



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**EFECTO DE LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES
CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA
FUNDACIÓN.**

Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de previo a la obtención del título de Licenciado en Psicología.

Autor(a)

Salazar Villalva Pablo David

Tutor(a)

Ps. Cl. Valencia Medina Paola Silvana, Mg.

AMBATO– ECUADOR
2023

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Yo, Salazar Villalva Pablo David, declaro ser autor del Trabajo de Integración Curricular con el nombre **“EFECTO DE LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA FUNDACIÓN”**, como requisito para optar al grado de Licenciado en Psicología General y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

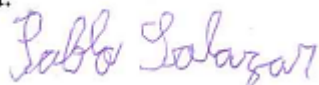
Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 25 días del mes de septiembre de 2023, firmo conforme:

Autor: Salazar Villalva Pablo David

Firma:



Número de Cédula: 185054004-6

Dirección: Tomás Sevilla y Cuenca

Provincia: Tungurahua

Ciudad: Ambato

Parroquia: La Merced

Barrio: La Merced.

Correo Electrónico: www.pablosalazar77@gmail.com

Teléfono: 0963093286

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “EFECTO DE LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA FUNDACIÓN” presentado por Salazar Villalva Pablo David, para optar por el Título de Licenciado en Psicología General,

CERTIFICO

Que dicho Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte los Lectores que se designe.

Ambato, 28 de septiembre de 2023



Ps.Cl. Valencia Medina Paola Silvana, Mg.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente Trabajo de Integración Curricular, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Psicología General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 25 de septiembre de 2023

A handwritten signature in purple ink that reads "Pablo Salazar". The signature is written in a cursive style and is positioned above a horizontal dotted line.

Salazar Villalva Pablo David
185054004-6

APROBACIÓN DE LECTORES

El Trabajo de Integración Curricular ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: EFECTO DE LOS ANIMLESE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGIA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA FUNDACIÓN previo a la obtención del Título de Licenciado en Psicología General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del Trabajo de Integración Curricular.

Ambato, 28 de septiembre de 2023



Ps.Cl. Stefania del Rocio Llerena Freire, Mg.

LECTOR



Ps.Cl. Lascano Arias Giovanni Sebastián, Mg.

LECTOR

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de tesis a mi familia por ayudarme a tomar una postura firme con respecto a mi carrera académica, a mis amigos cercanos por aportarme paz en los momentos tensos que viví durante mi investigación, a esta gran universidad por abrirme sus puertas y permitirme dejar un aporte a la posteridad y a los futuros estudiantes de la facultad de psicología que usarán los conocimientos que he zanjado para desarrollar a las ciencias en pos del avance de la salud.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi madre Rocio Villalva que impulsó casi la totalidad de los proyectos académicos que he llegado a ejecutar hasta ahora y que me ha fomentado una buena educación y valores para toda la vida, por ser mi más grande inspiración y modelo a seguir.

Agradezco a Nancy Betancourt una hermana psicóloga y una gran amiga por su constante apoyo, camaradería en general y su alegre presencia, que me enseñó que la amabilidad y el tacto también son una fortaleza.

Agradezco a Renato Betancourt el artista del misterio y un gran pensador y a su habilidad para cribar en las tierras del conocimiento práctico por su influencia y por hacerme cambiar los lentes de la perspectiva profesional y humana.

Agradezco a Felipe el buscador de la verdad que con su tranquilidad y amabilidad hacía menos tensos los días lluviosos junto con su habilidad para ponerme sonrisas en la cara, por llamarme a celebrar de vez en cuando afuera de mi escritorio.

Agradezco a un amigo que conocí desde la escuela y por casos fortuitos nos reencontramos en la misma universidad, al igual que en la misma facultad de psicología, quien comienza su carrera universitaria, de nombre Tayron Vines Jr. por probarme que el futuro se extiende hasta donde no alcanza la mirada.

Agradezco a mi artista favorita Dina Rocio por pintarme la verdad en colores pastel y ser una pensadora a la altura de mis necesidades.

Agradezco a mis tutores José Acuña, Paola Valencia, Verito Labre y Josselyn Rubio por aportarme paciencia, puntualidad, innovación y conocimientos en mi proceso investigativo y profesional, por guiarme en el camino de la evolución de un estudiante.

Por último y no por menor importancia me agradezco a mí mismo por haberme mantenido fiel a mis metas desde el primer instante, y no retroceder en ningún momento durante la producción de este documento.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	v
APROBACIÓN DE LECTORES.....	vi
DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
INTRODUCCIÓN.....	2
MARCO METODOLÓGICO.	6
RESULTADOS.	9
VIVENCIAS DE LOS ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA ANTES DEL CONTACTO CON LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA.....	10
VIVENCIAS DE LOS ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DURANTE EL CONTACTO CON LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA.....	10
VIVENCIAS DE ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DESPUES DEL CONTACTO CON LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA.....	11
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	12
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.	14

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

**TEMA: EFECTO DE LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES
CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA FUNDACIÓN.**

AUTOR(A):

Pablo David Salazar Villalva

TUTOR (A):

Mg. Paola Silvana Valencia Medina

RESUMEN EJECUTIVO

El padecimiento de la llamada sintomatología ansiosa/depresiva es un fenómeno particularmente notorio por su prevalencia en el sector adolescente en el Ecuador, por cuanto esta investigación tuvo como objetivo central analizar los efectos de los animales de compañía en adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva de una fundación de la ciudad de Ambato cuyas edades oscilaban entre los 11 a 19 años y tomando en cuenta los objetivos específicos enfocados en describir las vivencias de estos adolescentes antes, durante y después del contacto con los animales de compañía. Se utilizó la metodología cualitativa con un paradigma constructivista, con su unidad de análisis centrada en las vivencias y con un total de 7 sujetos participantes. En cuestión de los resultados, estos se enfocaron en la indagación de dos aspectos relevantes como son los pensamientos y emociones vivenciadas en las etapas anteriormente descritas, llegando a la conclusión que los efectos de estos animales son beneficiosos para la salud mental de los adolescentes con este tipo de sintomatología por sus efectos positivos a nivel emocional, así también evidenciando mejoras significativas a nivel de autoconcepto, percepción del entorno y la visión del mundo, es decir a nivel de su pensamiento, corroborando de esta forma el valor terapéutico de los animales de compañía para la salud humana en general.

DESCRIPTORES: adolescente, animal doméstico, fundación, Ecuador, terapia

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: EFFECT OF COMPANION ANIMALS ON ADOLESCENTS WITH ANXIOUS/DEPRESSIVE SYMPTOMS OF A FOUNDATION.

AUTOR (A):

Pablo David Salazar Villalva

TUTOR (A):

Mg. Paola Silvana Valencia Medina

ABSTRACT

The suffering of the so-called anxious/depressive symptomatology is a particularly notorious phenomenon due to its prevalence in the adolescent sector in Ecuador. Therefore, the main objective of this research was to analyze the effects of pets in adolescents with anxious/depressive symptomatology from a foundation in the city of Ambato, whose ages ranged from 11 to 19 years old, taking into account the specific objectives focused on describing the experiences of these adolescents before, during and after the contact with pets. The qualitative methodology was used with a constructivist paradigm, with its unit of analysis focused on the experiences and with a total of 7 participating subjects. The results focused on the investigation of two relevant aspects such as thoughts and emotions experienced in the previously described stages, reaching the conclusion that the effects of these animals are beneficial for the mental health of adolescents with this type of symptomatology due to their positive effects at an emotional level, as well as showing significant improvements at the level of self-concept, perception of the environment and vision of the world, that is, at the level of their thinking, thus corroborating the therapeutic value of companion animals for human health in general.

KEYWORDS: adolescent, domestic animal, foundation, Ecuador, therapy

EFECTO DE LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA EN ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DE UNA FUNDACIÓN. *EFFECT OF COMPANION ANIMALS ON ADOLESCENTS WITH ANXIOUS/DEPRESSIVE SYMPTOMS OF A FOUNDATION.*

Autor: Pablo Salazar-Villalva
psalazar10@indoamerica.edu.ec

Tutor: Paola Silvana Valencia
Medina
paolavalencia@uti.edu.ec

Lector: Stefania del Rocío Llerena
Freire
stefaniallerena@indoamerica.edu.ec

Lector: Giovanni Sebastián Lascano
Arias
giovannilascano@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para
la obtención del título de
Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cualitativa.

Ambato, Ecuador.
Agosto de 2023.

RESUMEN

El padecimiento de la llamada sintomatología ansiosa/depresiva es un fenómeno particularmente notorio por su prevalencia en el sector adolescente en el Ecuador, por cuanto esta investigación tuvo como objetivo central analizar los efectos de los animales de compañía en adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva de una fundación de la ciudad de Ambato cuyas edades oscilaban entre los 11 a 19 años y tomando en cuenta los objetivos específicos enfocados en describir las vivencias de estos adolescentes antes, durante y después del contacto con los animales de compañía. Se utilizó la metodología cualitativa con un paradigma constructivista, con su unidad de análisis centrada en las vivencias y con un total de 7 sujetos participantes. En cuestión de los resultados, estos se enfocaron en la indagación de dos aspectos relevantes como son los pensamientos y emociones vivenciadas en las etapas anteriormente descritas, llegando a la conclusión que los efectos de estos animales son beneficiosos para la salud mental de los adolescentes con este tipo de sintomatología por sus efectos positivos a nivel emocional, así también evidenciando mejoras significativas a nivel de autoconcepto, percepción del entorno y la visión del mundo, es decir a nivel de su pensamiento, corroborando de esta forma el valor terapéutico de los animales de compañía para la salud humana en general.

Palabras Clave: *Adolescente, Animal doméstico, Fundación, Ecuador, Terapia.*

ABSTRACT

The suffering of the so-called anxious/depressive symptomatology is a particularly notorious phenomenon due to its prevalence in the adolescent sector in Ecuador. Therefore, the main objective of this research was to analyze the effects of pets in adolescents with anxious/depressive symptomatology from a foundation in the city of Ambato, whose ages ranged from 11 to 19 years old, taking into account the specific objectives focused on describing the experiences of these adolescents before, during and after the contact with pets. The qualitative methodology was used with a constructivist paradigm, with its unit of analysis focused on the experiences and with a total of 7 participating subjects. The results focused on the investigation of two relevant aspects such as thoughts and emotions experienced in the previously described stages, reaching the conclusion that the effects of these animals are beneficial for the mental health of adolescents with this type of symptomatology due to their positive effects at an emotional level, as well as showing significant improvements at the level of self-concept, perception of the environment and vision of the world, that is, at the level of their thinking, thus corroborating the therapeutic value of companion animals for human health in general.

Keywords: *Adolescent, Domestic Animal, Foundation, Ecuador, Therapy.*

1. INTRODUCCIÓN.

Esta investigación se posiciona desde la Psicología Clínica, entendida en sí (Sánchez, 2008) como una herramienta profesional en constante evolución, que se vale de consideraciones y reflexiones para mantener al día sus teorías. Esta disciplina (Vivas, 2019) surgió en forma de metodología de investigación por el siglo XIX, para crear su primer centro de Psicología Clínica hasta 1907 y finalmente nutrirse de las investigaciones en soldados durante la Segunda Guerra Mundial. A partir de esos avances la Psicología prosperó hasta transformarse en un método estandarizado de los servicios de salud en hospitales y centros de salud.

Con el paso del tiempo el concepto mismo de Psicología Clínica fue formándose hasta la actualidad, es definida por Campos (2023) como “la rama de la Psicología que se enfoca en la prevención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales y emocionales” (p.2). Esto en consideración a que la Psicología General es la totalidad de la ciencia que estudia comportamientos, percepciones y procesos mentales de las personas.

La mayor parte de sus procedimientos se fundamentan en el método científico o en la evidencia empírica, el problema principal al que hace frente es la psicopatología entendida como la enfermedad que surge y se concentra en la mente, y en menor medida trata con anormalidades no necesariamente patológicas como ciertos trastornos o dificultades, entre sus metas se encuentra la rehabilitación de funciones y la mejora. Es de interés el trabajo con otras ciencias de la salud, por lo que comúnmente

se busca relaciones entre ellas y se realizan intervenciones multidisciplinares que permitan resultados rápidos y consistentes, por lo que se les considera indispensables. Es acertada la definición que ofrece su rama hermana, la Psicología de la Salud, según Matarazzo (1980) y como se cita en APA PsyArticles: “Es el conjunto de contribuciones explícitas, educativas y de formación, tanto científicas, como profesionales de la disciplina de la Psicología” (p.807-817).

La Psicología de la Salud llega a ser desde su base una ciencia de investigación, pero fundamentalmente de ejercicio profesional de los psicólogos y el desarrollo de los nuevos conocimientos sobre salud mental que conciernen a su trabajo. Por lo que se destaca el interés de estudiar el proceso de la adolescencia y sus aspectos implícitos como elementos clave y que según la Unicef (2020) lo concibe como el periodo que comprende desde los 10 hasta los 19 años. Siendo separada entre adolescencia temprana a partir de los 10 hasta los 13 años, adolescencia media desde los 14 hasta los 16 años y tardía desde los 17 hasta los 18 años, pero se toma en cuenta la posible expansión de este proceso hasta los 21 años.

Así también, uno de los temas de interés para la Psicología es el trastorno depresivo coloquialmente llamado depresión al que se entiende (American Psychiatric Association, 2020) como la presencia de tristeza, la pérdida de interés en actividades placenteras que se realizaban regularmente, y la llegada inminente de otros problemas emocionales y físicos. Esta descripción básica varía entre cada persona llegando a incluir una amplia

variedad de otros síntomas a los casos específicos.

La sintomatología depresiva (National Library of Medicine, 2023) incluye también irritabilidad o estado del ánimo bajo, dificultades en la conciliación del sueño o sueño excesivo, alteraciones del apetito con posibilidad de influir a nivel del peso con aumento o pérdida, falta anormal de energía, auto-desvalorización, sentimientos de inutilidad, odio a uno mismo, dificultades en la concentración, aumento en la aparición repentina de los sentimientos desesperanzadores o de abandono y de los pensamientos sobre la muerte, disminución o retraimiento de las actividades que producen felicidad y posible disminución o desaparición total de las actividades sexuales. Estos síntomas pueden presentarse a cualquier edad y en los niños puede presentarse de distintas maneras adicionales a lo descrito, entre sus causas puede encontrarse el alcoholismo o el consumo descontrolado de drogas, las condiciones médicas, los eventos estresantes con gran impacto en la persona y el aislamiento social.

De no controlarse a tiempo, la sintomatología depresiva puede evolucionar patológicamente hasta transformarse en un trastorno depresivo cuyas características consisten en (Domenech, 2018) una tristeza patológica, pérdida general de interés en actividades de agrado propio y dificultades en la concentración, guardando estrecha relación de posible comorbilidad con los trastornos de ansiedad y en algunos casos la sintomatología puede confundirse.

Investigaciones realizadas a nivel global (Goldstein, 2022) y tomando en cuenta la Pandemia de COVID-19, el porcentaje de

trastornos depresivos confirmados estaría sobre el 31% de la población total. Sin embargo, se pudo apreciar un mayor impacto en el sector femenino que en el masculino, y causando más estragos entre los grupos adolescentes en comparación a los grupos mayores. Esto es un retroceso tomando en cuenta que cerca del 37% de los trastornos depresivos son de naturaleza hereditaria. Según Gallego-Iborra, et al. (2021) los cuadros depresivos estándar en adolescentes alcanzan una cifra aproximada del 8,7%, constituyéndose casi un 6% de ellos en cuadros depresivos moderados y 2,8% restante en cuadros graves. Así también se estima que cerca del 90% de los suicidios adolescentes totales registrados se relacionan a cuadros depresivos, contando con la presencia de otros factores de riesgo. El aumento general de la sintomatología es un elemento a tener en cuenta para cualquier población. Así mismo según Del Cid (2021) la sintomatología depresiva se presenta si es que se cumplen los requisitos ambientales de aparición, independientemente de la edad de la población, aunque con ligeras variaciones entre grupos como son los niños y los pre-púberes. Esto, aunque a simple vista no signifique ninguna diferencia entre grupos depresivos, es en realidad una bandera roja, pues las apariciones de los trastornos depresivos a temprana edad se asocian con mayores dificultades a lo largo de la vida, como son los conflictos en el funcionamiento social y laboral, dificultades en la formación de vida en pareja, comorbilidad aumentada en el área médica y psiquiátrica y un natural aumento en los episodios depresivos junto con la ideación suicida con probabilidades agregadas de hasta el 60%.

Según datos del Pan-American Life Insurance Group (2022) aproximadamente el 3,35% de la población total en Latinoamérica presenta cuadros depresivos positivos, lo que equivale al mayor valor en comparación con otros trastornos mentales que en comparación tienen una menor prevalencia. En complemento, datos (De León, 2021) muestran que en América Latina y según aproximaciones, el 27% de los adolescentes presenta depresión hasta algún punto. Es notable que la mayoría de casos vienen acompañados por ansiedad.

En Ecuador se encuentra que (Hermosa-Bosano, et al., 2021) según aproximados, cerca del 6% de la población total vive con cuadros depresivos positivos y que las mujeres son más propensas a la aparición de estos cuadros que los hombres. La investigación también revela que mientras más joven es la persona mayor es la incidencia y fuerza de la sintomatología depresiva presentada, siendo la disminución de sus efectos paralela al aumento de la edad desde la adolescencia, la adultez, la mediana edad hasta la tercera edad. En contraste (Muñoz, et al, 2021) la prevalencia total en adolescentes ecuatorianos con cuadros depresivos positivos es aproximadamente del 26% de su población total. Junto a eso, se encontró que el 21% de los adolescentes con depresión tenían su residencia en un área urbana y que en zonas rurales se encontraron menos casos, el 19% eran hijos de migrantes, otro 21% presentaban bajo rendimiento académico y que cerca del 57% presentaban relación con su desempeño o avance académico, siendo paralelo el progreso de la sintomatología con el ascenso escolar y nuevamente existe una mayor prevalencia en mujeres.

El segundo punto de interés se encuentra en la ansiedad (National Institutes of Health) entendida como los sentimientos de temor, inquietud y miedo, acompañados de una reacción física de tensión, sudor y palpitaciones aumentadas. Esta reacción es natural frente a situaciones que presentan un gran desafío, aunque en los trastornos de ansiedad su duración se prolonga hasta el punto en que paraliza o reduce la funcionalidad de quien la padece.

La sintomatología ansiosa (Davis, 2019) incluye una serie de alteraciones tanto mentales como físicas y está fuertemente relacionada con el miedo y con fuertes dificultades a nivel respiratorio, dificultad en la conciliación del sueño, irritabilidad, tristeza, alteraciones en la frecuencia cardíaca, tensiones a lo largo de la mitad superior del cuerpo, dolor de cabeza, sudoración excesiva, náuseas, sensación de ahogo o de dificultades para respirar y temblores. La sintomatología puede variar, pero lo común es que buena parte si es que no en todos los casos aparezcan todos los síntomas, la sintomatología aparece primariamente como resultado de la prolongación del estrés o de otras sensaciones negativas y abrumadoras, por ello sus causas pueden relacionarse con actividades de la vida cotidiana mal manejadas o difíciles de procesar para la persona que las vive como lo pueden ser: la presión laboral o financiera, conflictos familiares o de procedencia emocional, separaciones maritales o duelos, inseguridades relacionadas con la paternidad, incapacidad para manejar asuntos administrativos, pérdida repentina de la movilidad física a corto o largo plazo, mudanzas, cambio de empleo, alteraciones

cognitivas crónicas o transitorias y la entrega de un diagnóstico crónico o mortal.

De no controlarse, la sintomatología puede evolucionar patológicamente hasta convertirse en un trastorno de ansiedad y que afecta negativamente al individuo por (British United Provident Association Limited, 2020) su naturaleza crónica y grave que interfiere con las actividades diarias y la funcionalidad. Adicionalmente, el aumento en la fuerza de la sintomatología ansiosa puede relacionarse con la aparición de otros trastornos mentales.

La ansiedad según Chacón, et al. (2021) encuentra una prevalencia global de cerca del 3,8%, donde destacan China con un máximo del 35% de población con trastornos ansiosos, Irán con un 60% y Estados Unidos con un 40%. Se encontró que cerca del 70% de la población con trastornos crónicos también padece ansiedad, y lo más alarmante, según las cifras, es que cerca del 90% de los adolescentes experimentan o han experimentado ansiedad.

Nuevamente, y según datos del Pan-American Life Insurance Group (2022) se puede encontrar que en Latinoamérica la prevalencia total de ansiedad es de cerca del 2,10% y que a causa de las pasadas crisis sanitarias por la pandemia de COVID-19 aumentarán entre el 20 y el 40%. Se puede asociar fácilmente con la primera causa, pero, también se encontró que la aparición de la ansiedad estaba relacionada con dificultades familiares y a preocupaciones financieras como principales mantenedores de la sintomatología.

Otras investigaciones también revelan (Pan-American Life Insurance Group, 2022) que un aproximado del 50% de la población

adolescente en Latinoamérica padece ansiedad. Se considera una condición con una fuerte presencia solo seguida por el déficit de atención, los trastornos bipolares y otros no especificados y que la ansiedad viene acompañada comúnmente por sentimiento de angustia, tristeza, impotencia y miedo, nuevamente existe una mayor incidencia en mujeres que en hombres.

En Ecuador, específicamente (Nacimba Quinga, et al., 2022) se encuentra que la prevalencia de la ansiedad en la población general es de un 47% y que va en aumento por la influencia de la pandemia del COVID-19, ya que provocó alteraciones en las condiciones de vida. Es notorio que nuevamente existe un patrón mayor de la sintomatología en mujeres que en hombres, siendo que las primeras ocupan cerca de un 70% de la totalidad de los afectados por ansiedad. En cuanto a la valoración adolescente en Ecuador (Jaramillo, 2022) la prevalencia de la ansiedad es de un aproximado del 28,8%, considerándose que este porcentaje puede verse influenciado por el paso de la pandemia anteriormente citada. Es de recalcar también que, los índices de ansiedad adolescente son muy similares a los índices de ansiedad infantil y que cerca del 27% de los casos de ansiedad adolescente requieren intervención médica inmediata. Sin embargo, entre las herramientas con las que contó una parte de los adolescentes se encontraron los animales de compañía, por lo que sirvieron como tratamiento para paliar su situación. Por tales motivos se considera que la terapia asistida con animales (Vásquez Duque, 2021) tiene efectividad en el tratamiento de la depresión, y es también es capaz de reducir la presión arterial. Por lo que se evidencia efectividad

en tratamientos cardiovasculares y el combate de los sentimientos de soledad, además esta terapia cuenta con la particularidad de fortalecer a las personas asignadas en áreas como: cognición, emoción, sociabilidad y vitalidad general, por lo que trasciende a los propósitos terapéuticos.

Por ello no se debe dejar de lado el aspecto terapéutico de la terapia asistida con animales, pues Delgado Rubio, et al, (2017) comenta sobre sus utilidades terapéuticas en casos graves de trastornos mentales neurológicos como el espectro autista y la parálisis cerebral variada. Estas utilidades incluyen desde el aumento de la resistencia al dolor, el refuerzo de las habilidades de atención y percepción del entorno, manejo de la angustia hasta algunas facultades más avanzadas como la empatía, el pedir y ofrecer ayuda, la comunicación fluida y el refuerzo de las funciones motoras gruesas, se considera su utilidad para tratamientos asignados a padecimientos crónicos por su eficacia en la regulación de los estados emocionales angustiosos.

Por lo antes mencionado, resulta menester destacar el uso de los animales domésticos o de compañía a los que se puede entender de la siguiente manera: “Se entenderá por animal de compañía todo aquel que sea tenido o esté destinado a ser tenido por el hombre, en particular en su propia vivienda, para que le sirva de esparcimiento y le haga compañía” (Loiseau y Weidenslauffer, 1978, p.4). Esta definición toma en cuenta a los animales que se encuentran en tenencia por un dueño y a los animales de la calle hasta la primera generación de nacimientos en la calle. Se les considera aptos para unirse a una familia cuando esta puede hacerse cargo de

sus necesidades básicas, como las biológicas y conductuales, hasta las de seguridad y salud, de forma que exista una convivencia armónica entre humano y animal. Es importante saber que el convivir con los animales de compañía (Michel, 2022) puede mejorar el estado de humor y contribuir a la sensación de bienestar, contribuye a la estabilidad emocional y reduce los síntomas de angustia, entre otras cosas. Los animales domésticos más comunes suelen ser los perros y los gatos, aunque los efectos de tenerlos cerca no se limitan únicamente a estos dos, ya que en la actualidad se puede contar con una gran variedad de animales de este tipo, siendo su efectividad la misma durante todo el tiempo que se pasa con ellos. Esto se puede ver reflejado en (Pérez, 2022) y la iniciativa de la OMS conocida como “One Health” que propone que la salud humana animal y medioambiental se manifiestan por separado, pero que están interrelacionadas. Es a partir de este planteamiento que se ubica a los animales de compañía como elementos de apoyo para el mantenimiento o recuperación del estado de salud mental, así como un apoyo en la lucha contra los trastornos mentales varios o lógicamente contra el estado de desánimo, por lo que actualmente las personas con malestar de tipo psicológico y que posean un animal de compañía pueden recibir certificados de apoyo emocional entregado por un profesional de la salud mental. Es de destacar también que en adolescentes con depresión la terapia ha demostrado efectos positivos en cuanto al desarrollo de la sintomatología, pues según investigaciones realizadas por Rocha (2020) un caso depresivo adolescente empezó a mostrar mejoría de los síntomas a partir del contacto

con un animal de compañía, más específicamente una mascota familiar en la que encontró un baluarte contra sus sentimientos negativos. Durante el transcurso de los días la inseguridad y el estado de ánimo bajo se fueron regulando progresivamente y retornó a su rutina y actividades que antes las encontraba atractivas, a la par que dejó a su ahora exnovio, cambió la visión pesimista que tenía de sí misma junto al auto desprecio, comentando que las ideas negativas se intensificaron a partir de una reciente ruptura amorosa. Siendo a partir del fortalecimiento con la can de nombre Jacinta que logró una pronta recuperación personal y emocional, que vino acompañada además de una mejora en su rendimiento académico. El seguimiento encontró un aumento en la confianza general de la adolescente que se vio reflejada en el cuidado y atención dedicados al mantenimiento regular de la relación con Jacinta.

Es en consideración a sus propiedades y a la efectividad de sus efectos que (Axón, 2021) se ha llegado a desarrollar la terapia asistida con perros, que se conoce por ser adaptable y que sirve para incentivar a la superación de las limitaciones psicológicas o físicas. Esta terapia adicionalmente está centrada en la producción de los estímulos positivos por lo que naturalmente reduce los niveles de ansiedad en las personas, junto con las actitudes apáticas o de falta de confianza, son el ejemplo de animales de apoyo emocional aplicados con estándares de excelencia.

Para la consecución de la investigación se ha procedido a analizar dos aspectos básicos y relevantes, como son las emociones y

pensamientos. Para ello resulta clave mencionar que en relación a ello Goleman (1995) considera a las emociones como impulsos que hacen actuar a las personas por medio de la reacción automática, esto como mecanismo de adaptación evolutiva. Su clasificación según Bisquerra (2003) se centran en positivas como alegría y amor, negativas como miedo y tristeza y ambiguas como sorpresa y esperanza, todas ellas con capacidad de influir en el pensamiento.

A lo cual corresponde mencionar también que los pensamientos son considerados según John Dewey (1910) como el resultado de lo que se sabe, la memoria y las percepciones. Que juntos sirven de lente para el contenido que se observa y recuerda. El pensamiento a su vez puede estar arraigado o construido sobre elementos específicos sobre los cuales se generan categorías de ideas. Entre estas se puede encontrar la categoría de autoconcepto que puede ser descrito como (Rivera & Hernández, 2017) un acto reflexivo de cogniciones en que se valoran los conceptos o estimaciones sobre uno mismo. Esto significa que el autoconcepto pueden ser las descripciones que las personas atribuyen a sí mismos, pero no se limita a estas, siendo que también puede ser las valoraciones realizadas desde una perspectiva social y personal.

Los pensamientos sobre otros son en cambio (Kelly, 2020) aquellos que tienen relación e impacto directo en las relaciones interpersonales y a la comprensión general sobre otras personas. Tienen una estrecha relación con las habilidades que se aplican en entornos sociales.

Finalmente se encuentran los pensamientos sobre el entorno que son (Riviere, 1995) los

que tienen relación con la visión del mundo más allá de nosotros mismos y que se producen como respuesta a los estímulos del medio en que se habita. Por lo que en parte son respuestas conductuales modificables.

Justificación y relevancia:

Esta investigación encuentra su importancia en el aporte investigativo y en la cobertura que ofrecerá con referencia al vacío metodológico cualitativo, entendiendo a la metodología cualitativa como (Centro Virtual Cervantes, 2023) aquella que realiza aproximaciones fenomenológicas en base a las cuales se hace un planteamiento científico a términos no transformables en valores numéricos o matemáticos. Por esta razón se les puede entender a estos términos como valores subjetivos o abstractos, a su vez alumbrará a los conocimientos sobre el tema de la sintomatología ansiosa/depresiva en adolescentes, los efectos de los animales de compañía en la misma y las posibilidades de análisis vivencial que se pueden extraer, además servirá para abrir paso a futuras investigaciones cualitativas puras, pues es el tipo de metodología con menor cantidad de casos registrados y es menester llenar esos vacíos y reforzar los conocimientos existentes en el Ecuador, también servirá como referencia para investigaciones en temas similares. Finalmente, se podrá utilizar de evidencia para otras investigaciones centradas en la influencia de los animales de compañía en la sintomatología ansiosa/depresiva.

Preguntas de investigación:

¿Cuáles son los efectos de los animales de compañía en adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva?

¿Cuáles fueron las vivencias de los adolescentes con sintomatología

ansiosa/depresiva antes del contacto con los animales de compañía?

¿Cuáles son las vivencias de los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva durante el contacto con los animales de compañía?

¿Cuáles son las vivencias de los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva después del contacto con los animales de compañía?

A partir de estas preguntas se formulan como objetivo general:

-Analizar los efectos de los animales de compañía en adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva.

Así mismo como objetivos específicos:

a) Describir las vivencias de los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva antes del contacto con los animales de compañía.

b) Describir las vivencias de los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva durante el contacto con los animales de compañía.

c) Describir las vivencias de los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva después del contacto con los animales de compañía.

2. MARCO METODOLÓGICO.

El paradigma utilizado en esta investigación es constructivista por causa de que los valores a investigar no son estáticos o fijos y sus características apuntan hacia una dirección experiencial compatible con el tipo de investigación planteada. El constructivismo es fundamentalmente (Celis, 2016) un modelo de reconocimiento interno y valoración de las construcciones humanas y que se nutre de concepciones adaptadas a una realidad social. Para ello se

necesita primero del auto reconocimiento dentro del mundo concebido y a partir de ese punto se puede generar toda una realidad junto con ciertas preconcepciones que la nutran, es tras ello que el segundo punto de interés es la creación de límites tangibles en los que se pueda establecer a nivel transaccional que información se recibe del exterior y que se devuelve desde uno mismo. Esto conlleva una cuestión simple y obvia, pero constante que surge dentro del paradigma constructivista. Según Tigse, (2019) señala que se encuentra en la búsqueda de problemáticas que tratar y en la búsqueda de soluciones, sin llegar nunca a convertirse en un manual o una guía para la solución de estos problemas. Esto porque la creación de conocimientos varía entre un objeto de investigación y otro, así como entre grupos, lo que entrega a este paradigma su característica propia, como la flexibilidad, pero a costa de sacrificar la versatilidad de los resultados de una investigación y generalmente priorizando la especificidad de la investigación y sus datos, cabe señalar que la consistencia de sus propiedades recae en varias dimensiones que se explorarán a continuación. En la dimensión ontológica (Pérez, 2005) este paradigma guía al investigador hacia una posición de observación de la realidad desde una mirada que puede ser implícita o explícita, creando conocimientos con base en el enfoque de su observación desde el cual desarrolla historias de la realidad que convergen hasta producir un cuadro general y dinámico de los procesos observados. Esto significa que los datos obtenidos son no concluyentes con un fenómeno preexistente en el entorno, sino de un grupo de datos que han sido cribados del resto de

información no relevante de la que se disponía y que se han profundizado hasta entregar un nuevo aporte al conocimiento. A continuación, en la dimensión epistemológica (Moreno, 1998) el paradigma constructivista considera al conocimiento como un reflejo claro de la realidad en una dimensión metafísica separada de la realidad y del observador mismo y que existe de manera independiente, para entenderla se debe analizar desde un paradigma empirista que ayude a entender los puntos de vista de las personas por medio de las cuales se llega a esta información y el objeto de estudio queda como un mero elemento que desarrolla una actividad perpetua. El observador puede llegar a entender estos fenómenos solo observando y concluyendo de forma espontánea, estos conocimientos se comprueban por los investigadores por medio del análisis a otros observadores. Esto lleva directamente a la dimensión metodológica del constructivismo (Lincoln, 2003) que trabaja con interpretaciones basadas en el análisis de la realidad, y que precede a la creación de una serie de enunciados a los que se les considera verdades y que sirven como explicaciones adecuadas para la realidad. Estos enunciados y verdades surgen de varias experiencias que se viven a lo largo de su período de vida y que en esencia se corresponden con su presente, la forma de afrontamiento, control y resolución de conflictos es tan personal como la percepción de las experiencias, y por consiguiente única y diferente para cada persona. Finalmente, queda la dimensión ética (Massini-Correas, 2019) que abarca las implicaciones de una manera progresiva, iniciando en lo individual hasta llegar a lo

grupal o comunitario de los derechos de los sujetos de investigación con que se trabaja, siempre tomando en cuenta el bien común y los derechos usando como principios de trabajo ético a la Declaración Internacional de los Derechos Humanos. Esto claramente adaptándolo a una metodología de investigación fija.

El enfoque de esta investigación es cualitativo por sus características que son compatibles a los criterios de (Anselmo, 2019) trabajar con evidencias de profunda investigación conocidas como fenómenos que de igual manera son medibles, deducibles y registrables. A su vez, es capaz de trabajar con valores que no necesariamente se encuentran fundamentados en procesos científicos o teóricos que les otorguen consistencia a sus propiedades, y que en vez de eso la susodicha consistencia puede encontrarse por simples procesos de observación y cognición aplicada al fenómeno. Este enfoque puede hacer gala de una serie de capacidades de análisis únicas que (Elida, 2019) le permiten ir más allá de las de las generalidades naturalistas de una investigación cuantitativa y llevar a cabo investigaciones que toman de base las experiencias de vida, las perspectivas, la escénica de un fenómeno y el sentido que se le atribuye por una persona entre otros elementos que difícilmente se pueden cuantificar de manera exitosa. Las miras de esta investigación están enfocadas primariamente en las perspectivas a posteriori de las personas a investigar y a su vez llegar a una comprensión general de aquella visión fenomenológica. Siguiendo con esta narrativa, el diseño utilizado en esta investigación es fenomenológico por causa

de que los elementos de estudio están estrechamente relacionados con las experiencias individuales y a sus interpretaciones subjetivas. Se conoce al diseño fenomenológico como (Salas, 2020) el modelo a través del cual se validan las investigaciones realizadas a fenómenos y así otorgar valor investigativo y científico. Según expone López (2020) la fenomenología encuentra explicaciones a los fenómenos en la racionalización que plantea cada observador que por medio de ideaciones termina por encontrar lógica entre proyecciones hacia el fenómeno. Esta clase de racionalización parte de una base más descriptiva y deductiva que de una explicativa de los hechos y por causa de esto es que encuentra facilidad en trabajar con objetos de investigación en algunos casos ambiguos y que en su mayoría invitan a la reflexión de su significado y propósito.

Por tales motivos metodológicos, la unidad de análisis seleccionada será la vivencia explicada por Erausquin (2017) como la medida de análisis que se recoge del entorno y de su percepción correspondiente y que se genera de una mezcla de cogniciones y afectos entrelazados propios de un organismo. Esta descripción es altamente similar en ciertos elementos a la de la conciencia, lo que es lógico porque en parte de ahí surge una vivencia que es concebida como una experiencia completamente personal, subjetiva y propia.

El muestreo será teórico (Vivar, 2010) conocido por la toma de datos que agregan valor a la investigación por causa de que cubren las necesidades de expansión de conocimientos de la investigación. Sirve para mejorar la comprensión del fenómeno

a investigar y los factores influyentes del mismo, esto con el propósito de evitar la mera descripción de la situación existente para generar más conocimientos. En cuanto a los criterios de inclusión y exclusión son entendidos por la Universidad de Navarra (2023) como los criterios de elegibilidad de datos, definen qué población es correcta y accesible para elegirse de sujetos de estudio. Estos límites pueden ser regidos por demografía, condición social, educación, asociación a una entidad legal, entre otros más.

Según el tipo de muestreo los participantes de la investigación serán 7 adolescentes pertenecientes a la “Fundación Jóvenes para el Futuro” de la ciudad de Ambato, considerando su proximidad y disponibilidad para la ejecución de la investigación, junto con la confirmación positiva de la sintomatología emitida por medio de la evaluación psicológica de un profesional de la salud mental de la mencionada institución, para lo cual se utilizó el inventario de depresión de Beck y la escala de ansiedad de Hamilton.

En el área de criterios de inclusión elegidos están la asociación directa con la “Fundación Jóvenes para el Futuro”, el rango de edad entre los 11 hasta los 19 años, adolescentes diagnosticados con sintomatología ansioso/depresiva por medio de una entrevista y valoración clínica por parte del psicólogo de la “Fundación Jóvenes del Futuro” y que sus tutores legales hayan firmado el consentimiento informado.

En criterios de exclusión se considera a los adolescentes que no pertenecen a la “Fundación Jóvenes para el Futuro”,

adolescentes que no se encuentren en el rango de edad entre los 11 hasta los 19 años, adolescentes con un diagnóstico de trastorno ansioso depresivo confirmado o que sus tutores legales no deseen firmar el consentimiento informado.

En detalles de producción de datos, se utilizó la entrevista semiestructurada (Salgado, 2020) misma en que se realizan preguntas fijas, se considera la omisión o adición de otras preguntas dependiendo del caso y no dispone de un orden fijo en el desarrollo de la actividad. Esta entrevista cuenta con preguntas abiertas y cerradas, por lo que cuenta con una considerable flexibilidad y maleabilidad a diferencia de la entrevista estructurada. Seguido de esto, para la presente investigación se hace uso de un guión temático para lograr un acercamiento a los entrevistados, con miras a recopilar y analizar las vivencias de los adolescentes sobre el contacto con los animales de compañía y las percepciones que se generan en función de ello, seguidamente se identifican los pensamientos de los sujetos estudiados en relación a sí mismos, al entorno y a los demás, a la par que se realiza la actividad se construye una descripción de los efectos que se perciben a causa de la presencia de los este tipo de animales.

En cuestión de consideraciones éticas se considerará la confidencialidad entendida por el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (2013) como un seguro de que cuando la información de cualquier tipo se divulga, esta sea protegida y ocultada en la medida en que se proteja la identidad de su autor intelectual. Esto se hace en casos cuando

una investigación se encuentra con sujetos de estudio que no se encuentran cómodos con que se les reconozca o cuando es información de menores de edad, en estos casos sería inapropiado hacer esos datos de conocimiento público, siendo considerado una falta de ética que cae completamente sobre el investigador. Siguiendo con esos lineamientos se hará uso de un consentimiento informado que, como declara el Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición, Salvador Zubirán (2017):

Es un documento informativo en donde se invita a las personas a participar en una investigación. El aceptar y firmar los lineamientos que establece el consentimiento informado autoriza a una persona a participar en un estudio, así como también permite que la información recolectada durante dicho estudio, pueda ser utilizada por el o los investigadores del proyecto en la elaboración de análisis y comunicación de esos resultados (p.1).

La técnica de análisis de datos y de acuerdo al tipo de muestreo teórico, se hará de acuerdo a la metodología ideada por la Teoría Fundamentada (Restrepo-Ochoa, 2013) que plantea la descripción y relación de datos, codificándolos durante cada fase otorgando lógica a la estructura resultante y re-conceptualizando lo obtenido en primera instancia. Es imperativo asignar y etiquetar toda la información que se recibe para que la producción de datos sea en detalle precisa, esto se logra por medio de una clase de codificación conocida como abierta

(Cantero, 2014) caracterizada por clarificar los conceptos e ideas que se obtienen y prepararlos para un análisis más profundo de significados y propiedades. Se puede registrar por medio de pequeñas anotaciones o descripciones de no ser tan complejos, ya que los datos obtenidos de forma cualitativa abarcan desde interpretaciones hasta literales frases recuperadas durante la investigación. Lo siguiente a ello es la identificación de relaciones entre ideas, para lo cual se inicia la segunda clase de codificación conocida como axial (Strauss, 2002) cuya función está en la agrupación de datos y categorías anteriormente creadas para crear explicaciones concisas y detalladas entre ellos. Es esperable que primeramente se definan completamente las subcategorías de un fenómeno para proseguir con las correlaciones, y que dichas correlaciones sean conceptuales más que descriptivas. Para finalizar con este proceso se realiza la codificación conocida como selectiva (Salinas-Meruane, 2009) que encuentra su utilidad en la unificación y agrupación de las categorías exploradas anteriormente, refinando la información en el proceso. Esto se realiza como una descripción total de los fenómenos a explorar y también a nivel conceptual de ser posible, pues se identifican fenómenos globales, el propósito último será la formulación de contenidos teóricos actualizados.

Es así como tras finalizar la recolección y análisis de datos se los reagrupó en las categorías correspondientes a emociones y pensamientos, tal como menciona la codificación axial se explicarán y expondrán los resultados sobre vivencias para posteriormente exponerlos a detalle.

3. RESULTADOS.

Los resultados se han obtenido por medio del análisis de las entrevistas y comentarios de los adolescentes considerados en relación con la investigación frente al contacto con los animales de compañía y su influencia en la sintomatología ansiosa/depresiva. Se contó con una población total de 7 personas. Los resultados se presentarán de acuerdo a los objetivos específicos presentados con anterioridad para ofrecer respuestas según se ha visto necesario.

Entre las áreas de análisis que se expondrán se encuentran 3 principales que son: 1) Las vivencias de los adolescentes antes del contacto con los animales de compañía, 2) Las vivencias de los adolescentes durante contacto con los animales de compañía y 3) Las vivencias de los adolescentes después del contacto con los animales de compañía.

3.1 VIVENCIAS DE ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA ANTES DEL CONTACTO CON ANIMALES DE COMPAÑÍA.

Con respecto a la categoría de *emociones* Camila expresa “Emociones encontradas, porque primero sentí tristeza por dejar a la mayoría de mi familia, mis amigos, pero a la vez estaba feliz por quedarme con unos familiares. Igual. Se sintió muy, muy fuerte por haber dejado todo atrás” (Entrevista Camila, párrafo 4, líneas 2-4) Esto muestra que los adolescentes son capaces de sentir emociones negativas como la tristeza y la desesperanza con respecto a otras personas y/o el distanciamiento de las mismas. A esto Moisés acota “Al principio no tan bien pero luego me tranquilicé por poder seguir con mi familia” (Entrevista Moisés, párrafo 4, línea 6)

También es mencionado por Leomar “Por ahí incomodidad y un poco vacío” (Entrevista Leomar, párrafo 4, línea 2). Por lo que se sabe que los adolescentes pueden

llegar a expresar estados emocionalmente bajos en ocasiones.

Leonairi comenta “Un poco lástima, porque ahí nací” (Entrevista Leonairi, párrafo 4, línea 2). Por lo que los adolescentes pueden mostrar estados emocionales negativos como pueden ser la tristeza y la resignación. Siendo esto corroborado por Moisés que agrega “Miedo y nerviosismo” (Entrevista Moises, párrafo 4, línea 2). Confirmando que las emociones negativas tienen una presencia predominante, aunque el tipo de emoción pueda variar entre inseguridad, miedo y nerviosismo.

En la subcategoría de *pensamientos* Moisés expresa “A veces, a veces uno no tiene días buenos” (Entrevista Moisés, párrafo 5, línea 9). Por la razón de que los adolescentes pueden llegar a distinguir cuando la situación en su entorno es subjetivamente mala.

Moisés comenta “Algunos días. Pero recuerdo todo lo que pasé y donde estoy. Y entonces tengo que seguir adelante” (Entrevista Moisés, párrafo 6, líneas 5-6). Esto porque los adolescentes pueden verse a sí mismos como capaces de resistir situaciones deprimentes o desmoralizantes. Aunque Leonairi agrega “Que a veces pensaba cosas que no me gusta pensar pero que siempre se me venían a la mente” (Entrevista Leonairi, párrafo 6, líneas 2-3). Esto a causa de que los adolescentes pueden verse abrumados y superados por la fuerza de los pensamientos invasivos. A lo que Gabriel agrega “Más de soledad” (Entrevista Gabriel, párrafo 6, línea 2). Por tanto, los adolescentes pueden llegar a expresar pensamientos sobre la sensación de soledad generalizada con respecto a las demás personas.

3.2 VIVENCIAS DE ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DURANTE EL CONTACTO CON ANIMALES DE COMPAÑÍA.

Con respecto a la categoría de *emociones* Moisés comenta “He tenido una experiencia disfrutable porque me gustan mucho los animales de compañía” (Entrevista Moisés, párrafo 7, línea 3). Por lo que los adolescentes pueden desarrollar afecto por los animales de compañía de forma estable generando emociones de alegría y optimismo.

Además, Sebastián comenta “Que yo paso mucho tiempo en la casa porque tienen que ir a trabajar y Lola fue una gran compañía para mí porque yo casi siempre estaba solo y ella me apoyaba mucho y jugaba y eso” (Entrevista Sebastián, párrafo 6, líneas 2-4). Por lo que para los adolescentes una de las tácticas de afrontamiento posibles se encuentra en los animales de compañía en los cuales se pueden desarrollar lazos de amor y confianza.

De igual forma Camila comenta “Pienso que es más divertido” (Entrevista Camila, párrafo 7, línea 3). Mostrando que los adolescentes pueden desarrollar estilos de convivencia estable con los animales de compañía fortalecidos en emociones de calma y respeto.

Camila agrega “Que ellos son un gran apoyo hacia nosotros, porque ellos están ahí siempre con nosotros y nos apoyan” (Entrevista Camila, párrafo 7, líneas 2-4). Por tanto, los adolescentes pueden sentirse apoyados en los animales de compañía en función del cariño mutuo.

En cuanto a la categoría de *pensamientos* Chiquita comenta “Me siento bien” (Entrevista Chiquita, párrafo 8, línea 2). Lo que significa que los adolescentes pueden adaptarse a la convivencia con los animales de compañía y generar un estado de bienestar.

Es de resaltar que según comenta Moisés “Pues me siento bien porque es una presencia que tranquiliza, porque uno sabe que está ahí” (Entrevista Moisés, párrafo 8,

líneas 2-3). En base a lo manifestado se puede evidenciar un estado de serenidad en el adolescente que está en contacto con los animales de compañía con respecto a su entorno.

Por otra parte, Leonairi agrega “No, porque yo siento que me va a morder o algo así” (Entrevista Leonairi, párrafo 8, línea 7), además Sebastián comenta “A veces, porque a veces te están ladrando y no te concentras” (Entrevistas Sebastián, párrafo 8, línea 9). Por lo cual se identifica que un grupo menor de adolescentes en ciertas circunstancias pueden desarrollar incomodidad a algunos tipos de animales de compañía y prefieren animales alternativos a los canes, como los gatos y caballos, como es su caso.

3.3 VIVENCIAS DE ADOLESCENTES CON SINTOMATOLOGÍA ANSIOSA/DEPRESIVA DESPUÉS DEL CONTACTO CON LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA.

Con respecto a la categoría *emociones* Gabriel menciona “Positivos” (Entrevista número Gabriel, párrafo 1, línea 6). Ante ello, se puede evidenciar que los adolescentes fueron capaces de generar emociones positivas en contraste a las que exhibían con anterioridad.

De igual manera es mencionado por Leomar: “No sé, todo de mí me gusta” (Entrevista Leomar, párrafo 1, línea 8), en base a lo descrito por los participantes se puede notar la expresión de emociones positivas y a la vez un manejo de autoconcepto adecuado.

En cuanto a la categoría *pensamientos* Moisés menciona “Mi meta a corto plazo por ahora es graduarme, mi meta a largo plazo es tener un trabajo y una casa” (Entrevista Moisés, párrafo 2, líneas 13-14). Por lo que denota que ha generado la capacidad de proyectarse a futuro de forma positiva llevando una vida normal.

Se menciona también por Sebastián “Que la vida es muy bonita y muy corta y hay que disfrutarla” (Entrevista Sebastián, párrafo 2, línea 2). Esto significa que los adolescentes son capaces de generar perspectivas optimistas sobre la vida.

Se comenta por parte de Moisés “Pienso que las circunstancias que pasamos nos llevaron hasta aquí. Y no, no cambiaría nada porque estoy con mi familia” (Entrevista Moisés, párrafo 2, líneas 4-5). Se encuentra que en los adolescentes su presente familiar se puede notar como agradable por lo que sus pensamientos sobre los demás son positivos.

Gabriel comenta “No hay nada que quiera cambiar” (Entrevista Gabriel, párrafo 3, línea 10). Lo que muestra cómo los adolescentes son capaces de encontrar comodidad en su entorno.

A su vez Camila comenta “Pues, por así decirlo, hay una parte muy enferma del mundo” (Entrevista Camila, párrafo 3, línea 2). Esto significa que, aunque los adolescentes se encuentren en un estado de serenidad son capaces de reconocer los riesgos y peligros que se pueden ocultar en el entorno.

A la vez que Leonairi comenta “No, porque hay muchas personas que no conocemos y nunca llegas a conocer bien cómo es” (Entrevista Leonairi, párrafo 3, líneas 4-5). Esto muestra que los adolescentes pueden pensar en el momento presente sobre las demás personas y los vacíos de conocimiento que tienen sobre ellas.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Entre los principales hallazgos de la investigación se puede indicar que, en el ámbito de estudio de las vivencias antes del contacto con los animales de compañía se encontró en la subcategoría de emociones la presencia de estas en su mayoría de tipo negativas en sus contenidos, tales como la

tristeza, inseguridad, nerviosismo, inquietud y miedo, también vinculables al hecho de abandonar su país. En cuanto a la subcategoría de pensamientos se pudo evidenciar un autoconcepto dirigido hacia la resistencia y fuerza, pero tambaleante ante el desánimo o las ideas invasivas, además de presentar pensamientos sobre las demás personas relacionadas con el distanciamiento y la soledad y para los pensamientos sobre el entorno se encontraron ideas más bien negativas, siendo estos resultados concordantes en alta similitud a lo encontrado en la investigación efectuada por García, S (2022) quien identificó la presencia de emociones negativas variadas entre los adolescentes migrantes tras abandonar su país, junto con el descubrimiento de que muy a menudo quienes presentan una sintomatología ansiosa/depresiva dejan atrás a una parte de su familia. Por lo que es plausible que con frecuencia la estructura familiar sea no nuclear y se sostenga de otros miembros con lazos de sangre no directos para operar funcionalmente, como pueden ser tíos, primos, abuelos u otros, sumándose a ello los cambios radicales de entorno y cultura al que se vieron expuestos puede generar confusión entre otros sentimientos antes de cualquier contacto con animal de compañía.

Así mismo, otros cambios de corte emocional notables que se evidenciaron fue el que en los participantes mostraban cambios de conducta y estilos de afrontamiento, tales como: la irritabilidad, la reclusión, pérdida de interés en el contacto social, la pérdida del gusto por actividades de antiguo disfrute, el aislamiento, notoria aparición de pensamientos desmotivadores y en casos puntuales la desrealización, de

manera concordante a lo encontrado por Pico, K (2020) cuyo análisis y revisión de caso revela además que la adolescencia es una etapa con alta susceptibilidad a la sintomatología ansiosa/depresiva por lo que los cambios a nivel conductual son altamente probables.

Ante las vivencias durante el contacto con los animales de compañía en la subcategoría de pensamientos de los adolescentes se pudo encontrar un autoconcepto regularmente positivo sin mayores detalles, en cuanto a los pensamientos sobre los demás se pudo notar una ausencia sobre las ideas de soledad, pero con una ligera dificultad en el trato con otros, por último en los pensamientos sobre el entorno se hicieron notar ideas de reconciliación con el entorno relacionadas con una serenidad recientemente desarrollada. En cuanto a la subcategoría de emociones se pudo notar una evolución en las emociones negativas hacia unas más estables y positivas como amor, confianza, calma y el aprecio atribuible al contacto presente con los animales de compañía, aspectos que concuerdan de forma significativa con los resultados encontrados en la investigación realizada por García, P (2017) a través de una revisión sistemática de corte cualitativa, en que los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva tuvieron mejoras anímicas y conductuales tras el contacto con los animales de compañía tales como: reducción de la ansiedad, aumento de las habilidades de regulación emocional y crecimiento progresivo de la autoestima, reducción de la sintomatología ansiosa/depresiva en todos los casos y en la mayoría de áreas evaluadas. Es de tomar en cuenta que según el estudio los grupos

compuestos por adolescentes y mujeres jóvenes responden particularmente bien a la exposición a los animales de compañía como bien se observa en los resultados del artículo científico perteneciente a Gutiérrez, G (2007) al igual que en la presente investigación muestra que la convivencia con los animales de compañía tiene una influencia positiva en cuanto a la regulación de la sintomatología presentada. Pero además es capaz de potenciar aspectos de la personalidad relacionados con la virtud y las emociones de corte positivo como el amor, la serenidad y el perdón entre pares.

Ante las vivencias de los adolescentes después del contacto con los animales de compañía en la subcategoría de pensamientos se encontró en autoconcepto la presencia mínima hacia nula de ideas negativas de sí mismo con ideas direccionadas hacia la superación, el desarrollo y en general una visión propia optimista y socialmente aceptable, en cuanto a las ideas acerca de otras personas se encontraron ideas mayormente positivas como la confianza y la comodidad, además de desarrollar pensamientos de mayor abstracción como lo es la evaluación de vacíos de conocimiento interpersonal, en cuanto a la ideación sobre el entorno se hicieron notorias las percepciones optimistas pues la ideación sobre la vida en sí misma se notaron positivos, sin embargo también se exhibieron pensamientos sobre los posibles riesgos ocultos en el entorno, pero desarrollados desde una óptica de serenidad de pensamiento, en función a lo argumentado se puede notar una mínima similitud en los resultados ofrecidos en la investigación desarrollada por M, Rey, et al. (2017) en que se encontró que los

Título de la Investigación

pensamientos sobre el entorno tienden a la desconfianza, pero solo en algunos casos, sin llegar a mayor similitud de resultados, mostrando que en poblaciones similares de adolescentes los pensamientos pueden llegar a ser solo ligeramente parecidos. Por ello se considera una congruencia mínima con estos hallazgos, una tendencia más dirigida hacia la divergencia de resultados.

En conclusión, en el presente trabajo al analizar los efectos de los animales de compañía como una terapia alternativa se considera que ha demostrado eficacia, encontrando evidencia de cambios significativos en los adolescentes con sintomatología ansiosa/depresiva, puesto que se reportan modificaciones

concluyentes y funcionales a nivel anímico de la población investigada, además de que es una herramienta terapéutica eficaz en el tratamiento de este tipo de población, también es una terapia con considerable bajo costo por lo que sería de un alcance asequible. Adicionalmente demostrado ser un elemento con efectos terapéuticos que se deberían tomar en consideración para futuras investigaciones y obtener resultados concluyentes, la terapia con animales de compañía es una herramienta útil para mejorar el estado de ánimo y la calidad de vida de estos adolescentes y cuyos efectos muestran una acción directa sobre la sintomatología presente y que también poseen propiedades reguladoras notables en los pensamientos y las emociones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Sánchez. (2008). Psicología clínica. El Manual Moderno, Editorial. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/bitstream/54000/1335/1/S%C3%A1nchez-%20psicologia%20clinica.pdf>
- Matarazzo, J. D. (1980). Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*, 35(9), 807–817. Extraído APA PsyArticles el 9 de Mayo del 2023 <https://doi.org/10.1037/0003-066X.35.9.807>
- Moriana, et al. (2020). Psicoterapias y Pseudoterapias en búsqueda de la evidencia científica. LA CIENCIA Y LA PRÁCTICA PROFESIONAL EN PSICOLOGÍA CLÍNICA. Instituto Maimónides para la Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC) Papeles del psicólogo, 41(2). <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2020.2946>
- Loiseau y Weidenslaufer. (1978) .Declaración Universal de los Derechos del Animal, 4. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/33483/1/BCN_proteccion_de_los_animales_de_compania_legislacion_internacional_y_francesa_2022_VF.pdf
- Michel, N. (2022). Animales de compañía: Mucho más que mascotas. NeuroClass. <https://neuro-class.com/animales-de-compania-mucho-mas-que-mascotas/>
- Davis, K. (2019). Ataque de ansiedad: Síntomas, causas y complicaciones. Medicalnewstoday.com. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/326469>
- British United Provident Association Limited. (2020). Trastornos de ansiedad. Bupasalud.com. [https://doi.org/10.1016/s0304-5412\(03\)71049-x](https://doi.org/10.1016/s0304-5412(03)71049-x)
- National Library of Medicine. (2023). Depresión. Medlineplus.gov. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>

Título de la Investigación

- Domenech, J. (2018) ¿Qué es el Trastorno Depresivo o Depresión? Portal Clinic. <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/trastorno-depresivo>
- Celis, R. (2016). Constructivismo y construcción social en psicoterapia. El Manual Moderno, Editorial. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=hFyCEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=radigma+constructivista+explicado&ots=cgyZr8Uvcp&sig=KnqecjrCfaRasKYC5Jza39XmB Oq#v=onepage&q&f=false>
- Tigse, C. (2019). El Constructivismo, según bases teóricas de César Coll. Revista Andina de Educación, 2(1), 25–28. <https://doi.org/10.32719/26312816.2019.2.1.4>
- Anselmo. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 102-103.
- Elida. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. Propósitos y Representaciones, 201-202.
- Erausquin. (2017). La vivencia como unidad de análisis de la conciencia: sentidos y significados en trayectorias de profesionalización de psicólogos y profesores en comunidades de práctica. Investigaciones de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, 2-3.
- López. (2020). Co-diseño y experiencia desde la perspectiva fenomenológica. Revista de Investigaciones Artísticas, 85-86.
- Massini-Correas. (2019). Alternativas de la Ética Contemporánea. Constructivismo y Realismo Ético. Madrid: Ediciones Rialp S.A.
- Moreno. (1998). La epistemología constructivista. enseñanza de las ciencias, 422-423.
- Organización Mundial de la Salud. (17 de noviembre de 2021). Salud mental del adolescente. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pérez. (2005). La perspectiva constructivista. Revista Tendencias & Retos, 42.
- Primicias. (26 de marzo de 2020). El 69% de la población de Ecuador es joven, una ventaja frente al Covid-19. Primicias.
- Salas, D. D. (2020). Mirada Fenomenológica desde las Competencias Investigativas en las Líneas de Investigación de la UNESR. Revista Scientific, 270-271.
- UNICEF. (2020). ¿Qué es la adolescencia? Obtenido de <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia#:~:text=La%20adolescencia%20es%20una%20etapa,y%20el%20desarrollo%20de%20fortalezas.>
- Lincoln. (2003). El paradigma constructivista. ABC Color. <https://www.abc.com.py/articulos/el-paradigma-constructivista-730431.html>
- Cantero. (2014). Teoría fundamentada y Atlas.ti: recursos metodológicos. Revista Electrónica de Investigación Educativa.
- Instituto Nacional de Ciencias Médicas Y Nutrición Salvador Zubirán. (28 de diciembre de 2017). ¿Qué es el consentimiento informado? Obtenido de

Título de la Investigación

https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/consentimiento_informacion.html

Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán. (2013). Confidencialidad de la información. Obtenido de <https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/confidencialidadInformacion.html>

Restrepo-Ochoa. (2013). La Teoría Fundamentada como metodología para la integración del análisis procesual y estructural en la investigación de las Representaciones Sociales. Revista CES Psicología.

Salgado. (30 de diciembre de 2020). Entrevista psicológica: qué es, tipos y técnicas. Obtenido de <https://www.psicologia-online.com/entrevista-psicologica-que-es-tipos-y-tecnicas-5393.html>

Salinas-Meruane. (2009). Métodos de investigación social. Antofagasta: Ediciones Universidad Católica del Norte.

Strauss. (2002). Bases de la investigación cualitativa: Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Antioquia: Editorial Universidad de Antioquia.

Universidad de Navarra. (24 de mayo de 2023). Revisiones sistemáticas: Ejemplos de criterios de inclusión y de exclusión. Obtenido de https://biblioguias.unav.edu/revisionessistematicas/criterios_de_inclusion_y_exclusion

Valdez-Martínez. (2021). El consentimiento informado: su importancia para la investigación retrolectiva y el progreso de la ciencia médica. Gaceta Médica de México.

Vivar. (2010). La Teoría Fundamentada como Metodología de Investigación Cualitativa en Enfermería. Index de Enfermería.

Vivas. (2019). Qué es la psicología clínica: historia, funciones y objetivos. psicologia-online.com. <https://www.psicologia-online.com/que-es-la-psicologia-clinica-historia-funciones-y-objetivos-4325.html>

Campos. (2023). Psicología y Psicología Clínica ¿Cuál es la diferencia? Neopraxis - Comunidad Profesional de Psicólogos. <https://neopraxis.mx/psicologia-y-psicologia-clinica-cual-es-la-diferencia/>

American Psychiatric Association. (2020). ¿Qué es la depresión? Psychiatry.org. <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/depresion/que-es-la-depresion>

National Institutes of Health. (2021). Ansiedad. Medline Plus en español. <https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html>

Pérez. (2022). Animales de compañía y salud mental: el concepto «One Health». Blog de HLA; Grupo HLA. <https://blogdehla.azurewebsites.net/animales-de-compania-y-salud-mental-el-concepto-one-health/>

Goldstein. (2022). Carga mundial de los trastornos de salud mental Evolución pre-pandemia y efectos de la aparición de COVID-19. Asesoría Técnica Parlamentaria. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/33592/2/BCN_Carga_mundial_de_Salud_Mental_FINAL_repos.pdf

Gallego-Iborra, et al. (2021). Cribado de la depresión mayor en la infancia y adolescencia (parte 1). Pediatría Atención, 22. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322020000300015

Título de la Investigación

- Del Cid. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. revista médica Hondu, 89. <https://www.lamjol.info/index.php/RMH/article/view/12047/13976>
- Hermosa-Bosano et, al. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población general ecuatoriana durante la pandemia por COVID-19. revista ecuatoriana, 30. <https://revecuatneurol.com/wp-content/uploads/2021/09/2631-2581-rneuro-30-02-00040.pdf>
- Muñoz, et al. (2021). Prevalencia de depresión y factores asociados en adolescentes: Artículo original. Revista Ecuatoriana de Pediatría, 22. <https://doi.org/10.52011/0008>
- Pan-American Life Insurance Group (Ed.). (2022). Salud Mental en América Latina y el Caribe: La Pandemia silenciosa (Vol. 1, Número 1). Pan-American Life Insurance Group.
- De León. (2021). Los trastornos mentales afectan a millones de adolescentes en Latinoamérica. swissinfo.ch. https://www.swissinfo.ch/spa/latinoam%C3%A9rica-salud-mental_los-trastornos-mentales-afectas-a-millones-de-adolescentes-en-latinoam%C3%A9rica/47005344
- Chacón, et al. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. Revista Cúpula, 35(1), 25–26. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Pan-American Life Insurance Group. (2022). La salud mental de los más jóvenes, un desafío ignorado. Palig.com. <https://www.palig.com/es/blog/dr-palig/2022/05/la-salud-mental-de-los-mas-jovenes-un-desafio-ignorado>
- Nacimba Quinga, et al. (2022). Salud mental y calidad de vida en población ecuatoriana expuesta a la pandemia covid-19, año 2022. REVISTA U-Mores, 1(2), 77–106. <https://doi.org/10.35290/ru.v1n2.2022.593>
- Jaramillo. (2022). Ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento en pandemia por COVID-19. The Ecuador Journal of Medicine, 12–13. <https://revistafecim.org/index.php/tejom/article/view/179/85>
- Centro Virtual Cervantes (2023). Diccionario de términos clave de ELE. Metodología cualitativa. Recuperado el 8 de junio de 2023, de https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/diccio_ele/diccionario/metodologiacualitativa.htm
- Rocha. (2020). Características del vínculo humano-animal en una adolescente con depresión: Estudio de la contribución de una can de asistencia emocional. Universidad de Chile.
- Axón. (2021). Está demostrado: el vínculo humano-animal es beneficioso para la salud. Axón Comunicación. <https://axoncomunicacion.net/esta-demostrado-el-vinculo-humano-animal-es-beneficioso-para-la-salud/>
- Jervis, T. (2021). Guión de entrevista. Lifeder. <https://www.lifeder.com/guion-de-entrevista/>
- M Rey, et al. (2017). Depresión en niños y adolescentes (1a ed.). IACAPAP. <https://iacapap.org/Resources/Persistent/883344f93c51becb1a17259846a99aa88abdc7ec/E.1-Depresi%C3%B3n-Spanish-2017.pdf>
- García, S. (2022). Los efectos emocionales y conductuales de la inmigración en niños y niñas de Primaria y adolescentes inmigrantes. Universidad de Sevilla.
- Pico, K. (2020). Intervención psicológica mediante activación conductual en una consultante con trastorno depresivo moderado con ansiedad leve [Universidad Pontificia Bolivariana]. https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/9169/114_1%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Título de la Investigación

- García, P. (2017). Evidencia de la eficacia de la intervención asistida con animales en los trastornos de ansiedad [Universidad de Jaén]. <https://hdl.handle.net/10953.1/8048>
- Gutiérrez, G. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Revista Colombiana*, 16. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1013/1469>
- Vásquez Duque. (2021). Actividades y terapia asistida por animales desde la mirada del Modelo de Ocupación Humana. *Revista chilena de terapia ocupacional*, 22(2), 177. <https://doi.org/10.5354/0719-5346.2021.17080>
- Delgado Rubio, et al. (2017). Terapia asistida por animales = Animal-supported therapy. *Revista española de comunicación en salud*, 8(2), 254. <https://doi.org/10.20318/recs.2017.4006>
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Editorial Vergara.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación educativa*, 21(1), 7-43.
- Moyano, C. (2018). El pensamiento según Dewey. *psicologia-online.com*. <https://www.psicologia-online.com/ehnn-pensamiento-segun-dewey-2616.html>
- Dewey, J. (1910). *How we think*. D C Heath. 1-2
- Rivera & Hernández, G. (2017). El autoconcepto de docentes universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación*, 73(2), 87–100. <https://doi.org/10.35362/rie732213>
- Kelly. (2020). Qué es el pensamiento social. *Understood*. <https://www.understood.org/es-mx/articles/social-thinking-what-you-need-to-know>
- Riviere. (1995). *Diccionario de Terminos y Conceptos de Psicología*. Nueva Vision.

ANEXOS.

[INSTRUMENTO PARA TESIS - Google Drive](#)