

 aquí **estamos**

# un Perro, un AMIGO

Los perros pueden contribuir mucho al bienestar psicológico de las personas, particularmente de los ancianos, aminorando la frustración, la tristeza y la ansiedad. Estos animales estimulan la sensación de seguridad en sus dueños; algunos estudios han mostrado que los ancianos que cuentan con la compañía de un perro confían más en sí mismos que quienes no la tienen.

En Málaga, España, una investigación encontró que, al cabo de un año, en un grupo de octogenarios —con un perro como compañía— disminuyeron la depresión y la ansiedad, y aumentó el nivel de concentración, en contraste con los ancianos del grupo control.

Los perros mantienen una constancia en su comportamiento y, lo más importante, aceptan a su dueño tal como es.

En conclusión, poseer un perro permite una mejor calidad de vida frente a las carencias afectivas, por lo cual puede considerarse una buena opción para complementar las terapias y la integración social de los grupos de edad avanzada.

*Leticia Gómez Rosas*  
Estudiante  
Maestría en Ciencias Biológicas  
Universidad Autónoma de Tlaxcala



¿Eres estudiante? ¿Te gusta escribir? Entonces este espacio es tuyo. Aquí puedes publicar tus comentarios, reflexiones y experiencias en torno a la ciencia. Envíanos un texto breve y adjunta tu nombre, dirección, teléfono y el nombre de la escuela a la que asistes. ¿Cómo ves? seleccionará el mejor texto que haya llegado a nuestra redacción antes del último día de cada mes, para publicarlo en la edición que saldrá al público 60 días después. Manda tus colaboraciones: Revista ¿Cómo ves? Fax: 56 65 22 07 Correo electrónico: comoves@universum.unam.mx