



JANINA MARCANO

**A**unque es cada vez más común en Chile que las familias tengan una mascota en casa, no es una decisión que deba tomarse a la ligera, según advierten múltiples sociedades científicas que se dedican a investigar este tema, así como especialistas locales entrevistados.

En los últimos años ha crecido el cuerpo de evidencia que sugiere múltiples beneficios para los niños a partir de la convivencia con una mascota, desde el desarrollo de habilidades sociales y emocionales hasta la promoción de la salud física. La mayoría de los estudios se han hecho con perros y gatos, señalan las especialistas.

Una investigación reciente de la Fundación Affinity (España) reveló que el 94% de los niños que conviven con animales de compañía afirman sentirse mejor cuando su mascota está cerca.

Además, estos menores asocian la relación con sus mascotas con conceptos como "cuidar", "alimentar" y "jugar", lo que sugiere que estas contribuyen al desarrollo de la responsabilidad y la empatía.

Otro trabajo, publicado en *Pediatrics*, encontró que los niños que crecieron en hogares con mascotas, especialmente perros, tenían menos probabilidades de desarrollar alergias respiratorias y asma en comparación con quienes no estuvieron expuestos a animales durante su infancia.

### Bacterias y alergias

En esa misma línea, al menos dos nuevas investigaciones internacionales, dadas a conocer este año, han encontrado que la exposición temprana a perros se asocia con una mejor composición del microbioma intestinal (conjunto de bacterias y hongos que viven en el intestino), lo que podría reducir el desarrollo a alergias alimentarias.

"En el aspecto social, los perros entregan estímulos positivos a los niños. Se ha visto que tienen beneficios en la parte motora, debido a que se mueven y aprenden a controlar el cuerpo y sus movimientos al jugar con su mascota, y también se asocian con una mejor salud mental", señala Leonor Jofré, pediatra y presidenta de la Rama de Infectología de la Sociedad Chilena de Pediatría.

Sin embargo, es esencial considerar las necesidades y responsabilidades asociadas con el cuidado de una mascota para garantizar una experiencia positiva, apunta Jofré.

Así, señala, los beneficios que sugiere la ciencia dependen del contexto, el tipo de mascota y las dinámicas familiares. Un aspecto fundamental en la decisión es elegir un animal acorde al entorno y la edad de los niños, asegura.

"Los perros ideales para convivir con los niños son aquellos que sean tranquilos, obedientes y de menor tamaño. Mientras que con los perros más grandes puede haber más riesgo de accidentes. La seguridad y el carácter del animal son elementos esenciales a evaluar", asegura la pediatra.

Para Teresa Valle, psicóloga del Centro Médico Cetep, también es importante, en la medida de lo posible, evaluar la historia del



ESTUDIOS MUESTRAN QUE PUEDE TENER BENEFICIOS PARA LOS NIÑOS:

# ¿Pensando en una mascota para la familia? Estos son los factores a evaluar antes de tomar la decisión

Elegir una acorde a la edad de los niños y a la dinámica familiar y evaluar las alergias de los integrantes del hogar son aspectos esenciales. Analizar la capacidad para cumplir con los cuidados asociados a la tenencia responsable también es clave.

**Jugar con una mascota** puede estimular el desarrollo motor de los niños al mejorar aspectos como la coordinación y el equilibrio.

animal antes de adoptarlo. "Los animales también tienen una historia y guardan experiencias tanto positivas como negativas que modulan su comportamiento a futuro", comenta la especialista.

"Saber, por ejemplo, si un perro tuvo un destete correcto es importante, porque con ese proceso la madre enseña límites, socialización y provee nutrientes que son necesarios para la salud y el comportamiento de este animal. Un cachorro al que no se le hayan enseñado límites enfrentará desafíos para adaptarse a las reglas de sus tutores", explica Valle.

Otro punto relevante, asegura, es considerar la edad de los menores que integran el hogar. La

psicóloga dice que si bien no existe una edad mínima para que los niños puedan convivir con una mascota, es aconsejable que estos sean lo suficientemente maduros para respetarla. "Lo adecuado es que sea un niño de alrededor de seis años, que pueda entender y respetar al animal, incluyendo sus horarios de comida, descanso y formas de jugar", plantea. A su juicio, también es crucial evaluar el interés y la disposición de los niños hacia las mascotas, "en lugar de imponerles su llegada".

Otro aspecto no menor a tomar en cuenta es el historial de alergias de los integrantes del hogar. Cecilia Méndez, inmunóloga pediátrica de

Clinica Universidad de los Andes, explica que, en general, las mascotas pueden prevenir el desarrollo de alergias en algunos casos, especialmente cuando la exposición ocurre durante los primeros años de vida, pero también pueden provocarlas en personas que ya tienen predisposición o alergias.

### Ambientes adecuados

Méndez señala que si una persona ya es alérgica al epitelio (tejido que cubre superficies internas y externas del cuerpo, como piel y órganos) de gatos o

*"Si una familia es pasiva y adopta, por ejemplo, un braco alemán, que es un perro cazador, es probable que destruya la casa si no lo sacan a ejercitar (con bastante frecuencia). Es importante investigar sobre las mascotas para elegir una acorde a la rutina de vida".*

Teresa Valle, psicóloga del Centro Médico Cetep.

*"Los perros entregan estímulos positivos a los niños. Se ha visto que tienen beneficios en la parte motora (...) y también se asocian con una mejor salud mental".*

Leonor Jofré, pediatra de la Sociedad Chilena de Pediatría.

perros, es probable que desarrollar síntomas sea inevitable al convivir con esos animales. "No es recomendable que un niño alérgico esté expuesto al epitelio de esas mascotas", afirmó.

En el caso contrario, si una persona no ha desarrollado alergias, no hay contraindicaciones para tener una mascota. Sin embargo, la especialista recomienda medidas como evitar que el animal entre al dormitorio, con la finalidad de reducir los alérgenos en un espacio donde se suele pasar una buena parte del tiempo.

Por otro lado, las entrevistadas señalan que si bien las mascotas pueden aportar numerosos beneficios a las familias, es esencial que los potenciales dueños evalúen cuidadosamente su capacidad para proporcionar un ambiente adecuado y cumplir con las responsabilidades asociadas a la tenencia de un animal.

"Si no puedo dedicarle tiempo a un perro activo, quizá un gato sea una mejor opción. Es importante considerar el tiempo, los recursos y el estilo de vida de la familia antes de decidir", plantea Valle.

Sobre esto, el Instituto Nacional de Salud de EE.UU. (NIH, por sus siglas en inglés) indica que el núcleo familiar debe analizar si están preparados para las responsabilidades que incluyen cuidado diario, atención médica y compromiso a largo plazo.

En esa línea, la Asociación Estadounidense de Medicina Veterinaria recomienda que las familias investiguen sobre las necesidades específicas de las razas que les interesan, y que consulten con veterinarios para asegurarse de que pueden satisfacer adecuadamente esos requerimientos.

FIREBRANDSTOCK