



Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Clínica

**Exploración de la influencia de las mascotas en la ansiedad
rasgo: Un análisis de la relación Adulto-Animal**

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Licenciadas
en Psicología Clínica

Autoras:

Nayeli Lisethe Castillo Quinche

Camila Mariela Lara Arichábala

Directora:

Cindy Tatiana López Orellana

Cuenca - Ecuador

2024

Dedicatoria

El presente trabajo lo dedico principalmente a Dios, por ser mi guía constante en cada paso de este camino, brindándome la fortaleza necesaria para alcanzar mis metas. A mis padres, quienes, con su sacrificio y esfuerzo hicieron posible que hoy pueda cumplir este sueño. Su amor y apoyo fueron mi mayor motivación día a día. A mi hermana, por siempre sacarme una sonrisa, incluso en los momentos más difíciles. A mi pareja, por ser mi apoyo incondicional, por motivarme a seguir adelante. Tu amor, paciencia y comprensión me ayudaron a superar los momentos más desafiantes de este proceso. A mis familiares, por creer en mí y siempre alentarme a seguir adelante. Su apoyo incondicional ha sido esencial en este camino. Finalmente, a mis inseparables compañeros, mis mascotas, que con su amor incondicional hicieron que cada día fuese más llevadero. Su lealtad y cariño inquebrantable fueron parte esencial en mi vida.

Nayeli Lisethe Castillo Quinche

Este trabajo está dedicado en primer lugar a Dios por acompañarme y bendecirme en cada etapa del camino a la culminación de mi carrera. A mi mamá, por estar siempre y ser mi inspiración diaria, por su amor incondicional y sobre todo por sus consejos y su dedicación conmigo que siempre me impulsaron a mejorar. A mi papá, por su amor, por ayudarme a ser la mejor versión de mí misma, por estar para mí siempre y hacer muchos esfuerzos para que pueda cumplir mis sueños y metas. A mi hermana, que ha sido mi compañera en todo este proceso y mi motivación para no rendirme por demostrarme su amor y sus palabras de aliento que me han hecho siempre feliz. A mi hermano, que ha sido mi motivo de alegría y ha estado junto a mí en todo este proceso, por su cariño y por su presencia que ha sido muy importante.

Camila Mariela Lara Arichábala

Agradecimiento

A mis padres, cuyo amor y apoyo incondicional han sido base importante para mí crecimiento. Gracias por siempre creer en mí y por inspirarme a seguir mis sueños. A mis abuelitos, por ser un pilar fundamental en mi vida. Gracias por su sabiduría y por ser siempre mi refugio. Su amor es un regalo que atesoro profundamente en mi corazón. A mis docentes, quienes han sido una fuente de inspiración y guía a lo largo de mi desarrollo tanto profesional como personal. Agradezco profundamente todos los conocimientos y enseñanzas que me han brindado en este trayecto. Finalmente, a todas las personas que hicieron de esta experiencia algo memorable; a mis compañeros y a todos aquellos que, a lo largo de este viaje, me impulsaron a seguir adelante incluso en los momentos de mayor dificultad.

Nayeli Lisethe Castillo Quinche

A mis padres, que han sido mi motor que impulsa mi vida, por ayudarme a lo largo de toda mi etapa académica y por brindarme todo el amor en cada paso. Gracias por sus consejos y sus enseñanzas que han sido mi pilar fundamental. A mis hermanos, que han sido mi apoyo incondicional y mi motivo de alegría para poder continuar y no rendirme, por su amor y por brindarme siempre motivación en cada meta, estando en cada etapa de mi vida. A todos mis profesores de la facultad de Psicología, por su ayuda en cada paso y por estar siempre dispuestos a apoyarme en cada paso y decisión que he tomado, por su guía y dedicación. Su paciencia y su sabiduría fueron fundamentales para mi desarrollo.

Camila Mariela Lara Arichábala

Resumen

Las mascotas han demostrado tener un impacto significativo en la vida de las personas aumentando el nivel de salud mental permitiendo el manejo de la ansiedad, sin embargo, esta relación humano-animal también refiere tener efectos nulos e incluso negativos en el bienestar psicológico. El presente estudio tiene como objetivo explorar la influencia de las mascotas en la ansiedad como rasgo en la adultez. La presente investigación fue de tipo cuantitativa con alcance descriptivo y de corte transversal. Participaron 298 adultos, con edades comprendidas entre 18 a 65 años. Se utilizó el cuestionario STAI para la medición de ansiedad como rasgo. Los resultados indican que no existe presencia significativa de ansiedad rasgo en la población estudiada, además no se encontraron diferencias relevantes en relación al sexo. Estos resultados sugieren que tener una mascota puede contribuir al bienestar emocional disminuyendo la ansiedad, mejorando el nivel y forma de vida de los adultos participantes.

Palabras clave: ansiedad, mascotas, relación humano-animal, adultez

Abstract

Pets have been shown to have a significant impact on people's lives by increasing the level of mental health and allowing the management of anxiety, however, this human-animal relationship also reports having null and even negative effects on psychological well-being. The present study aims to explore the influence of pets on anxiety as a trait in adulthood. The present research was quantitative with a descriptive and cross-sectional scope. 298 adults participated, with ages ranging from 18 to 65 years. The STAI questionnaire was used to measure anxiety as a trait. The results indicate that there is no significant presence of trait anxiety in the population studied, and no relevant differences were found in relation to sex. These results suggest that having a pet can contribute to emotional well-being by decreasing anxiety, improving the level and way of life of the participating adults.

Keywords: anxiety, pets, human-animal relationship, adulthood