

Beneficios de la Terapia Asistida por Animales en la Regulación Emocional: Una revisión sistemática de literatura.

Natalia Andrea Llantén Rojas Jesly Julieth Cortes Córdoba Luz Clarita Perlaza Copete y Alejandro Botero Carvajal, Universidad Santiago de Cali, Santiago de Cali, Colombia.

Resumen

La salud mental es una de las finalidades de la psicología. La regulación emocional junto al cuidado animal se asocia con mejores resultados de salud física y mental. Sin embargo, se desconocen los beneficios que el contacto directo y prolongado con los animales tiene en la regulación emocional. El objetivo del estudio es describir los beneficios de la terapia asistida por animales en la regulación emocional. La metodología fue una revisión sistemática de literatura en las bases de datos: Scopus, web of science, PubMed/Medline y Cochrane trials. La terapia asistida por animales reportó beneficios en la regulación emocional. El uso de animales como tratamiento complementario para mejorar la regulación emocional permite nuevos desarrollos terapéuticos en el campo de la salud mental.

Palabras clave: Regulación emocional, terapia asistida por animales, cuidado animal, salud mental, emociones.

Abstract

Mental health is one of the goals of psychology. Emotional regulation together with animal care is associated with better physical and mental health outcomes, however, the benefits of direct and prolonged contact with animals on emotional regulation are unknown. The aim of the study is to describe the benefits of animal-assisted therapy on emotional regulation; the methodology was a systematic literature review in the following databases: Scopus, web of science, PubMed/Medline and Cochrane trials. Animal-assisted therapy reported benefits in emotional regulation. The use of animals as a complementary treatment to improve emotional regulation allows new therapeutic developments in the field of mental health.

Key words: Emotional regulation, animal-assisted therapy, animal care, mental health, emotions.

Introducción

Para algunos autores como Gresham & Gullone, (2012); Liu, (2019), la regulación emocional (RE) es un proceso psicológico complejo, considerado como una de las formas más importantes de promover y mantener la salud mental. Para otros, ha sido entendida como el mantenimiento del estado de ánimo positivo y el control del estado de ánimo negativo (Özdeş, 2020). Algunas de las estrategias de RE buscan facilitar la respuesta adaptativa, como: autoculparse, aceptación, enfoque en el pensamiento o rumiación, reenfoque positivo, reenfocarse en la planificación, reevaluación positiva, ponerse en perspectiva, pensamientos catastróficos y culpar a otros (Wen et al., 2019). Sin embargo,

las dos estrategias más comunes y que cuentan con mayor soporte empírico, son la reevaluación cognitiva y la inhibición de la expresión (Kroshus, 2016).

Por otra parte, es indudable que los animales afectan física y psicológicamente a las personas que conviven con ellos, los efectos sobre la salud han demostrado valores más bajos de estrés y más altos en salud mental en las personas que conviven con perros como animales de compañía y que los consideran como miembros de la familia (Alonso, 2000; González & Landero, 2011), Lo anterior sugiere que la participación de los animales como coterapeutas puede ser de utilidad para el tratamiento de diversas enfermedades o problemas psicológicos relacionados con las emociones, como ansiedad, estrés, depresión y baja autoestima.

Actualmente han surgido algunas iniciativas investigativas que permiten dar a conocer la influencia positiva que puede generar el cuidado animal en diversos pacientes con complejidades clínicas, incluso en aquellas personas que han sufrido la pérdida de un familiar y sienten soledad, miedo y estrés (Rodenas, 2019). En tal sentido, se conoce que el cuidado animal ha tenido repercusiones positivas en pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles como diabéticos, hipertensos y con población adulta de tercera edad principalmente. De forma separada se ha abordado la regulación emocional y la terapia asistida por animales, una búsqueda simple en próspero, no arrojó revisiones sistemáticas en esta materia. Por esta razón, se realiza esta revisión, ya que, se desconocen los beneficios que el contacto directo y prolongado con los animales tiene en la regulación emocional. El objetivo del estudio fue describir los beneficios de la Terapia Asistida por animales en la regulación emocional.

Metodología

Diseño: revisión sistemática de literatura siguiendo el protocolo de PRISMA registrado en PROSPERO CRD42022332342

(https://www.crd.york.ac.uk/prospero/export_details_pdf.php)

Se buscó en MEDLINE/PubMed, el Registro Central Cochrane de Ensayos Controlados (CENTRAL), Scopus y Web of Science. Se utilizaron los siguientes términos de búsqueda:

Animal Assisted Therapy Emotional Regulation. Se incluyeron ensayos controlados

aleatorios y no aleatorios. El perfil de búsqueda utilizado fue: "Animal Assisted

Therapy"[All Fields] AND "Emotional Regulation"[All Fields]

Dos revisores evaluaron de forma independiente los títulos y resúmenes de los estudios recuperados durante las búsquedas. Se utilizó Rayan para este proceso. Se eliminaron los duplicados y los títulos y resúmenes irrelevantes. A continuación, los revisores recuperaron de forma independiente los posibles artículos de texto completo candidatos para su posterior evaluación. Cualquier desacuerdo se resolvió mediante discusión y, si persistía el desacuerdo, se llamó a un tercer revisor para que decida.

Para cada estudio, se extrajeron los datos de las características de la población del estudio población del estudio, incluyendo: (i) el apellido del primer autor; (ii) el año de publicación; (iii) el país; (iv) el entorno del estudio; (v) características de los participantes, tamaño de la muestra y edad media; (vi) características de la terapia asistida por animales (tipo, (vi) características de la terapia asistida por animales (tipo, frecuencia y duración) y del grupo de control; y (vii) resultados primarios (desenlaces en salud mental) y resultados

secundarios (desenlaces para la regulación emocional). Si la información es insuficiente, se contactará con el autor correspondiente.

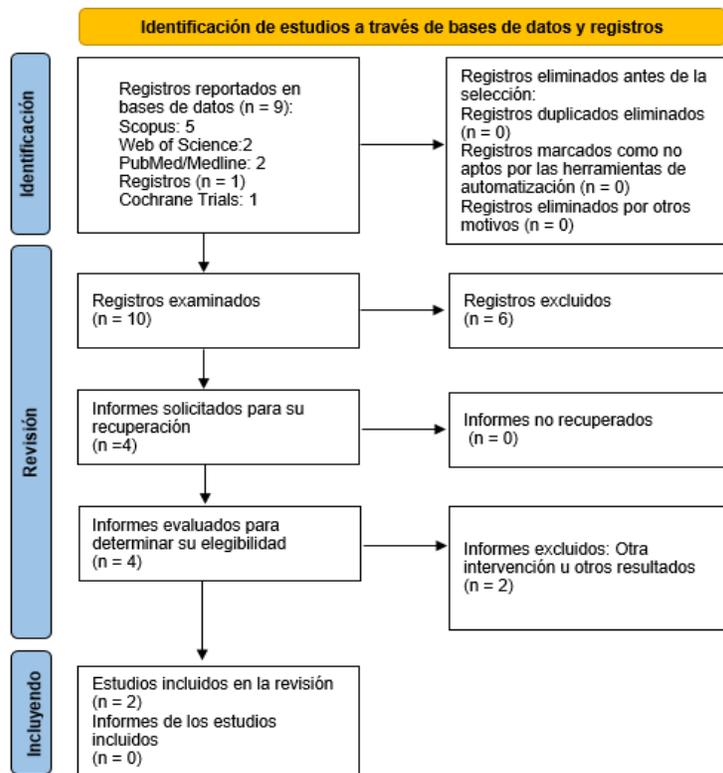


Figura 1 Flujograma de prisma sobre terapia asistida por animales y regulación emocional

Resultados

A continuación se encuentran los resultados del estudio empezando por la primera tabla que nos muestra las características de los estudios realizados por cada autor (Perkins e Inon Maoz). La segunda tabla muestra resultados con los beneficios para la salud mental y la regulación emocional obtenidos por cada uno de los autores mencionados anteriormente en cuanto a programa y tratamiento empleado.

Tabla 1 Características de los estudios

Apellido, año	Características de la muestra	Diagnóstico previo	Instrumentos de evaluación de regulación emocional	Características de la intervención
Perkins 2018	6 mujeres adolescentes, valoradas individualmente	Deficiencia comunicativa, carencia de habilidades para la vida.	Prueba T de muestra pareada. Este estudio contiene una observación de seis mujeres participantes (N = 6) que completó 8 semanas de un programa psicoeducativo de habilidades para la vida. El programa incluía sesiones psicoeducativas que cubrían habilidades para la vida relacionadas con la asociación, el respeto, los límites, la comunicación, regulación emocional, resolución de problemas y trabajo en equipo seguido de una sesión de aprendizaje asistido por equinos (EAL).	Tiempo: 8 sesiones, una vez por semana. Tipo de animal: Caballos. Entrenamiento previo del animal: si Profesionales requeridos: especialista en salud mental, especialista de equinos y trabajador del rancho.
Inon Maoz 2021	53 adolescentes Promedio de edad: 15 Grupo de programa de adiestramiento N=30 (14 hombres y 16 mujeres) Grupo de control N=23 (12 hombres y 11 mujeres)	Traumatismos derivados de abuso doméstico y/o violencia criminal, abuso sexual.	Escala TEPT Inventario de Depresión de Beck (BDI) Medición fisiológica de la desregulación emocional y de la atención. Este estudio contiene una participación de 53 participantes (N=53) que completó una duración de 12 meses en un programa de adiestramiento para perros que evidenció alivio de sintomatologías TEPT, disminución de depresión y mejoría en regulación emocional asistida por caninos.	Tiempo: 12 meses Tipo de animal: Perros menores a un año. Cantidad de perros: 7 machos y 5 hembras. Tipo de raza: medianas-grandes (malinois/pastor alemán) Entrenamiento previo del animal: NO Actividades: graduales en aumento de tiempo con sesiones semanales.

Tabla 2 beneficios para la salud mental y la regulación emocional reportados en los estudios

Trabajo de investigación	RESULTADOS	
	Primarios Salud mental	Secundarios Regulación emocional
<p>Perkins 2018</p> <p>Programa Psicoeducativo de habilidades para la vida. Aprendizaje Asistido por Animales</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades para la vida. - Mejoras en la capacidad para comunicarse (semana 7) - Mejoras en la confianza (semana 7 y 4) - Respeto a las puntuaciones (semana 4) 	<ul style="list-style-type: none"> - Aprendizaje asistido por equinos. - Mejoras con regulación emocional. - Mejoras en la capacidad de regular sus emociones. - Mejoras en la comprensión y ética de trabajo. - Poca mejoría en resolución de problemas.
	<p>Limitaciones a investigaciones futuras:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mejoramiento en tamaño de la muestra, en este trabajo se utilizó una muestra muy pequeña, lo que, indudablemente afecta el resultado de la investigación. - Se deben considerar las diferencias de género. - Se deben considerar las diferencias entre las razas de equinos. - Se deben comparar diferentes poblaciones de participantes. - Se deben considerar las diferencias entre los programas de Aprendizaje Asistido por Equinos (EAL). 	

<p>Inon Maoz 2021</p> <p>Tratamiento del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) mediante la regulación emocional</p>	<p>Primarios Salud mental-</p> <p>Mejoras en la sintomatología del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mejoras en la cognición y estado de ánimo. - Detrimento en los niveles de disociación. - Disminución en la gravedad de los síntomas Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT). 	<p>Secundarios Regulación emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mejoras en la regulación emocional. - Disminución de la severidad de la depresión. - Mejoras en la atención. - Mejoría en respuesta al sobresalto. - Mejoría en el rendimiento de la atención. - Mejoramiento en la desregulación emocional (Sobresalto acústico).
<p>con perros.</p>	<p>Resultados en los caninos:</p> <p>Al evaluar los perritos participantes del estudio encontramos que se logró una:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disminución de la actividad y velocidad de los caninos. - Aumento en el congelamiento de los caninos. - Disminución en el comportamiento de búsqueda de alimento y atención selectiva. 	

Tabla 3 Evaluación de sesgo en los estudios

<p>Perkins 2018</p> <p>Un estudio piloto que evalúa la eficacia de la asistencia asistida por equinos Aprendiendo con adolescentes</p>	<p>1. Sesgo de selección (Aleatoria). Cuando los participantes del trabajo de investigación son asignados y no participan en ningún sorteo o sistema de selección aleatorio se considera de alto riesgo.</p>	<p>2. Sesgo de realización. Cegamiento de participantes y personal. El profesor recomienda que este ítem se valore como de alto riesgo porque es difícil encontrar que los participantes y el personal involucrado en la investigación no tengan idea de qué tipo de intervención se les está aplicando.</p>	<p>3. Sesgo de realización. Cegamiento de participantes y personal. El profesor recomienda que este ítem se valore como de alto riesgo porque es difícil encontrar que los participantes y el personal involucrado en la investigación no se den cuenta que están participando de un trabajo de investigación.</p>	<p>4. Sesgo de realización. Cegamiento de los investigadores. Si el investigador desconoce de dónde vienen los resultados que está analizando, no hay predisposición en la interpretación de los resultados, se habla de bajo riesgo.</p>	<p>5. Sesgo de deserción. El mismo número de participantes que inician el trabajo de investigación es el que finaliza, no hay deserción, por lo tanto se considera de un riesgo bajo.</p>	<p>6. Sesgo de notificación selectiva de resultados. En los resultados se incluyen los propuestos en los objetivos.</p>	<p>7. Sesgo debido a problemas no cubiertos en otra parte de la tabla. El instrumento utilizado parece el adecuado para lograr los objetivos propuestos.</p>
---	--	--	--	---	---	---	--

Inon Maoz 2021

El adiestramiento o canino alivia la sintomatología de tept mediante la regulación emocional y de la atención

1. Sesgo de selección (Aleatoria). Cuando los participantes del trabajo de investigación no son asignados y no participan en ningún sorteo o sistema de selección aleatorio se considera de alto riesgo.

2. Sesgo de realización. Cegamiento de participantes y personal. El profesor recomienda que este ítem se valore como de alto riesgo porque es difícil encontrar que los participantes y el personal involucrado en la investigación no tengan idea de qué tipo de intervención se les está aplicando.

3. Sesgo de realización. Cegamiento de participantes y personal. El profesor recomienda que este ítem se valore como de alto riesgo porque es difícil encontrar que los participantes y el personal involucrado en la investigación no se den cuenta que están participando de un trabajo de investigación

4. Sesgo de realización. Cegamiento de los investigadores si el investigador desconoce de dónde vienen los resultados que está analizando, no hay predisposición en la interpretación de los resultados, se habla de bajo riesgo.

5. Sesgo de deserción. El mismo número de participantes que inician el trabajo de investigación es el que finaliza, no hay deserción, por lo tanto se considera de un riesgo bajo.

6. Sesgo de notificación selectiva de resultados. En los resultados se incluyen los propuestos en los objetivos.

7. Sesgo debido a problemas no cubiertos en otra parte de la tabla. El instrumento utilizado parece el adecuado para lograr los objetivos propuestos.

Riesgo bajo 😊

Riesgo no claro 😐

Riesgo alto 😞

Tabla 4 Análisis GRADE de los estudios incluidos

Autores	Título del trabajo	Riesgo de sesgo	Inconsistencia	Evidencia indirecta	Imprecisión	Sesgo de publicación	Número de participantes	P
Perkins 2018	Un estudio piloto que evalúa la eficacia de la asistencia asistida por equinos Aprendiendo con Adolescentes	Bajo	Bajo	Bajo	Riesgo Relativo RR = 0.75	Bajo	Tratam. exp = 6 Tratam. Testigo = 12 Total = 18	0.05
Inon Maoz 2021	El adiestramiento canino alivia la sintomatología de tept (trastorno de estrés postraumático) mediante la regulación emocional y de la atención	Bajo	Bajo	Bajo	Riesgo Relativo RR= 0.75	Bajo	Tratam. exp = 30 Tratam. Testigo = 23 Total = 53	0.026

Discusión

Los resultados evidencian que la terapia asistida con animales permite mayor regulación emocional a personas que requieren de ayuda psicológica. Al respecto, el acompañamiento e interacción activa y propositiva con un animal, sobre todo equinos y caninos, mejora el sentido de seguridad y resistencia en una etapa inicial del tratamiento (Abellán, 2008), seguido de la proyección de sentimientos y con ello el incentivo de mejorar la socialización de la persona con el mundo que le rodea.

A pesar de que la terapia con animales no es una herramienta nueva para el gremio de profesionales de la rehabilitación, si es necesario llenar algunos vacíos que aún se tienen con estas, sobre todo de índole científico para una mayor aceptación en todos los aspectos.

Es clave reconocer que los animales como seres vivos pueden ayudar a gran número de personas que se encuentran en situaciones de inestabilidad emocional, al permitir mayor confianza en participar en alguna forma terapéutica y poder tener una mejoría en su salud mental ya que debido a los estereotipos sociales sobre asistir al psicólogo, algunas personas dejan de consultar sobre su salud mental.

En efecto, los animales como un recurso terapéutico aportan a que los síntomas de ansiedad disminuyan, el estrés postraumático pueda menguar, y otras situaciones como la depresión y la angustia puedan ser canalizadas y sobre todo mitigadas en la vida de un niño o adulto, especialmente cuando la orientación está a cargo de un profesional experimentado y entrenado (Molina, Jaime y Gutiérrez, 2019).

Se puede reflexionar que la terapia asistida con animales ha pesar de que fue utilizada por primera vez en el año 1792 por William Tuke en pacientes con patologías de salud mental, y posteriormente aplicada en Nueva York (Montoya, Orozco, Pareja y Sierra, 2021) para ayudar a militares debido a los altos niveles de estrés que maneja su profesión; no es sino hasta el siglo XXI, en la actualidad, que ha tomado fuerza para ser aplicada desde diferentes métodos y finalidades, por tanto el significado que los animales ayuden en procesos de tratamiento psicológico, permite que se tenga una opción “más natural”, de la relación del hombre con la naturaleza.

Por otra parte, es importante que la psicología implemente animales como medio terapéutico, ya que como profesionales del área de la salud debemos estar en constante cambio y actualización de las nuevas tendencias terapéuticas, pero sobre todo de buscar soluciones a problemáticas que se pueden percibir en los tratamientos convencionales; es bien sabido desde la práctica profesional que en ocasiones el usuario fácilmente no accede a tener una relación terapeuta-paciente, sin embargo buscar estrategias que favorezcan su tratamiento como la terapia asistida con animales, es una de las soluciones favorables.

A lo anterior Caban, Rosario y Álvarez (2014) en una investigación realizada desde la Universidad Pontificia Bolivariana de Colombia, afirman que el psicólogo debe ser creativo y proactivo en el momento de buscar solución a una mejoría en la relación terapéutica, optando por sugerir las bondades de la relación humano-animal; sumado a esto se tiene la perspectiva de que el animal es un ser vivo neutral en la terapia que no tiene la capacidad para juzgar la situación del paciente o usuario, sino que al contrario sirve de fuente de motivación.

Ahora bien, desde la psicología se ha optado por este recurso de la terapia con animales, debido a que permite canalizar las emociones y la motivación del usuario (Álvarez, 2019), favoreciendo la adherencia al tratamiento, las respuestas del usuario ante los objetivos terapéuticos y sobre todo a que se pueda dar cumplimiento al tratamiento propuesto. Cabe mencionar que para la psicología también es importante que el usuario pueda aceptar al animal que estará acompañando el proceso terapéutico, ya que de esta manera podrá el usuario expresar sentimientos y se podrán observar actitudes que quizás sean de utilidad en el proceso de rehabilitación.

Sin embargo, no solo los psicólogos pueden aplicar la terapia asistida con animales, Piso (2018) deja en evidencia cómo los trabajadores sociales aportan en cuanto a la experticia de conocer, apoyar y recomendar a los usuarios el uso de animales para mejorar la participación e interacción social, se considera entonces una terapia complementaria al proceso desde el trabajo social.

Otros profesionales como los terapeutas ocupacionales (Vásquez, 2021) también optan por la terapia asistida con animales, para favorecer los componentes voluntarios y de ejecución en los usuarios, logrando mayor nivel de independencia en las diferentes áreas como educación, trabajo, ocio y actividades de la vida diaria, es decir, que su visión como profesional es holística y busca la autonomía completa. De manera complementaria, sí es posible que el terapeuta ocupacional utilice este tipo de terapia ya que requiere que la persona tenga una participación funcional, aunque en algunas ocasiones solamente la participación funcional pueda ser el registro sensorial.

En lo que respecta a otro gremio profesional, se encuentran los fisioterapeutas, quienes han tenido una mayor amplitud y aceptación en este campo de la terapia asistida con animales, pues según Rodríguez (2018) existe evidencia de que incentiva la actividad motora en adultos mayores, mejora las condiciones físicas de la persona, en patologías implicadas en el neurodesarrollo, pueden ayudar el equilibrio postural y la marcha, reflejos propios para las transiciones y movilidad corporal. De lo anterior se puede inferir que este tipo de terapias son adoptadas por diferentes profesionales pudiendo obtener un abordaje integral en los usuarios. Por otra parte es preciso mencionar un paralelo acerca de la terapia asistida con animales y su implicación o consecuencias según grupo poblacional, por ejemplo en la actualidad muchos autores como Viejo (2021) y Yague (2019) buscan proponer estrategias para que la TAA pueda ser aplicada a niños en grados de educación primaria, pero Crespo (2018) quien ya ejecutó una investigación en esta población de niños, menciona que es una alternativa altamente viable para trabajar con niños que tienen problemas cognitivos, físicos y también conductuales, puesto que brindan mayor seguridad, autonomía y mejoran la comunicación como el comportamiento en los niños, en este caso el estudio fue con niños con TEA.

En cuanto a la población adulta Ortega (2018) mencionan que la terapia con animales permite que la estancia de los adultos con depresión en hospitales psiquiátricos disminuya, además tiende a disminuir el número de suicidios cuando un adulto con depresión cuenta con un animal de compañía; también Rodríguez y Rodríguez P (2017) afirma que en adultos con TEA este tipo de terapias logra mejorar su estado emocional y disminuye las conductas disruptivas que presentaban. Finalmente Medina (2019) menciona que para los

adultos mayores, la terapia con animales aumenta el sentido de bienestar y de esperanza con la cotidianidad.

Como un último abordaje en esta discusión, se menciona la perspectiva que tienen los expertos desde otro campo de acción y los dueños de los animales, en que estos sean utilizados en procesos terapéuticos; la primera perspectiva que se halló fue la de Ordoñez, un adiestrador canino citado por Semana (2022), dónde la utilidad de los animales es hacer sentir amado a sus dueños y crear vínculos con los humanos, lo que beneficia la salud porque activa emociones de carácter positivo en sus dueños, se sienten acompañados, logran llenar vacíos emocionales, superación de traumas que se hayan vivido en el pasado, superación de crisis de identidad, miedos o tristezas y mitiga las afecciones mentales.

Se recomienda para futuros estudios, indagar por las características de la interacción humana y animal, en términos de cómo puede ser más beneficiosa para la salud humana la interacción con una mascota en casa. Ya que los estudios incluidos, al estar en el marco de evaluar la efectividad terapéutica, proponen características de interacción que en casa pueden no poderse replicar a nivel doméstico.

A pesar de que los dueños de animales no siempre están conscientes de que tales beneficios están siendo recibidos por parte de su interacción con un animal, la revisión sistemática sugiere que la terapia asistida por animales es beneficiosa para la salud mental, especialmente para la regulación emocional.

Conclusión

La terapia asistida con animales es beneficiosa para la regulación emocional. Canes y equinos son los animales utilizados en este tipo de tratamiento. Los beneficios reportados son valores más bajos de estrés, más altos en salud mental, mayor autocontrol, disminución de conductas estereotipadas, niveles de agresividad e impulsividad, promoción de emociones positivas, desarrollo de sentimientos de empatía en las personas que conviven con caninos y realizan prácticas de equitación. Los beneficios se incrementan si consideran a los animales miembros de la familia.

De la misma manera se evidencio que realizar intervenciones psicoeducativas acompañadas de sesiones de equinos y acompañamiento canino a personas que tienen deficiencia comunicativa y carencia de habilidades sociales para la vida, restaura la comunicación y las relaciones interpersonales. Para finalizar, la terapia asistida con animales, es efectiva, si se realiza de manera adecuada y se siguen las recomendaciones de profesionales en el área.

Recomendaciones

La eficacia de la terapia asistida con animales se evidencia a corto plazo, por tanto, es necesario mantener la continuidad de estas terapias para que el beneficio sea a largo plazo.

Conflicto de interés: los autores declaran no tener conflicto de interés.

Referencias

- Abellán, R. (2008). La terapia asistida por animales: una nueva perspectiva y línea de investigación en la atención a la diversidad. *Indivisa. Boletín de estudios e investigación*, (9), 117-143
- Alfonso, L; Prieto, L. (2021). Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-CA) en estudiantes Universitarios Colombianos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. Vol. 8 n°. 3- Septiembre 2021 - pp 59-66. doi: 10.21134/rpcna.2021.08.3.7
- Álvarez, G. (2019). Beneficios de la intervención asistida con animales en el Aula. *Papeles Salmantinos de Educación*, (23), 167-202.
<https://revistas.upsa.es/index.php/papeleseducacion/article/view/28/20>
- Barrios, C; Sanz, R; Lisperguer, M; Calvo, P; Bustos, C. (2021). Desarrollo de una escala de tenencia responsable de perros. *Revista de Psicología UNLP*.
<https://revistas.unlp.edu.ar/revpsi/article/view/12277/11076>
- Caban, M., Nieves, I., & Álvarez, M. (2014). Desarrollo de la terapia asistida por animales en la psicología. *Informes Psicológicos*, 14 (2), 125-144.
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1351/1165>
- Crespo, L. (2018). Terapia asistida por perros en niños con trastorno del espectro autista. [Tesis de pregrado]. Universidad de Zaragoza.
<https://zagan.unizar.es/record/77969/files/TAZ-TFG-2018-1619.pdf>
- Díaz, M.; Olarte, M. (2016). Animales de compañía, personalidad humana y los beneficios percibidos por los custodios PSIENCIA. *Revista Latinoamericana de*

Ciencia Psicológica, vol. 8, núm. 2, agosto, 2016, pp. 1-19 Asociación para el Avance de la Ciencia Psicológica Buenos Aires, Argentina.

<https://www.redalyc.org/pdf/3331/333147069001.pdf>

Gómez, P; Calleja, B. (2017). Escalas de medición en español de la regulación emocional: revisión psicométrica. <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/>

Hugues, B; Álvarez, A; Castelo, L; Ledón, L; Mendoza, M; Domínguez, E. (2016). Percepción de los beneficios de los animales de compañía para los adultos mayores con diabetes Mellitus tipo 2. Rev. investig. vet. Perú vol.27 no.2 Lima abr./jun. 2016. <http://dx.doi.org/10.15381/rivep.v27i2.11645>

Maoz I., Zubedat S., Dolev T., Aga-Mizrachi S., Bloch B., Michaeli Y., Eshed Y., Grinstein D., Avital A. Dog training alleviates PTSD symptomatology by emotional and attentional regulation [训犬通过情绪和注意力调节缓解 PTSD 症状] [El adiestramiento canino alivia la sintomatología de tept mediante la regulación emocional y de la atención]10.1080/20008198.2021.1995264 volumen 13 issue 1 año 2021 <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85119474990&doi=10.1080%2f20008198.2021.1995264&partnerID=40&md5=73b91d1c6a3b99f75f0dd0d0baa3db70>

Mazas, B; Fernández, R. (2017). Desarrollo de una escala de actitudes hacia el bienestar animal para estudiantes de Educación Primaria. Revista complutense de Educación. <http://dx.doi.org/10.5209/RCED.54883>

Medina Ortiz, K. (2019). *Manual de terapia asistida con perros: Fortaleciendo del sentido de bienestar en adultos mayores* (Order No. 13882560). Available from ProQuest Central. (2248852890). Retrieved from <https://www.proquest.com/docview/2248852890>

Muñoz Lasa S, Máximo Bocanegra N, Valero Alcaide R, Atín Arratibel MA, Varela Donoso E, Ferriero G. Intervenciones asistidas por animales en neurorehabilitación: una revisión de la literatura más reciente. *Neurología* 2013;30(1):1-7. DOI: 10.7399/FH.2013.37.5.815.

Molina Machado, D. C., Jaime Coll, E. A., & Gutiérrez Carvajal, O. I. (2019). Intervención psicológica del abuso sexual en niños: Revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 12 (3), 71-80. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.ibero.edu.co/article/view/1628>

Montoya, S., Orozco, P., Pareja, M., Sierra, M. (2021). Un viaje a la Terapia Asistida con animales y sus beneficios. Universidad CES. https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/5351/Un%20viaje%20a%20la%20Terapia%20Asistida%20con%20Animales%20y%20sus%20beneficios_20211.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Navarro, J; Vara, D; Cebolla, A; Baños, R. (2018). Validación psicométrica del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en población adolescente española. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*. Vol. 5. Nº. 1. enero 2018 - pp 9-15 doi: 10.21134/rpcna.2018.05.1.1

Ortega, R. (2018). Aplicación de la terapia asistida con animales en un programa de Mindfulness para mejorar la regulación emocional en anorexia nerviosa. [Tesis de maestría]. Universidad de Jaen, Universidad Internacional de Andalucía. https://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/8045/1/TFM_MIAA_Ortega_Benitez_Rita.pdf

Perkins B.L. A Pilot Study Assessing the Effectiveness of Equine-Assisted Learning with Adolescents. *Journal of Creativity in Mental Health* Volume 13 Issue 3

10.1080/15401383.2018.1427168

<https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85041893098&doi=10.1080%2f15401383.2018.1427168&partnerID=40&md5=eea2bb2ac32f26ef2555ccf739b8d6d1>

Palacio, V. (2020). Propuesta de intervención en regulación emocional dirigida a mujeres adolescentes infractoras. Universidad Católica de Valencia.

<https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/1338/TFG.%20Propuesta%20intervenci%C3%B3n%20en%20regulaci%C3%B3n%20emocional.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pagano, A; Vizioli, N. (2021). Adaptación del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en población adulta de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el Conurbano Bonaerense.

https://www.researchgate.net/publication/352042821_Adaptacion_del_Cuestionario_de_Regulacion_Emocional_ERQ_en_poblacion_adulta_de_la_Ciudad_Autonoma_de_Buenos_Aires_y_el_Conurbano_Bonaerense

Pedrosa, S; Aguado, D; Canfrán, S; Torres, J; Miró. (2017). La terapia asistida con perros en el tratamiento de las personas con dolor crónico: una revisión sistemática. Rev. Soc. Esp. Dolor vol.24 no.1 Madrid ene./feb. 2017

<https://dx.doi.org/10.20986/resed.2016.3461/2016>

Rodenas, E. (2019). Regulación emocional y empatía en proteccionistas y no proteccionistas. Universidad Abierta Interamericana.

<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC131535.pdf>

Rodríguez, A. (2018). Rol de la fisioterapia y efectividad de la terapia asistida con animales y animales robóticos en personas mayores con demencia [Trabajo de

grado]. Universidad de les Illes Balears.

https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/150110/Rodriguez_Romero_Aranzazu.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rodríguez, M., & Rodríguez, P. (2017). Intervención asistidas con animales. [Trabajo de grado]. Universidad de la Laguna.

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/8801/Intervenciones%20asistidas%20con%20animales%20Revision%20bibliografica.pdf?sequence=1>

Semana. (24 de octubre de 2022). Los animales de compañía mejoran la salud y activan emociones positivas de sus dueños. Revista Semana.

<https://www.semana.com/4patas/perros/articulo/los-animales-de-compania-mejoran-la-salud-y-activan-emociones-positivas-de-sus-duenos/202216/>

Semana. (30 de septiembre de 2022). Este es el motivo por el cual su perro lo sigue a todas partes. Revista Semana. [https://www.semana.com/vida-](https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/este-es-el-motivo-por-el-cual-su-perro-lo-sigue-a-todas-partes/202252/)

[moderna/articulo/este-es-el-motivo-por-el-cual-su-perro-lo-sigue-a-todas-partes/202252/](https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/este-es-el-motivo-por-el-cual-su-perro-lo-sigue-a-todas-partes/202252/)

Vásquez, J. (2021). Actividades y Terapia Asistida por animales desde la mirada del modelo de Ocupación Humana. Revista Chilena de Terapia Ocupacional, 20 (2),

177-185 <https://revistas.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/17080/69722>

Villalta, D. (2018). El cuidado de animales domésticos en el desarrollo de la sensibilización en niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Atenas.

Universidad Técnica de Ambato.

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28748/1/1803526514%20VILLALTA%20TIBANTA%20DIANA%20DEL%20PILAR.pdf>

Viejo, V. (2021). Proyecto de Investigación: inteligencia emocional, menores supervivientes de violencia de género y caballos. [Tesis de maestría].

Universidad de Jaén y Universidad Internacional de Andalucía.

https://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/15061/1/TFM_MIAA_Viejo_Jimenez_Veronica.pdf

Yague, M. (2019). Propuesta educativa de regulación emocional a través de intervención con caballos en educación primaria [Tesis de pregrado].

Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/36537>