



**Universitat de les  
Illes Balears**

Facultat de Psicologia

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

# Los beneficios del gato en la depresión. Mito o realidad

Mònica Sastre Martínez

**Grau de Psicologia**

Any acadèmic 2014-15

DNI de l'alumne: 43214904C

Treball tutelat per Mauro García Toro  
Departament de Psicologia

S'autoritza la Universitat a incloure el meu treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació

Paraules clau del treball:  
gato, interacción humano-animal, depresión, terapia asistida con animales , beneficios

ÍNDICE

1. Introducción.....	3-4
2. Evolución de la interacción humano-animal e historia de la domesticación del gato.....	4-7
3. Terapia Asistida con Animales	
3.1. Definición y clasificación.....	7-8
3.2. Tipos de Terapia Asistida con Animales.....	8-10
3.3. Efectos positivos del gato en las personas.....	10-15
3.4. Efectos de la Intervención Asistida con Animales en la depresión.....	15-16
3.5. Resultados contradictorios.....	16-18
4. Problemas éticos.....	18-20
5. Conclusiones.....	20-22
6. Referencias bibliográficas.....	22-25

### RESUMEN

En la siguiente revisión bibliográfica, se ha estudiado la literatura reciente en cuanto a los beneficios del gato en la salud de las personas. A pesar de la poca información que existe, se ha intentado recaudar el máximo de información posible sobre los efectos del gato en la depresión. Aun así, también se han revisado otras cuestiones importantes. Primero de todo se ha hecho una breve introducción a la temática, sobre el impacto que tiene la depresión en la sociedad y la importancia de la existencia de un tratamiento. Después se ha explicado la evolución que ha habido de la interacción entre el hombre y el animal, para después poder abordar el tema de cómo ha llegado el gato a ser un animal doméstico. Acto seguido, pasamos a hablar sobre lo que es la Terapia Asistida con Animales (TAA) y su clasificación, se comentan brevemente los tipos de TAA más conocidos y se explican todos los beneficios existentes del gato en las personas. Además, se comentan dos artículos que hablan específicamente de los beneficios de los animales en la depresión, pero sin dejar de lado la existencia de otros muchos estudios en los que aparecen resultados contradictorios no solamente en cuanto a la depresión. Por último, pero no menos importante, se abordan los problemas éticos existentes sobre la utilización de los animales en las terapias y de la tenencia de estos en general.

### 1. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud, “la depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración”. Además, es una enfermedad que afecta a unos 350 millones de personas, es la principal causa mundial de discapacidad y provoca aproximadamente 1 millón de suicidios anuales. Y no podemos dejar de lado que puede llegar a ser crónica o recurrente, y que deteriora el funcionamiento a nivel social, laboral o de otras áreas importantes. Es por ello que muy importante prevenir la enfermedad, o en el caso de que ya se padezca, ayudar a tratarla.

Uno de los posibles tratamientos es la Terapia Asistida con Animales (TAA), y a pesar de que siempre que se mencionan nos viene a la mente un perro, es posible realizarlas con varios tipos de animales, uno de ellos el gato. Sin embargo, a día de hoy no existen

muchos estudios realizados con estos animales, y creo que es importante no centrarse solamente en el perro. Aun así, las investigaciones encontradas sugieren que los gatos nos aportan muchos beneficios tanto a nivel físico, psicológico como social.

La descripción más antigua encontrada sobre la intervención de animales domésticos en terapia, fue de Florence Nightingale en 1860, el cual observó que en enfermos con patologías crónicas la presencia de una mascota era una magnífica compañía. Sin embargo, otros muchos autores coinciden en que el uso de animales con intenciones psicoterapéuticas se sitúa en los años 60' después de la publicación del psiquiatra Levinson "El perro como coterapeuta". No obstante, antes de la aparición del artículo de Levinson, Tuke ya había utilizado animales con intenciones terapéuticas (Jofré, 2005; Piqueras, 2013). Además, ya en el año 1669, el filósofo inglés John Loche sostenía que la interacción con otros animales tenía una función socializadora, y también las personas se encontraban más relajadas y tranquilas. Y es a partir de ahí cuando se empezaron a difundir las primeras teorías sobre la influencia de los animales de compañía (Martínez y Sisteró, 2012).

Por el contrario, encontramos otras investigaciones en las que sus resultados no apoyan ni la tenencia de mascotas ni la efectividad de la TAA. Y eso nos hace dudar de si realmente convivir con un animal favorece nuestra salud o si nos perjudica.

Es por ello que los estudios acerca de la TAA o la tenencia de animales en general en patologías como lo depresión, deberían estudiarse más a fondo ya que son escasos y así podría resolverse este conflicto.

## 2. EVOLUCIÓN DE LA INTERACCIÓN HUMANO-ANIMAL E HISTORIA DE LA DOMESTICACIÓN DEL GATO

Según varios autores, el vínculo humano-animal ha ido cambiando a lo largo de la historia. Desde hace 2 millones de años hasta hace unos 10 mil años (primera parte de la historia evolutiva de los humanos), nuestros antepasados sobrevivían gracias a la caza y la recolección. La relación humano-animal era de coexistencia, competencia o presa-depredador. Los animales proporcionaban alimento, abrigo, protección y eran compañeros de caza. Luego, el hombre inició un proceso de domesticación de plantas y

animales, y terminó siendo cultivador (Gutiérrez, Granados y Piar, 2007; Piqueras, 2013).

En el comienzo del proceso de domesticación, también empezaron una serie de cambios tanto en el hombre como en el animal. Por un lado, como cazador, el animal tenía un valor únicamente instrumental y el interés del hombre se centra en dar muerte al mismo. En cambio, como domesticador, el foco de interés se centra en mantener al animal con vida, favorecer su capacidad de reproducción y a seleccionar características concretas que faciliten el proceso de domesticación y la convivencia con los humanos. Esta evolución en el vínculo implicó alteraciones sociales y económicas para los humanos. Por otro lado, para los animales, la domesticación incluyó transformaciones en su anatomía, fisiología y comportamiento (Gutiérrez, Granados y Piar, 2007; Piqueras, 2013).

Mientras en las comunidades de cazadores recolectores la relación humano-animal destacaba por un valor instrumental (en el que se beneficiaban los unos de los otros), en las comunidades estratificadas dónde ya existía la domesticación, la relación era distinta. En culturas antiguas como China, Egipto, Roma y en culturas posteriores en Europa, América y Asia, la tenencia de animales representaba poder y estatus social. Tanto animales domésticos como animales exóticos comenzaron a recibir un trato distinto (incluso su cuidado excedía del que recibían las personas comunes), además adoptaron papeles de entretenimiento y compañía de sus dueños (Gutiérrez, Granados y Piar, 2007; Piqueras, 2013).

Algunos autores afirman que el perro ha sido el animal doméstico más antiguo, hace unos 14 mil años, ya que se han encontrado restos de perros en Asia, Europa y Norteamérica que se remontan a finales del Paleolítico (Gutiérrez, Granados y Piar, 2007; Piqueras, 2013).

En cuanto a la relación humano-gato a través de la histórica, ha sido misteriosa, ya que realmente no se sabe a ciencia cierta cuando empezó a domesticarse. Dada la fascinación e intriga que siempre ha rodeado al gato, ha dado lugar a muchas leyendas sobre su origen (Cuatrecasasa, 2013, p.2; Gómez, Atehortua y Orozco, 2007).

Una de las teorías es que en el proceso evolutivo del gato salvaje, éste sufrió alguna mutación genética que le impidió llegar a una verdadera edad adulta, y ello originó al

gato doméstico. Esta hipótesis es sostenida por algunos científicos ya que piensan que el gato doméstico actual nunca llega a ser totalmente adulto. La razón es que según algunos estudios, el gato salvaje muestra comportamientos excesivamente agresivos y solitarios hacia el hombre, mientras que la conducta que lleva a cabo el gato doméstico adulto, es similar al de un gato salvaje en la transición de cachorro a adulto (Cuatrecasas, 2013, p.3).

Por otro lado, siempre nos viene a la mente el antiguo Egipto cuando hablamos del origen del gato. Sin embargo, se ha encontrado que los mohicas (indios primitivos de los Andes peruanos) podrían ser los primeros en descubrir al gato, ya que se han encontrado esqueletos datados de hace más de 9000 años, además de cerámicas muy antiguas con imágenes de gatos (Cuatrecasas, 2013, p.3).

A pesar de todo, existen más y mayores pruebas de que Egipto fue la primera parte del mundo donde se domesticó al gato salvaje africano “*Felis Silvestris Lybica*” (posible antepasado del gato doméstico actual) hace unos 4500 años. Por ello, es la teoría más aceptada por la mayoría de científicos (Cuatrecasas, 2013, p.4; Martínez y Sisteró, 2012).

Egipto es la parte del mundo donde más leyendas se han hecho acerca del gato doméstico y fue el mejor lugar para lograr la expansión de este animal hacia las demás partes del mundo. El posible origen del apego que experimentaron los egipcios por la figura del gato fue por el servicio que éste hacía a la comunidad, capturando roedores y otras alimañas de los graneros y protegiendo cosechas. No obstante, rápidamente pasó de ser un animal útil cazando, a ser un animal doméstico elogiado y divinizado. Leyes firmes protegían al gato, incluso condenando a muerte a aquél que lo matara aunque fuera sin intención. Disfrutaba de muchos privilegios, como el de ser momificados con esmerado cuidado. Y además, eran retratados y esculpidos en diferentes tipos de materiales (Cuatrecasas, 2013, p.4-5; Martínez y Sisteró, 2012).

Desde Egipto, el gato fue extendiéndose hacia diferentes partes del mundo a través del comercio. En otras culturas, los felinos fueron usados por las antiguas hechiceras y chamanes porque creían que les conectaba con el mundo místico, y además estaban presentes en los monasterios budistas para que la meditación fuera mejor. Sin embargo el gato también ha sido ícono de maldad, brujería, y de entidades demoníacas. Así pues,

el felino ha sido el único animal que ha tenido una relación tan alborotada con el ser humano (Gómez, Atehortua y Orozco, 2007; La prensa, 2015; Regader, 2015).

### 3. TERÁPIA ASISTIDA CON ANIMALES (TAA)

#### 3.1. Definición y clasificación

Para saber lo que es la Terapia Asistida con Animales (TAA), utilizaremos la definición que menciona Vázquez (2009) en su artículo: “Definimos la TAA como una terapia complementaria en la cual se utiliza un animal como herramienta psicoterapéutica para establecer un nexo entre el paciente y el profesional. El animal forma parte integral del proceso y es utilizado para fomentar mejoras en el funcionamiento físico, social, emocional y cognitivo del paciente”.

La idea de TAA ha sido confundida con el concepto de Actividades Asistidas con Animales (AAA), por ello, es importante tener una buena definición de los conceptos (Piqueras, 2013). Sin embargo, aunque las definiciones están claramente diferenciadas, se han usado diferentes términos para describir las AAA y las TAA como terapia de mascotas, terapia asistida por mascotas, terapia facilitada por mascotas, terapia facilitada por animales o visitas de animales (Miller y Souter, 2007). No obstante, en ocasiones los dos conceptos se solapan y por ello existen problemas a la hora de nombrar el tipo de intervención. Esto podemos observarlo en la búsqueda bibliográfica que he podido realizar, ya que encontramos autores que a la Terapia Asistida con Animales la llama Intervención Asistida con Animales (IAA), y al solapamiento de las TAA y AAA lo llama Programa Animal Residente (PAR) (Martínez y Sisteró, 2012). Sin embargo otros autores al solapamiento de las TAA y AAA lo llaman Intervención Asistida con Animales (IAA) (Piqueras, 2013).

Con todo esto, aquí utilizaremos la clasificación que utiliza Piqueras (2013) en su estudio para definir los conceptos:

- ❖ Terapia Asistida con Animales (TAA): es un programa de intervención, dirigido, desarrollado y evaluado por un profesional de la salud o de la educación, en el cual un animal que reúne condiciones físicas y sociales adecuadas, forma parte integral del proceso terapéutico. Los objetivos según las necesidades de cada paciente han sido previamente especificados por el terapeuta. Se puede realizar

grupalmente o individualmente, y puede llevarse a cabo en diferentes contextos. Además, está diseñada con la finalidad de mejorar a nivel físico, social, educacional, emocional y cognitivo (Blasz, 2013; Jofré, 2005; Martínez y Sisteró, 2012; Miller y Souter, 2007; Morrison, 2007; Piqueras, 2013; Vázquez, 2009).

- ❖ **Actividades Asistidas con Animales (AAA):** actividades no programadas, de contenido espontáneo, sin una duración definida y sin un registro sobre lo ocurrido durante el encuentro. A diferencia de las TAA, están dirigidas por profesionales entrenados, paraprofesionales y/o voluntarios, y son ayudados por un animal. No tienen un objetivo determinado, simplemente son visitas a personas, habitualmente en un centro, en las cuales se pretende un contacto entre el animal y la persona. Además, estas actividades contribuyen a mejorar la calidad de vida de la persona, ya que brindan la oportunidad de beneficiarse a nivel motivacional, recreacional, educacional y terapéutico. Así pues, cuando el animal está presente, facilita mucho que exista una buena comunicación entre la persona y el terapeuta, ya que ésta, se siente más segura y cómoda (Blasz, 2013; Jofré, 2005; Martínez y Sisteró, 2012; Miller y Souter, 2007; Morrison, 2007; Piqueras, 2013; Vázquez, 2009).
- ❖ **Intervención Asistida con Animales (IAA):** está formada por la TAA y las AAA. Normalmente el animal reside dentro del centro de forma permanente, y se realizan actividades donde, se pretenden promover mejoras en la salud y calidad de vida de las personas a través del vínculo que se crea con el animal (Martínez y Sisteró, 2012; Piqueras, 2013).

### 3.2. Tipos de Terapia Asistida con Animales

Como puede observarse revisando un poco la literatura, generalmente la TAA se ha relacionado con perros, aunque también se han usado gatos y peces, y actualmente incluso se utilizan conejos, serpiente y hámsters. Sin embargo, las aves no se permiten en la terapia ya que pueden ser portadoras de enfermedades infecciosas que se transmiten por medio de las plumas (Roldán, 2012; Vázquez, 2009).

Los animales que participan en la terapia o rehabilitación se seleccionan rigurosamente. Deben tener unas aptitudes adecuadas y ser educados con unas habilidades específicas,



para así poder mantener el estímulo que motive al animal durante toda la sesión. Además, deben tener un buen estado de salud, ser mansos y equilibrados (Cabra, 2012; Martínez y Sisteró, 2012).

Al existir diferentes entornos y animales para llevar a cabo las TAA, éstas deben ser clasificadas. Por ello utilizaremos la distribución que utiliza Gunter (1999/2002) para los principales programas (Piqueras, 2013):

- ❖ Programas con Animales para Servicios: en estas intervenciones se utiliza normalmente un perro. Pueden ser animales criados específicamente para ofrecer un servicio o rescatados de refugios para después ser entrenados para realizar tareas específicas y así poder ejecutarlas junto a personas con discapacidades. Por ejemplo el perro-guía sería uno de estos animales (Piqueras, 2013).
- ❖ Programas Residenciales Basados en Instituciones: estas intervenciones se llevan a cabo en hospitales, residencias de ancianos, hospitales psiquiátricos y cárceles. Según el tipo de institución, el animal convive por un periodo de tiempo con los pacientes, ancianos o reclusos (Piqueras, 2013).
- ❖ Programas de Visitas: en este tipo de programas, a diferencia del anterior, los animales no viven con las personas de las instituciones, sino que realizan visitas temporales y luego abandonan el lugar (Piqueras, 2013).
- ❖ Programas Equinos: se realizan con caballos, y existe la equinoterapia y la hipoterapia, por ello es importante diferenciarlas. La primera, se trata de una psicoterapia en la que se realizan actividades prácticas como montar, cabalgar, realizar saltos o acariciar al caballo. Por tanto su objetivo es el de mejorar el vínculo terapeuta-paciente. Sin embargo, la hipoterapia utiliza al caballo para facilitar mejoras físicas en el paciente. En este caso se utilizan técnicas para fomentar el neurodesarrollo e integración sensorial gracias a los movimientos que realiza el caballo. Así pues, su objetivo es mejorar la coordinación, motricidad fina, postura, mejorar las funciones cognitivas, entre otras. Con todo, estos programas son utilizados mayormente para el tratamiento de desórdenes del movimiento como la parálisis cerebral o el síndrome de Down (Blasz, 2011; Cabra, 2012; Jackson, 2012; Piqueras, 2013).
- ❖ Programas con animales salvajes: se realizan con delfines. En ellos, el paciente interactúa con el animal dentro del agua o desde la orilla del delfinario, y con ello permite una mejor sincronización entre sus hemisferios cerebrales. Sin

embargo, es una intervención que ha recibido muchas críticas ya que el animal debe vivir en cautividad y porque se ha observado que determinados delfines no demuestran una personalidad muy segura para poder trabajar con ellos (Blasz, 2011; Cabra, 2012; Jackson, 2012; Piqueras, 2013).

Sin embargo, otros autores (Cabra, 2012) a los Programas con Animales de Servicio, Residenciales Basados en Instituciones y de Visitas, los llaman terapia con pequeños animales. Los animales más utilizados son los perros, aunque también se realizan con gatos y conejos, entre otros:

- ❖ Terapia con perros: es el animal con más demanda debido a que son obedientes y se pueden entrenar fácilmente para sentir ciertas anomalías sobre la salud de las personas. Por ejemplo pueden detectar algunas reacciones químicas que ocurren en el cuerpo de la persona y que pueden ponerla en peligro. Asimismo, también pueden entender bastante bien lo que los cuidadores quieren de ellos e incluso pueden recordarlo. Con todo, el rol del perro es el de dejar que la gente le toque y hacerles disfrutar de su presencia (Petroman y Samfira, 2011).
- ❖ Terapia con conejos: es una forma de terapia que se utiliza cuando por ejemplo la terapia con perros no puede llevarse a cabo por motivos de espacio. Sin embargo, su rol es el mismo que el del perro (Petroman y Samfira, 2011).
- ❖ Terapia con gatos: el gato es el animal más apreciado en la terapia con animales desde que se descubrió que pueden sentir cuando alguien está enfermo. Además, el ronroneo es un instinto del gato que expresa placer y el impacto que este provoca en la salud y en el desarrollo de los huesos de las personas es similar al de los ultrasonidos. Por otro lado, es típico encontrar a este animal en residencias de ancianos y viviendas asistidas ya que con la mera presencia del gato, da una sensación más cómoda y hogareña en estas instalaciones en las que la terapia asistida tiene lugar (Jackson, 2012; Samfira y Petroman, 2011).

### 3.3. Efectos positivos del gato en las personas

El gato es uno de los animales utilizados en terapia especialmente recomendados para personas con baja autoestima o que se sienten/están solas y no pueden dedicar mucho tiempo al cuidado de una mascota, y para personas con reducida movilidad o que van en

silla de ruedas ya que son ágiles y tiene facilidad para saltar al regazo cuando le llaman. Además puede ofrecer una terapia física eficaz debido a que con el simple hecho de tenerlo en brazos y acariciarlo, facilita la movilidad de los brazos y permite un mayor control muscular. Igualmente acariciar al animal induce a la calma y al optimismo. Y asimismo su comportamiento silencioso, tranquilo e inalterable, transmite calma y sosiego, y gracias a ello ayuda a disminuir el nivel de ansiedad y estrés (Roldán, 2012; Samfira y Petroman, 2011). No obstante, hay que tener en cuenta que los gatos utilizados en la terapia asistida, deben ser tranquilos, que busquen el contacto con las personas, que no enseñen las uñas y que no tengan comportamientos agresivos (Martínez y Sisteró, 2012).

Estos efectos positivos pueden ser de tres tipos: fisiológico, psicológico y social.

- ❖ Fisiológico: según las investigaciones que se han llevado a cabo, la tenencia de mascotas reduce la presión sanguínea, ayudan a mejorar las dolencias cardíacas además de reducir su ritmo, favorecen la actividad física, reduce el estrés y la ansiedad, se ha observado que las visitas al médico se reducen e incluso se ha observado que el ronroneo favorece a recuperarse de lesiones óseas.

Se realizó una investigación en la Universidad del Norte de Iowa en el cual querían ver los efectos físicos que producía el contacto con un perro o un gato en la presión sanguínea y el pulso en estudiantes de la universidad, tanto hombres como mujeres. Los resultados apoyan las investigaciones anteriores sobre la reducción de la presión sanguínea asociada al contacto con el animal (Somervill et al, 2008).

En un estudio del 2002, los investigadores midieron los cambios del ritmo cardíaco y de la presión sanguínea (los participantes fueron sometidos a un estresor) en personas que tenían perro o gato, y lo compararon con personas que no tenían. Así pues, descubrieron que las personas que tenían perro o gato tenían menor tasa cardíaca y menos presión sanguínea al principio del experimento que los que no tenían mascota. Esto indica que tener un perro o gato baja el riesgo de tener problemas de corazón, además de reducir el estrés para mejorar el rendimiento (Casciotti, 2014).

Allen et al. (2001) realizó un estudio aleatorio de corredores de bolsa con hipertensión que adoptaron tanto a un gato, a un perro, o a ninguno. Se encontró que los que tenían mascota tenían la presión sanguínea más baja, es decir, estaban menos estresados que los que no tenían mascota (Companion Animals and the Health, 2014).

Según una investigación de la Universidad de Maryland, las personas con mascota que han sufrido un ataque al corazón viven un año más. Además, en las Universidades de Buffalo y California se ha encontrado que convivir con un perro o gato disminuye la presión arterial (Ovelar, 2015).

En el Instituto Nacional de Endocrinología de la Habana realizaron un estudio para describir como percibían los beneficios de la tenencia de animales de compañía los pacientes con una enfermedad cardiovascular. Y vieron que todas las personas manifestaban que se sentían satisfechas de vivir con un animal de compañía y que el vínculo que existía entre ambos les proporcionaba un gran beneficio a nivel emocional. Además, todas las personas reconocían que tener una mascota les motivaba a cuidarse más y un 41% se sentía con más ganas de hacer alguna actividad física (Hernandorena et al., 2014).

Algunos autores como Vormbrock y Grossberg señalan que tocar a un animal es muy importante ya que la presión sanguínea disminuye, e incluso también cuando se le habla. Asimismo Grossberg y Alf aseguran que a mayor preferencia de la persona hacia el animal, mayor relajación le producirá su interacción (Piqueras, 2013).

En otro estudio, las personas con edad avanzada que tenían un perro o un gato fueron más capaces de realizar ciertas actividades físicas de la vida diaria. Sin embargo, no hubo diferencias significativas entre los dueños de perros o gatos en sus capacidades para llevar a cabo estas actividades (Casciotti, 2014).

Además, algunos estudios muestran que la tenencia de mascotas puede influir en la necesidad de utilizar los servicios médicos, puesto que se ha demostrado que los dueños de perros o gatos acuden menos al médico anualmente y pasan menos tiempo en el hospital (The benefits of companion animals, 2009).

Por último, se ha podido demostrar que el ronroneo de un gato favorece la recuperación de las lesiones óseas, ya que sus cuerdas vocales vibran con una frecuencia de entre 25-50 hercios, exactamente la que se utiliza en radiofrecuencia para la rehabilitación. Además, estas vibraciones ayudan a procesar mejor las emociones, activa el sistema límbico, genera endorfinas y refuerza el sistema inmunológico, y con ello, se consigue relajarse, que baje la presión arterial, estimular la actividad celular, y activar iones y encimas (Ovelar, 2015).

- ❖ Psicológico: el gato es un estímulo positivo debido a que su compañía anima, desestresa y mejora los síntomas de algunos trastornos psicológicos como la depresión, la esquizofrenia, la anorexia, el autismo o el déficit de atención (Ovelar, 2015). Además, en estado de aislamiento o duelo se convierte en la compañía ideal (Hernandorena et al., 2012).

En Estado Unidos se realizó una investigación dónde comparaban dos grupos de personas mayores, y se confirmó que aquellas personas que eran dueñas de gato se sentían menos solas, ansiosas y deprimidas, que aquellas que no tenían (Beneficios para la salud, 2015).

En otro estudio realizado en Italia, pretendían evaluar los efectos de la terapia con animales en las funciones cognitivas, estado de ánimo y la calidad de vida percibida en pacientes de edad avanzada, y que además estaban afectados por demencia, depresión y psicosis. Con ello, demostraron que la terapia con animales era eficiente porque mejoraba los síntomas depresivos y las funciones cognitivas de personas que viven en residencias con una enfermedad mental (Moretti et al., 2011).

En una investigación australiana se encontraron mejores puntuaciones en la salud psicológica de personas que tenían gatos que los no propietarios. Las mujeres propietarias de un gato, valoraban altamente el afecto y amor incondicional que este les proporcionaba. Un estudio realizado por Karsh y Turner (1988) encontró que los dueños de gatos a largo plazo eran menos solitarios, ansiosos y deprimidos que los no propietarios (Hart, 2010, p.64).

Asimismo también existen otras investigaciones que confirman el hecho de que personas con una enfermedad mental grave ven que las experiencias que tienen con las mascotas contribuyen de una forma importante en su recuperación total. En una de ellas, además encontraron diferencias entre las personas con una enfermedad mental grave que son dueñas de mascotas y las que no lo son, como por ejemplo que las personas que tenían mascota eran más propensas a no tener una adicción, a vivir con los demás y a tener menos hospitalizaciones durante toda su vida (Wisdom, Saedi y Green, 2009).

También, en otro estudio realizado con 218 pacientes psiquiátricos hospitalizados, pretendían medir los efectos de la TAA. Su hipótesis fue que la TAA mejoraría las puntuaciones de ansiedad, depresión y dolor junto con las medidas fisiológicas asociadas. Los resultados obtenidos apoyaron la hipótesis de que la TAA mejora los índices de estrés, estado de ánimo, pulso y dolor, sin embargo, no encontraron diferencias con los programas tradicionales del manejo del estrés (Nepps, Stewart y Bruckno, 2011).

Gutiérrez, Granados y Piar (2007) explican el efecto de cambio de foco. En otras palabras, que al introducir un animal, el paciente deja a un lado sus problemas (deja de focalizarse en ello), y pasa a fijar su atención en el animal ya sea hablándole o hablando de él.

Además, en otra investigación pretendía examinar si la tenencia de mascotas contribuye de forma independiente a la predicción de la supervivencia a largo plazo, más allá de las contribuciones de la depresión, ansiedad o bajo apoyo social, en pacientes después de un infarto que ya hayan sobrevivido al menos 6 meses. Así pues, se encontró que no solo la tenencia de animales estaba asociada con el descenso de la mortalidad, sino que tener una mascota tiende a moderar el efecto de la depresión sobre la mortalidad (Friedmann, Thomas y Son, 2011).

Por otro lado, también se ha demostrado que los gatos y perros ayudan a superarnos y a reponernos tras la pérdida de un pariente o después de romper con nuestra pareja (Beneficios para la salud, 2015; Ovelar, 2015).

Asimismo también encontramos estudios en los que existen buenos resultados en personas que han sufrido abusos y que no permiten que el terapeuta les toque, ya

que se ha visto que la mera presencia del animal tocando a la persona con su piel no le produce dolor (Samfira y Petroman, 2011).

Por último, existen autores que manifiestan que un animal facilita el proceso de recordar, y con ello la memoria mejora. El vínculo puede originar recuerdos de etapas de nuestra vida debido a que los animales se relacionan con acontecimientos que han ocurrido en la vida de personas que siempre han tenido una mascota (Piqueras, 2013).

- ❖ **Social:** las mascotas facilitan el acercamiento entre las personas tanto conocidas como desconocidas, con lo que pueden llegar a adquirir nuevas amistades, y permiten una buena comunicación entre distintas generaciones al ser un foco de interés común. También, tiene un efecto positivo sobre la comunicación debido a que aunque el animal no habla, sí que es cómplice de lo que nosotros le contamos. Además promueven la participación en juegos. Y asimismo los extraños perciben a las personas con mascota como menos amenazantes y mejor predispuestas a iniciar una conversación (Hernandorena et al., 2012; Piqueras, 2013; Salama, 2007).

A pesar de que la mayoría de investigaciones se han llevado a cabo, podemos encontrar estudios como el realizado por Balazote (1997) en el que se observó que los adultos mayores que tenían mascota, aumentaban su comunicación en casi un 50% en las sesiones con un animal (Gutiérrez, Granados y Piar, 2007).

### 3.4. Efectos de la IAA en la depresión

Como hemos podido ver los beneficios del gato o de la tenencia de algún animal de compañía son muy positivos. Además, la mayoría de ellos mejoran la depresión ya sea directamente, por ejemplo reduciendo los sentimientos de soledad y aislamiento, o de forma indirecta, por ejemplo reduciendo la ansiedad (muy relacionada con la depresión). Sin embargo vamos a comentar un estudio realizado por Souter y Miller (2007) en el que se centran exclusivamente en los efectos de las AAA y TAA para tratar la depresión.

Estos autores realizaron una meta-análisis entre cinco investigaciones (4 con perros y 1 con perros y gatos) que trataban de medir la efectividad de las IAA en la depresión. Sin embargo critican los demás estudios porque no se basan en criterios metodológicos óptimos para obtener respuestas más objetivas. No obstante, las investigaciones seleccionadas constaban de: una asignación aleatoria de la muestra, la inclusión de un grupo control, la exposición a algún tipo de IAA (AAA o TAA), la medición de los síntomas depresivos antes y después de recibir el tratamiento, un reporte de información suficiente para calcular los tamaños del efecto y una estandarización estadística de la fuerza del efecto del tratamiento.

Encontraron que los beneficios que se obtenían se basaban en: promover la relajación del cuerpo, aumentar la empatía, reducir la ansiedad y el estrés, mejorar la autoestima y la auto-aceptación, disminuir la soledad, fomentar la orientación a la realidad, mejorar las habilidades de crianza, estimular la mente, aumentar el afecto positivo y favorecer las oportunidades para recordar experiencias pasadas con las mascotas o experiencias de la vida en general.

Así pues, gracias al meta-análisis, demostraron que al menos las cinco investigaciones empíricas seleccionadas mostraban resultados estadísticamente significativos y representativos para afirmar que las IAA tienen efectos positivos sobre los síntomas de la depresión.

Por otro lado, Beetz, Uvnäs-Moberg y Kotrschal (2012) llevan a cabo un resumen de las diferentes investigaciones que se han realizado para observar el papel que tiene la oxitocina en los beneficios de la interacción humano-animal. Así pues, a pesar de que la investigación sobre los efectos directos de la oxitocina en la interacción humano-animal todavía es escasa, existen evidencias claras del potencial que tiene la interacción con animales para aumentar los niveles de oxitocina en los seres humanos. Con ello, proponen que la liberación de la oxitocina a través del contacto con los animales puede contribuir a explicar muchos de los efectos de la interacción con los animales.

### 3.5. Resultados contradictorios

A pesar de los buenos resultados obtenidos en muchas investigaciones, existen algunos estudios en los que aparecen resultados contradictorios concluyendo que la tenencia de



una mascota no favorece la salud ni física ni mental. Así pues, a continuación vamos a presentar algunas de estas investigaciones.

En un estudio realizado en Australia con 2.551 personas de entre 60 y 64 años, compararon las características sociodemográficas, medidas de salud mental y física, y los rasgos de personalidad, de los dueños de mascotas y los no propietarios. Como resultados obtuvieron que las personas con mascota informaban sobre más síntomas depresivos mientras que las mujeres casadas y dueñas de una mascota también tenían peor salud física. Así pues, vieron que el cuidado de una mascota se asociaba con resultados negativos para la salud, incluyendo más síntomas depresivos, peor salud física y tasas más altas de uso de medicamentos para aliviar el dolor. Y además encontraron que los dueños de una mascota obtuvieron puntuaciones mayores de psicoticismo. Con todo, llegaron a la conclusión de que la tenencia de mascotas no otorga beneficios para la salud, al menos en este grupo de edad (Parslow et al., 2005).

Por otro lado, Parker et al. (2010) afirmó que los dueños de mascotas eran más propensos a morir o de ser readmitidos en el hospital después de un ataque al corazón que los que no tenían mascota. Y además, los propietarios de gatos experimentaban mayor morbilidad que los dueños de perros (Companion Animals and the Health, 2014).

En una investigación llevada cabo en Islandia con 5.294 personas de entre 18 y 79 años, pretendían observar si los dueños de mascotas percibían su salud como mejor, si eran propensos a ser diagnosticados y a sufrir depresión, ansiedad y estrés, y si estaban más satisfechos con la vida que las personas que no tenían mascota. Con ello, encontraron que los dueños de mascotas estaban menos satisfechos con la vida, y experimentaban más síntomas depresivos y más estrés que los que no tenían ningún animal (Gunnarsdóttir, 2012).

Asimismo, un estudio escandinavo mostró que los dueños de gatos tenían valores más altos en su índice de masa corporal, mayor presión arterial, y hacían menor ejercicio que los dueños de perros y lo que no tenían mascota. Por otro lado, en una investigación de los Países Bajos compararon a un grupo de personas de edad avanzada con una enfermedad crónica o discapacidad, y concluyeron que los dueños de perros eran más propensos a hacer ejercicio que lo que no tenían mascota, e incluso lo dueños de gatos realizaban aún menos. Además, también encontraron que los dueños de gatos tenían

más probabilidades de acceder a servicios de salud mental en comparación a los que no tenían mascota (Companion Animals and the Health, 2014).

En otro estudio realizado en Suecia con una muestra de 39.995 pretendían explorar las diferencias entre las personas que tenían una mascota y las que no en aspectos de salud, actividades físicas o de ocio, trabajo y características sociodemográficas. Así pues, encontraron que la tenencia de mascotas estaba asociada con sufrir problemas de salud mental, a pesar de que estas personas tenían una mejor salud general, participaban a más actividades de ocio y eran físicamente más activas (Müllersdorf et al., 2010).

Por último, en otra investigación encontraron una asociación entre las mordeduras de gato y la depresión humana. Descubrieron que una gran proporción de pacientes deprimidos que tenían una mordedura de gato, especialmente mujeres, padecían depresión. Por ello, sugieren hacer una prueba para descartar la existencia de depresión en personas que acudan con una mordedura de gato (Hanauer, Ramakrishnan y Seyfried, 2013).

#### 4. Problemas éticos

Resulta evidente que los animales que se utilizan en las terapias tengan una buena calidad de vida. Sin embargo en ocasiones no parece quedar claro que un animal es un ser vivo, y que por ello, debemos mirar por su bienestar. Aun así, los derechos de los animales utilizados en las terapias no pueden limitarse solamente a un bienestar básico, también hay que tener en cuenta que: no deben existir lesiones por una manipulación brusca o producida por otro animal, debe asegurarse el bienestar básico del animal (atención veterinaria, y acceso a zonas de agua y ejercicio), no se debe obligar al animal a hacer visitas sino disfruta de ello, y deben tener un tiempo donde pueda estar tranquilo antes de las sesiones y estar protegidos de posibles enfermedades que puedan portar otras personas (Zamir, 2006).

Por otro lado, desde una perspectiva liberacionista más amplia, estas observaciones apenas rozan las cuestiones morales que plantean la TAA. Para ellos, según el artículo de Zamir, (2006) utilizar un animal para el tratamiento de los seres humanos es inmoral en seis maneras distintas:

- ❖ **Limitan su libertad:** en algunos casos, cuando los animales son mascotas entrenadas (perros guía), las limitaciones de libertad son las mismas que en una relación mascota-propietario (relación que para algunos liberacionistas sigue siendo inmoral independientemente de su calidad de vida). En el caso de los animales que no son animales domésticos o animales entrenados (conejos, hámster, serpiente, etc.) la pérdida de la libertad puede ser mucho más grave.
- ❖ **Determinan su vida:** algunas de las acciones con respecto a los animales son totalmente determinantes de su vida. Convertir a un animal en animal de compañía, en un animal de zoo, en un caballo de carreras, etc., son acciones determinantes.
- ❖ **Son entrenados:** conseguir perros o monos para ayudar a los seres humanos de manera eficiente en numerosas tareas implica un período de tiempo prolongado de formación, que a su vez incluye varias violaciones del bienestar de los animales. Por otra parte, a diferencia de los gatos y perros, muchos de los otros animales utilizados en TAA están asustado por la presencia humana, y tiene que someterse a los períodos en los que se tienen que acostumbrar a que haya personas a su alrededor.
- ❖ **Son desconectados socialmente:** que los animales estén desconectados de sus familiares y de sus semejantes es una forma inmoral de privación.
- ❖ **Se les lesiona:** los animales para las terapia pueden ser (y son) maltratados sistemáticamente. Incluso cuando se manejan con cuidado, exponiéndolos a extraños para que los acaricien puede crearles ansiedad. Además, un pequeño porcentaje de estos animales son heridos durante las sesiones.
- ❖ **Son utilizados como un instrumento:** del mismo modo que retener a un grupo de personas para ser ayudantes terapéuticos, (aunque se haya demostrado que son eficaces para la terapia) está mal, hacerle lo mismo a un animal es inmoral de forma similar.

A pesar de todo, con respecto a los animales de compañía, algunas relaciones mascota-dueño son en general buenas tanto para los humanos como para los animales. Es más, estas relaciones hace un mundo mejor para algunos animales porque en general, es una alternativa mejor que vivir en la naturaleza, es decir, animales como los gatos o los perros consiguen sobrevivir más tiempo, más seguros y con una vida más cómoda. Sin

embargo, no hay que dejar de lado que para algunos animales, convertirlos en animales de compañía no es un beneficio (por ejemplo animales salvajes o aves) (Zamir, 2006).

Por último, en cuanto a los animales utilizados en terapia, algunos de los programas de TAA se refuerzan por conectar intereses de los animales y las necesidades humanas situando animales abandonados con las personas mayores, beneficiando así a estos animales de una manera aún más inmediata. Además, puede que los perros y gatos estén sometidos a intervenciones, pero vivir salvajemente podría llegar a reducir su número de especies (Zamir, 2006).

### 5. Conclusiones

A lo largo de la historia, la interacción de los humanos con las personas ha sido cambiante. Al principio la relación se basaba en la utilización de estos para la caza, la protección, como medio de entretenimiento, como símbolo sagrado, etc., y ahora ha pasado a ser una relación afectiva.

Por otro lado, a pesar de que existe información desde hace siglos sobre los beneficios de la relación humano-animal, las investigaciones al respecto son bastante recientes. Sin embargo, el uso de animales de forma terapéutica no es algo nuevo, ya que en la época clásica se utilizaban animales en templos o lugares de sanación con las creencias curativas de estos.

Asimismo, los efectos beneficiosos de tener un gato o de la realización de una TTA incluyen una reducción de la respuesta de estrés y de ansiedad, de la percepción de amenaza, y una mejora tanto del estado de ánimo como de las interacciones sociales.

Así pues, basándonos en las investigaciones existentes, las TAA están indicadas a hombres, mujeres y niños de cualquier edad que necesiten mejorar su estado de ánimo, su autoestima, su motivación o su salud tanto física como psicológica. Además, también se observan efectos positivos al utilizarse con personas que tengan un trastorno de la conducta, esquizofrenia, síndrome de Down, autismo y otras discapacidades de tipo cognitivo o físico (Cabra, 2012; Samfira y Petroman, 2011).

No obstante, hay que tener en cuenta algo muy importante, y es que un animal por sí mismo no constituye una terapia, sino que simplemente cumple una función

instrumental para facilitar que la farmacoterapia y la psicoterapia produzcan su efecto curativo. Además, por sí mismo tampoco produce los efectos positivos tanto mentales como físicos comentados anteriormente, sino que también depende de otros factores como la red social del paciente o del vínculo que se cree entre la persona y el animal (Martínez y Sisteró, 2012; Piqueras, 2013). Así pues, no hay que ver a los animales como una panacea ya que se puede corromper su verdadero valor y podría tomarse esta área de investigación como poco seria (Gutiérrez, Granados y Piara, 2007).

Por otro lado, a pesar de que en las investigaciones encontramos resultados positivos en los beneficios que estos animales tienen en la depresión o en otras dolencias físicas o mentales, existen otros estudios que afirman todo lo contrario. Encontramos artículos cuyos resultados afirman que la tenencia de animales aumentan los síntomas depresivos, e incluso existen otros estudios que sostienen que empeora la salud física.

Asimismo, los principales efectos negativos en las TAA o en la tenencia de un gato están relacionados con mordeduras, arañazos, fenómenos alérgicos y la transmisión de zoonosis. Sin embargo, la transmisión de infecciones por parte de un animal en las TAA, es bastante infrecuente. Además, si se siguen las normas básicas de higiene personal y ambiental en casa, y se somete al animal periódicamente a controles veterinarios, los riesgos a contraer alguna enfermedad se minimizan (Hernandorena, 2012; Jofré, 2005).

Con todo, no hay que dejar de lado que existen algunas contraindicaciones para iniciar o continuar con una TAA: el paciente puede tener miedo al animal, puede expresar desinterés o puede no ser capaz de tratar al animal de una forma adecuada. Es por ello que el proceso de selección del animal para la terapia no se puede tomar a la ligera y deben tenerse en cuenta las preferencias del paciente. Es más, una breve entrevista con el cliente antes de la intervención puede ayudar tanto a solucionar algún problema y a determinar si una TAA es apropiada o no (Jackson, 2012; Morrison, 2007).

Por último, tanto en casa como cuando se trabaja en TAA, las cuestiones éticas deben ser tomadas en cuenta para el animal. Deben cubrirse las necesidades físicas como la alimentación, el agua, la protección en cuanto al clima, e incluso sus necesidades sociales y de comportamiento. Además, cuando se trabaja en TAA, es necesario asegurar que el animal no sufra abusos, dolores, lesiones, enfermedades o se vea amenazado por algún peligro por parte de la persona asistida. Asimismo, durante el día,

el animal debe poder descansar del contacto con los pacientes (Jackson, 2012; Martínez y Sisteró, 2012).

En resumen, las mascotas han alcanzado un papel muy importante en nuestras vidas y han cambiado la forma en que nos relacionamos con ellos. Además, es importante tener en cuenta que tener una relación responsable con ellas hace que la relación humano-animal sea más enriquecedora. Sin embargo, no hay que olvidar que todavía queda mucho camino por recorrer en esta área de investigación y puede que en un futuro no muy lejano esas controversias que hoy en día encontramos, desaparezcan.

## 6. Referencias bibliográficas

- .Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H. & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers in psychology*, 3(234).
- . Beneficios para la salud de tener un gato (2015). Obtenida el 1 de marzo de 2015, de: <http://www.laprensa.com.ni/2015/03/03/espectaculo/salud-espectaculo/1791627-gatos>
- . Blasz, B. (2011). Animal-Assisted Therapy. *Research Papers*. Paper 432.
- . Buil Martínez, I., & Canals Sisteró, M. (2012). *Terapia asistida con animales*. Universidad Autónoma de Barcelona.
- . Cabra Martínez, C. A. (2012). Terapia asistida con animales. Efectos positivos en la salud humana. *Journal of Agriculture and Animal Sciences*, 1(2).
- . Casciotti, D. (2014). Pets and health: The impact of companion animals. Obtenido el 1 de marzo de 2015, de: <http://center4research.org/healthy-living-prevention/pets-and-health-the-impact-of-companion-animals/>
- . Companion animals and the health of older persons. (n.d.). Obtenido el 1 de marzo de 2015, de: <http://www.ifa-fiv.org/wp-content/uploads/2014/09/Companion-Animals-and-Older-Persons-Full-Report-Online.pdf>.
- . Cruz Vázquez, C. (2009). Mascotas:¿ Amigos medicinales?. *Alternativas en Psicología*, 14(20), 48-57.

- . Cuatrecasas, F. (2013). *Hablemos de gatos* (1ª ed.). En Lulu (ed.), *Hablemos de gatos* (pp.1-5).
- . Friedmann, E., Thomas, S. A., & Son, H. (2011). Pets, depression and long term survival in community living patients following myocardial infarction. *Anthrozoos*, 24(3), 273-285.
- . Gómez, L. F., Atehortua, C. G., & Orozco, S. C. (2007). La influencia de las mascotas en la vida humana. *Revista Colombiana de Ciencias Pecuarias*, 20, 377-386.
- . Gunnarsdóttir, H. B. (2012). *Companion animals and mental health*. Tesis de Máster en Salud Pública. Universidad de Islandia.
- . Gutiérrez, G., Granados, D. R., & Piar, N. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Revista colombiana de psicología*, 16, 163-184.
- . Hanauer, D. A., Ramakrishnan, N., & Seyfried, L. S. (2013). Describing the relationship between cat bites and human depression using data from an electronic health record. *PLOS ONE*, 8(8).
- . Hart, L. A. (2010). Positive effects of animals for psychosocially vulnerable people: a turning point for delivery. *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice*, 3, 59-84.
- . Hugues Hernanderona, B., Álvarez Álvarez, A. M., Castelo Elías-Calles, L., Ledón Llanes, L., Mendoza Trujillo, M., & Domínguez Alonso, E. (2012). Tenencia de animales de compañía. Posibles beneficios para las personas con endocrinopatías y enfermedades metabólicas. *REDVET*, 13(6).
- . Hugues Hernanderona, B., Álvarez Álvarez, A., Ledón Llanes, L., Mendoza Trujillo, M., Castelo Elías-Calles, L., & Domínguez Alonso, E. (2014). Percepción de los beneficios de la tenencia de animales de compañía en pacientes con enfermedades cardiovasculares. *CorSalud*, 6(1), 56-62.
- Jackson, J. (2012). *Animal-assisted therapy: the human-animal bond in relation to human health and wellness*. Winona State University. Minnesota.
- . Jofré, L. (2005). Visita terapéutica de mascotas en hospitales. *Revista chilena de infectología*, 22(3), 257-263.

Moretti, F., De Ronchi, D., Bernabei, V., Marchetti, L., Ferrari, B., Forlani, C., et al. (2011). Pet therapy in elderly patients with mental illness. *Psychogeriatrics*, 11(2), 125-129.

. Morrison, M. L. (2007). Health benefits of animal-assisted interventions. *Complementary health practice review*, 12(1), 51-62.

. Müllersdorf, M., Granström, F., Sahlqvist, L., & Tillgren, P. (2010). Aspects of health, physical/leisure activities, work and socio-demographic data associated with pet ownership in Sweden. *Scandinavian journal of public health*, 38(1), 53-63.

. Nepps, P., Stewart, C., & Bruckno, S. (2011). Animal-assisted therapy: Effects on stress, mood, and pain. *Journal of Lancaster General Hospital*, 6(2), 56-59.

. Ovelar, M. (2015). El mundo practica la gatoterapia. Obtenida el 1 de marzo de 2015, de: <http://smoda.elpais.com/articulos/el-mundo-practica-la-gatoterapia/5838>

. Parslow, R. A., Jorm, A. F., Christensen, H., Rodgers, B., & Jacomb, P. (2005). Pet ownership and health in older adults: Findings from a survey of 2,551 community-based Australians aged 60–64. *Gerontology*, 51, 40-7.

. Piqueras, C. (2013). *Terapia cognitiva y terapia asistida con animales en el tratamiento de la depresión*. Universidad de Belgrano. Argentina.

. Regader, B. (n.d.). Gatoterapia, descubre los efectos beneficiosos de vivir con un gato. Obtenida el 1 de marzo de 2015, de: <http://psicologiaymente.net/gatoterapia/>

. Roldán, R. (2012). El gato como terapia. Obtenida el 1 de marzo de 2015, de: <http://blogs.larioja.com/animales-de-la-rioja/2012/03/07/936/>

. Salama, I. (2007). Los animales de compañía como moduladores positivos de salud de los mayores. Obtenida el 1 de marzo de 2015, de: <http://www.enplenitud.com/los-animales-de-companiia-como-moduladores-positivos-de-la-salud-de-los-mayores.html#ixzz1YsN9wDxt>

. Samfira, M., & Petroman, I. (2011). Therapeutic value of the human being-animal relationship. *Scientific Papers Animal Science and Biotechnologies*, 44(2), 512-515.

. Souter, M. A., & Miller, M. D. (2007). Do animal-assisted activities effectively treat depression? A meta-analysis. *Anthrozoos: A Multidisciplinary Journal of The Interactions of People & Animals*, 20(2), 167-180.



. The benefits of companion animal ownership. (2009). Obtenido el 1 de marzo de 2015, de: [http://www.acac.org.au/pdf/PowerOfPets\\_2009\\_19.pdf](http://www.acac.org.au/pdf/PowerOfPets_2009_19.pdf).

. Wisdom, J. P., Saedi, G. A., & Green, C. A. (2009). Another breed of “service” animals: STARS study findings about pet ownership and recovery from serious mental illness. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(3), 430-436.

. Zamir, T. (2006). The moral basis of animal-assisted therapy. *Society and Animals*, 14(2), 179.