

El cambio de hora puede provocar ansiedad y desorientación en las mascotas

El cambio de hora puede tener un impacto significativo en el bienestar de las mascotas, afectando su ritmo circadiano y, por ende, su comportamiento, salud y calidad de vida. Hay estudios que señalan que alteraciones en la rutina diaria, como los horarios de alimentación y paseos, pueden provocar trastornos del sueño, irritabilidad y alteraciones en el apetito de los animales de compañía.

Investigaciones han demostrado que los perros y gatos son particularmente susceptibles a experimentar desorientación y ansiedad durante el período de cambio de horario. Su reloj biológico responde de manera más aguda a estos cambios que el de los humanos, lo que puede llevar a que se sientan confundidos y estresados.

Para facilitar la adaptación de nuestras mascotas a estos cambios de horarios, es fundamental prestarles mayor atención y mantener sus rutinas diarias, incluyendo horarios de alimentación y ejercicio. Se ha demostrado que fomentar la interacción social y fortalecer el vínculo emocional con sus tutores puede ser un factor clave para reducir el estrés y la an-



Tania Junod López
Académica Medicina Veterinaria
Universidad Andrés Bello, sede
Concepción

siedad en los animales. Por tanto, se requiere pasar más tiempo con las mascotas y vigilar el comportamiento.

Es relevante señalar que los efectos del cambio de hora pueden variar considerablemente según la especie, la edad y la personalidad de cada mascota. Por lo tanto, es recomendable consultar con un médico/a veterinario/a ante cualquier cambio significativo en el comportamiento o la salud del animal.

Aunque el cambio de hora puede tener diversas repercusiones en el estado emocional y físico de nuestras mascotas, una atención adecuada, junto con cuidados especiales, puede ayudar a mitigar los efectos adversos y facilitar su adaptación al nuevo horario, garantizando así su bienestar y salud.