Publicado en Madrid el 29/10/2020

# [Tener mascota mejora la salud mental durante el confinamiento, según un estudio de la Universidad de York](http://www.notasdeprensa.es)

## Un estudio dirigido por la Universidad de York (Reino Unido) constata estadísticamente que tener un animal de compañía durante el confinamiento es bueno para la moral y la salud mental

 Un estudio dirigido por la Universidad de York (Reino Unido) constata estadísticamente que tener un animal de compañía durante el confinamiento es bueno para la moral y la salud mental. Durante estos días en los que vuelve a estar de actualidad el confinamiento en prácticamente en todo el país, los beneficios que aportan los animales de compañía en estos momentos salen a relucir todavía más. Para este estudio, los investigadores de la Universidad de York tomaron como periodo de confinamiento desde el 23 de marzo de 2020 hasta el 1 de junio y, preguntaron a miles de personas sobre la relación con sus animales de compañía durante la cuarentena. Más del 90% de los encuestados dijeron que su mascota los ayudó a sobrellevar emocionalmente el encierro. El 96% dijo que su mascota los ayudó a mantenerse en forma y activos. La fuerza de este vínculo no fue significativamente diferente entre la especie del animal, siendo las mascotas más comunes los gatos y los perros (el 90%). El estudio, del que se ha hecho eco Wamiz -el principal portal sobre animales de compañía en Europa-, señala que tener animales se asocia con el mantenimiento de la salud mental y la disminución de la sensación de aislamiento y soledad y, por lo tanto, parece mitigar algunos de los efectos psicológicos más nocivos del confinamiento a raíz del Covid-19. Para la mayor parte de los encuestados el cuidado de sus animales supuso una ayuda para enfrentar el contexto de la pandemia y afirmaron que son una fuente importante de apoyo emocional. Sin embargo, los animales también son motivo de preocupación. El 68% de los propietarios manifestó su preocupación especialmente durante el parto, puesto que el acceso a la atención veterinaria estaba restringido. Aun así, los investigadores advierten que no se debe adquirir un perro o gato “para mantenerse cuerdos”. Los animales tienen sus propias necesidades y no satisfacerlas puede tener un efecto perjudicial tanto para las personas como para sus mascotas.

**Datos de contacto:**

Bemypartner

633138713

Nota de prensa publicada en: [https://www.notasdeprensa.es/tener-mascota-mejora-la-salud-mental-durante\_1](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorias: Sociedad Veterinaria Mascotas Universidades



[**http://www.notasdeprensa.es**](http://www.notasdeprensa.es)