acerca de por qué los humanos se interesan por los animales. Fue postulada por E. O. Wilson en 1984, y ha recibido un creciente apoyo de otros autores como Kahn, DeLoache, entre otros.

Modelo teórico del apego

Rodríguez (2014) menciona que para explorar y discutir la naturaleza de las relaciones que comparte el ser humano con los demás animales (no humanos), los estudiosos han utilizado, entre otras, la teoría del apego de Bowlby (1969). Con respecto a esta, Rodríguez (2014) refiere que su eje principal es reconocer que el hombre, desde que empieza a existir, presenta la necesidad de formar un vínculo con (al menos) un cuidador principal de tal manera que los aspectos sociales y emocionales de su desarrollo se lleven a cabo de manera normal.

En este sentido, Rodríguez (2014) explica que la seguridad del niño, y a su vez, la del futuro adulto, queda instaurada gracias a este primer vínculo, el mismo que marcará la dinámica de sus posteriores interacciones, agregando que el apego también se encuentra en el desarrollo de otros mamíferos y para su estudio se formulan diversas teorías comprendidas en campos como la psicología evolutiva y la etología. De la misma forma, Bowlby (como se citó en Rockett y Carr, 2014) formuló la hipótesis que, al transcurrir el tiempo y tras intercambios constantes con las figuras de apego, los infantes empiezan a desarrollar un modelo interno de trabajo que refleja una representación mental generalizada del mundo, del otro significativo y

del yo en relación con esos otros significativos, los mismos que constituyen una guía para formularse expectativas y comportamientos relacionados con la disponibilidad y la capacidad de respuesta del cuidador.

En este sentido, Elsie y Saldaña (2022) mencionan que se ha descrito al apego como un mecanismo que podría llamarse “instintivo” del ser humano (e incluso otras especies de mamíferos) para no solo relacionarse, en un inicio, casi exclusivamente con su cuidador primario, sino que este permitirá la formación de esquemas o guías donde poder incorporar a los demás y al mundo en general de manera que responda a estos oportunamente.

Tras postularse esta teoría, Ainsworth y Bell (como se citó en Robino, 2019), en 1970, profundizaron y ampliaron los estudios de Bowlby a través del desarrollo de la prueba de la Situación Extraña, en donde, ubicados en un ambiente desconocido, un bebé y su cuidador eran presentados a un extraño para observar las respuestas del bebé a la separación y posterior reunión con el cuidador en la presencia del extraño.

Es gracias a estos estudios que Ainsworth (como se citó en Kurdek, 2009) definió cuatro características para describir a las figuras de apego. En primer lugar, que su cercanía física y accesibilidad son agradables (mantenimiento de la proximidad); luego, que son extrañados en su ausencia (angustia por separación), son fuentes confiables de consuelo (base segura) y finalmente, son buscados para aliviar angustias (refugio seguro).

Tipos de apego - La Teoría del apego

El apego es el vínculo emocional profundo, que se forma entre una persona y sus figuras de apego primarias, generalmente los padres o cuidadores principales. Desde el

momento del nacimiento, el apego juega un papel crucial en el bienestar y el desarrollo del recién nacido.

Considerando las contribuciones de diferentes campos, cómo el psicoanálisis, la etología, la cibernética y el conductismo, el psicólogo y psiquiatras inglés John Bowlby (1969) expuso La Teoría del apego: que resultó ser una de las más influyentes acerca del desarrollo psicológico, que además habilita a describir el funcionamiento relacional entre las personas.

La misma, está basada en el supuesto de que tanto los humanos, como muchos animales, están orgánicamente predeterminados a buscar y mantener contacto físico, así como también, conexión emocional con figuras escogidas que se transforman en familiares, de las cuales se espera protección física y psicológica.

Bowlby (1969) en tanto al acercamiento de la tradición psicoanalítica de búsqueda del objeto, este le sumó principios etológicos para explicar que el apego podría formar parte de la naturaleza humana, partiendo de la creencia de que nuestros antepasados no podrían haber sobrevivido si no hubieran creado fuertes vínculos emocionales para trabajar en equipo.

En 1988, el Dr. Bowlby afirma que la capacidad de resiliencia frente a eventos estresantes que ocurren en el niño es influida por el patrón de apego o el vínculo que los individuos desarrollan durante el primer año de vida con el cuidador, generalmente la madre, aunque puede ser otra persona. Las figuras de apego se configuran como una base y refugio seguros. Para entender en profundidad esto que se menciona es necesario esbozar las 4 características de la teoría:

1. Mantenimiento de proximidad: El mantenimiento de proximidad era definido por Bowlby como el deseo de estar cerca de aquellas personas con las que se había creado un vínculo.

2. Refugio seguro en el que buscar consuelo y seguridad ante el peligro una amenaza: El refugio seguro es la característica que sugiere que el apego es una figura utilizada para sentir seguridad y comodidad ante aquellas situaciones que puedan representar una amenaza o un miedo.

3. Base segura desde la cual explorar el mundo: La base segura es una característica relacionada con la capacidad del niño de sentir que puede explorar el ambiente circundante sin peligros, gracias al apego.

4. Angustia por separación: Por último, la angustia de separación no es una característica generada por el sentimiento de apego, sino por su ausencia.

Según John Bowlby (1969-1980), el apego no se formaba de manera inmediata, sino que era necesario que pasara por cuatro fases para construirse. Si bien es cierto que estas fases pueden identificarse en la relación entre un niño y su cuidador, lo más común es presenciárselas en la evolución de la relación entre una madre y su hijo. De todos modos, la calidad de la interacción entre el niño y la madre no siempre se acerca al ideal. Se han distinguido algunas muestras diversificadas que se configuraron dentro de una clasificación que se conoce como “estilos de apego” (Ainsworth, et. al- 1978). Cada una de estas muestras tendrá un efecto duradero en las habilidades del infante para conformar y mantener vínculos a lo largo de su vida. Dichos estilos se verán reflejados en una serie de expectativas que se

asocian a los demás y en la manera que las personas se ven a sí mismas. A priori pueden diferenciarse dos tipos de apego: seguro e inseguro.

Marcos Diaz Videla (2017) detalla que el apego seguro se caracteriza por una relación en la que los padres responden de una manera sensible a las necesidades de su hijo. Esto significa que cuando el niño llora, por ejemplo, los padres se acercan a él y lo consuelan, lo que le hace sentir protegido y seguro.

Por el contrario, en la teoría del apego de John Bowlby (1969-1980) el apego inseguro se caracteriza por una relación en la que los padres responden de manera poco sensible a las necesidades de su hijo. En este contexto, el niño puede sentirse inseguro consigo mismo y con los demás, ansioso y desconfiado de su entorno, lo que puede tener consecuencias negativas en su desarrollo como por ejemplo problemas de conducta o dificultades en las relaciones sociales. El estilo de apego inseguro puede ser:

1. Ansioso: presente en niños incapaces de tolerar la ausencia del cuidador, el cual tiende a ser excesivamente protector y restringe la independencia del infante.
2. Evitativo: se presenta en niños con baja autoestima, , escasa respuesta emocional, la diferencia en el trato con extraños y el cuidador es casi imperceptible. Su cuidador tiende a desalentar el llanto y a fomentar la independencia del pequeño.
3. Ambivalente: presente en niños que presentan preocupación por la disponibilidad del cuidador y buscan su contacto, pero al mismo tiempo se irritan y se muestran resistentes en su proximidad. El cuidador se muestra inconsistente entre respuestas apropiadas y negligentes.

4. Desorganizado: es una mezcla entre el apego ansioso y el evitativo en que el niño presenta comportamientos contradictorios e inadecuados. Hay quienes lo traducen en una carencia total de apego. Los menores tienen tendencia a conductas explosivas, destrucción de juguetes, reacciones impulsivas, así como grandes dificultades para entenderse con sus cuidadores y con otras personas.

Otros autores como Persano (2018) indica que el apego, o attachment en inglés, es una parte central de la naturaleza humana en cuanto se trata de una tendencia a desarrollar lazos emocionales íntimos con determinadas personas, la misma que se encuentra desde las etapas iniciales como su nacimiento y que continúa por el resto de su vida. Así mismo, remarca que la otra persona a la que se ve unida es específica, con quien se tiene una marcada preferencia y diferenciada de las demás. Complementando lo anterior, el apego es descrito por Ortiz y Yarnoz (como se citó en Gago, 2014) como aquel lazo afectivo que une al niño con una figura específica en el espacio, tiene una permanencia en el tiempo, es evidente en cuanto tiende a mantener la proximidad y resulta en la sensación de seguridad. Dentro de este orden de ideas, para Bowlby (como se citó en Yáñez-Yaben y Comino, 2011), el apego se configura como un sistema de control, el mismo que permite la adaptación de la conducta para perseguir objetivos que responden a necesidades inmediatas.

Por lo tanto, Casullo y Fernández Liporace (2005) destacan que se trata de comportamientos previamente fijados y ordenados en un sistema, los que permiten que el anhelo por cercanía del niño hacia la figura de apego no sea permanente, sino que pueda variar de acuerdo a las circunstancias. ²⁷ Se puede incluir que el vínculo de apego es diferente a cualquier otra relación que brinde ya sea compañía, apoyo o satisfacción sexual,

en cuanto que permite dar respuesta a los deseos de seguridad y pertenencia, evitando así la sensación de retraimiento e intranquilidad.

Para Sable (2013), menciona que cabe recalcar que, en los adultos, una figura de apego puede ser no sólo un cónyuge u otra pareja, un pariente o un amigo cercano, sino también una mascota. En este sentido, Budge et. Al- (1998) detalla que el apego a la mascota es definido como aquel vínculo emocional sentido y expresado entre un dueño y la mascota, por lo que se incluyen aspectos no solo emocionales sino también conductuales.

Por último, el apego a las mascotas para Johnson et. al- (1992) se refiere al grado de afecto que puede existir entre los individuos y sus animales de compañía

Dimensiones del apego a las mascotas

En el instrumento, Johnson et al- (1992) consideran las siguientes dimensiones del apego a las mascotas:

A. Apego general

Es descrito como el grado de afecto existente entre el propietario y su mascota (Johnson, Garrity y Stallones, 1992).

B. Sustitución de personas

Indica en qué medida la mascota ocupa una posición más central en la vida del dueño (Johnson, Garrity y Stallones, 1992).

C. Derechos de los animales

Hace referencia al estatus o posición de la mascota dentro del hogar del propietario (Johnson, Garrity y Stallones, 1992).

Soledad

Ricardo Todaro (2024) describe que el concepto de soledad ha sido objeto de múltiples interpretaciones a lo largo del tiempo, principalmente debido a su carácter subjetivo y polisémico. Esta ambigüedad ha motivado a diversos investigadores a proponer definiciones más específicas y operativas. Uno de los enfoques más influyentes es el de Sullivan, quien definió la soledad como una experiencia emocional displacentera asociada a la falta de intimidad en las relaciones interpersonales. Desde una perspectiva similar, Young (1982) conceptualizó la soledad como la percepción —real o imaginada— de ausencia de vínculos sociales satisfactorios, lo cual suele ir acompañado de síntomas relacionados con el estrés.

Por su parte, Scalise, Ginter y Gerstein (1984) propusieron un modelo explicativo en el que identificaron cuatro dimensiones fundamentales que configuran el sentimiento de soledad. La primera de ellas, el agotamiento, se refiere a una disminución general en los niveles de energía y rendimiento, derivada de una pérdida de sentido vital. La segunda dimensión, el aislamiento, alude a la vivencia de segregación social, es decir, la percepción de estar excluido del entorno interpersonal. En tercer lugar, la inquietud implica una serie de reacciones afectivas negativas como frustración, tensión y malestar psicológico, que surgen como consecuencia de la experiencia de soledad. Por último, el abatimiento se vincula estrechamente con estados depresivos, reflejando un sentimiento de desaliento persistente.

En síntesis, Eysenck (1991) dice que la soledad puede ser entendida como una experiencia humana universal, profundamente conectada con la necesidad de pertenencia y

validación social. Esta necesidad se ve intensificada en el contexto de los cambios socioculturales contemporáneos, que tienden a promover formas de vida más individualistas y, en muchos casos, desvinculadas de la comunidad.

Rusell (1980), Perlman y Peplau (1981) entre otros, dicen que la soledad ha sido analizada desde dos enfoques conceptuales principales: unidimensional y multidimensional. Zebhauser (2014) dice que la soledad puede dividirse en dos categorías: social y emocional, la soledad social se presenta como el resultado de una red social insuficiente o insatisfactoria, lo que genera sentimientos de rechazo por parte de los demás, aislamiento y aburrimiento. Estos sentimientos pueden ser atenuados mediante la creación y acceso a relaciones sociales satisfactorias, dependiendo de la percepción individual sobre su entorno social. En contraste, la soledad emocional surge de la falta de una relación afectiva cercana que ofrezca una base segura (Bowlby, 1982), y su superación implica restablecer esa relación o encontrar un "sustituto". Este tipo de soledad está asociado con sensaciones de vacío y el anhelo de compartir experiencias con alguien.

Desde un enfoque multidimensional, Russel et. Al. (1980) elabora una herramienta destacada para evaluar la soledad la cual es la Escala de la Universidad de California en Los Ángeles (UCLA). Esta escala consta de 20 ítems en formato Likert con cuatro opciones de respuesta (1. "Me siento así a menudo", 2. "Me siento así con frecuencia", 3. "Raramente me siento así", 4. "Nunca me siento así"). Algunos ítems incluyen: "¿Con qué frecuencia siente que no tiene a nadie con quien hablar?", "¿Con qué frecuencia se siente completamente solo?" y "¿Con qué frecuencia siente que le cuesta hacer amigos?". La escala abarca dos dimensiones teóricas (intimidad con otros y sociabilidad), que dan origen a tres factores: percepción subjetiva de soledad, apoyo familiar y apoyo social.

Otra herramienta relevante es la Escala de Soledad Diferencial elaborada por Schmidt y Sermat (1983), compuesta por 60 ítems tales como: "A menudo me siento tímido y me retraigo en compañía de otros" y "Tengo al menos un buen amigo del mismo sexo". Se organiza en cuatro subescalas: soledad romántica-sexual, soledad entre amigos, soledad familiar y soledad en grupos más grandes.

Asimismo, la Escala de Clasificación de la Soledad de Scalise et. Al. (1984) identifica cuatro factores: agotamiento relacionado con la falta de sentido en la vida del individuo; aislamiento que refleja experiencias interpersonales negativas; inquietud que abarca frustración y displacer; y abatimiento vinculado a depresión y desaliento.

DiTommaso y Spinner (1993) crearon la Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos (SELSA), que incluye 37 ítems como "Soy parte importante de la vida de otra persona" e investiga temas familiares ("Me siento solo cuando estoy con mi familia") y sociales ("Lo que es importante para mí no parece ser importante para las personas que conozco"). Esta escala presenta una alta consistencia interna del 0.89 y se organiza en tres factores: social, romántico y familiar. Posteriormente se desarrolló una versión abreviada conocida como SELSA-S (DiTommaso et al., 2004), compuesta por 15 ítems seleccionados del original distribuidos en tres factores: soledad social, familiar y romántica, manteniendo también alta consistencia interna (0.89) junto con validez constructiva.

Sentimiento de soledad

Como menciona en su artículo Rafael Fenoy (2022) la mayoría de las personas se sienten solas cuando no tienen muchos amigos o cuando sus relaciones no son tan cercanas

como les gustaría. Es un sentimiento bastante común en nuestra sociedad actual y en el mundo occidental.

A su vez, Fenoy (2022) detalla que los cambios producidos en las dinámicas interpersonales, la generalización de las redes sociales, la emergencia de las conocidas “relaciones líquidas” o superficiales, el incremento de familias monoparentales o las nuevas demandas sociales y laborales, que conllevan un mayor aislamiento, justifican el incremento producido en las tasas de soledad de la actualidad. Hasta hace unos años, los sentimientos de soledad, vinculados a patologías como la depresión, se consideraban un subproducto de estas enfermedades. Sin embargo, los desarrollos científicos actuales han comenzado a otorgar a este sentimiento más importancia que nunca. Se ve como un marco fisiológico o incluso como una enfermedad por derecho propio.

En este sentido, escritores como Karnick (2005) creen que la soledad siempre ha sido un problema que no recibió mucha atención seria porque no se consideraba una posible causa de otros males o simplemente porque su soledad adicional nunca se vio como algo que debía abordarse. Esto se debe en parte a que aquellos que sufren de este sentimiento de soledad tienden a no reconocerlo, ya sea por timidez o por dificultad para superar el sentido de aislamiento.

Factores que influyen en el Sentimiento de Soledad

Para Todaro, R. (2024) las personas enfrentan constantemente cambios que pueden tener un impacto significativo en sus vidas. Situaciones como la muerte de un ser querido, la separación de amigos por motivos laborales o una ruptura amorosa pueden provocar una sensación persistente de ausencia, frecuentemente acompañada del sentimiento de “no tener a

nadie” y carecer del apoyo emocional necesario para afrontar las dificultades cotidianas; esto puede dar lugar al sentimiento de soledad. Para entender el origen del sentimiento de soledad es esencial considerar tanto la realidad objetiva como la percepción subjetiva del individuo respecto a su situación. Es común encontrar individuos que se sienten solos incluso cuando cuentan con una sólida red social. Esto puede ser producto de falta de conexiones profundas y seguras, lo cual puede ir acompañado por intensos sentimientos de abandono, desarraigo o vacío interno.

Para Torres, A. (2018) la necesidad humana fundamentalmente implica pertenencia y aceptación social, motivando el deseo de crear y mantener relaciones interpersonales significativas. Por ello, muchas decisiones y acciones son reflejo —a veces inconsciente—de intentos por evitar situaciones aisladas o disoluciones dentro grupos emocionales relevantes debido al temor a estar solo. Además esta necesidad universal se ve influenciada por diversos factores sociodemográficos relacionados con el sentimiento de soledad, tales como:

EDAD

Cardona Jiménez et. Al. (2013) detallan que el fenómeno del aislamiento ha sido especialmente vinculado con los ancianos. Esta relación surge debido a una mayor frecuencia en pérdidas personales cercanas, limitaciones físicas que restringen oportunidades sociales e insuficiente atención recibida por parte familiares o seres queridos.

Los adolescentes también presentan altas tasas relacionadas con este tipo sentir soledad. Menciona Todaro, R. (2024) que durante estas etapas juveniles es crucial sentirse perteneciente; si perciben alguna discordancia entre ellos mismos y sus círculos sociales más próximos podrían experimentar intensa soledad e inclinación hacia el aislamiento.

GÉNERO

Según Rubio R. (2012) En la actualidad hay más mujeres viviendo solas. Este hecho está relacionado no solo con su mayor esperanza vida sino también porque suelen enfrentar frecuentes pérdidas personales generadoras sentimientos aislantes.

NIVEL SOCIOECONÓMICO

Atkinson (2017) investigó como la falta de recursos económicos puede llevar al empobrecimiento social y a la limitación del acceso a actividades recreativas, lo cual afecta negativamente las relaciones sociales. Por el contrario, tener recursos suficientes permite participar en actividades de ocio que fortalecen los lazos sociales y el bienestar individual.

RED SOCIAL

Cauqui Olmedo (2019) describe que una red social significativa resulta vital para prevenir sensaciones solitarias en cualquier persona; dicha red depende tanto de la cantidad como calidad de los contactos involucrados . Es importante destacar que la calidad de las relaciones posee una mayor relevancia sobre el sentimiento de soledad que la cantidad.

VIVENCIAS PERSONALES Y EXPECTATIVAS RELACIONALES

Adicionalmente, Todaro (2024) dice que a estos factores podemos considerar aspectos vinculados a las vivencias individuales donde destacan los lazos formados con las figuras principales de apego (padres, familiares, amigos). La disponibilidad y sensibilidad de nuestros seres más cercanos, junto a los patrones de apego o vinculación emocional establecidos desde esas primeras relaciones interpersonales, influirán en las expectativas de

las relaciones futuras, en cómo nos relacionaremos con los demás, así como en la vivencia de experiencias de exclusión social, rechazo y abandono.

A su vez, Todaro (2024) dice que la suma de las experiencias relacionales atravesadas contribuye al desarrollo de un “conocimiento relacional implícito” que influirá en las expectativas elaboradas por la persona sobre las posibles respuestas de aquellos con los que inicia algún tipo de relación y, en consecuencia, en la dinámica interpersonal generada. De este modo, la elaboración de expectativas negativas podría frenar y/o interferir en la creación de vínculos seguros que reduzcan el sentimiento de soledad.

En resumen, el sentimiento de la soledad es una problemática cada vez más relevante en la sociedad actual, y su origen depende de aspectos socioculturales y experiencias vinculares de individuo.

El sentimiento de soledad. Su relación con los factores de personalidad de Eysenck

Eysenck (1991) menciona que, en el marco del estudio de la personalidad y su relación con la experiencia subjetiva de la soledad, diversos antecedentes empíricos permiten delinear un panorama complejo. Por ejemplo, Sangster y Ellison (1978) encontraron una asociación positiva entre la presencia de trastornos mentales y emocionales y el sentimiento de soledad, lo que sugiere que esta última podría constituir un indicador significativo del malestar psicológico.

Ostrov y Offer (1978), en una investigación centrada en población adolescente, observaron que los niveles de soledad variaban de acuerdo con ciertos perfiles de personalidad: los adolescentes clasificados como neuróticos puntuaban más alto en escalas de

soledad en comparación con los considerados delincuentes, mientras que estos últimos, a su vez, superaban a los adolescentes con perfiles considerados normales. Este hallazgo da cuenta de la posible influencia del neuroticismo en la percepción de aislamiento social.

Asimismo, Loucks (1980) identificó diferencias significativas en la escala de soledad de Bradley que se reflejaban en diversas dimensiones afectivas, tales como ansiedad, depresión, ira, vigor y fatiga, así como también en los niveles de autoestima. Esto resalta la naturaleza multifacética de la soledad y su impacto transversal en la esfera emocional.

Desde una perspectiva cognitiva-interpersonal, Jones, Freeman y Goswick (1981) señalaron que las personas solitarias tienden a mantener una visión negativa tanto de sí mismas como de los demás en el contexto de las relaciones interpersonales. De forma complementaria, Perlman, Gerson y Spinner (1978), junto con Russell, Peplau y Ferguson (1978), hallaron que los individuos que reportan altos niveles de soledad suelen experimentar afectos negativos como aburrimiento, inquietud, infelicidad o una sensación general de insatisfacción con sus vínculos sociales.

En cuanto a la relación entre la soledad y otras variables emocionales, Weeks, Michela, Peplau y Bragg (1980) aportaron evidencia que distingue conceptualmente la soledad de la depresión, si bien ambas se encuentran estrechamente relacionadas.

Por otro lado, Hojat (1982) documentó que tanto la soledad como la baja autoestima presentan correlaciones positivas con estados de depresión, ansiedad, y con los rasgos de neuroticismo y psicoticismo. Contrariamente, el rasgo de extraversión –según lo formulado en el modelo de personalidad de Eysenck– muestra una correlación negativa con la soledad,

lo cual coincide con la idea de que las personas extrovertidas tienden a establecer redes sociales más amplias y significativas.

Finalmente, Mijuskivic (1986) dice que en investigaciones posteriores han señalado que la soledad también se encuentra vinculada con otras manifestaciones emocionales como la ansiedad y la hostilidad, configurando un entramado afectivo donde estas variables interactúan de manera significativa. A partir del análisis teórico y empírico revisado previamente, se formuló la siguiente hipótesis central: los individuos que presentan puntuaciones elevadas en la Escala de Soledad de Scalise, Ginter y Gerstein (LRS) también tienden a obtener puntuaciones altas en la dimensión de Neuroticismo y puntuaciones bajas tanto en Extraversión como en Psicoticismo, según lo medido por el Cuestionario de Personalidad de Eysenck (EPQ).

Mijuskivic (1986) dice que esta formulación sugiere que sería factible predecir los niveles de soledad autorreportada en función de los puntajes obtenidos en las tres dimensiones del modelo de personalidad de Eysenck. En particular, se anticipó que la relación entre soledad y extraversión sería inversamente proporcional. Esta expectativa se fundamenta en el hecho de que las personas introvertidas, al presentar un estilo interpersonal más reservado y mantener redes sociales menos activas, podrían estar más expuestas a la experiencia subjetiva de soledad. Además, dado que suelen orientarse hacia su mundo interno, se planteó la hipótesis de que podrían experimentar con mayor intensidad dicha vivencia afectiva.

Por otra parte, Eysenck (1991) se propuso una relación directa entre el Neuroticismo y la soledad. En este sentido, los individuos con altos niveles de neuroticismo, caracterizados por una mayor vulnerabilidad emocional y dificultad para establecer relaciones

interpersonales satisfactorias (ya sea desde una perspectiva objetiva o subjetiva), tenderían a experimentar la soledad de manera más frecuente y profunda. La literatura sugiere que las personas con este perfil suelen manifestar afectos negativos con mayor intensidad, lo que podría potenciar su percepción de aislamiento.

En cuanto a la dimensión de Psicoticismo, se previno una correlación negativa con la soledad. Desde la perspectiva teórica de Eysenck, el Psicoticismo se vincula con rasgos de insensibilidad emocional, frialdad afectiva y una limitada capacidad empática. Dado que una de las características distintivas del perfil psicopático es precisamente su escasa resonancia emocional en las relaciones sociales, se consideró que estos sujetos, aunque puedan estar aislados, no necesariamente experimentarían soledad en un sentido subjetivo, al no registrar afectivamente la ausencia o calidad de los vínculos.

El antropomorfismo en los animales de compañía

Para Diaz Videla (2017) el concepto de antropomorfismo corresponde a otórgales características humanas a los animales, las cuales les permitan cumplir un papel específico en las sociedades contemporáneas al concederles derechos, normas, acciones y omisiones. Visto de esta manera, el antropomorfismo en los animales de compañía “ha sido considerado en la literatura a partir de la atribución de emociones y motivaciones humanas, así como también a partir de la inclusión de estos animales en la esfera humana a partir de prácticas o rituales”, estableciendo un rol en la vida de sus cuidadores y su familia, tornándose una posición que es generalmente nombrada o categorizada como parte de la familia.

Correa Duque et. al (2024) habla de que la perspectiva mencionada que integra a los animales en las dinámicas humanas, atribuyendo a ellos emociones, sentimientos,

deseos o pensamientos, los cuales se dinamizan según el momento evolutivo del cuidador principal y las necesidades que este posea. De acuerdo a lo anteriormente mencionado, Epley et al. (2008, como se cita en Correa Duque et. al 2024) establecen: El antropomorfismo es una necesidad evolutiva que se ha modificado tras el deseo de sentirse competente o de interactuar eficazmente con el entorno o la necesidad de establecer vínculos sociales con otros seres humanos, cuya ausencia o debilidad es compensada haciendo humanos a agentes no humanos. En este sentido, es en la necesidad que tienen los humanos de sentirse amados y de amar, de establecer relaciones fuertes y recíprocas que se genera la atribución de características humanas a los animales, lo que permite la experiencia de un vínculo mucho más estrecho con ellos que con otros seres humanos. Asimismo, Antonacopoulos y Pychyl (2008, cita en Correa Duque, 2024) coinciden con lo anterior al establecer que resulta probable que el comportamiento antropomórfico de los propietarios de animales de compañía, como los perros, conduzca a una reducción del estrés en estos.

Por su parte, Díaz Videla et al. (2017) establecen que los animales de compañía han evolucionado y se han adaptado a este rol de acompañamiento conforme a las necesidades que las familias desarrollan a través del ciclo vital en el que se encuentran, estableciéndose como una parte fundamental de estas y cumpliendo con un rol activo en el núcleo familiar, en atención al desarrollo del origen de la tenencia de las mascotas y su respectiva evolución histórica. Al respecto, Mueller et al. (2015) también establecieron que las relaciones entre humanos y animales pueden asociarse con los resultados y el funcionamiento adaptativo y no adaptativo en el sistema familiar. Además, Díaz Videla (2017) ha problematizado el término “mascota” con el que tradicionalmente se hace referencia a los animales de compañía, destacándose como un término que denota un objeto comercializable, mientras se refiere al

término “animales de compañía” como la manera de nombrar una relación orientada a la igualdad en cuanto a los roles que ocupa cada especie en el entorno familiar. En este sentido, ambos términos representan un dualismo entre considerar al animal un miembro más de la familia, marcando una diferencia en el trato, la idea que se tiene de este y el papel social que cumple en el entorno familiar. Así, se evidencia el grado de relevancia en cuanto a la lógica del lenguaje que se utiliza para designar los vínculos humano-animal establecidos y que determinan el tipo de relación que se establece entre ambas especies.

Amiot (2017) entre otros, plantea que el vínculo humano-animal promueve también el desarrollo de conductas empáticas en los seres humanos mediante los procesos de identificación que experimentan los propietarios con sus animales de compañía, dado que, al ser percibidos como más similares a los seres humanos, es más probable que se consideren las experiencias de los animales como equivalentes a las de sus propietarios, induciendo facultades mentales en los animales similares a las de la estructura cognitiva de los seres humanos, aspecto que incrementa considerablemente los niveles de empatía orientados hacia los animales de compañía, en particular, y a otras especies animales, en general. Estos procesos de identificación que experimentan los propietarios mediante el vínculo humano-animal han sido asociados posteriormente en la literatura científica al grado en el que los animales de compañía son antropomorfizados. En este orden de ideas, Amiot (2017) las respuestas empáticas por parte de los seres humanos hacia los animales se traducen en prácticas, tales como actitudes positivas hacia sus animales de compañía y el aumento de las conductas de solidaridad orientadas hacia los animales en general. Además, Hiestand citado en Correa Duque (2024) establece que otros estudios más recientes han corroborado la importancia de la empatía en la construcción del vínculo humano-animal,

así como para reconocer las respuestas de apoyo emocional y social que ofrecen los animales de compañía hacia sus cuidadores en momentos de necesidad. Asimismo, Sung (2023) dice que la empatía afectiva y la preocupación empática se han establecido como mecanismos que median el vínculo entre el apego hacia a los animales de compañía y la calidad de vida que aporta este vínculo entre humanos y animales, al saberse que los animales de compañía pueden proveer un apoyo social que ayuda a mejorar la salud física y mental de sus propietarios al incorporar prácticas saludables, tales como el ejercicio físico, la autoestima, el apego seguro y las relaciones sociales humanas sanas. En esta misma línea, siguiendo con lo expuesto por Correa Duque (2024) se ha problematizado si el apego a las mascotas incide en la falta de interacción con otras personas dado que muchos propietarios han manifestado obtener una satisfacción mayor de su relación con los animales que con otros seres humanos, dado el carácter de incondicionalidad que no siempre suele estar presente en las relaciones humanas. Sin embargo, Philips Cohens (2002) expone que el apego a las mascotas no se asocia necesariamente con una falta de interacción humana en las relaciones humanas, pues este no generaba un efecto significativo en la falta de relaciones con otras personas, y así comprender que estas diferencias están directamente relacionadas con la personalidad y la individualidad de cada propietario. Por otro lado, Bulsara (2007) dice que antropomorfizar el animal de compañía en los contextos de las prácticas sociales humanas puede ser un factor que estimule o detenga el contacto social con otros seres humanos, según la personalidad y el estilo de vida de cada persona.

Relación entre el sentimiento de soledad y el apego

Shaver y Mikulincer (2002) establecen que diversos estudios han relacionado al estilo de apego con la sensación de soledad, resultando que los individuos con estilo de apego

seguro tienden a tener una visión positiva de sí mismos y de los otros, tienen menos ansiedad por abandono, así como evitación a la intimidad, lo que les permite formar relaciones íntimas satisfactorias, y, por ello, se sienten menos solos. Di Tommaso (2003), así como también, Mikulincer y Shaver (2014) afirman que quienes poseen un estilo de apego ansioso ambivalente tienen un esquema negativo de sí mismos y de los otros, tienen alta ansiedad y baja evitación a la intimidad, por lo que al relacionarse presentan un déficit en habilidades sociales y soledad. Mientras que Wiseman y col. (2006) encontraron que el apego seguro tenía relación con una forma negativa de soledad, y la autocrítica era un mediador entre el apego ambivalente y la soledad. Por otra parte, Wei y col. (2005) confirmaron la relación del apego ansioso y evitante con la soledad, vergüenza y depresión. Villanea y Gómez (2019) cierran diciendo que entonces al vínculo afectivo se entiende como un factor protector de suma importancia ante la soledad.

Granillo Velasco y Sánchez Aragón (2020) proponen que en la relación existente entre la soledad y los estudios de apego en el contexto mexicano se encontró que en la medida en que las personas tenían un estilo de apego seguro (“Pienso que la relación marcha bien”, “Me siento bien compartiendo mis sentimientos y pensamientos con mi pareja”), tendieron a percibir mayor acompañamiento por parte de su pareja (“Hay alguien que quiere compartir su vida conmigo”, “Estoy enamorado(a) de alguien quien está enamorado(a) de mí”) y amigos (“Me siento parte de un grupo de amigos”, “Mis amigos entienden mis motivos y mi razonamiento”), y menos de su familia (más soledad familiar), así como menos añoranza (“Me encuentro deseando a alguien con quien compartir mi vida”, “Me gustaría tener una relación romántica más satisfactoria”). Cuando los participantes tuvieron un apego ansioso (“Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me quiere”, “Me da miedo perder

a mi pareja”), tendieron a sentir más sentimientos de vacío (“No me siento satisfecho con los amigos que tengo”, “Lo que es importante para mí no parece importante para las personas que conozco”) y añoranza, así como más acompañamiento por parte de su familia (“Mi familia realmente se preocupa por mí”, “Me siento cerca de mi familia”), no así de sus amigos (soledad respecto a amigos) y pareja (soledad respecto a la pareja). Por último, a mayor estilo evitante (“Preferiría no estar muy cercano a mi pareja”, “Me incomoda la cercanía con mi pareja”), menos percepción de acompañamiento por parte de la pareja (soledad respecto a la pareja), más de la familia (“Realmente pertenezco a mi familia”, “Mi familia es importante para mí”), a la vez que más añoranza (“Tengo una necesidad insatisfecha de una relación romántica cercana”, “Me gustaría poder decirle a alguien a quien amo que lo amo”) y sentimientos de vacío (“Lo que es importante para mí no parece importante para las personas que conozco”, “No me siento satisfecho con los amigos que tengo”). La investigación presentada cumplió con los objetivos de validar en México la Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos, ya que se encontró que cuenta con características psicométricas robustas (validez y confiabilidad), además de evidenciar particularidades culturales de la muestra con que se trabajó. Aunado a ello, los hallazgos de las correlaciones mostraron la importancia de un apego seguro para no sentir soledad, y en contraposición, los efectos negativos de los estilos de apego ansioso-ambivalente y evitante para sí sentirla.

Método

Definición operacional

Tipos de apego

En cuanto a la variable de tipo apego se empleará la medición en el idioma español de la escala de apego Lexington LAPS (González et. -al 2014) creado por Johnson, Garrity y Stallones (1992). La escala originaria de Estados Unidos (LAPS) fue diseñada inicialmente con 42 ítems, los mismos que fueron reducidos a 23, en total con 4 alternativas, 22 de respuesta, por lo que se puede elegir entre 0 (“totalmente en desacuerdo”), 1 (“en desacuerdo”), 2 (“de acuerdo”) y 3 (“totalmente de acuerdo”), cuya aplicación se realizó en dueños de perros y de gatos. El instrumento está compuesto por 3 dimensiones. La primera, llamada Apego general, es descrita como el grado de afecto existente entre el propietario y su mascota (Johnson et al., 1992) y a su vez comprende los ítems 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18, 19, 21, 22, 23. Así mismo, presenta la dimensión de Sustitución de personas, la misma que indica en qué medida la mascota ocupa una posición más central en la vida del dueño (Johnson et al., 1992) e incluye los ítems 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9 y finalmente Derechos de los animales, que hace referencia al estatus o posición de la mascota dentro del hogar del propietario (Johnson et al., 1992) y abarca los ítems 3, 8, 14, 16 y 20.

Sentimiento de soledad

Se presenta la adaptación al castellano de la escala Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos, (SESLA-S), un instrumento diseñado para evaluar en adultos la experiencia subjetiva de soledad en sus tres aspectos de Soledad Social, Soledad Familiar y Soledad Romántica o de pareja. La adaptación de la SELSA-S al castellano comenzó con una traducción doble (Hambleton, 1996) inglés-castellano-inglés. Las medidas de SELSA-S son, Escala de Soledad Social y Emocional para Adultos. DiTommaso et al., (2004). Evalúa la soledad siguiendo el modelo de Weiss (1987), que distingue entre soledad emocional y

soledad social. DiTommaso et al., (2004) encontraron tres factores en esta escala: soledad social, que refleja la falta de amigos y relaciones sociales, soledad familiar, que refleja la falta de un ambiente familiar que apoye a la persona, y soledad romántica, que refleja la falta de una relación afectiva íntima. La escala consta de 15 preguntas con las que se muestra el acuerdo o desacuerdo según una escala de 7 puntos.

Diseño de estudio

Para el presente trabajo se realizó un estudio cuantitativo transversal. Conforme a los objetivos planteados, la investigación será de tipo descriptivo-correlacional, analizando las variables apego humano-animal y sentimiento de soledad. De acuerdo con el grado de control, el estudio es no experimental y las fuentes de información serán primarias.

Participantes

La investigación se llevó a cabo a partir de la participación de 55 personas de ambos sexos, residentes AMBA, República Argentina, quienes aceptaron participar de manera anónima. La presente investigación incluyó una muestra de participantes con diversas características sociodemográficas. Los participantes fueron principalmente adultos, con un rango de edad variable entre 25 y 50 años, y una distribución equilibrada en términos de género y estado civil. Además, la mayoría de los encuestados eran dueños de al menos una mascota, lo que permitió evaluar la relación entre el apego a los animales y la percepción de soledad.

Los criterios de inclusión fueron:

- Tener 25 a 50 años.

- No tener hijos/as.
- Tener por lo menos 1 mascota.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron adaptados para su autoadministración de manera virtual mediante Google Forms. De esta manera, se empleó un cuestionario, el cual evalúa datos sociodemográficos. Se seleccionó para la medición de las variables del tipo de apego la versión al español de la escala Lexington de Apego a Mascotas (LAPS) de Johnson, Garrity y Stallones (1992) y para medir el sentimiento de soledad se utilizó la Escala de Soledad de la Universidad de California, SESLA-S, desarrollada por Montes de Oca y colaboradores (2018).

Procedimiento

El instrumento se distribuyó de manera virtual mediante un cuestionario de Google forms, el mismo se compartió por redes sociales y contactos. Se les pidió a las participantes que acepten al consentimiento informado y se les asignó su anonimato que describe el objetivo de la investigación, el tiempo aproximado de participación y la aclaración de que la misma es de carácter voluntario donde se mantiene la confidencialidad de los datos brindados por las participantes. En una segunda instancia, luego de obtener el consentimiento, se accedió automáticamente a las preguntas de tipo sociodemográficas para finalmente completar el LAPS-M y SESLA-S.

Una vez consolidados los datos, los resultados fueron analizados con el software IBM SPSS Statistic -versión 23, para asegurar la confiabilidad y validez de las escalas de medición

usadas. Las técnicas estadísticas analizadas en ambas escalas fueron: análisis de frecuencias y cálculos de estadísticos descriptivos (Media, Desviación típica, rango mínimo y máximo).

Resultados

Los resultados van a estar estructurados en 3 partes:

-Sociodemográficos

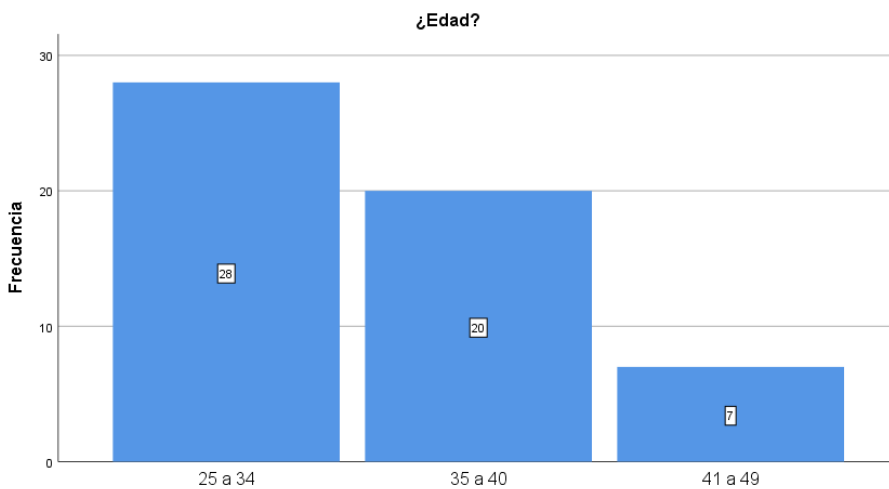
-Según genero

-Rango etario

En primero lugar se indagó por el rango etario al que cada participante pertenecía (Figura 1).

Figura 1

Análisis sociodemográfico respecto a las características de la muestra

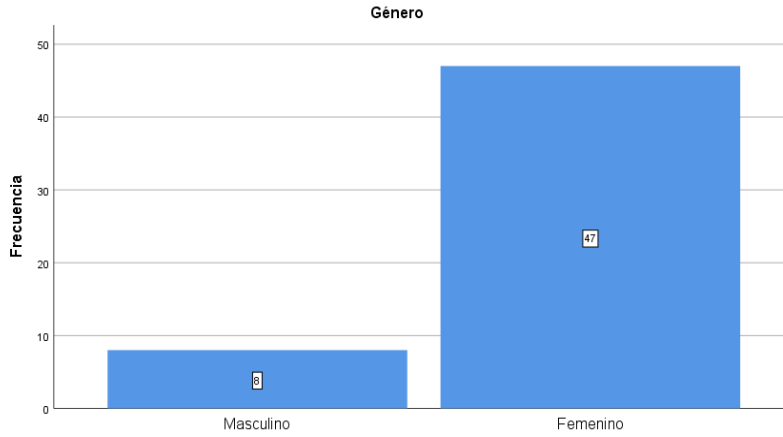


Nota: Elaborado a partir de los datos recolectados en los formularios.

Como puede observarse 28 (50,9%) de los participantes tienen entre 25 y 34 años, 20 (36,4%) tienen entre 36 y 40 años y 7 (12,7%) tienen entre 41 y 49 años.

Figura 2

Distribución según género

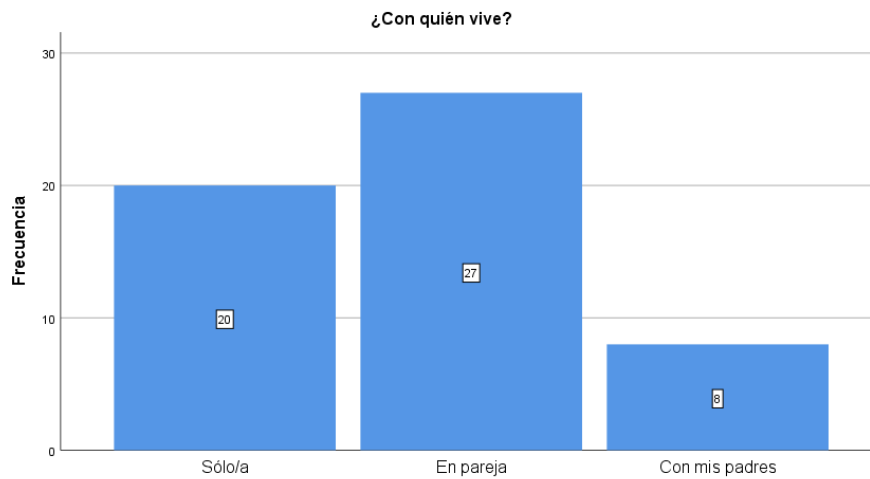


Nota: Elaborado a partir de los datos recolectados en los formularios.

Los resultados indican que 8 (14,5%) se identifican con el género masculino y 47 (85,5%) se identifican con el género femenino.

Figura 3

Con quien viven los participantes

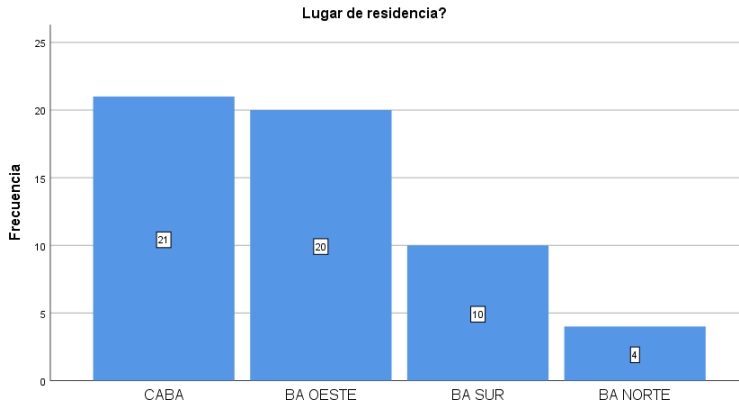


Nota: Elaborado a partir de los datos recolectados en los formularios.

Los resultados indican que 27 (49,1%) de los participantes viven en pareja, 20 (36,4%) vive sólo/a y 8 (14,5%) viven con sus padres.

Figura 4

Lugar de residencia de la muestra

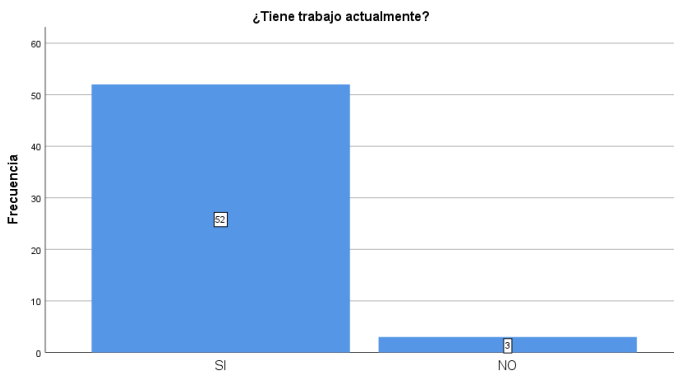


Nota: Elaborado a partir de los datos recolectados en los formularios.

Los valores arrojados expresan que 21 (38,2%) reside en CABA, 20 (36,4%) en BA Oeste, 10(18,2%) en BA Sur y 4 (7,3%) BA Norte.

Figura 5

Situación laboral

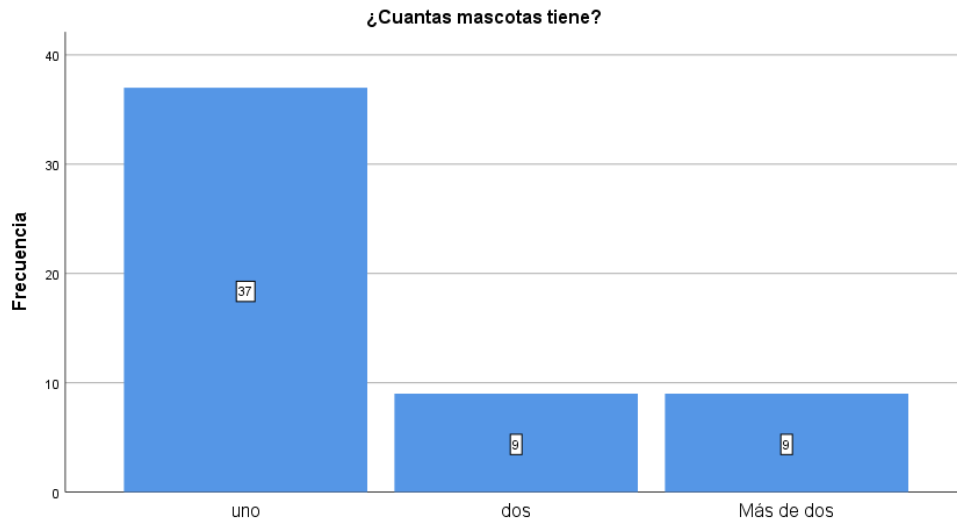


Nota: Datos recolectados a través de los formularios.

Los resultados obtenidos demuestran que el 52 (94,5%) si tiene trabajo y 3 (5,5%) no trabaja.

Figura 6

Cantidad de mascotas que tienen estas personas, dividiéndolas en 3 grupos

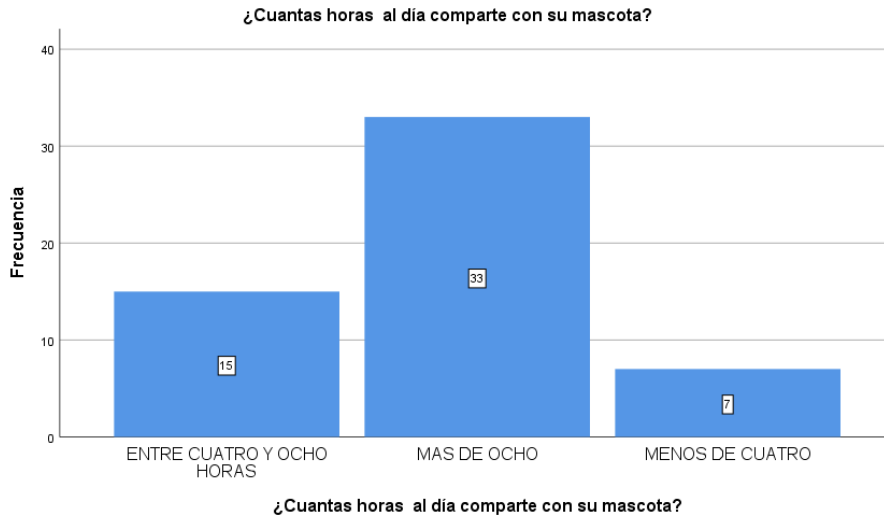


Nota: Datos obtenidos a través de los formularios.

Los datos arrojados indican que 37 (67,3%) tienen una sola mascota, 9 (16,4%) tienen dos mascotas y 9 (16,4%) tienen más de dos mascotas.

Figura 7

Horas al día compartidas con sus mascotas

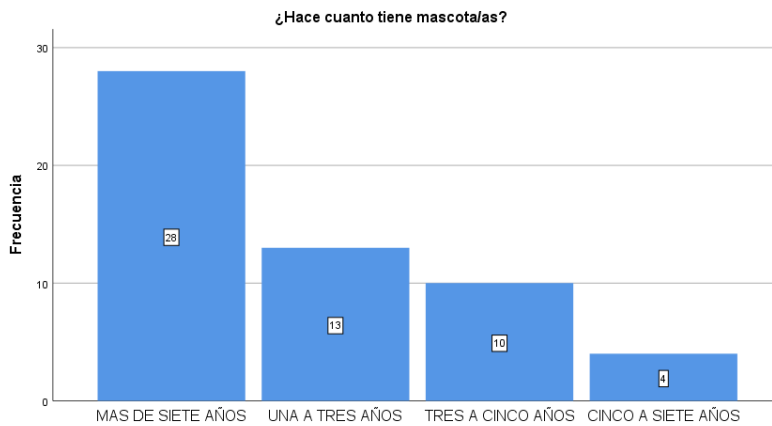


Nota: Datos obtenidos a través de los formularios.

Se encontró que 33 (60%) comparte más de ocho horas con sus mascotas, 15 (27,3%) entre cuatro y ocho horas y 7 (12,7%) pasa menos de cuatro horas con estos.

Figura 8

Tiempo que llevan junto a sus mascotas

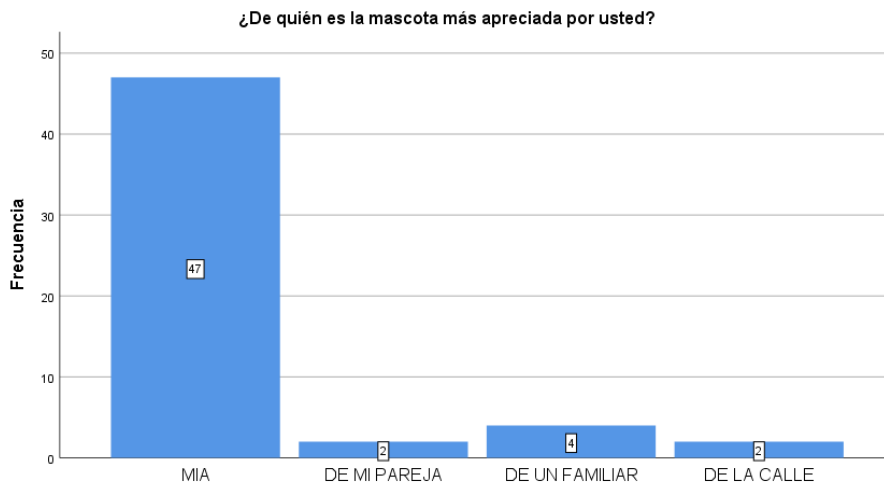


Nota: Datos obtenidos a través de los formularios.

Se pudo observar que 28 (50,9%) tiene sus mascotas hace más de 7 años, 13 (23,6%) los tiene hace uno y tres años, 10 (18,2%) entre tres a cinco años y 4 (7,3%) hace cinco o siete años.

Figura 9

De quién es la mascota



Nota: Datos obtenidos a través de los formularios.

Los datos recabados informan que 47 (84,5%) la mascota era propia, 4 (7,3%) de un familiar, 2 (3,6%) de la pareja y otros 2 (3,6%) eran de la calle.

Figura 10

Motivos por los cuales tienen mascotas

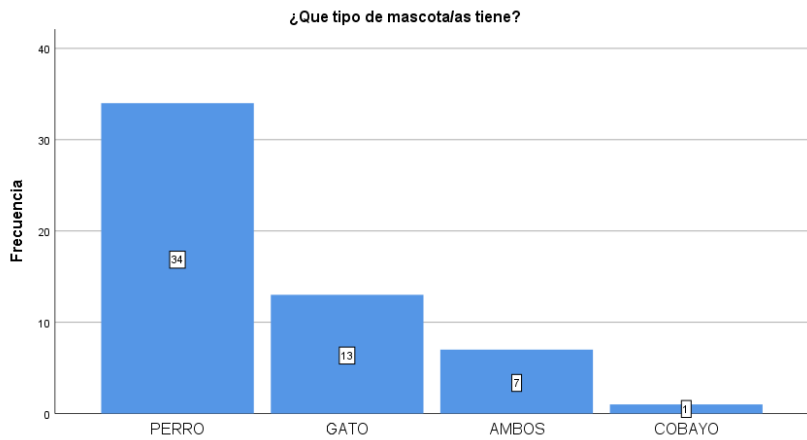


Notas: Datos obtenidos a través de los formularios.

El resultado fue unánime, 55 (100%) tienen mascotas por la compañía que les ofrecen.

Figura 11

Qué tipo de mascotas tienen

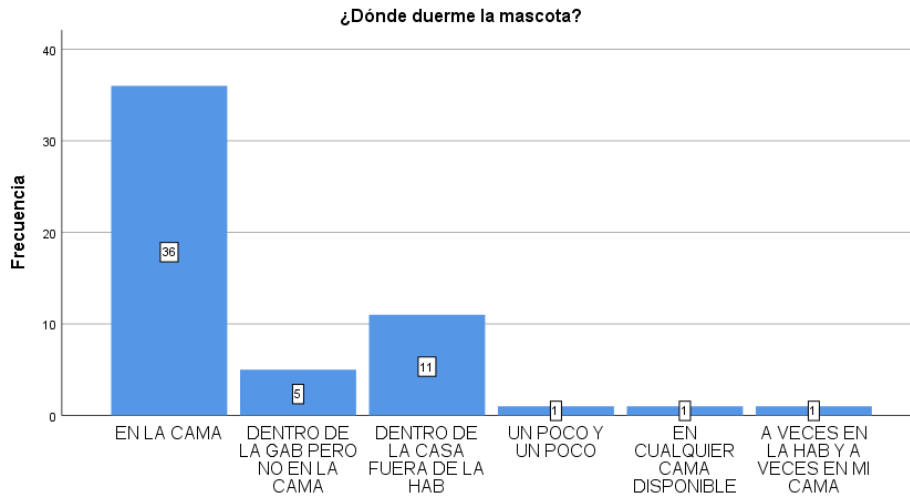


Nota: Datos recolectados a través de los formularios.

Los datos obtenidos revelan que 34 (61,8%) tienen perros, 13 (23,6%) gatos, 7 (12,7%) perro y gato y 1 (1,8%) cobayo.

Figura 12

Lugar donde duermen sus mascotas



Nota: Datos recolectado a través de los formularios.

Los datos informan que 36 (65,5%) de las mascotas duermen en la cama, 11 (20,0%) dentro de la casa pero fuera de la habitación, 5 (9,1%) dentro de la habitación pero no en la cama, y el 1 (1,8%) se reparte entre dormir un poco en la cama y otro poco en otro lado de la casa.

En lo que respecta a la evaluación de las variables psicológicas, se calcularon los mínimos, los máximos, la media y el desvío estándar (Tabla 1).

Tabla 1*Análisis descriptivos de las variables estudiadas*

	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Apego Total	16	69	54,58	12,74
Apego Animal	9,00	33,00	26,81	6,38
Sustitución de persona	2,00	21,00	14,00	5,28
Derechos de los animales	4,00	15,00	13,76	2,12
Soledad familiar	5,00	34,00	11,49	7,98
Soledad Social	5,00	26,00	10,09	5,63
Soledad Romántica	5,00	35,00	16,43	9,22

Nota: Datos recolectados a través de los formularios.

Además, se evaluó la población según los niveles de apego total y sus factores (Figuras 13,14,15 y 16).

Figura 13

Niveles de apego animal

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	23,6
Medio	22	40
Alto	20	36,4

Nota: Los datos obtenidos a través de los cuestionarios en tanto los niveles de apego animal revelaron que 13 (23,6%) representaba un porcentaje bajo, 22 (40%) un porcentaje medio y 20 (36,4%) alto.

Figura 14

Niveles de sustitución de personas

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	16	29,1
MEDIO	26	47,3
ALTO	13	23,6

Nota: Los valores obtenidos a través de los formularios en tanto sustitución de personas revelaron que 16 (29,1%) es un porcentaje bajo, 26 (47,3) un porcentaje medio y 13 (23,6) es un porcentaje alto.

Figura 15

Niveles de derecho animal

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	7	12,7
MEDIO	48	87,3

Nota: Los datos arrojados obtenidos a través de los cuestionarios en tanto derechos animal relevaron los siguientes valores en donde 7 (12,7%) es un porcentaje bajo y 48 (87,3%) es un valor medio.

Figura 16

Niveles de apego total

	Frecuencia	Porcentaje
BAJO	12	21,8
MEDIO	26	47,3
ALTO	17	30,9

Nota: Los datos obtenidos a través de los formularios, en tanto nivel de apego total dicen que 12 (21,8%) es un porcentaje bajo, 26 (47,3%) es un porcentaje medio y 17 (30,9%) un porcentaje alto.

Para determinar si existe una relación significativa entre los niveles de apego animal y el sentimiento de soledad se realizó un cuadro estadístico de correlación de Pearson (Tabla 2).

Tabla 2

Correlación entre los niveles de apego animal y el sentimiento de soledad

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. Apego total	1	,956**	,929**	,816**	,086	,171	,167
2. Apego animal		1	,802**	,738**	,055	,087	,210
3. Sustitución de persona			1	,676**	,078	,229	,080
4. Derecho animal				1	,160	,195	,173
5. Soledad Familiar					1	,340*	,176
6. Soledad Social						1	,142
7. Soledad Romántica							1

* = Relación significativa.

** = Relación muy significativa.

Nota: Datos obtenidos a través de la recolección de formularios, que como puede observarse, no se han encontrado relaciones significativas entre los niveles de apego animal con el sentimiento de soledad y sus dimensiones.

Para determinar si existen diferencias significativas en las variables de estudio según el grupo etario al que los participantes pertenecías se empleó una prueba de T de Student.

Tabla 3

Diferencias entre los dos grupos etarios en los niveles de Apego y las dimensiones de la escala de Soledad

Variables	25 a 34		35 a 49		gl	t	P
	M	DE	M	DE			
Apego total	53,03	11,87	56,18	13,63	53	-,914	,365
Apego animal	26,14	5,89	27,51	6,89	53	-,796	,429
Sustitución de persona	13,35	5,13	14,66	5,45	53	-,917	,363
Derecho animal	13,53	1,97	14,00	2,28	53	-,807	,423
Soledad Familiar	10,53	8,44	12,48	7,50	53	-,902	,371
Soledad Social	7,89	3,41	12,37	6,58	53	-1,97	0,02
Soledad Romántica	14,71	9,14	18,22	9,13	53	-1,43	,160

Nota: Datos obtenidos a través de la recolección de formularios.

Como pudo observarse no se encontraron diferencias significativas entre las variables de estudio según las diferencias de edades, con excepción de la dimensión de Soledad Social en la cual aquellos del grupo etario mayor presentan un puntaje significativamente más alto que aquellos del grupo de menor edad.

Discusión

En la investigación los resultados dieron evidencia de la ausencia de una correlación significativa entre los tipos de apego animal y el sentimiento de soledad y sus dimensiones en

una población adulta entre 25 y 49 años de edad residente del AMBA , esto va de acuerdo con lo que plantean Vazquez Bravo, Carranza et. Al-, y Allen quienes a través de investigaciones similares en otras poblaciones llegaron de igual manera a la conclusión de que no se logra determinar una correlación significativa entre soledad y apego. Por otra parte, va en contra posición a lo que sostienen Aragunde-Kohl et. Al y Jiao Lu et. Al quienes a través de investigaciones de tipo cualitativo sostienen que las mascotas pueden asumir roles de acompañamiento importantes y mitigar sentimientos, pensamientos y conductas que aumentan la soledad, así como también, cuando el nivel de apego a la mascota supera este umbral, el impacto negativo de la soledad sobre un estilo de vida saludable se reduce significativamente.

Los hallazgos de este estudio aportan información valiosa sobre la relación entre el apego a las mascotas y la percepción de soledad. La ausencia de una correlación significativa sugiere que, si bien las mascotas pueden ofrecer apoyo emocional y compañía, no necesariamente reducen la sensación subjetiva de soledad en los participantes. Este resultado concuerda con estudios previos que han encontrado que, aunque las mascotas pueden brindar consuelo y estabilidad emocional, la interacción social humana sigue siendo un componente crucial para mitigar la soledad (Carr et al., 2020; Pikhartova et al., 2021).

Además, investigaciones anteriores han señalado que el impacto de las mascotas en la salud mental y el bienestar varía según factores individuales como la personalidad, la situación de convivencia y la calidad del apoyo social recibido por el dueño (Antonacopoulos & Pychyl, 2014). En este sentido, aunque algunos participantes con un alto nivel de apego a sus mascotas podrían percibir las mascotas como una fuente de compañía significativa, esto no implica necesariamente una reducción de la soledad si carecen de relaciones humanas satisfactorias.

Otra posible explicación para la baja correlación entre el apego a las mascotas y la soledad es que la función de las mascotas puede ser más complementaria que sustitutiva. Es decir, las mascotas pueden proporcionar apoyo emocional, pero no reemplazan la necesidad de relaciones humanas significativas. Este hallazgo es consistente con la teoría del apego de Bowlby (1969), que postula que las relaciones interpersonales son fundamentales para el bienestar emocional y no pueden ser completamente sustituidas por la compañía de un animal.

Conclusión

Los hallazgos permiten hacer la siguiente afirmación:

Por un lado, se puede notar que la mayoría de los participantes experimentan una fuerte conexión emocional con sus mascotas y están apegados a los animales de compañía, más allá de que no evidencien resultados significativos para el análisis.

En este contexto, no existe una relación significativa entre el apego a las mascotas y las percepciones de soledad basada en la correlación positiva.

Debe reconocerse que el sentimiento de bienestar social como ser humano sigue estando principalmente asociado con las relaciones humanas normales: a pesar de que las mascotas pueden actuar como factores adicionales, fuentes adicionales de emociones positivas o fuentes de apoyo emocional, no reemplazan la necesidad real de las personas.

Por lo tanto, es relevante apoyar programas de integración social y diseñar estrategias para desarrollar redes de apoyo humano para combatir la soledad, sobre todo en personas mayores, aun así la compañía de mascotas sigue siendo una gran elección para aquellos que no cuentan con espacios ni vínculos de contención.

Aportes y contribuciones

La presente investigación aporta evidencia empírica respecto a la ausencia de una correlación significativa entre los tipos de apego animal y el sentimiento de soledad en población adulta residente del AMBA, contribuyendo a delimitar el alcance de la relación entre estas variables. Este hallazgo permite fortalecer la validez externa de estudios previos que han reportado resultados similares en otros contextos culturales y demográficos (Vázquez Bravo et al., 2019; Carranza et al., 2020; Allen, 2017). Asimismo, se constituye en un aporte para la psicología contemporánea al matizar la idea de que las mascotas funcionan necesariamente como un factor protector frente a la soledad, sugiriendo que esta relación puede depender de variables mediadoras y contextuales aún no exploradas.

Desde una perspectiva aplicada, los resultados contribuyen a orientar futuras investigaciones que busquen profundizar en los factores psicológicos y sociales que median la vinculación entre apego animal y bienestar subjetivo. En este sentido, la tesis abre la posibilidad de indagar, mediante metodologías cualitativas o diseños mixtos, en qué condiciones las mascotas pueden desempeñar un rol más relevante en la mitigación de la soledad, así como también delimitar las diferencias entre grupos etarios. En conjunto, los aportes del presente trabajo fortalecen el cuerpo de conocimiento disponible en psicología sobre apego y soledad, y ofrecen insumos para el diseño de intervenciones psicosociales más ajustadas a las necesidades de la población adulta.

Limitaciones

Si bien el presente estudio aporta información relevante sobre el vínculo humano-animal y la percepción de soledad, existen ciertas limitaciones que deben ser consideradas:

La muestra seleccionada es insuficiente, es decir, puede no ser completamente representativa de la población general, no se considera que el número seleccionado de 55 personas residentes del AMBA sea representativo para poder generalizarlo a todas las personas de ese rango etario pertenecientes a la región geográfica en cuestión.

Además, se obtuvo un porcentaje muy bajo de respuestas del género masculino, por lo cual los resultados tienen poca o nula información de el vínculo entre hombres y sus mascotas, así como su percepción de la soledad.

El estudio no controló variables como la personalidad de un participante, el contexto social actual, el tipo de mascota y la duración de la convivencia.

Finalmente, la utilización del instrumento auto administrado de Google Forms pudo provocar algún sesgo en las respuestas como también, la precisión correcta de la respuesta encontrándose limitada la veracidad de las mismas, ya que los participantes podrían haber sobreestimado o subestimado su nivel de apego a sus mascotas o su percepción de soledad.

Lineas de investigaciones futuras

Se considera importante para próximas investigaciones al respecto que la muestra sea más amplia y diversificada en términos de edad, género, nivel socioeconómico y contexto de convivencia para la obtención de resultados más significativos.

Se podría incorporar una metodología mixta, en tanto se utilizarían entrevistas o estudios longitudinales para una mejor comprensión de cómo va evolucionando la relación entre el apego a las mascotas y la soledad a lo largo del tiempo.

Finalmente considero importante a futuro realizar una comparación entre los tipos de mascotas (perros, gatos, aves, etc.) para poder medir si dependiendo la especie existe un mayor o menor impacto en la percepción del sentimiento de soledad.

Referencias

Acero Aguilar, M. (2019). Esa relación tan especial con los perros y con los gatos: la familia multiespecie y sus metáforas. *Tabula Rasa*, 32, 157-179.

<https://doi.org/10.25058/20112742.n32.08>

Antonacopoulos, N. M. D., & Pychyl, T. A. (2014). An examination of the possible benefits for well-being arising from the social interactions that occur while dog walking. *Society & Animals: Journal of Human-Animal Studies*, 22(5), 459–

480. <https://doi.org/10.1163/15685306-12341338>

Barbenza, M. y Montoya, P. (1991). El sentimiento de soledad. Su relación con los factores de personalidad de Eysenck. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 23 (1), 101-

11. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80523107.pdf>

Bogani Sandez, D (2023) Argentina es el país con más mascotas del mundo. Noticias.

<https://noticias.perfil.com/noticias/costumbres/argentina-el-pais-con-mas-mascotas-del-mundo.phtml#:~:text=En%20la%20%20C3%BA%20ultima%20d%20%20C3%A9%20cada%20%20distintos,u%20animal%20en%20sus%20hogares.>

Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida: Edición renovada*.

Ediciones Morata.

Budge, R., Spicer, J., Jones, B., & George, R. (1998). Health Correlates of Compatibility and Attachment in Human-Companion Animal Relationships. *Society & Animals*, 6(3), 219-

234. <https://doi.org/10.1163/156853098X00168>

Calcerrada, M. (2018) Beneficios del vínculo entre animales y personas. Fundación Affinity.

<https://www.fundacion-affinity.org/es/biblioteca/los-beneficios-de-convivir-con-animales>

Calderon Fuentes, N. et. -Al (2021) Efectos Psicológicos Asociados a la Tenencia de Animales de Compañía. Trabajo de grado para optar el título de psicología. Universidad Autónoma de Bucaramanga. Facultad de Ciencias de la Salud.

<https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/13881>

Calvo Soler, P (2017) El vínculo entre el ser humano y los animales: aspectos psicológicos y psicopatológicos. Tesis doctoral -Programa de psiquiatría 2017.

<http://hdl.handle.net/10803/454806>

Cardona, JL. Et. Al- (2015). Variables asociadas con el sentimiento de soledad en adultos que asisten a programas de la tercera edad del municipio de Medellín. Med U.P.B. 2015.

<http://dx.doi.org/10.18566/medupb.v34n2.a03>

Carmona Pérez, E. (2019) Familia multiespecie, significados e influencia de la mascota en la familia. <http://dx.doi.org/10.32997/2346-2884-vol.19-num.1-2019-2469>

Casullo, M. y Fernández Liporace, M. (2005). Evaluación de los estilos de apego en adultos. Anuario de Investigaciones, 7, 183-192.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139941018>

Correa Duque et. al- (2024) La antropomorfización del vínculo humano-animal en las dinámicas familiares: una revisión documental. <https://doi.org/10.21803/penamer.17.33.618>

- Díaz Videla, M. (2019). El valor de la vida de los animales de compañía: El vínculo humano-animal, más allá del especismo y de consideraciones económicas. *Revista Latinoamericana de Estudios Críticos Animales*, 6(1), 1-33.
<https://revistaleca.org/index.php/leca/article/view/244/236>
- Díaz Videla, M. y Olarte, M. A. (2016). Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios. *PSIENCIA : Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(2), 1-19. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333147069001.pdf>
- Díaz Videla, M. y Olarte, M. A. (2019). Diferencias de género en distintas dimensiones del vínculo humano-perro: Estudio descriptivo en Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(2), 109-124. <https://doi.org/10.15446/rcp.v28n2.72891>
- Díaz Videla, M. y Rodríguez Ceberio, M. (2019). Las mascotas en el sistema familiar: Legitimidad, formación y dinámicas de la familia humano-animal. *Revista de Psicología*, 18(2), 44-63. <https://doi.org/10.24215/2422572xe036>
- Díaz Videla, M., Olarte, M. A. y Camacho, J. M. (2015). Perfiles BASICCOS del humano compañero del perro: Una revisión teórica en antrozoología guiada por el enfoque multimodal. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 79-89.
<https://doi.org/10.32348/1852.4206.v7.n3.11866>
- Díaz Videla, M. (2020). Vínculo humano-animal ¿Qué clase de amor es ese?. *Calidad De Vida Y Salud*, 13(Especial), 2-32. Recuperado a partir de
<https://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/278>

- Fenoy, R.(2022) Sentimiento de soledad, patología del siglo XXI. Aesthesis Psicólogos Madrid.<https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/sentimiento-soledad-patologia-siglo-xxi/>
- Gago, J. (2014). Teoría del apego. El vínculo. Escuela Vasco Navarra de Terapia Familia.
- Hartwig, E et. al- (2020) Attachment to companion animals and loneliness in Australian adolescents. School of Health, Medical & Applied Sciences, Central Queensland University, Rockhampton, 2020-, Australian Psychological Society 337.
- Karnick, P. (2005). Feeling lonely: theoretical perspectives. Nurs Sci Q, 18 (1), 7- 12.
[DOI: 10.1111/ajpy.12293](https://doi.org/10.1111/ajpy.12293)
- Johnson, T., Garrity, T. & Stallones, L. (1992). Psychometric Evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale (Laps). Anthrozoös, 5(3), 160-175.
<http://dx.doi.org/10.2752/089279392787011395>
- <https://doi.org/10.1177/0894318404272483>
- Kretzler, B., König, H. H., & Hajek, A. (2022). Pet ownership, loneliness, and social isolation: a systematic review. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 57(10), 1935–1957.
<https://doi.org/10.1007/s00127-022-02332-9>
- Melendez Samó, L.(2014) El vínculo humano-animal y sus implicaciones para la psicología en puerto rico. Revista puertorriqueña de psicología,v. 25 no. 2, pp. 160 – 182,julio – diciembre,2014,.issn 1946 – 2016. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=233245622002>

Montero López, L. et. -al. (2001) La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud Mental*, vol. 24, núm. 1, febrero, 2001, pp. 19-27. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz Distrito Federal, México.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212404>

Persano, H. (2018). *El Mundo de la Salud Mental en la Práctica Clínica*. Akadia Librería Editorial.

Pyle, E. et. Al- (2017) Loneliness - What characteristics and circumstances are associated with feeling lonely? [Soledad – ¿Qué características y circunstancias están asociadas al sentimiento de soledad?] Office for National Statistics.

Qureshi, A., et. Al- (2009). Cat ownership and the risk of fatal cardiovascular diseases. Results from the second national health and nutrition examination study mortality follow-up study. [Propietarios de gatos y los riesgos fatales de enfermedades cardiovasculares. Resultados del seguimiento del segundo estudio de mortalidad, salud y nutrición nacional]. *Journal of vascular and interventional neurology*.

Romero, N. (2016) *Relación entre el Apego Humano-Mascota y el Sentimiento de Soledad (en Adultos Mayores)*. UADE.

Stanley, I., et. Al- (2014). Pet ownership may attenuate loneliness among older adult primary care patients who live alone. [Ser propietarios de una mascota podría atenuar el sentimiento de soledad en pacientes de la tercera edad que viven solos]. *Editorial Aging Mental Health*.

Todaro, R. (2024) Sentimiento de soledad: qué es, cómo reconocerlo y cuándo pedir ayuda. Uno Bravo. Revista Digital. <https://www.unobravo.com/es/blog/soledad>

Torres, A. (2018) Los 7 tipos de soledad, y sus causas y características. Psicología y Mente. Revista Digital. <https://psicologiaymente.com/social/tipos-de-soledad>

Vásquez Bravo, L. (2020) Apego Humano-Animal y su influencia en la reducción del sentimiento de soledad en adultos de algunas ciudades de Colombia. Trabajo de investigación opción de grado modalidad virtual. Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. Facultad de Sociedad, Cultura y Creatividad. Escuela de Psicología, Talento Humano y Sociedad.

<https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2595/Documento%20trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Yáñez-Yaben, S. y Comino, P. (2011). Evaluación del apego adulto: análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. Acción Psicológica, 8(2), 67-85.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030766006>

Anexos

Consentimiento informado *

Por la presente, doy consentimiento de que acepto participar voluntaria y anónimamente en dicho cuestionario para la realización del Trabajo Final Integrador sobre “**Experiencia de usuarios del servicio de salud mental**”, de la carrera de Licenciatura en Psicología en la Universidad de Flores.

Declaro además haber sido informado/a que la participación en este estudio no involucra ningún daño o peligro para mi salud física o mental, que es voluntaria y que puedo negarme a participar o dejar de participar en cualquier momento sin dar explicaciones o recibir sanción alguna.

Declaro saber que la información entregada será confidencial y anónima. Entiendo que la información será analizada y que no se podrán identificar las respuestas y opiniones de modo personal. Por último, la información que se obtenga será guardada, analizada y resguardada en dependencias de la Universidad y sólo se utilizará a los fines propios de este Trabajo Final Integrador, sin derivar de ello ningún tipo de asistencia, asesoramiento o sugerencia.

Acepto

¿Comenzamos?



A continuación en esta primera etapa responderas algunas preguntas sobre vos.

Género *

- Maculino
- Femenino
- Prefiero no decirlo
- Otro

¿Edad? *

- 25 a 34 años
- 35 a 40 años
- 41 a 49 años
- 50

¿Con quién vive? *

- Sólo/a
- En pareja
- Con mis padres
- Con amigos
- Con hermanos/as

Lugar de residencia? *

- CABA
- BA SUR
- BA NORTE
- BA OESTE

¿Estado civil? *

- Soltero/a
- Casado/a
- Viudo/a
- Divorciado/a
- Otra...

¿Tiene trabajo actualmente? *

- Sí
- No

¿Cuántas mascotas tiene? *

- 1
- 2
- Más de 2

¿Cuántas horas al día comparte con su mascota? *

- Menos de 4 hs
- Entre 4 y 8 hs
- Más de 8 hs

¿Hace cuánto tiene mascota/as? *

- 1 a 3 años
- 3 a 5 años
- 5 a 7 años
- Más de 7 años...

¿De quién es la mascota más apreciada por usted? *

- Mia
- De mi pareja
- De un familiar
- De la calle

¿Por qué motivo tiene usted una mascota? *

- Seguridad
- Compañía/Amor/Carlño
- Tradición familiar
- Para cazar

¿Que tipo de mascota/as tiene? *

- Perro
- Gato
- Otra...

¿Dónde duerme la mascota? *

- Fuera de la casa, en el patio/jardín/balcón sin refugio.
- Fuera de la casa, en el patio/jardín/balcón con refugio.
- Dentro de la casa pero fuera de la habitación.
- Dentro de la habitación pero no en la cama.
- En la cama
- Otra...

¿Cuál/es de las siguientes actividades realizas con tu mascota? *

- Ir de compras
- Pasear por parques/plazas/vía pública
- Participar de actividades deportivas
- Jugar con ellos
- Acariciarlos
- Pasear/Jugar/Acariciar/Ir de compras

Sección 3 de 4

Pasemos a la segunda etapa del cuestionario, no queda nada animo :)



Responde este cuestionario tomando en cuenta a la mascota con el que más tiempo pasas. Contesta usando las siguientes opciones: (Marcar la opción seleccionada)

- 0(cero) Totalmente en desacuerdo
- 1(uno) En acuerdo
- 2(dos) Muy de acuerdo
- 3(tres) Totalmente de acuerdo

Mi perro significa más para mí que cualquiera de mis amigos *

- 0
- 1
- 2
- 3

Muy frecuentemente confió en mi mascota *

- 0
- 1
- 2
- 3

Creo que las mascotas deben tener los mismos derechos y privilegios como miembros de la familia *

- 0
- 1
- 2
- 3

Creo que mi mascota es mi mejor amigo *

- 0
- 1
- 2
- 3

Es muy frecuente que mis sentimientos hacia la gente se vean afectados por como ellos reaccionan hacia mi mascota *

- 0
- 1
- 2
- 3

Quiero a mi mascota porque es más leal conmigo que la mayoría de la gente en mi vida *

- 0
- 1
- 2
- 3

Disfruto mostrarle fotos de mi mascota a la gente *

- 0
- 1
- 2
- 3

Pienso que mi mascota es solo una mascota *

- 0
- 1
- 2
- 3

Quiero a mi mascota porque nunca me juzga *

- 0
- 1
- 2
- 3

Mi mascota sabe cuándo me siento mal *

- 0
- 1
- 2
- 3

Muy seguido hablo de mi mascota con otras personas *

- 0
- 1
- 2
- 3

Mi mascota me entiende *

- 0
- 1
- 2
- 3

Pienso que el afecto que siento hacia mi mascota me ayuda a estar saludable *

- 0
- 1
- 2
- 3

Las mascotas merecen tanto respeto como los humanos *

- 0
- 1
- 2
- 3

Mi mascota y yo tenemos una relación muy cercana *

- 0
- 1
- 2
- 3

Haría casi cualquier cosa por el cuidado de mi mascota. *

- 0
- 1
- 2
- 3

Juego con mi mascota muy seguido *

- 0
- 1
- 2
- 3

Considero que mi mascota es una magnífica compañía *

- 0
- 1
- 2
- 3

Mi mascota me hace sentir feliz *

- 0
- 1
- 2
- 3

Siento que mi mascota es parte de la familia *

- 0
- 1
- 2
- 3

No estoy muy apegado a mi mascota *

- 0
- 1
- 2
- 3

Tener una mascota contribuye a mi felicidad *

- 0
- 1
- 2
- 3

Considero a mi mascota un amigo *

- 0
- 1
- 2
- 3

Sección 4 de 4

Tercer y última parte

A continuación, le presento una serie de afirmaciones a las que le rogamos responda con la mayor sinceridad posible. No hay respuestas buenas o malas, todas son válidas, lo importante es no dejar ninguna pregunta en blanco. Responda por favor a las preguntas mostrando su grado de Acuerdo o Desacuerdo con cada una según la siguiente escala: (Marcar la opción seleccionada)

- Totalmente en desacuerdo (1)
- Bastante en desacuerdo (2)
- Un poco en desacuerdo (3)
- Ni desacuerdo, ni acuerdo (4)
- Un poco de acuerdo (5)
- Bastante de acuerdo (6)
- Totalmente de acuerdo (7)

Me siento sólo cuando estoy con mi familia *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Me siento parte de un grupo de amigos *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Tengo una pareja con quien comparto mis pensamientos y sentimientos más íntimos *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

No hay nadie en mi familia con quien pueda contar para que me apoye y estimule, pero me gustaría que lo hubiera *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Mis amigos comprenden mis motivos y mi forma de razonar *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Tengo una pareja que me da todo el apoyo y estímulo que necesito *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

No tengo amigos que compartan mis puntos de vista, pero me gustaría tenerlos *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Me siento cercano/a a mi familia *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Puedo contar con mis amigos para que me ayuden *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Desearía tener una relación romántica más satisfactoria *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Me siento parte de mi familia *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Mi familia realmente cuida de mí *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

No tengo ningún amigo que me comprenda, pero me gustaría tenerlo *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Tengo una pareja sentimental, y contribuyo a su felicidad *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Tengo necesidad de tener una relación romántica íntima *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7