Publicado en España el 14/08/2019

Mascota Planet expone los beneficios de tener una mascota en el hogar

Para muchas personas tener una mascota, es una de las mejores decisiones que han tomado en su vida

Multitud de investigaciones realizadas sobre este tema, muestran que las personas que tienen mascotas, a tiempo parcial o total, han obtenido beneficios tanto físicos como psicológicos.

Un experto de las Instituciones Médicas, Johns Hopkins, en Estados Unidos asegura que entre los humanos y el cuidado de un animal existe una conexión probada.

Los beneficios que resultan de tener una mascota son los siguientes:

La convivencia con un animal reduce el estrés

Las investigaciones demuestran, qué, con tan solo tener una mascota, sea del tipo que sea, se disminuye la hormona del estrés denominada cortisol y eleva los niveles de la hormona del bienestar denominada oxitocina, la misma hormona que une a las madres con sus hijos.

De hecho, un 84% de los pacientes con trastorno de estrés postraumático, a los que se les ha proporcionado un perro adiestrado, se les redujo significativamente sus síntomas y un 40% fueron capaces de reducir sus medicamentos.

Baja la presión sanguínea

Los beneficios de la reducción del cortisol y el aumento de la oxitocina por tener una mascota también ayudan a mantener la presión sanguínea en niveles adecuados. "Tener y cuidar de una mascota permite apreciar la belleza de la naturaleza. Es relajante y trascendental"

Incrementa la actividad física del propietario de la mascota

Las personas que poseen perros no tienen elección, tienen que sacar a pasear a sus mascotas. "De esta forma los animales les proporcionan una excusa diaria para realizar su dosis de ejercicio", apunta el especialista.

Fomenta la salud cardíaca

La Asociación Americana del Corazón hizo pública una investigación en la que se aseguraba que tener un perro como mascota es una forma de mantener controlada la enfermedad cardiovascular.

Alivia la soledad y la depresión

Un estudio de 2011, descubrió que quienes poseían una mascota tenían una mejor autoestima, y que

incluso en ocasiones, proporcionan un mejor apoyo social que los humanos, para mitigar la depresión.

Además, las mascotas son buenos catalizadores sociales para reunir a personas que comparten los mismos intereses por los animales.

Ayuda en el ámbito clínico
Más allá de la simple compañía, los perros en concreto, son ayudantes de personas quienes no tienen vista o tienen algún tipo de problema de movilidad. Los perros incluso se han utilizado para ayudar a detectar trastornos, desde las convulsiones, al cáncer.

Las mascotas aportan cantidad de beneficios a las personas, por ello deberían de ser recompensados por la gran ayuda. En mascotaplanet, tienen infinidad de productos de calidad, con los que se les pueden tener bien cuidados y sanos.

Datos de contacto:
ALVARO GORDO
951650484

Nota de prensa publicada en: España

Categorías: Sociedad Mascotas

NotasdePrensa
https://www.notasdeprensa.es