

Tener mascota mejora la salud mental durante el confinamiento, según un estudio de la Universidad de York

Un estudio dirigido por la Universidad de York (Reino Unido) constata estadísticamente que tener un animal de compañía durante el confinamiento es bueno para la moral y la salud mental

Un estudio dirigido por la Universidad de York (Reino Unido) constata estadísticamente que tener un animal de compañía durante el confinamiento es bueno para la moral y la salud mental.

Durante estos días en los que vuelve a estar de actualidad el confinamiento en prácticamente en todo el país, los beneficios que aportan los animales de compañía en estos momentos salen a relucir todavía más.

Para este estudio, los investigadores de la Universidad de York tomaron como periodo de confinamiento desde el 23 de marzo de 2020 hasta el 1 de junio y, preguntaron a miles de personas sobre la relación con sus animales de compañía durante la cuarentena.

Más del 90% de los encuestados dijeron que su mascota los ayudó a sobrellevar emocionalmente el encierro. El 96% dijo que su mascota los ayudó a mantenerse en forma y activos. La fuerza de este vínculo no fue significativamente diferente entre la especie del animal, siendo las mascotas más comunes los gatos y los perros (el 90%).

El estudio, del que se ha hecho eco Wamiz -el principal portal sobre animales de compañía en Europa-, señala que tener animales se asocia con el mantenimiento de la salud mental y la disminución de la sensación de aislamiento y soledad y, por lo tanto, parece mitigar algunos de los efectos psicológicos más nocivos del confinamiento a raíz del Covid-19.

Para la mayor parte de los encuestados el cuidado de sus animales supuso una ayuda para enfrentar el contexto de la pandemia y afirmaron que son una fuente importante de apoyo emocional.

Sin embargo, los animales también son motivo de preocupación. El 68% de los propietarios manifestó su preocupación especialmente durante el parto, puesto que el acceso a la atención veterinaria estaba restringido.

Aun así, los investigadores advierten que no se debe adquirir un perro o gato “para mantenerse cuerdo”. Los animales tienen sus propias necesidades y no satisfacerlas puede tener un efecto perjudicial tanto para las personas como para sus mascotas.

Datos de contacto:

Bemypartner

633138713

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Sociedad Veterinaria Mascotas Universidades](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>