



**Eficacia de la terapia asistida con mascotas en el manejo de la ansiedad y depresión:
Una revision sistemática de la literatura**

Autor: Emilym Gabriela Melo Neves

Isabela Mendonça Souza Zorzan de Rezende

**Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan
Caballero**

29 de enero de 2025

Trabajo Final de Grado



Resumen

La depresión y la ansiedad son trastornos mentales que afectan a millones de personas en todo el mundo , impactando significativamente su calidad de vida y funcionamiento diario . Entre las diversas intervenciones terapéuticas emergentes, la terapia asistida con animales (TAA) ha ganado atención considerable como un enfoque complementario prometedor. Esta modalidad terapéutica involucra la interacción estructurada entre pacientes y animales entrenados, bajo la supervisión de profesionales de la salud calificados. La presente revisión aborda la efectividad de la terapia asistida con mascotas (TAA) en la reducción de síntomas de depresión y ansiedad, un problema creciente que afecta la calidad de vida de las personas. El objetivo principal fue evaluar los resultado de investigaciones recientes sobre la TAA como intervención complementaria en condiciones de salud mental. Se realizo una revisión sistemática de estudios publicados en los últimos diez años , identificados en bases de datos científicas como PubMed y Scopus. Los estudios seleccionados incluyeron ensayos controlados aleatorios y estudios observacionales que evaluaron TAA con perros y caballos en poblaciones diagnosticadas con depresión, ansiedad o trastornos relacionados . Las variables principales analizadas fueron la intensidad de los síntomas medidos mediante escalas validadas y la adherencia a las sesiones terapéuticas. Los resultados indicaron que la TAA redujo significativamente los síntomas de depresión en un 65% de los casos y los de la ansiedad en un 24.1% con alta aceptación por parte de los pacientes y ausencia de efectos adversos . Se concluyo que la TAA constituye una intervención efectiva y segura para el manejo de trastornos emocionales, aunque se requieren estudios adicionales con metodologías estandarizadas y muestras mas amplias para confirmar y generalizar estos hallazgos

Palabra clave: Terapia asistida con animales , depresión, ansiedad , Salud mental, Intervenciones