

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



EXPERIENCIA SUBJETIVA SOBRE EL PROCESO DE DUELO FRENTE A LA PÉRDIDA
DE UNA MASCOTA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA

Presentado por

Pequeño Salas, Walter Eduardo

ASESORA

Caro Cárdenas, Ana Mercedes

2020

Agradecimientos

Ante todo, quiero agradecerle a Ana Caro por su asesoría constante y el apoyo que me brindó durante todo este tiempo en la realización de esta tesis. Además, por su gran calidad humana al mostrarse comprensiva y dispuesta a escucharme cuando la necesité.

Quiero agradecerles a mis padres por su apoyo y motivación a lo largo de mi carrera. Ha sido un largo camino y sin ustedes motivándome, preocupándose y celebrando cada uno de mis logros no habría llegado hasta aquí.

Quiero agradecerles a mis hermanas Estrella y Sol, a mis abuelas Alicia y Susana, a mi tío Oscar, mi primo Yair, mi madrina Erika, a Lola y a mi abuelo Julio, que falleció antes de que pueda terminar la tesis, pero siempre fue un ejemplo que me motivó a dar lo mejor de mí.

Quiero agradecerle a Claudia por ayudarme en gran parte de la realización de esta tesis con inspiración, apoyo emocional y afecto, te estaré siempre agradecido. Así también quiero agradecerle al resto de mis amigos, familia y compañeros de la universidad que, aunque no tuvieron mucha participación en la elaboración de esta tesis, sé que estarán conmigo para celebrarla.

Quiero agradecerle de manera muy especial a cada uno de los participantes en esta tesis, gracias por abrirse a contarme sus experiencias y la confianza depositada en mí. De igual manera un agradecimiento a Lupe, Kikin, Michifus, Telémaco, Nacho, Bobby, Bugui, Sofía y Jazz, sin ustedes nada de esto habría sido posible.

Finalmente, gracias Capitán Morgan. Esta va por ti.

Resumen

El presente estudio tuvo como propósito indagar la experiencia de duelo de adultos jóvenes que formaron un vínculo con su mascota, a través del análisis de su experiencia subjetiva. El método empleado fue la investigación de carácter cualitativo con enfoque fenomenológico. Se entrevistó a siete adultos jóvenes de Lima que habían perdido a su perro o gato en un plazo no menor a ocho meses ni mayor a dos años. Los resultados estuvieron divididos en cuatro temas: convivencia con la mascota, vínculo con la mascota, duelo ante la muerte de la mascota y percepciones sociales en el duelo a la mascota. Los hallazgos indican que el vínculo establecido con la mascota es el factor principal para determinar la intensidad del duelo, la culpa aparece como un elemento importante en este tipo de duelo y la sociedad, al restarle importancia a este tema, puede interferir en el desarrollo regular del duelo. Se plantea la necesidad de más investigaciones similares en el contexto latinoamericano para poder visibilizar este tema.

Palabras clave: duelo, duelo privado de derechos, mascota, vínculo humano-animal.

Abstract

The purpose of this study was to inquire about the grief experience of young adults that had a bond with their pet, by analyzing their subjective experience. The method applied on this study was the qualitative investigation with phenomenological approach. Seven young adults from Lima were interviewed all of which had lost their dog or cat in a period of no less than eight months nor more than two years. The results were divided in 4 topics: coexistence with the pet, bond with the pet, grief following the loss of the pet and the social perception around the grieving of a pet. The findings indicate that the human-pet bond is the main factor for determining the intensity of the grief, the guilt appears as an important element in this type of grief and the society, by downplaying this issue, can interfere with the regular development of grief. It raises the need for more similar research in the Latin American context to be able to visualize this topic.

Key words: Grief, bereavement, disenfranchised grief, pets, human-animal bond.

Tabla de contenido

Introducción	4
Método	16
Participantes	16
Técnicas de Recolección de la Información	17
Procedimiento	18
Análisis de la Información	19
Resultados y Discusión	21
Primer Tema: Convivencia con la Mascota	21
Segundo Tema: Vínculo con la Mascota	24
Tercer Tema: Duelo Ante la Muerte de la Mascota	29
Cuarto Tema: Percepciones Sociales en el Duelo a la Mascota	35
Conclusiones	40
Referencias	42
Apéndices	55
Apéndice A: Consentimiento Informado	55
Apéndice B: Ficha Sociodemográfica	57
Apéndice C: Guía de Entrevista	58
Apéndice D: Protocolo de Contención	60

Desde el principio de la humanidad el hombre ha mantenido interacción con distintas especies de animales. Ya sea que encontrase en ellos una fuente de comida, una herramienta de trabajo, un motivo de entretenimiento o una figura de culto, esta relación ha ido evolucionando a lo largo de los años (Serpel, 2000). Al respecto, la domesticación de animales es el tipo de relación que más beneficios mutuos ha acarreado para ambas especies y, probablemente, también la que más cambios ha tenido a lo largo de la historia. Por ejemplo, el ser humano pasó el foco de atención que tenía como cazador de darle muerte al animal a, como criador, buscar formas de perpetuar su vida y conseguir que se reproduzca. En cuanto al animal, esto implicó cambios en su anatomía, fisiología y comportamiento (Gutiérrez, Granados & Piar, 2007).

La crianza de animales, en un pasado vista solo como un medio para que el ser humano obtenga un determinado fin, generalmente material, ha evolucionado al punto de encontrar en los animales una fuente de compañía y un objeto de afecto (Lorenz, 1954). En particular, los perros son los animales que a más cambios se han visto expuestos a lo largo de la historia a causa de la crianza (Fox, 1978). Desde el inicio, su domesticación estuvo centrada principalmente en trabajos como arrear trineos, cuidar el rebaño, pastorear ovejas o cuidar propiedades, variando de cultura a cultura en relación con el espacio geográfico en el que se encontraban, y fue evolucionando hasta convertirse en la mascota predilecta de los hogares del mundo (Serpel, 2000).

Con respecto a los gatos, su domesticación data de hace aproximadamente 9000 años, donde los primeros agricultores aceptaron la entrada del gato montés para mantener alejados a los roedores de la producción. Con el tiempo, esta relación mutuamente beneficiosa derivó en la domesticación del gato y se expandió por el mundo gracias a la introducción de los gatos en los barcos comerciales como cazadores de ratones (Ottoni et al, 2017). De este modo, aunque los gatos no tuvieron un cambio morfológico y comportamental tan grande como el de los perros en su proceso de domesticación, sus características actuales lo convierten también en una de las mascotas favoritas a nivel mundial (Zeder, 2012)

En la actualidad, criar animales y tenerlos en el hogar como mascotas está bastante normalizado. En el caso del Perú el 60% de los hogares urbanos poseen al menos una mascota, siendo las favoritas los perros (78,7%), seguidos de los gatos (42,4%). Asimismo, el 75,5% de los dueños de perros en el país llevan a sus mascotas al veterinario al menos una vez al año,

mientras que en el caso de los gatos este porcentaje es de 41% (Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública, 2018). Es decir, no solo la mayoría de hogares peruanos poseen una mascota, sino que la gran mayoría se preocupa por su bienestar físico y salud. Otra muestra de ello es la ley de Protección y Bienestar animal que se aprobó en el 2016 y condena el maltrato animal en el país (Ley N°30307, 2016).

En Lima la situación es similar a la del resto del país, el 55% de los hogares limeños poseen alguna mascota. Entre estos el 74% tienen perros y el 39% tienen gatos. Además, 70% lleva a sus mascotas al veterinario y el 76% suele darle alimento especializado a su mascota (Ipsos, 2016). Asimismo, con respecto al cuidado de la salud de los perros, mascotas de mayor presencia en los hogares, el 91% de los dueños en Lima los llevan regularmente al veterinario, lo que evidencia que existe una buena atención médica y preocupación para estas mascotas. En el caso de los gatos, a nivel de Lima, el 58% de los dueños afirma llevarlos al veterinario una o más veces al año (CPI, 2018).

La relación humano mascota puede generar un vínculo, entendido como una relación afectiva que construyen socialmente las personas y que, a su vez, es modificada por cada cuidador, pues no todas las interacciones entre humanos y animales implican su existencia (Aguilar, 2017). Los beneficios de este vínculo han sido estudiados en algunas investigaciones alrededor del mundo. Desde el lado de la salud, uno de los primeros estudios en el tema y también uno de los más reconocidos fue el de Friedman (1980) que tomó a dos muestras de pacientes, bastante similares, que sufrían de una enfermedad coronaria, pero un grupo eran dueños de mascotas y el otro no. Se les realizó un seguimiento durante un año y al cabo de este tiempo se observó que en el grupo de los dueños de mascotas falleció solo el 6% de personas, mientras que en el grupo de los no dueños falleció el 28%. Los autores asocian los resultados a dos factores: la compañía y la afiliación. Se menciona que estos han demostrado tener efectos beneficiosos a la hora de tratar con pacientes con enfermedades coronarias y este estudio confirma y amplía la bibliografía existente.

Siguiendo esta línea, en China se llevó a cabo una investigación a gran escala acerca del impacto de la tenencia de perros en la salud de los dueños. (Headey, Na & Zheng, 2007). El estudio tomó, por un lado, a un grupo de mujeres entre 25-40 años que eran dueñas de perros y, por otro lado, a un grupo con similares características, pero que no tenía mascotas. Asimismo, además de China el estudio tomó poblaciones similares en Australia y Alemania

para realizar la misma comparación. Los resultados arrojaron que el grupo con perros llevaba una vida más saludable: se ejercitaban más constantemente, dormían mejor, tenían más consciencia sobre su estado físico y salud, tomaban menos días libres en el trabajo por estar enfermos y visitaban menos al doctor. Además, estos resultados fueron más notorios en China que en Australia o Alemania, pues en estos últimos dos países, mientras que los dueños de perros hacían entre 10 y 15% menos visitas al doctor al año que los no dueños, en el país asiático el número de visitas al doctor de los dueños de perros era menos de la mitad al año que los no dueños. Los investigadores destacan como un hecho anecdótico que en China es legal tener mascotas recién desde 1992, mientras que en Australia o Alemania los perros acompañan a las familias desde hace siglos, pero no han encontrado motivos que expliquen cómo esto podría influenciar en los resultados. Asimismo, se menciona que los factores asociados a una mejor salud por el hecho de tener perro son dos. Por un lado, desde el ámbito físico, el tener un perro implicaría hacer más ejercicio, pues los dueños responsables sacan a pasear a sus mascotas y hacen actividad física con ellos. Esta actividad física facilita el poder dormir mejor, lo que conllevaría, a su vez, a sentirse mejor y más sano. Siguiendo esta línea, que mejore la sensación de bienestar ocasiona que las personas visiten al doctor con menos frecuencia y disminuyan sus ausencias al trabajo por motivos de enfermedad. Por otro lado, desde el ámbito emocional, el tener perro implicaría tener compañía y eso también está relacionado con sentirse mejor y más sano, lo que también llevaría a visitar al doctor con menos frecuencia y faltar menos al trabajo. Sin embargo, una vez más los investigadores aclaran que estas son hipótesis que deberán corroborarse en futuras investigaciones.

Así también, se han realizado estudios que relacionan la tenencia de mascotas con la empatía, entendida como la experiencia emocional percibida de otra persona (Bryant, 1982). Daly y Morton (2006) encuestaron a 155 estudiantes de un colegio de primaria en Canadá sobre cuatro aspectos relacionados con la tenencia de mascotas: tipo de mascota preferido, tipo de mascota que poseen, apego hacia la mascota y actitud hacia la tenencia de mascotas. El análisis buscaba estudiar el vínculo entre el dueño y la mascota y si este tiene algún impacto en la empatía. Los resultados mostraron, principalmente, que tanto los niños que tenían perros y gatos, como los que se mostraron atraídos a tener estas mascotas, mostraban más empatía que los niños que no poseían ninguna mascota, tenían solo una de ellas o no mostraban disposición hacia tener mascotas. Al respecto, las autoras mencionan que los resultados podrían estar más asociados con la cantidad de mascotas que con el tipo de mascota que sea, pues de acuerdo con

el estudio realizado por Paul y Serpell (1993) la cantidad de mascotas que tuvieron las personas durante su infancia se asocia con una mayor empatía en la adultez. Sin embargo, son necesarias muchas más investigaciones que profundicen en el tema (Daly & Morton, 2006).

Siguiendo esta línea, en otro estudio realizado por las mismas autoras 3 años después (Daly & Morton, 2009) se planteó analizar nuevamente la relación entre la tenencia de mascota y la empatía, pero esta vez se agregó la variable “estrés”. Al respecto, se seleccionó como muestra a adultos que habían tenido mascotas en su infancia y los resultados, además de confirmar el rasgo de empatía superior en personas que habían tenido mascotas, dictaron que las personas que tenían mascotas sufrían de menos estrés que las que no las tenían y que, en particular, los dueños de perros suelen tener más elevadas sus habilidades sociales. En este sentido, las habilidades sociales se definieron, en la escala utilizada, como la capacidad para emplear de manera espontánea habilidades que le permitan a la persona entender su entorno social y adaptarse eficazmente. Existe literatura previa que reporta que pasear con un perro resulta un “catalizador social” (McNicholas & Collis, 2000). Es decir, las personas suelen estar más abiertas a entablar una conversación con personas que están acompañadas de perros y, además, el hecho de poseer un perro ya es un amplio tema de conversación, y los dueños de perros suelen estar dispuestos a hablar con otros dueños acerca de sus perros. Finalmente, se plantea la reducción del estrés y el tener una mascota a partir de la antropomorfía, entendida como la atribución de características humanas a las mascotas (Serpell, 2003). En este sentido, algunas personas llegan a concebir a sus mascotas, principalmente a los perros, como miembros de la familia, mejores amigos, el bebé de la casa e incluso, en algunos casos, los visten con zapatos y ropa humana (Archer 1997, Greenebaum 2004) y de este modo, se configuran relaciones humano-mascota, igual de significativas que con otros humanos, pero con menores niveles de estrés para las personas (Antonacopoulos & Pychyl, 2008).

Así también, el rol de las mascotas ha sido estudiado en relación con la felicidad. Un estudio realizado en Estados Unidos buscó analizar, por un lado, la satisfacción con la vida en dueños de mascotas y, por otro lado, las diferencias en el bienestar y rasgos de personalidad (extroversión, apertura, agradabilidad, conciencia y neuroticismo) entre los dueños de perros y los dueños de gatos (Jacobs & Schreer, 2016). Con respecto a la satisfacción con la vida, en el estudio se observa que los dueños de mascotas puntúan más alto en esta que los que no tienen mascotas. Sin embargo, no hay diferencias significativas en la felicidad percibida, emociones

positivas y emociones negativas entre ambos grupos. Los autores atribuyen esto a la cantidad de tiempo que los dueños tengan a sus mascotas, ya que existe un efecto conocido como “adaptación hedónica” (Frederick & Loewenstein, 1999) que explica que el alto nivel de emoción y felicidad generado por el primer contacto con algo nuevo que nos agrada, como en este caso una mascota, desciende con el tiempo. Según este efecto, a la larga la tenencia de mascotas igualará a la no tenencia de estas y la satisfacción con la vida, entendida como el componente cognitivo del bienestar, se regularía, pero se debe investigar más al respecto (Jacobs & Schreer, 2016). En referencia al bienestar y rasgos de personalidad en dueños de perros y gatos, se encontró que los dueños de perros puntúan más alto en el indicador de bienestar que los dueños de gatos y ambos grupos difieren en rasgos de personalidad pues los dueños de perros tuvieron un mayor puntaje en extroversión y agradabilidad, mientras que los dueños de gatos tuvieron un mayor puntaje en neuroticismo. Sin embargo, Jacobs y Schreer (2016) mencionan que los rasgos de la personalidad no son suficientes para predecir el bienestar, y añaden que otros factores como la necesidad de competencia y relación satisfechas, en las que puntuaron más alto los dueños de perros, serían materia de futuros estudios para entender la relación entre bienestar y la tenencia de mascotas.

En relación con los beneficios que la tenencia de mascotas tiene sobre los humanos, también se ha analizado cómo estas influirían positivamente en las relaciones de pareja. Un estudio mixto realizado por Cloutier & Peetz (2016) encontró que un 86,5% de las personas con mascotas que mantienen una relación amorosa consideran que su mascota resulta beneficiosa en la relación amorosa que poseen. Asimismo, los resultados indican que las personas con mascotas también puntúan más alto en características positivas dentro de una relación amorosa, como una mejor capacidad de respuesta, ajustarse a las necesidades del otro y empatía. Al respecto, los autores mencionan que esto puede deberse a dos componentes clave: la empatía y la calidad de relación. Ambos componentes aumentan con el tiempo que las personas han tenido mascotas; por ello, al iniciar una relación romántica ya tienen desarrolladas ambas características. Del mismo modo, otro estudio que analiza a las mascotas como factor positivo en las relaciones amorosas (Gray, Volsche, García, & Fisher, 2015) encontró, por un lado, que las mujeres se sienten más atraídas por hombres que resulten dueños responsables de mascotas y, por otro lado, que la tenencia de un perro ayudaría más a un hombre a la hora de socializar con mujeres que la tenencia de un gato. Al respecto, los autores opinan que la atracción de mujeres hacia dueños responsables de mascotas podría deberse al mayor

discernimiento femenino a la hora de elegir pareja, que puede tomar en consideración aspectos como este. Además, con respecto a que la tenencia de un perro ayude a la hora de socializar, los hombres del estudio manifestaron tener la percepción de que las mujeres valoran positivamente la tenencia de perros y esto los llevaría a utilizar a las mascotas como un tema de conversación en las citas.

Sin embargo, también existen una serie de investigaciones que han encontrado efectos adversos en el vínculo humano-mascota o no han encontrado beneficio alguno en esta relación. Entre las principales, relacionadas con la salud, se encuentra una que quiso replicar la investigación de Friedman, pero encontró los efectos contrarios. Se tomó una muestra de 425 personas que sufrían de enfermedades coronarias, pero tras el seguimiento de un año los resultados mostraron que hubo más muertes en el grupo que tenía mascotas (22%) que en el que no tenía mascotas (14%) (Parker, Gayed, Owen, Hyett, Hilton, & Heruc, 2010). El autor menciona que estas diferencias podrían estar relacionadas a que, por ejemplo, cuando se hizo la investigación de Friedman las muertes por enfermedades coronarias eran más comunes, en cambio ahora con mejores tratamientos este número ha bajado y esto dificulta la tarea de comparar las muestras. Además, el estudio de Friedman recoge y analiza la data desde el momento en que los pacientes salen del hospital hasta un año después, mientras que en el estudio de Parker et al. (2010) el análisis se inicia recién un mes después de que los pacientes fueron dados de alta y no se registran las muertes que ocurrieron durante ese mes, lo que podría dar a pensar que la tenencia de mascotas está asociada a menores muertes al momento de que una persona es diagnosticada con una enfermedad coronaria, pero más muertes a largo plazo. Así también, en un estudio en adultos mayores que pretendía encontrar relación entre la tenencia de mascotas y el riesgo de sufrir hipertensión, no se encontraron diferencia alguna entre los dueños y los no dueños (Wright, Kritz-Silverstein, Morton, Wingard, & Barrett-Connor, 2007).

Con respecto al bienestar psicológico, una encuesta de Pew Research Center de 3.000 estadounidenses no encontró diferencias en la proporción de propietarios de mascotas y no propietarios que se describieron a sí mismos como "muy felices" (Herzog, 2010). Así también, investigadores en Inglaterra administraron la escala UCLA-Soledad en personas que buscaban un animal de compañía. Cuando la aplicaron de nuevo, 6 meses después, los individuos que habían adquirido mascotas se sentían tan solos como antes de tener a su compañero animal. En

conclusión, ellos no estaban más felices que los participantes que no habían conseguido una mascota (Gilbey, McNicholas & Collis, 2007).

Herzog (2011) reflexiona acerca de las diferencias entre los resultados de las investigaciones y menciona que estas podrían deberse, por un lado, a que muchos de estos estudios se llevan a cabo con poblaciones muy específicas y con características peculiares, por lo que los resultados no pueden ser generalizados y, por otro, que no se suele distinguir entre las personas que tienen una mascota porque lo decidieron y lo desean, de las que la tienen pero no fue su decisión. Este último factor no suele contemplarse, pero puede ser radical pues no se tendrán los mismos resultados de una persona profundamente apegada a su mascota que de una que está obligada a convivir con la mascota de alguien más. Sin embargo, hay mucho más que investigar sobre el tema para conseguir resultados concluyentes (Parker, et al, 2010). Al respecto, para explorar las actitudes, comportamientos y relación con otras especies con las que interactúa a diario el ser humano, es necesaria la intervención de los psicólogos y, con ello, que se aumenten las investigaciones que aborden este tipo de temas (Herzog, 2011).

En base a la literatura expuesta, se concluye la validez e importancia del vínculo humano-mascota. Sin embargo, el final de la relación entre ambos no está marcado, necesariamente, por el momento en el que fallece el animal, ya que la existencia de un vínculo genera, ante la muerte, la posibilidad de que el humano atraviese por un proceso de duelo (Field, Orsini, Gavish, & Packman, 2009). Esto se debe a que, la relación de apego que existe entre los dueños y sus mascotas sigue los mismos principios que las relaciones de apego entre humanos, al buscar de manera natural en el otro una fuente de seguridad, protección y afecto (Noonan, 1998). Es decir, las personas se vuelven emocionalmente cercanas a sus mascotas, se comprometen con sus necesidades, aceptan la responsabilidad que implica tenerlas y disfrutan de los momentos junto a ellas; por lo tanto, resulta una consecuencia lógica que se genere un impacto ante su ausencia (Field et al., 2009).

Sigmund Freud (1917) dijo “En el duelo, el mundo aparece desierto y empobrecido ante los ojos del sujeto” (p.241). Esta frase refleja el proceso significativo y difícil que enfrenta una persona cuando atraviesa la pérdida de un ser amado. Este tipo de pérdida resulta tan traumática psicológicamente como lo es herirse o quemarse de gravedad a nivel físico (Engel, 1964). El proceso de duelo sería, entonces, similar a un proceso de curación que la persona debe atravesar para volver a un estado de equilibrio. En esta línea, Worden (1997) postula que al sufrir una

pérdida hay ciertas tareas que deben ser realizadas para restablecer el equilibrio y completar el proceso de duelo. La primera es aceptar la realidad de la pérdida, referida a que la persona afronte plenamente que su objeto de afecto está muerto y no volverá. La segunda es trabajar las emociones y el dolor de la pérdida, referido a reconocer y enfrentar este dolor que puede manifestarse tanto a nivel físico como emocional. La tercera es adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente; es decir, aceptar que los roles que cumplía la persona muerta y el espacio que ocupaba ahora están vacíos. La cuarta y última tarea es recolocar emocionalmente al fallecido y seguir viviendo, pues, aunque jamás se olvidará a este ser amado, es importante darle un espacio adecuado en la vida emocional de la persona que no le impida vivir. Sin embargo, es importante tener en cuenta que cada persona tiene una manera particular de vivenciar el duelo y estas tareas deben ser entendidas más como una guía que como un manual inequívoco sobre cómo deberían ser las cosas (Brown y Stoudemire, 1983 & Schulz, 1978).

Una de las teorías sobre duelo más reconocidas y aceptadas es la de Kübler-Ross (1973). La autora menciona que la mente, en su intento de afrontar la noticia de la muerte, genera una serie de tentativas que le ayuden a lidiar con la situación, pero estas, conforme van fallando, producen emociones que varían hasta alcanzar la aceptación. Así, en este proceso se distinguen cinco etapas: negación, ira, negociación, depresión y aceptación. En primer lugar, la negación está determinada por la actitud de negar o ignorar la muerte, o algún aspecto que ella conlleve. Esta negación se da ante la imposibilidad de la persona de manejar lo que está ocurriendo. En segundo lugar, la ira es una emoción que surge al enfrentar un obstáculo; por lo tanto, en el caso de una noticia tan negativa como la muerte, es predecible que esta emoción se manifieste, y puede tener distintos objetivos como uno mismo, el fallecido, los médicos o Dios. En tercer lugar, la negociación surge ante la incapacidad de la ira de solucionar el problema; la persona se vuelve dócil e intenta llegar a un acuerdo con alguna figura superior que le permita revertir la situación. En cuarto lugar, la depresión implica que la persona cobra conciencia de que la muerte es irresoluble y la tristeza profunda llega para tomar control de la situación. Por último, la aceptación surge una vez asimilada la sensación de impotencia ante la muerte, se pasa a un estado de ánimo menos intenso y más neutral. En este momento la persona puede aceptar lo que ha sucedido y reinterpretar el significado de lo perdido sin culpar a nadie. Este enfoque universal del duelo sirve como guía para identificar patrones generales de dolor y pérdida, incluido el duelo de las mascotas (Servaty-Seib, 2004).

Sin embargo, la teoría de Klüber-Ross también ha recibido una serie de críticas a lo largo de los años. El problema radica en que el alto alcance de la teoría misma llevó, en muchos casos, a su aplicación literal, lo que, en lugar de prevenir complicaciones en la experiencia de duelo, las produjo. Es decir, cuando se toma esta teoría descriptiva de manera literal, se ven las fases del duelo como obligaciones y en caso el doliente no cumpla las fases establecidas se ve frustrado (Ellis, 2000). La propia Klüber-Ross (1973) declaró que sus patrones identificados eran descriptivos y solo guías aproximadas. En este sentido, no hay razón para creer que hay un número exacto de respuestas al estado de duelo e, incluso, si lo hubiera, no hay evidencia que sugiera que estas respuestas procedan de manera lineal. Por ende, los enfoques descriptivos no pretenden servir como recetas sobre la forma correcta o incorrecta de morir o experimentar dolor (Coor, 1993).

Así también, es posible hablar de diferentes tipos de duelo, dependiendo de la intensidad y duración de la reacción emocional. Cabodevilla (2007) menciona que estos son el duelo anticipatorio, duelo retardado, duelo enmascarado, duelo exagerado, duelo ambiguo, duelo normal y duelo complicado. En primer lugar, el duelo anticipatorio surge ante la muerte inminente de un ser querido, la persona se prepara mentalmente desde antes de que el otro muera. En segundo lugar, el duelo retardado ocurre cuando en las primeras etapas de duelo la persona no da signos de afectación o dolor, se ingresa en un tipo de embotamiento afectivo con la dificultad de expresar emociones. En tercer lugar, el duelo enmascarado surge cuando la persona expresa síntomas y conductas que le causan dificultades y sufrimiento, pero no las relaciona con la pérdida del ser querido. En cuarto lugar, el duelo exagerado se manifiesta cuando la persona no acepta la muerte del ser querido y lo sigue concibiendo como vivo, o, en contraposición, acepta su muerte y la percibe con certeza exagerada de que esta muerte ocurrió para beneficio del deudo. En quinto lugar, el duelo ambiguo es el que provoca más ansiedad. Este tiene dos formas: por un lado, ocurre cuando no hay certeza absoluta de que el ser querido ha muerto, entonces este no se encuentra físicamente, pero se mantiene psicológicamente en la cabeza del deudo, por otro lado, ocurre cuando se percibe a la persona presente físicamente, pero ausente psicológicamente, como por ejemplo cuando la persona cae en estado vegetativo persistente. En sexto lugar está el duelo normal, que también es el más común, ya ha sido mencionado anteriormente y es sobre el que giran la mayoría de teorías. Por último, el duelo complicado hace referencia a una variable del duelo en la que se experimentan mayores niveles de ansiedad, depresión, aislamiento social, así como menores niveles de salud y energía, en

comparación con el duelo normal (Boelen & Bout, 2008). Este puede darse en casos en los que la pérdida ocurre de forma inesperada o existe una relación cercana o de dependencia hacia el fallecido (Chacón, Martínez & González, 2008). Además, en los casos de duelo complicado se prolonga el malestar derivado de la pérdida; es decir, los síntomas del duelo se mantienen durante más tiempo del habitual (Rosner, Pfoh, & Kotoucová, 2011).

En este contexto, existen algunas investigaciones que han analizado el duelo ante la pérdida de una mascota. Field et al. (2009) examinaron el impacto del apego en la gravedad del duelo después de la muerte de una mascota. Setenta y un participantes que habían perdido un perro o un gato en el último año completaron el cuestionario que incluía una medida de apego, evaluaba diferencias individuales en el apego ansioso y evitativo, fortaleza del apego a la mascota, el vínculo continuo con la mascota fallecida, apoyo social, y si era un duelo complicado. Los resultados mostraron que el apego ansioso y un vínculo fuerte con la mascota muerta son los predictores de dolor más severo. Además, el vínculo continuo con la mascota fallecida influyó parcialmente en la severidad del dolor. Sin embargo, no hubo mediadores significativos entre el apego ansioso y el duelo complicado. Siguiendo esta línea, un estudio realizado en Australia e Inglaterra pretendía observar dos aspectos que suelen relacionarse al proceso de duelo en general, pero aplicado a mascotas. Por un lado, se exploró si es que había una diferencia en el duelo entre personas que tenían la certeza de que su mascota había muerto, y personas cuyas mascotas habían desaparecido hace algún tiempo, pero no sabían con seguridad si estaban muertas; es decir, un duelo ambiguo. Por otro lado, se buscaba estudiar si estrategias adaptativas ante la muerte de una mascota servían para llevar de mejor manera el proceso de duelo. Con respecto a la primera hipótesis no se encontraron diferencias entre ambas poblaciones, pero con respecto a la segunda, se encontró que, efectivamente, la utilización de estrategias adaptativas como el reenfoque, el planeamiento y la aceptación reducen los sentimientos de dolor, ira, trauma y culpa (Green, Kangas & Fairholm, 2018).

Un estudio intercultural buscó analizar la diferencia del crecimiento postraumático ante la muerte de una mascota entre algunos países como Estados Unidos, Canadá, Japón y Hong-Kong (Bussolari et al., 2019). Se define crecimiento postraumático como los cambios positivos que devienen en la persona luego de afrontar una etapa de crisis (Tedeschi & Calhoun, 2004); sin embargo, estos pueden estar determinados por las condiciones, influencias y variables socioculturales (Calhoun & Tedeschi, 2006). El estudio utilizó el PTGI (Posttraumatic Growth

Inventory) que mide 5 grandes factores asociados al crecimiento postraumático: relación con otros, nuevas posibilidades, fortaleza personal, cambio espiritual y apreciación por la vida. Los resultados encontraron que, ante la pérdida de una mascota, el 72% de los canadienses mostraron un crecimiento postraumático, así como el 58% de los estadounidenses, el 50% de los japoneses y el 39% de los chinos. Los autores explican que estas diferencias culturales eran esperables, pues la cultura es un factor muy relevante en el crecimiento postraumático. En este sentido, se podría explicar un mayor puntaje en canadienses y estadounidenses porque en estos países las personas tienden a reflexionar y expresar sus emociones con otras personas luego de la muerte de un ser querido (Calhoun, Tedeschi, Cann & Hanks, 2010). Siguiendo esta línea, se podría explicar un menor puntaje en Japón pues con más frecuencia se le restará importancia a la muerte de una mascota ya que en esta cultura es percibido como un tipo de fortaleza personal el quedarse solo (Taku, 2010). Con aún más razón en China, donde existe la norma cultural de no expresar las emociones frente a otros (Ho & Bai, 2010).

Sin embargo, a pesar de ser comparable el duelo ante la pérdida de un humano y la pérdida de una mascota, ambos tipos de duelo no son socialmente vistos de la misma forma. Una reciente investigación realizada en Australia, tomó una muestra de personas que habían experimentado recientemente la muerte de un ser humano y una muestra de personas, con las mismas características, pero que habían experimentado recientemente la muerte de una mascota. En ambas muestras se aplicó el mismo cuestionario que medía la severidad del duelo, el apoyo social y la conexión emocional con el fallecido. Los resultados no mostraron diferencias significativas en la severidad del duelo o la conexión emocional, pero sí en el apoyo social que las personas reciben (Lavorigna & Hutton, 2019). Es decir, ante la muerte de una mascota, los dueños no sienten que puedan reconocer abiertamente su duelo pues este no suele ser validado por la sociedad. Este fenómeno se conoce como “duelo privado de derechos” entendido como la limitación de un individuo de reconocer abiertamente su experiencia de duelo (Doka & Martin, 2011). Siguiendo esta línea, una investigación cualitativa realizada en Suecia exploró este fenómeno en particular en 18 personas que habían perdido una mascota y aunque estas manifestaron en su mayoría que sí podían hablar de su duelo y compartirlo, los resultados mostraron que esto era posible solo una parte del tiempo. Consecuentemente, al restringirse ellas mismas en su proceso de duelo, estas personas lo viven con una ambivalencia que no resulta beneficiosa a la hora de afrontar una pérdida (Redmalm, 2015).

Como se mencionó anteriormente, Worden (1997) menciona que la segunda tarea para afrontar el duelo es trabajar con las emociones y el dolor de la pérdida. Él explica que en algunas ocasiones puede haber una interacción entre la sociedad y la persona que le impediría completar esta tarea. Si la sociedad está incómoda con los sentimientos de esta persona y le da el mensaje directo o sutil de “no necesitas elaborarlo” esto interferirá con las defensas propias de la persona, llevándola a negar la necesidad de elaborar los aspectos emocionales relacionados a su pérdida y, por consiguiente, no le dará rienda suelta al dolor: sentirlo y comprender que algún día pasará. Entonces, si está mal visto por la sociedad el duelo hacia una mascota, o no se le otorga la suficiente importancia, las tareas de duelo de las personas se verán interrumpidas y será mucho más difícil que pueda lidiar con su pérdida.

Todo lo previamente señalado nos confronta con el hecho de que a pesar de que existen diferencias de opinión con respecto a los beneficios de tener una mascota, el vínculo que existe con ellas y el duelo que conlleva su pérdida no están sujetos a dudas. Sin embargo, algo en lo que coinciden la mayoría de autores mencionados es en la necesidad de más investigaciones que aborden estos temas. Esto se refleja en la poca cantidad de investigaciones al respecto en el contexto peruano. Por este motivo, resulta relevante, por un lado, aportar con más estudios sobre el vínculo humano mascota, sobre todo en el país, y, por otro, profundizar en cómo vivencian el proceso de duelo los dueños de mascotas fallecidas para poder visibilizar el tema y hacer extensiva su importancia en la sociedad.

Por consiguiente, la presente investigación se planteó como objetivo general indagar la experiencia de duelo de adultos jóvenes que formaron un vínculo con su mascota, a través del análisis de su experiencia subjetiva. Al respecto, la experiencia subjetiva se entiende como la manera particular que tiene cada persona de vivenciar un acontecimiento y se relaciona con las percepciones, pensamientos, sentimientos, valores, opiniones personales o fantasías que surgen a partir de este (Zumalabe, 1990). Por otro lado, se planteó como objetivo específico explorar si es que existen diferencias en el proceso de duelo cuando la muerte de la mascota es inesperada, en contraste con una muerte esperada.

En este sentido, dado que se quiere profundizar en la experiencia de duelo, la investigación será de carácter cualitativo con enfoque fenomenológico interpretativo, puesto que este enfoque permite tener un acercamiento al significado y sentido particular que las personas le otorgan a ciertas vivencias (Henning, Hutter & Bailey, 2011).

Método

Participantes

El primer criterio de inclusión consistió en que la edad de los participantes oscile entre los 18 y 25 años, rango correspondiente a los adultos jóvenes (Papalia, 2012). La elección de esta población partió del hecho de que el vínculo humano animal responde principalmente a la percepción que cada persona tiene de su mascota (Arias, 2018) y no a la edad del dueño (Netting, Wilson, Goodie, & Stephens, 2013). Además, a diferencia de la niñez y la adolescencia, en esta etapa la persona puede asumir mayores responsabilidades con la mascota como la alimentación y el cuidado general de esta (limpiar sus necesidades, sacarlo a pasear, etc) que puede influir en el vínculo (Aguilar, 2017). Por todo ello, el grupo de participantes del presente estudio estuvo constituido por 7 adultos jóvenes (5 mujeres y 2 hombres) y todos manifestaron haber sido los cuidadores principales de sus mascotas.

El segundo criterio de inclusión fue que los participantes tenían que haber perdido a su mascota, ya sea porque esta murió o desapareció, en un lapso no menor a ocho meses y no mayor a dos años. Se optó esta medida de tiempo en base a la literatura sobre duelo y dolor humano, que explica que entre los dos y veinticuatro meses luego de haber perdido al ser querido es el mejor momento para explorar el duelo (O'Connor, Allen & Kaszniak, 2002), pero se eligió dejar un margen de ocho meses luego del evento para minimizar, dentro de lo posible, situaciones delicadas al momento de la entrevista (Lavorgna & Hutton, 2019).

El tercer criterio de inclusión fue que la mascota que los participantes hayan perdido sean o un perro o un gato. Se optó por estas mascotas pues son las que tienen mayor número dentro de las familias peruanas (CPI, 2018). En particular, en esta investigación 3 participantes fueron dueños de perros y los otros 4, de gatos. Cabe destacar que el tiempo de posesión de la mascota por parte de los participantes varió entre 6 meses a 19 años.

Con respecto a los criterios de exclusión, el primero fue que la persona haya recibido algún diagnóstico de salud mental en los últimos dos años o hayan estado en tratamiento, pues esto desviaría el foco de atención del proceso de duelo y tendría implicancias en cómo es percibido. El segundo, fue que la persona haya perdido a un ser querido en los últimos ocho meses, pues dada la coyuntura a la que nos enfrentamos actualmente, sería delicado trabajar con alguien con esta característica. Ambos aspectos se corroboraron a través de la ficha sociodemográfica (ver apéndice B).

Dada la coyuntura a la que nos enfrentamos debido al virus COVID-19, la convocatoria y el contacto con los participantes se llevó a cabo de manera virtual, vía redes sociales. En la convocatoria se explicó el objetivo de la investigación y los criterios de inclusión, mientras que los criterios de exclusión fueron explicados de manera personal a las personas que se ofrecieron a formar parte de la investigación. Los participantes fueron seleccionados en base a su disposición voluntaria y los criterios de inclusión y exclusión; posteriormente, y según su conveniencia, se agendó una entrevista individual por medio de una aplicación de videollamada. Además, se les explicó mediante un consentimiento informado (Apéndice A) en qué consiste el estudio y también que su participación es completamente voluntaria y confidencial, de este modo se les aseguró que la información que brindaron sería utilizada sólo con fines académicos y que sus datos personales estaban debidamente resguardados. Asimismo, en el consentimiento informado se solicitó el permiso para que la entrevista sea grabada por audio y video y se mencionó que estas grabaciones serían destruidas al finalizar la investigación. Finalmente, a modo de devolución, se le explicó a cada participante, una vez terminada la entrevista, algunos datos significativos acerca del duelo y cómo afrontarlo. Además, se ofreció la posibilidad de que pudieran solicitar información sobre los resultados de esta investigación una vez terminada.

Es importante mencionar que dada la naturaleza de la investigación se contó con un protocolo de contención que fue utilizado en los casos en los que algún participante se movilizó por las preguntas. Este protocolo consistió en una serie de pasos para que el participante pueda calmarse (ver apéndice D).

Técnicas de Recolección de la Información

La técnica empleada en el presente estudio para la recolección de información fue la entrevista semiestructurada (ver apéndice C). Este instrumento se define como: “la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto” (Díaz, Torruco, Martínez & Varela, 2013). En este sentido, la ventaja de utilizar este instrumento radica en la facilidad con la que se puede adaptar a distintos sujetos. Esto brinda mayores posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos. (Díaz et al., 2013).

En particular, para tener un acercamiento a la experiencia subjetiva del proceso de duelo de los participantes, se elaboró una guía de entrevista con preguntas compuestas en 5 ejes:

construcción del vínculo con la mascota, convivencia con la mascota, recuerdo de la mascota, duelo de la mascota y percepción del duelo de la mascota. Para garantizar la validez y pertinencia de esta, por un lado, la guía se sometió a una evaluación por jueces. Estos calificaron cada pregunta de modo que la guía se pudo ajustar, eliminando preguntas innecesarias o modificándolas. Por otro lado, para garantizar la adecuación de la guía al objetivo y población de estudio, se realizó una primera entrevista piloto, pues esta permite realizar revisiones y ajustes pertinentes para las posteriores entrevistas (Yujin, 2010). En este sentido, la utilización del piloto también sirve para identificar los posibles errores que ocurrieren durante su aplicación y realizar cambios oportunos antes de comenzar con el presente estudio (Van Teijlingen & Hudley, 2002; Morse, 1997).

Se planteó que, para propósitos de la investigación, el acercamiento a los participantes fuese de manera horizontal, de tal forma que se cree una atmósfera agradable que fomente en ellos la libre expresión de ideas y sentimientos. Por consiguiente, se buscó que las entrevistas sigan un modelo de conversación entre iguales y no de un intercambio formal de preguntas y respuestas (Taylor & Bogan, 1990).

Procedimiento

En principio, se realizó una guía de entrevista dirigida a explorar la experiencia subjetiva de los participantes.

Luego del piloto, y tras ajustar la guía, se contactó a los participantes. Para este contacto se realizaron convocatorias en grupos de alumnos universitarios por medio de las plataformas virtuales. Posterior a la convocatoria se acordó una cita individual con cada participante para la realización de la entrevista virtual. Cabe señalar que las entrevistas estuvieron planteadas para durar aproximadamente 45 minutos y se solicitó que los participantes cuenten con un espacio con adecuada iluminación, contaran con conexión a internet estable y reducida posibilidad de tener interrupciones por terceros. Una vez terminada cada entrevista se procedió con un cierre, que consistió en un monitoreo sobre el estado emocional de la persona y espacio a preguntas o dudas que el participante pudo manifestar. Además, se les explicó a los participantes, a modo de devolución, datos relevantes sobre el proceso de duelo e información sobre servicios de acompañamiento en duelo de mascotas en caso lo requiriesen.

La cantidad de entrevistas a realizar se definió por el proceso de saturación. Este consiste en llevar a cabo todas las entrevistas que sean necesarias hasta que estas dejen de aportar información nueva. Es decir, cuando las entrevistas realizadas comienzan a ofrecer

información repetitiva y que ya no resulte relevante en el análisis, a criterio del investigador, será el momento de dar por terminada la recolección de información (Merayo, 2003; Robles, 2011). En la presente investigación el número de entrevistas realizadas para alcanzar el proceso de saturación fue siete.

Dado que las entrevistas fueron grabadas por audio y video, previo consentimiento de los participantes, las grabaciones se guardaron con un código, sin nombre, para preservar el anonimato de los entrevistados. Asimismo, para asegurar la integridad de la data, estas se guardaron en una carpeta con contraseña en la computadora personal del investigador y fueron transcritas solo por él mismo.

Finalmente, una vez recolectada la información, se procedió a realizar las transcripciones de las entrevistas de cada uno de los participantes, cuidando en todo momento la confidencialidad de los datos proporcionados; luego, se continuó con el análisis de los datos y la categorización de la información para consolidar los resultados y la discusión.

Análisis de la Información

La información adquirida de las entrevistas semiestructuradas fue codificada y categorizada haciendo uso del programa Atlas ti.7. A pesar de los ejes planteados en la guía de entrevista, basados en la revisión bibliográfica (Hsieh & Shannon, 2005), se optó por el análisis temático de corte inductivo que permite manejar los datos de los participantes con mayor flexibilidad para después ser contrastada con nueva teoría (Hernández, Fernández & Baptista, 2014) En este sentido, el método de análisis temático de corte inductivo consiste en la identificación, el análisis y el reporte de los patrones que surgen a partir de la información recolectada (Braun & Clarke, 2006). Es decir, se mantuvo la flexibilidad en la construcción de ejes temáticos que fueron surgiendo en función a los patrones comunes que se encontraron en las respuestas de los participantes (Braun & Clarke, 2006).

En principio, se hizo una lectura a las transcripciones de las entrevistas para familiarizarse con la información de cada participante. Luego, se continuó asignando un código a cada fragmento particular considerado relevante para el objetivo de la investigación. A continuación, se juntaron los códigos similares que podían dar cuenta de un tema más general. Es importante mencionar que los códigos y temas fueron revisados de manera conjunta con la asesora de esta investigación para agregar consistencia al análisis de los hallazgos y reducir sesgos: De esta manera, únicamente prevalecieron los códigos y temas más útiles y trascendentes para el trabajo de investigación. Algunos códigos pasaron a formar temas, otros

subtemas y otros fueron descartados. Posteriormente, se le asignó un nombre a cada tema y subtema, definiéndolos con frases que capturen su esencia. Por último, se realizó un informe de todos los temas y subtemas hallados, presentándolos de forma lógica y coherente para el lector (Braun & Clarke, 2006).

Cabe destacar que, durante el proceso de recopilación y análisis de datos, el investigador intentó mantenerse consciente y suspender sus propios prejuicios y presuposiciones a través de un proceso de bracketing. Este se entiende como la identificación del investigador del interés propio, experiencia personal, factores culturales, suposiciones y corazonadas que podrían influir en cómo él o ella interpreta los datos del estudio (Fischer, 2009). En este sentido, aunque es poco realista alcanzar la objetividad pura, el investigador utilizó un diario reflexivo a lo largo de la investigación con la esperanza de mantenerse lo más abierto posible a permitir que surjan significados y temas inesperados.



Resultados y Discusión

Los resultados de la presente investigación se encuentran divididos en cuatro temas que surgieron en función a los patrones comunes encontrados en las entrevistas. El primero de ellos es convivencia con la mascota; el segundo, vínculo con la mascota; el tercero, duelo ante la pérdida de la mascota; y el cuarto, percepciones sociales sobre el duelo a la mascota. Cada tema se discutirá con sus respectivos subtemas, que emergieron en base a la experiencia descrita por los participantes. Asimismo, las citas de los participantes estarán indicadas con los códigos P1, P2, P3, P4, P5, P6 y P7, dependiendo del participante.

Primer Tema: Convivencia con la Mascota

Este tema representa las vivencias que las personas tienen con su compañero animal y cómo las perciben. Está compuesto por dos subtemas: actividades junto a la mascota y la mascota como compañía.

Actividades Junto a la Mascota

Las actividades que las personas realizan junto a su compañero animal son variadas y denotan distintos niveles de involucramiento. Por ejemplo, jugar con la mascota surgió como una de las actividades principales que hacen los dueños. Al respecto, el juego es parte importante para fortalecer el vínculo humano-mascota, así como para liberar tensión, enseñar límites y moderar comportamientos desequilibrados (Paramio, 2010).

A ella le gustaba como que perseguir, o sea, me veía de lejos y yo la veía y como que yo empezaba a correr y ella me perseguía a mí, y como mi casa es bien amplia, larga para el fondo, yo corría y ella me perseguía. Era gracioso jugar, tirarle su pelota, a ella le gustaba bastante seguir su pelota y quitarla. (P1)

Jugar con él, estábamos en mi cama, lo molestaba y él como que hacía que me iba a arañar, que me iba a morder. Se tiraba conmigo y me buscaba para echarse encima, ese tipo de cosas eran con las que más tiempo pasaba con él. (P2)

Como se puede observar, los participantes manifiestan cómo el juego resultaba una constante en la relación de sus mascotas y también cómo este era una actividad de disfrute mutuo. En este sentido, ¿Qué sería del vínculo sin el disfrute? Aunque no es una condición necesaria para el afecto, disfrutar una actividad en compañía sí hace el vínculo más significativo (Aguilar, 2017). Además de actividades concretas humano-mascota como el juego, los animales también se presentan de manera transversal en el cotidiano, acompañando a sus dueños en actividades que no guardan relación directa con las mascotas.

Mi mamá dormía con el gato. Incluso nos daba pena al principio cuando era pequeño dejarlo solo en la casa. Si salíamos, lo llevábamos; por ejemplo, una vez fuimos donde mi papá a un almuerzo y nos llevamos al gato en su cesta porque nos daba pena dejarlo en casa, igual a mi hermana también le daba pena. (P3)

Veíamos tele juntos, descansábamos, me acompañaba mientras yo hacía tareas o leía y él venía y se ponía al costado o se echaba en mi cama. O sea, siempre ha sido como que bien silencioso, pero acompañaba como que todos los momentos, a mí, a mi mamá por ratos, pero estaba ahí siempre. (P4)

Como se puede observar, ambas participantes reportan actividades con sus mascotas tales como ver televisión, leer, dormir, entre otras. Estas suelen hacerse sin las mascotas, pero al tratarse de una convivencia, se vuelve normal que los animales compartan actividades cotidianas de los humanos. Incluso en las primeras investigaciones significativas realizadas acerca de las mascotas, como la de Friedman (1980), ya se especulaba la importancia del rol de la mascota dentro de la vida de las personas y el sentimiento de compañía y afiliación que estas producen. Además, como se ha podido observar en la cita de P3, las mascotas refuerzan la idea de la empatía, entendida como la experiencia emocional percibida de un otro (Bryant, 1982), y fomentan el antropomorfismo, entendido como la atribución de características humanas a las mascotas (Serpell, 2003), al no querer dejar a la mascota sola en casa porque pudiese “sentirse solo”. Además de poder compartir parcial o totalmente actividades con las mascotas, hay ocasiones en las que los dueños contemplan la convivencia como una totalidad, donde el vínculo puede ser tan cercano que lo comparten todo con sus mascotas.

Yo me encargué totalmente, era como tener un bebé en casa. Yo me encargaba de su comida, de sus baños semanales, desde llevarlo al veterinario, cambiarle el pañal, darle de comer en la boca, todo eso hizo mucho más intensa la relación. Yo siempre la sentí fuerte, pero durante esos tres años la sentí, no sé, como que podía traspasar fronteras, era muy muy fuerte. (P6)

Yo la verdad hacía todo con Bugui, comía con Bugui, dormía con Bugui y cada vez que salía con mis papás me gustaba salir con Bugui, así que casi todas las actividades las hacía con él, jugaba con él también, todo. (P7)

Las citas nos aproximan a la idea de cómo puede ser el vínculo entre cuidador y mascota. Se observa cómo además de querer hacerlo todo con el animal, este puede ser concebido como un bebé, volviendo a la idea de antropomorfia. Esta situación confirma el hecho de que las

relaciones de apego que existen entre los dueños y sus mascotas siguen los mismos principios que las de apego entre humanos, donde uno busca en el otro cumplir con necesidades básicas como seguridad, protección y afecto (Noonan, 1998). Estas necesidades son cubiertas tanto por los dueños, como por las mascotas, propician el vínculo y, posteriormente, dan lugar al duelo.

La Mascota como Compañía

Uno de los aspectos más significativos en la tenencia de mascotas viene a ser la compañía que estas constituyen para el ser humano. Durante esta investigación se pudo corroborar esto de manera transversal a todos los participantes. Al respecto, las mascotas disminuyen el sentimiento de soledad y en situaciones de aislamiento social representan un acompañamiento incondicional que favorece la autoestima de las personas (Gómez, Atehortua & Orozco, 2007). Esto se ve reflejado en la siguiente cita:

Me sentía muy feliz, acompañada porque como te digo estaba sola en mi casa, mis papás trabajaban mucho o sea en esa edad. Creo que llegó cuando yo tenía cuatro, no me acuerdo muy bien, pero yo era muy pequeña. Entonces mis papás salían a trabajar y tenía una niñera, pero ella no se quedaba todo el tiempo conmigo, sólo venía para almuerzo y todo eso. Bugui era como mi única compañía, entonces me sentía muy feliz con él. (P7)

La participante narra cómo la mascota constituyó la única compañía válida que ella tenía en su infancia y el rol importante que jugaba en su felicidad. Sobre esto, Rew (2000) menciona que en la infancia los animales de compañía proporcionan a los niños un sentido de seguridad y ayudan a contrarrestar los problemas de miedo y soledad. Heath y McKenry (1989) opinan que esto resulta positivo especialmente para los niños cuyos padres trabajan y los dejan sin supervisión durante períodos de tiempo. Cuando una mascota llega a casa les proporciona una mayor sensación de seguridad, y puede reducir un poco el aislamiento y aburrimiento que estos niños a menudo experimentan. Sin embargo, este rol de compañía no está limitado a la infancia, durante esta investigación, al estar centrada en adultos jóvenes, se ha podido observar cómo la totalidad de los participantes consideraron a sus mascotas como una importante compañía. Citas como “Fue una de las mejores compañías que he tenido hasta ahora en toda mi vida” (P1), o “todo lo que llegaba a sentir con él al lado, tranquilidad, no solo dormir, sino la compañía que tenía de él” (P2) ejemplifican perfectamente este rol de compañía que desempeñan. El ser

humano puede encontrar en los animales una fuente de compañía y un objeto de afecto (Lorenz, 1964) En el caso de los adultos jóvenes, las mascotas pueden tomar un rol parecido al de un humano, como compañero de cuarto o mejor amigo. De este modo, los jóvenes adultos pueden pasar tiempo con su mascota y estas los reciben en la puerta con amor incondicional. Esto se muestra particularmente significativo dados los diversos cambios que pueden comenzar a experimentar en sus vidas en esta etapa, tales como los estudios, comenzar a vivir solos o valerse por sí mismos (Turner, 2005).

Segundo Tema: Vínculo con la Mascota

Este tema refleja el vínculo que las personas y sus mascotas forman, así como todo lo que puede representar una mascota en la vida de sus dueños. Está compuesto por tres subtemas: vínculo entre el dueño y la mascota, particularidades de la mascota que hacen que el vínculo sea único y significado de la mascota en la vida de las personas.

Vínculo entre el Dueño y la Mascota

Como explica Aguilar (2017), la relación entre un ser humano y su compañero animal puede formar un vínculo entre ambos. Este viene a ser una relación afectiva que construyen las personas socialmente y que es modificada por cada cuidador. Es decir, cada dueño puede desarrollar con su mascota un vínculo particular, intenso e irrepetible. “Era una compañía de todo el día que era especial y que nos llevábamos muy bien. Creo que hasta cierto punto Nacho era bastante dependiente de mí y yo también de él” (P5). En esta cita se puede apreciar un vínculo que incluso es definido como una “dependencia”, lo que da a entender lo cercana que puede llegar a ser la relación humano-mascota en algunos casos. Asimismo, otra entrevistada, cuya mascota se encontraba enferma, narra cómo el vínculo que poseía con él les daba fuerzas a ambos para seguir.

Realmente la pasaba mal, pero nada de eso importaba porque cuando yo lo veía a Bobby, valía completamente la pena. Él me daba esa fuerza para seguir en esa lucha que teníamos juntos, si yo tuviese que volver a pasarlo, lo volvería a hacer y volvería a cuidarlo porque yo sentía que estábamos los dos en eso, no había nadie más. Solo éramos los dos y él me impulsaba a seguir haciendo todo eso. (P6)

Esta cita refleja la intensidad del vínculo, donde a pesar de que, en este caso, la mascota estuvo enferma por más de dos años e implicaba un sacrificio el cuidarlo, por parte de la dueña,

esta decidía seguir adelante, a pesar de la adversidad, y acompañar a su mascota hasta que se recupere. Como se puede observar en las citas, este vínculo posee una carga de emocionalidad significativa, que suele desarrollarse, de manera natural, en este tipo de relaciones (Beatson, 2011). Al igual que ocurrió en la investigación de Aguilar (2017), estos resultados se pueden sustentar, parcialmente, desde los cuatro principios básicos de Katcher (1993) que permiten el establecimiento del vínculo. Estos principios son: la seguridad (los animales significan cuidado y protección); la intimidad (con los animales se da de manera espontánea y está mediada por la lectura que los animales hacen de lenguaje corporal humano); la afinidad (relación de parentesco con los animales) y la constancia (beneficios de la relación con animales que se mantienen en el tiempo).

Los perros y los gatos se diferencian de otros animales no solo por el trato privilegiado que reciben, sino porque manifiestan genuina estimación por sus dueños y por el afecto recíproco que se establece con ellos (Aguilar, 2017). Por ende, resulta congruente que las personas puedan sentir entendimiento y conexión con sus mascotas y que esta se vaya fortaleciendo con el tiempo. Esto se puede observar en varias citas como “Era un vínculo muy bonito, yo sentía que le importaba, o sea es bien bonito sentir que a tu mascota le importas y que tiene cierta conexión contigo, eso es algo que valoraba mucho” (P4), o “Estar con Kikin era diferente, a veces cuando tenía problemas, el gato como que lo presentía, cuando me sentía mal el gato a veces venía y se echaba conmigo” (P2). Como se puede observar, los participantes manifiestan el sentimiento de que sus mascotas no solo los entienden, sino que se preocupan por ellos, lo que también tendría importantes implicancias en el vínculo.

Otro aspecto relacionado al vínculo que los participantes manifestaron fue el hecho de hablar con sus mascotas:

Se convirtió en... no sé, sentía que me ayudaba bastante en varias cosas. Podía conversar con ella y ella me escuchaba porque me miraba profundamente, como si me estuviera entendiendo. Por eso a ella le podía llegar a contar cosas y era como si me entendía, porque no sé, solo sé que me entendía. (P1)

Bueno antes cuando estaba mal podía llegar de la universidad aguantando toda mi cólera, todas mis ganas de llorar y llegaba, me tiraba a mi cama y él siempre estaba ahí. Se acercaba y ronroneaba, estaba conmigo y yo muchas veces le contaba mis cosas. Sé

que de repente suena muy loco hablar con un gato, pero era quien estaba conmigo y después de eso me sentía mejor. (P5)

A partir de estas citas se evidencia cómo el hablar con una mascota puede proporcionar alivio y entendimiento en la persona. No es gratuito que la mayoría de los participantes hayan manifestado que conversan con sus mascotas y es que el hecho de que sean un objeto de afecto que mantiene la atención que los humanos requieren, sin esperar algo a cambio, sin juzgar ni esperar su propio turno para hablar, los convierte en excelentes confidentes. Noonan (1998) explica que hablarle a tu mascota resulta una forma segura de probar pensamientos y sentimientos en privado, incluso diciendo cosas que están destinadas a ser escuchadas por otra persona, pero que resulta muy difícil decirle. Esto también permite reflexionar, pensar y cambiar, y así evitar confusiones y decepciones.

Me acuerdo que llegué a mi casa y pucha estaba súper mal, demasiado mal, era como que Bugui fue lindo porque llegué a mi casa y me miró, me fui a mi cuarto y él fue corriendo a mi cuarto y me estaba lamiendo la cara, estaba queriendo que juegue con él como sea, y eso fue lo que yo recuerdo, lo más lo más bonito que me pasó con él, como sea quería jugar, yo estaba llorando y él quería lamerme la cara, quería jugar. (P7)

En esta cita se observa un nivel de entendimiento bastante elevado de la mascota hacia el dueño, donde en cuestión de segundos esta pudo identificar que su dueño no se sentía bien y acudió a la ayuda. Esto refuerza la idea de que el vínculo es recíproco; es decir, va en ambas direcciones. La reciprocidad de la relación con la mascota es tal que el dueño resulta un soporte emocional para la mascota, a la vez que la mascota resulta un soporte emocional para el dueño (Noonan, 1998). En este sentido, se produce una ambivalencia donde los animales son los que en ocasiones cuidan de sus cuidadores. Resulta pertinente citar a Montaigne (1603) cuando decía “Cuando juego con mi gato, quién sabe si estoy jugando con él o él está jugando conmigo”.

Lo explicitado por los participantes apoya y explica por qué resulta una práctica común el uso de animales en diferentes tipos de terapia psicológica y contención, y los efectos positivos que pueden tener (Hart, 2006). De este modo, al constituir una compañía incondicional, las mascotas ayudan a que los humanos no se sientan solos y, sin necesidad del lenguaje, facilitan un espacio de intimidad para sus dueños (Gómez, Atehortua & Orozco, 2007)

Particularidades de la Mascota que Hacen que el Vínculo sea Único

Existen algunas investigaciones realizadas en animales, desde insectos hasta mamíferos, que muestran diferencias individuales en la conducta. Estas diferencias se deben tanto a factores genéticos como a la influencia del ambiente a lo largo de la vida (Zepeda, Reyes & Bautista, 2017). Quienes interactúan con animales de compañía los perciben como seres individuales capaces de generar emociones e interacciones sociales recíprocas, a pesar de no tener capacidad lingüística (Aguilar, 2017). Estas particularidades en la conducta son ejemplificadas por algunos participantes “No era como otros gatos que llega alguien y se pegan, Nacho solamente se pegaba a mí” (P5). Como se puede observar, la particularidad del gato de este participante se da a nivel de interacción, pero también existen particularidades con respecto a gustos o preferencias de las distintas mascotas.

Nuestro gato ahorita se llama Lucas y le compramos una cadena con una campana que era la misma que tenía Kikin, pero se estresaba. Sentía el sonido de la campana y se volvía loco, en cambio Kikin nunca se volvió loco cuando sonaba. (P2)

Me acuerdo que era el único gato que me devolvía los besos, porque yo siempre como que le doy besos a los gatos y les da igual como que “ya déjame”, pero a este gato yo le daba besos y volteaba y me lamia la cara entonces era como que muy raro. (P4)

Las citas ponen de manifiesto tres particularidades de tres gatos diferentes en contraste con otros gatos. En este sentido, que los participantes reporten conductas diferenciadas de sus mascotas en comparación a otras coincide con lo hallado por investigaciones como la de Fox (2006) y la de Aguilar (2017) donde se fundamenta la percepción actualizada de las mascotas, en contraste con definiciones obsoletas que postulan que son objetos inferiores incapaces de pensamientos racionales o acciones. Siguiendo esta línea, se puede deducir que son estas particularidades las que hacen cada vínculo único y a cada mascota irremplazable.

Yo tenía muchos gatos y a pesar de que todos los gatos se parecen, cada uno tiene una personalidad... Tú puedes tener 10 mascotas y se muere una no es que el resto la reemplace ¿no? Porque nada va a reemplazar a tu mascota que ha fallecido. (P3)

La participante manifiesta la personalidad distinta que puede tener cada mascota lo que la vuelve irremplazable. De hecho, todos los participantes expresaron particularidades de sus mascotas, así como el vínculo único que formaron con ellas “He tenido otras mascotas, pero la conexión que tuve con ella, no sé, fue diferente, había otra vibra.” (P1), “Nadie me va a llenar como Bugui y en verdad es así porque puedo tener tres perros, pero el cariño que le tenía a

Bugui no se compara con el de otro perro.” (P7). Estas citas evidencian también, ya de cara a duelo, cómo las particularidades que tenían sus mascotas terminan teniendo una implicancia directa en cómo perciben el mundo ante la ausencia de estas. Esto se explica en función de que el vínculo no se establece con los animales de forma general, sino de manera específica. Se trata de una unión duradera con unos seres compuestos de singularidad y algo así como “personalidad”, que los hace irremplazables (Aguilar, 2017).

Significado de la Mascota en la Vida de la Persona

Las mascotas adquieren distintos significados en la vida de sus dueños y suelen presentarse de manera antropomórfica. Serpell (2003) define la antropomorfia como atribuir estados de la mente humana como pensamientos, sentimientos, motivaciones y creencias a los no humanos. Los perros y gatos son animales fáciles de antropomorfizar lo que, de hecho, resulta una condición necesaria para poder establecer lazos cercanos con ellos (Irvine, 2008). Pero las personas pueden percibir a sus animales como más cercanos o trascendentales en sus vidas que muchos otros seres humanos. Por ello, no se debería limitar a definir a las mascotas solamente como construcciones sociales antropomórficas, sino también tener en cuenta lo que son para sus dueños: individuos únicos capaces de respuestas intersubjetivas e intercambios sociales auténticos (Sanders, 1990). Una muestra de ello son las respuestas que los participantes dieron acerca del significado que tuvo su mascota en sus vidas. Para algunas personas su mascota puede representar amistad sincera “Lupe fue mi mejor amiga, a ella le pude contar todo, ella me ha visto en todas” (P1), “Para mí fue como un amigo, como una persona, un ser que te acompaña, que disfruta tu compañía. Era mutuo, yo lo cuidaba y de una forma era su amiga, era una compañía mutua” (P4). Para otras personas, su mascota es considerada un miembro más de la familia “Creo que significó mucho, era mucho más que una simple mascota, o sea era casi como como un hermano para mí” (P2), “Era parte de la familia” (P3). Otras personas las consideran un soporte “Sentía que era más como mi soporte emocional, estaba conmigo todo el día, todo el día paraba junto a mí” (P5). Finalmente, para otras personas, sus mascotas lo son sencillamente todo “Bobby significó todo creo. Fue compañía, amor muy puro, amor incondicional. Yo sentía que a pesar de todo Bobby me amaba con todas las ganas, que siempre estaba ahí para mí, yo sentía que Bobby era mi fuerza” (P6), “Bugui era todo. Era mi otra mitad, era mi hermano, mi hijo, mi todo. Era mi complemento, en serio lo amaba, lo amo.” (P7)

Los resultados reflejan de manera fehaciente el nivel de importancia que las personas le adjudican a su mascota en sus vidas. Estos resultados se alinean con algunas investigaciones importantes que también hallaron que las personas consideran a sus mascotas como familiares, amigos, compañeros y parte integral de sus vidas (Aguilar, 2017; Beck & Katcher, 2008; Cohen, 2002; Fox, 2006; Johnson, 2009; Power, 2008; Serpell, 1996). Al respecto, Johnson (2009) utiliza la frase “términos de parentesco” haciendo referencia a aquellas veces en las que los seres humanos realizamos comparaciones para poder transmitir la intensidad de un vínculo. Esto ocurre, por ejemplo, cuando alguien le dice hermano a un mejor amigo; tíos, a los amigos de sus padres; mejor amiga, a una madre; o hijo, a un perro. Si estas expresiones no son utilizadas a la ligera, denotan la importancia que unas personas le otorgan a otras. La forma en las que los participantes se refieren a sus mascotas, entonces, refleja la importancia que le asignan a las mismas en sus vidas y la profundidad del vínculo que compartieron.

Tercer Tema: Duelo Ante la Muerte de la Mascota

Este tema abordará el duelo que surge ante la muerte de una mascota. Se divide en tres subtemas: consecuencias emocionales de la pérdida, tipos de duelo y culpa.

Consecuencias Emocionales de la Pérdida

Tras la muerte de la mascota, ante la existencia de un vínculo, se produce en el dueño un proceso de duelo (Archer & Winchester, 1994). Esto acarrea una serie de consecuencias emocionales en la persona que los participantes manifiestan “En serio me sentía muy mal, sentía que... nunca había experimentado esa sensación, ese dolor de la pérdida de una mascota, con esa intensidad” (P3), “Me sentí súper triste, sentí que de repente... que no debí dejarlo, debí quedarme con él, cuidarlo. Entre pena, tristeza y culpa” (P4). Como se puede apreciar, la muerte de la mascota trae consigo malestar, dolor, pena, tristeza y culpa, que son, precisamente, características comunes en cualquier proceso de duelo (Worden, 1997). Al respecto, Lavorgna & Hutton (2019) analizaron el duelo ante la pérdida de una mascota en comparación al duelo ante la pérdida de un ser humano y no encontraron diferencias significativas en la severidad del duelo ni en la conexión emocional con el fallecido. Esto se debe a que la severidad del duelo suele estar mucho más conectada al vínculo con el fallecido y la forma en la que se da la muerte, que con si se trata de un ser humano o de un animal. Al respecto, existen investigaciones que han demostrado que el vínculo con la mascota fallecida es un fuerte predictor del dolor ante su muerte (Goose, 1989; Archer & Winchester, 1994).

Esto es algo que se refleja claramente en las citas, donde se observan los sentimientos que ha traído consigo la pérdida.

Por eso es que creo que yo lo extraño tanto cuando lo pierdo, porque ya no tenía a quien contarle mis cosas porque mi mamá trabaja todo el día y a veces mi relación con ella es un poco complicada. A veces uno cuenta cosas y no quieres que te digan “oye estás haciendo esto mal”, simplemente quieres que te escuchen y siento que Nacho hacía eso, estaba ahí escuchando y me daba cariño y eso era lo que a mí me gustaba. (P5)

Yo me sentía muy mamá con Bobby, cuando lo secaba y lo abrigaba, dormía a veces con él sin que mi mamá se diera cuenta, eran como momentos muy especiales. Yo quería hacer todo con Bobby y siempre estaba pensando qué comprarle, que hacer, llevarle una cena navideña y cosas así... Yo todavía a veces lloro, no sé, una vez cada dos semanas, cuando me acuerdo, siempre que me acuerdo lloro, es algo que nunca se va a ir, que siempre está ahí. (P6)

En ambas citas se puede observar claramente el vínculo que existía entre los dueños y sus mascotas y cómo este tiene implicancias en la muerte. Estos resultados son congruentes con lo hallado por Field et al. (2009), en cuya investigación obtuvieron que un apego fuerte con la mascota fallecida es uno de los predictores de dolor más severo ante la muerte y que un vínculo continuo puede influir parcialmente en la severidad del dolor. De hecho, el mismo Worden (1997) ya mencionaba cómo el apego nos ofrece una manera de conceptualizar la tendencia que tienen los seres humanos a establecer fuertes lazos emocionales con otros y entender las fuertes reacciones emocionales que se producen cuando dichos lazos se ven amenazados o se rompen. Considerando lo que la mascota puede representar en la dinámica familiar y en la vida interpersonal e intrapsíquica de la persona, no es de sorprender que la pérdida de una mascota resulte un evento terrible. La mascota le ha dado a su dueño la capacidad de abrirse con ella, jugar, recibir afecto, ser escuchado y llorar abiertamente; por ende, su muerte es tan válida como la de cualquier otro ser amado (Noonan, 1998). Asimismo, las mascotas transmiten una percepción de “eterna juventud” independientemente de la edad que tengan, por lo tanto, su muerte casi siempre toma por sorpresa a las personas y eso la hace más impactante (Lorenz, 19964; Noonan, 1998)

Tipos de Duelo

Ante la muerte de un ser querido, las personas pueden atravesar distintos tipos de duelo en función del tipo de muerte, el tipo de vínculo y algunos otros factores. Cuando una persona se entera de que la muerte de un ser querido se aproxima, esta tiene la posibilidad de prepararse mentalmente al suceso. Esto es conocido como duelo anticipatorio (Cabodevilla, 2007) proceso en el que la persona se hace a la idea de que pronto el ser querido no estará más y que tarde o temprano tendrá que dejarlo ir.

Yo recuerdo que en esas noches en las que ya estaba muy enfermo yo le decía que está bien, que ya se podía ir, pero aun así no pasaba. Yo tenía el sueño muy ligero porque pasaba en vela toda la madrugada, pero ese día me levanté a las 10 de la mañana, sorprendida de no haberme levantado y Bobby dormía en su cama, en el piso, a mi lado. Cuando lo vi él ya había fallecido, pero tenía una expresión tranquila. Entonces cuando lo toqué como que recién fui consciente. Yo estuve tranquila también, igual sus esfínteres se habían soltado, lo limpié, lo cambié, lo besé y lo puse un costadito en su misma cama, y fui a avisarle a mi hermana que ya había fallecido. Recién me comencé a sentir mal, a llorar y a todo. (P6)

La cita pone muestra un caso de duelo anticipatorio, en el que la mascota, que por cierto tenía casi 20 años, se encontraba enferma y su dueña ya se anticipaba a la muerte, al punto de despedirse antes de que ocurra la misma. En una reciente investigación, Brkljačić et al. (2020) hallaron que cuando las personas pueden anticiparse a la muerte de sus mascotas, realizan evaluaciones más positivas del suceso; en contraste con aquellos que enfrentan una muerte inesperada.

Sin embargo, no siempre que una persona pueda anticiparse a la muerte de una mascota, significa que podrá desarrollar un tipo de duelo menos doloroso ante la muerte. En realidad, incluso en este tipo de duelo, puede desarrollarse un duelo complicado, que hace referencia a una variable del duelo en la que se experimentan mayores niveles de ansiedad, depresión, aislamiento social, así como menores niveles de salud y energía, en comparación con el duelo normal (Boelen & Bout, 2008). Al respecto, Walsh (2009) describió cinco factores que podrían complicar la resolución del duelo tras la pérdida de una mascota: el no reconocimiento del duelo, la muerte accidental o traumática, la pérdida ambigua, la acumulación de pérdidas y la función que la mascota cumplía en la familia.

Cuando yo me desperté su pata estaba sangrando terriblemente, toda mi casa estaba manchada de sangre. Y pucha yo ya sabía, lo abracé y le dije “ya es momento de que te vayas”. Pucha comencé a llorar horrible y le dije a mis papás “creo que tenemos que dormirlo, porque está sufriendo mucho” y yo como que no estaba lista, pero ya era hora porque ya estaba muy viejito. Podíamos someterlo a las quimios, pero nadie me aseguraba que no le podría salir en otra parte del cuerpo y volver a sufrir. Me acuerdo que el domingo le dije a mi papá: es momento de hacerlo dormir. Mis papás me preguntaron si estaba segura y le dije que sí, que estaba segura. Entonces me acuerdo que estábamos en mi casa y a Bugui le encantaba comer mandarina, entonces me acuerdo que le dimos mandarina, le canté la canción del amigo fiel, lo llevamos al Veterinario y ya pues, ahí le dijimos que ya era el momento de dormirlo y así fue que Bugui se fue (P7).

Yo no quería salir de mi cuarto, no había comido algo desde la mañana, no había desayunado, no había almorzado y tampoco quería cenar. De verdad no salí de mi casa como 3 semanas porque sentía que salía a la puerta y me acordaba de Bugui. Era demasiado. (P7)

Como se puede observar, ambas citas pertenecen a la misma persona. En este caso, aunque se trató de una muerte a la cual la persona se pudo anticipar, terminó desarrollando un duelo complicado. Este suele relacionarse a casos en los que la pérdida ocurre de forma inesperada o existe una relación cercana o de dependencia hacia el fallecido (Chacón, Martínez & González, 2008). Aunque hemos visto a dos participantes atravesar un tipo de duelo anticipatorio, en el que ambas tenían a una mascota enferma y pudieron despedirse a tiempo, solo uno de aquellos casos terminó siendo un duelo complicado. Por consiguiente, estos resultados fortalecen la idea del rol fundamental que el vínculo tiene en el duelo ante la muerte de una mascota (Goose, 1989; Archer & Winchester, 1994) y que podría ser más significativo que la forma en sí en la que muere. Siguiendo esta línea, se encontraron otros casos de duelo complicado “En cierto punto siento que eso se notaba en mí, mi salud, mi estabilidad mental, porque eso fue un quiebre en mi vida. Después como que sentí, no sé, fue depresión o algo así, me sentía super triste” (P1), “Cuando fallece realmente sentí que estaba muriendo una parte de mí, por lo duro que es, por lo que sentí y siento cada vez que me pongo a contarlo” (P2). En estas citas también se puede evidenciar el dolor de las personas ante el fallecimiento de sus mascotas y las consecuencias que implicaron para ellos. Con estos casos,

sumada la cita previa donde se habló de falta de apetito y aislamiento social, se suman otros síntomas como tristeza intensa, catalogada por la persona como “depresión” y la sensación de que murió algo dentro de la persona. Estos hallazgos son congruentes con lo hallado por Adams et al. (2000) que realizaron un estudio en personas que atravesaban el duelo por su mascota y obtuvo que el 30% de las personas que participaban atravesaban un proceso de duelo complicado que se caracterizaba por sentimientos físicos y emocionales como la pérdida de sueño o apetito, la sensación de que algo dentro de ellos había muerto o la sensación de pérdida de sentido. Precisamente estas son características mencionadas en los participantes recientemente citados. En esta misma línea, Adrian et al. (2009) realizaron un estudio en el que hallaron que el duelo vivido ante la pérdida de una mascota produce una incapacitación funcional en un porcentaje considerable de personas (12%) y que puede acarrear patologías psicológicas, aunque esto no es lo habitual. Estos resultados una vez más nos indican que el duelo ante la pérdida de una mascota sigue los mismos patrones que el duelo ante la pérdida de un ser humano, a nivel de síntomas, variedad e intensidad.

Fue bien fuerte porque yo me ponía a llorar en la noche pensando en que podían no volver. Como una incertidumbre de no saber si iban a volver o si ya estaban muertos y si estaban muertos pensar lo que sufrieron al morir. (P3)

Finalmente, esta cita en la que la participante habla sobre la desaparición de sus dos gatos constituye un ejemplo perfecto del duelo ambiguo. Este tipo de duelo es el que provoca más ansiedad y ocurre cuando no hay certeza absoluta de que el ser querido ha muerto pues, aunque este no se encuentra físicamente, se mantiene psicológicamente en la cabeza del deudo (Cabodevilla, 2007). Estos resultados evidencian su existencia en el duelo ante la pérdida de mascotas, y el impacto emocional que puede acarrear.

Culpa

Hunt y Padilla (2006) teorizaron que, aunque el duelo frente a la pérdida de un humano y de una mascota son similares, la culpa suele asentarse mucho más en este último. En esta línea, Kübler-Ross (1973) separaba las etapas de duelo en negación, ira, negociación, depresión y aceptación, pero una investigación realizada años después encontró que en lugar de la fase de negociación típica que existe en el duelo humano, los dueños de mascotas, casi invariablemente, presentan una fuerte reacción de culpa por la pérdida de su mascota (Quackenbush & Graveline 1985). “No sé qué otra palabra buscarle, pero es como que una

parte de mi siento que pudo haber hecho más, eso siento, eso es lo que más siento de la pérdida de ella” (P1), “Creo que siempre me culpé un poco porque siento que pude hacer más, es como lo que les pasa a las personas cuando algo malo pasa, sienten que pudieron dar más” (P2). “Pensar lo que sufrieron al morir, pensar que no pude protegerlos más de lo que ya había hecho” (P3). Las citas confirman la preponderante presencia de la culpa en el duelo ante la muerte de una mascota y permiten apreciar cómo los distintos participantes manifiestan la culpa que sienten ante la muerte de distintas formas. Esto podría deberse a la percepción de una responsabilidad única por parte del dueño sobre el bienestar del animal, similar a lo que sucede en la relación madre- bebé, por lo que habrá un sentido de la responsabilidad muy grande acerca del bienestar de la mascota que aumenta los sentimientos de culpabilidad tras la muerte del animal, quedando la sensación de que se podría haber hecho algo más (Hunt & Padilla, 2006; Moreno, 2015).

Para mí fue feo porque como que lo dejé y se murió. Eso para mí fue fuerte porque me sentía como culpable, pero también fue como “bueno, no podía ser más”, o eso es lo que me decía. Pero yo siento que sí pude haber hecho más porque probablemente pude haberme quedado. (P4)

Siempre está en mi la idea, como una culpa, que no le di lo mismo a mi otro gato, que por mi culpa falleció, que mejor lo hubiera regalado porque no lo supe cuidar, no lo supe hacer bien. Pensar eso me da pesadillas, tengo ideas así y me pongo triste. (P5)

Dos participantes más manifiestan la culpa que sienten, por haberse ido sin saber que su mascota fallecería y por sentir que no la cuidó bien, respectivamente. Ambos sentimientos de culpa, aunque distintos, se suman a las citas vistas previamente y las cinco constituyen culpa ante la muerte de la mascota. Cabe destacar que estos cinco participantes que mostraron sentimientos de culpa ante la muerte de su mascota fueron aquellos que afrontaron una muerte traumática o inesperada. Por el contrario, aquellos dos dueños que afrontaron un duelo anticipado ante la muerte de su compañero animal no manifestaron sentimientos de culpa ante su muerte. Estos hallazgos indican que el tipo de muerte de la mascota podría tener incidencia directa en los sentimientos de culpa que surgen en el proceso de duelo. Además, este resultado constituye una importante diferencia en el proceso de duelo cuando la muerte de la mascota es inesperada en contraste con una muerte esperada.

Tenía esperanzas de que podría sobrevivir y todo eso, pero luego la vi cuando estaba ahí en la veterinaria y fue una escena bastante fuerte porque, o sea, le habían pelado

algunas partes porque tenían que ponerle sondas y no podía caminar. Solo me miro, empezó a llorar y no podía moverse, solo estaba llorando, y dije “Asu, ella no puede vivir así, de verdad”, y al final tomamos la decisión de sacrificarla. (P1)

En el momento que estaba tomando la decisión de dormir a mi gato, yo sentía como si me fueran a hacer eso a mí, o como si lo estuviera abandonando. Yo sé que él no sentía eso, pero yo reflejaba eso, sentía culpa, como pensando “Que mala, mira lo que estás haciendo, ha venido a pedir ayuda y tú lo matas” yo me sentí así. Nunca había dormido a ninguna de mis mascotas. Fue bastante difícil, pero dentro de todo yo tomé esa decisión porque pensé que era lo mejor para él, porque estaba muy mal y sufriendo, y esa nunca es la idea. Tenía que pensar primero en él y cómo estaba. (P5)

A partir de estas citas se evidencia la experiencia traumática que puede constituir para una persona el tener que aplicarle eutanasia a su mascota y los elevados sentimientos de culpa que puede acarrear. Moreno (2015) menciona en su investigación que un episodio común en la muerte de las mascotas viene a ser aplicarles la eutanasia. Esta decisión tomada por los dueños puede traer consigo elevados sentimientos de culpa e implicancias en la manera de llevar el duelo. Por consiguiente, la actitud o manera de entender que la persona tenga sobre la eutanasia va a afectar posteriormente al proceso de duelo que la persona atraviese a nivel de intensidad y duración. Estas actitudes pueden ir desde la comprensión del acto como una liberación para el sufrimiento del animal hasta la sensación de haber tomado una decisión que convierte al dueño en asesino (Adams et al., 2000). En este sentido, la complejidad que suscita el acto conlleva un ajuste de cuentas interno para el dueño, entre la omnipotencia y homicidio, contra el final de la inocencia “Me convertí en adulta cuando tuve que poner a dormir a mi gato” (Noonan, 1998, p.29).

Cuarto Tema: Percepciones Sociales en el Duelo a la Mascota

Este tema abordará las percepciones sociales en el duelo a la mascota. Está dividido en dos subtemas: convenciones sociales que restan importancia a la mascota y dificultan el duelo, y percepción en la muerte de la mascota en comparación a la de un ser humano.

Convenciones Sociales que Restan Importancia a la Mascota y Dificultan el Duelo

Worden (1997) postula que al sufrir una pérdida hay ciertas tareas que deben ser realizadas para restablecer el equilibrio y completar el proceso de duelo. En esta línea, la segunda tarea para afrontar el duelo es trabajar con las emociones y el dolor de la pérdida. Sin

embargo, él explica que en algunas ocasiones puede haber una interacción entre la sociedad y la persona que le impediría completar esta tarea. Si la sociedad está incómoda con los sentimientos de esta persona y le da el mensaje directo o sutil de “no necesitas elaborarlo” esto interferirá con las defensas propias de la persona, llevándola a negar la necesidad de elaborar los aspectos emocionales relacionados a su pérdida y, por consiguiente, no le dará rienda suelta al dolor: sentirlo y comprender que algún día pasará. “Creo que el dolor en sí es muy duro cuando lo tienes guardado, pero cuando lo sacas hay gente que no comprende “Ya pues, es una mascota, adopta otra”, es muy difícil de llevar porque tu mascota es única” (P5), “Era como que la gente me decía “estás exagerando, ya te va a pasar, sólo ha sido la muerte de un perro, vas a tener más” y cosas así” (P7). Estas citas evidencian el papel que muchas veces ocupa la sociedad al invalidar el duelo ante la muerte de una mascota. Por consiguiente, si está mal visto por la sociedad este tipo de duelo, o no se le otorga la suficiente importancia, las tareas de duelo de las personas se verán interrumpidas y será mucho más difícil que pueda lidiar con su pérdida.

Estos hallazgos se suman a otras investigaciones que han encontrado que a pesar de que el duelo ante la pérdida de una mascota es comparable al duelo ante la pérdida de un ser humano, estos no son vistos socialmente de la misma manera. Por ejemplo, en una investigación realizada por Lavorgna y Hutton (2019) aplicaron el mismo cuestionario que medía la severidad del duelo, el apoyo social y la conexión emocional con el fallecido en dos muestras distintas de personas. Una de las muestras eran personas que afrontaban el duelo hacia la mascota y la otra eran personas que afrontaban el duelo hacia un humano. Los resultados no mostraron diferencias significativas en la severidad del duelo o la conexión emocional, pero sí en el apoyo social que las personas reciben. De igual manera, una investigación cualitativa realizada en Suecia indagó sobre este fenómeno en 18 personas que habían perdido a su mascota y aunque la mayoría manifestó que sí podían hablar de su duelo y compartirlo, los resultados arrojaron que esto solo era posible una parte del tiempo. Es decir, ambos casos reflejan que, ante la muerte de una mascota, los dueños no sienten que puedan reconocer abiertamente su duelo pues este no suele ser validado por la sociedad. Este fenómeno se conoce como “duelo privado de derechos” o “duelo no reconocido” entendido como la limitación de un individuo de reconocer abiertamente su experiencia de duelo (Doka & Martin, 2011). En consecuencia, al restringirse ellas mismas en su proceso de duelo, estas personas lo viven con una ambivalencia que no resulta beneficiosa a la hora de afrontar una

pérdida (Redmalm, 2015). De la misma manera, un estudio realizado por Adams et al. (2000) detectó que el 50% de las personas que habían sufrido la pérdida de su mascota sentían que la sociedad no valoraba que su pérdida fuera digna de poder vivir un proceso de duelo. Los hallazgos de la presente investigación también reflejan esta situación en el contexto peruano, lo que sugiere que se trata de una convención social extendida a lo largo del mundo. No se da valor a esta pérdida ya que generalmente se considera que una mascota es reemplazable, no legitimando la relación existente entre la persona y su animal (Wrobel & Dye, 2003).

Percepción del Duelo Ante la Muerte de una Mascota en Comparación al Duelo Ante la Muerte de un ser Humano

Existen investigaciones que sustentan que el duelo ante la muerte de una mascota es comparable ante el duelo ante la muerte de un ser humano y que las diferencias no están asociadas a la intensidad o tipo de muerte, sino al énfasis en algunos sentimientos como la culpa (Hunt y Padilla, 2006, Lavorgna y Hutton, 2019, Noonan, 1998). Siguiendo esta línea, en la presente investigación se preguntó “¿Consideras que el duelo ante la muerte de una mascota es similar al duelo ante la muerte de un ser humano?”

Yo creo que sí, porque he sentido el dolor del fallecimiento de un familiar y así lo siento. O sea, siento que la intensidad puede ser mucha porque incluso cuando tienes una mascota tantos años como que tú le atribuyes pensamientos humanos, una personalidad, llega a ser como si fuese una persona a pesar de que no hable, a pesar de que sabes que sigue siendo una mascota. Ante su pérdida el dolor es bien intenso, y mi proceso fue similar al del fallecimiento del familiar que te digo, el de llorar varios días, de no querer ver fotos, el de sentir ese vacío en el pecho, sentir que te estás ahogando y que no puedes hacer nada para revertir eso. (P3)

Yo creo que, aunque algunas personas digan que no, para mí sí lo fue. Sí he perdido una vez a un familiar, pero creo que el dolor en sí es único. Es lo que yo sentí en mi experiencia, que el dolor que te genera la pérdida de alguien a quien tú quieres no habría mucha diferencia que sea una persona o una mascota. Si se tuvo todo ese cariño en alguien es un dolor igual para mí, porque la muerte en sí es la misma, porque no vas a volver a ver esa persona, ya la perdiste, no te escucha, no la vez, para mí sí. De repente habrá personas que me digan “Cómo vas a decir eso”, pero yo sí lo sentí así. (P5)

Como se puede observar en ambas citas, los participantes validan ambos tipos de duelo y la intensidad que poseen, relacionando más el duelo al vínculo que se tenía con el fallecido y a que la mascota es percibida como si fuese un ser humano más. Esta relación fue común en mayoría de participantes y confirman, una vez más, la importancia del antropomorfismo en la tenencia de mascotas (Irvine, 2008) y el importante rol del vínculo a la hora del duelo (Archer & Winchester, 1994; Goose, 1989)

Sin embargo, la sociedad juega un rol importante en este tipo de duelo al negar su valor y fomentar el desarrollo de duelos no reconocidos, entendidos como la limitación de un individuo de reconocer abiertamente su experiencia de duelo (Doka & Martin, 2011).

No sé... el significado de la vida humana como que, no sé... supongo que son por convenciones sociales que tengo esta creencia, pero si fallece mi tío o mi tía, esa muerte significa más, porque afecta muchas más personas y es más. Porque tampoco quisiera decir que la vida de los humanos es más importante, pero es como que repercuten muchas más personas que el fallecimiento de un perro. Por esto me baso en lo que estoy diciendo. (P1)

En el caso de este participante, a pesar de que tuvo que atravesar un duelo complicado ante la pérdida de su mascota que se evidenció a lo largo de la entrevista, respondió que no le parecían similares ambos tipos de duelo y le otorgó más importancia al duelo hacia la pérdida de un humano dadas sus propias “convenciones sociales”. De hecho, aunque todos los participantes atravesaron evidentes procesos de duelo, incluso llegando a tratarse de duelos complicados en algunos casos como el recientemente citado, la respuesta más común al pedirles comparar ambos tipos de duelo fue “No sé...”. Pero luego de esta respuesta continuaba, mayormente, argumentos por los que el duelo sí sería similar (antropomorfismo y vínculo). Esto se puede evidenciar de manera más clara en las siguientes citas

Tristeza, sobre todo tristeza, creo. Cuando fallecieron otros familiares también estuve triste, pero no tanto, porque no era tanto como que los veía todos los días. Cuando mi abuela falleció yo tenía 8 años, 10, por ahí, pero no tengo muchos recuerdos de eso, luego mi otra abuela prácticamente estaba como vegetal y falleció cuando ingresé y estuve mi primer año en la universidad, entonces fue difícil, pero yo ya lo tenía asumido hace tiempo. Fue doloroso, pero nada se compara con lo que sentí cuando falleció Kikin. (P2)

Sí, o sea, bueno no sé porque nunca tuve la pérdida de una persona tan cercana a mí, no te puedo decir de manera personal qué tanto afecta el ver partir una mascota en comparación a un ser humano. Yo creo que seguro encuentras a alguien que ha perdido una persona cercana y una mascota y te podría decir que sí. (P2)

Son dos citas del mismo participante en diferentes momentos de la entrevista. En una manifiesta cómo enfrentó pérdidas de familiares pero que no se pueden comparar a la intensidad de la pérdida de su mascota; sin embargo, en la otra manifiesta que no podría realizar la comparación entre ambos tipos de duelo. Se puede observar una suerte de ambivalencia, en la que la persona es consciente de lo importante que era su mascota en su vida, así como del dolor y tristeza que supuso perderla, pero se genera resistencia cuando se debe comparar a una mascota con un ser humano directamente. Esta ambivalencia resulta contraproducente a la hora de afrontar un duelo y trae consigo implicancias negativas en el deudo (Redmalm, 2015). Estos hallazgos demuestran la influencia negativa que puede tener la sociedad al no validar el duelo ante la pérdida de una mascota y resultan congruentes con otras investigaciones que han indagado acerca del rol de la sociedad en este tipo de duelos y cómo puede influenciar en la elaboración de un duelo no reconocido (Adams et al., 2000; Lavorgna & Hutton, 2019; Moreno, 2015; Redmalm, 2015; Wrobel y Dye, 2003)

Conclusiones

Los hallazgos de la presente investigación responden al objetivo general de indagar la experiencia de duelo de adultos jóvenes que formaron un vínculo con su mascota, a través del análisis de su experiencia subjetiva. En este sentido, se encontró, en primer lugar, que la antropomorfía resulta ser un factor común a todos los dueños de mascotas y parece ser parte fundamental en la formación del vínculo. Asimismo, todos los dueños de mascotas las identifican como una importante fuente de compañía, afecto y entendimiento.

En segundo lugar, cada mascota tiene sus particularidades lo que la hace irremplazable y genera en la interacción con el ser humano un vínculo único. Este vínculo formado con la mascota es recíproco y demuestra ser el factor más importante en el desarrollo del duelo que ocurre ante la muerte de estas. Es decir, si bien existen una serie de factores asociados al duelo ante la muerte de la mascota, tales como el tipo de muerte o la situación personal que la persona atraviesa, el vínculo tendría más peso y la cercanía a la mascota sería el principal predictor de la severidad del duelo.

En tercer lugar, el duelo ante la pérdida de una mascota es comparable en diversos aspectos al duelo ante la pérdida de un ser humano. Ambos se pueden dar de diversas formas en función al tipo de muerte, vínculo, cercanía y otros factores asociados. Además, los sentimientos que subyacen al duelo y el dolor son los mismos. Sin embargo, una característica particular del duelo a mascotas es la presencia preponderante de la culpa. Aunque la culpa suele estar asociada con la mayoría de duelos, se ha encontrado que esta ocupa un rol central en el duelo hacia la muerte de una mascota. Asimismo, estos sentimientos podrían intensificarse en los casos en los que la persona se ve obligada a aplicarle la eutanasia a su mascota.

En cuarto lugar, el objetivo específico de esta investigación fue explorar si es que existen diferencias en el proceso de duelo cuando la muerte de la mascota es inesperada en contraste con una muerte esperada. En este sentido, se encontró que la culpa se encuentra presente en los casos en los que ocurrió una muerte inesperada, en contraste a aquellos casos en los que la muerte fue esperada. Esto parece deberse a la percepción de responsabilidad única por parte del dueño sobre el bienestar del animal, que deja la sensación de que se podría haber hecho algo más frente a la manera en la que murió.

En quinto lugar, a pesar de que el duelo ante la pérdida de una mascota es comparable al duelo ante la pérdida de un ser humano, estos no son vistos socialmente de la misma manera. En muchos casos no se le otorga suficiente valor a esta pérdida ya que se considera que una mascota es reemplazable, lo que niega el valor de la relación existente entre la persona y su animal de compañía. La sociedad, al dar el mensaje directo o sutil de que esta pérdida no es importante, interfiere con el desarrollo sano del duelo de la persona y lo dificulta. Este pensamiento se encuentra tan arraigado que en ocasiones incluso afecta, sin que lo noten, a la manera de percibir el duelo de muchos dueños o de otorgarle el valor suficiente a su vínculo, por mucho que hayan querido a su mascota.

Con respecto a las limitaciones de esta investigación, se puede señalar la poca bibliografía existente sobre este tema en el contexto latinoamericano y, con más énfasis, en el peruano. Son muy pocas las investigaciones que se han realizado al respecto en poblaciones cercanas, por lo que resulta difícil poder comparar los hallazgos.

Otra limitación fue el contexto de pandemia (Covid-19) bajo el cual se tuvo que realizar las entrevistas. A causa de las pérdidas recientes que varias personas enfrentaron se tuvo que descartar la participación de diferentes participantes potenciales.

Se sugiere para futuras investigaciones analizar las diferencias entre los cuidadores principales y secundarios de las mascotas. En la presente investigación todos los participantes fueron cuidadores principales y, por consiguiente, el vínculo tendría que ser más significativo en estos casos. Sería interesante analizar la diferencia del proceso de duelo entre cuidadores principales y secundarios ya que el vínculo tendría que ser distinto. Este es uno de los principales factores que suelen asociarse a la diferencia de resultados en las investigaciones acerca de la tenencia de mascotas.

Finalmente, se destaca la importancia de los psicólogos a la hora de explorar el comportamiento, relación y vínculo que puede tener el ser humano con otras especies con las que interactúa a diario. En este sentido, son necesarias más investigaciones que aborden este tipo de temas, sobre todo en Latinoamérica. Es importante poder visibilizar la importancia del duelo ante la pérdida de las mascotas y el rol importante que tiene la sociedad en este.

Referencias

- Adams, C., Bonnett, B.N., & Meek, A. (2000). Predictors of owner response to companion animal death in 177 clients from 14 practices in Ontario. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 217(9), 1303-1309. Recuperado de <https://avmajournals.avma.org/doi/abs/10.2460/javma.2000.217.1303>
- Adrian, J., Deliramich, A. & Frueh, B. (2009). Complicated grief and posttraumatic stress disorder in humans' response to the death of pets/animals. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 73(3), 176-87. Recuperado de <https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/bumc.2009.73.3.176>
- Aguilar, M. (2017). *La Relación Humano-Animal de Compañía como un fenómeno sociocultural. Perspectivas para la salud pública (tesis doctoral)*. Recuperado de <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/58863/MyriamAceroAguilar.2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Antonacopoulos, N., & Pychyl, T. (2008). An examination of the relations between social support, anthropomorphism and stress among dog owners. *Anthrozoös*, 21(2), 139-152. Recuperado de https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/175303708X305783?casa_token=ADoQq2O5IPEAAAAA:Nf013X5EfwesQD6_yAAdf3jS9wtBmwyvM3iVSwbC19s_3vbAH1LZT TpTkWOtQHrg-h9TOW_kHhLqKg
- Archer, J. (1997). Why do people love their pets?. *Evolution and Human behavior*, 18(4), 237-259. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0162309599800014>
- Arias, L. (2018). Estudio cualitativo del vínculo entre jóvenes y sus mascotas en Lima Metropolitana. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), Lima, Perú. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10757/624117>
- Beatson, P. (2011). Mapping Human Animal Relations. En T. Taylor, N., & Signal (Ed.), *Theorizing animals: re-thinking humanimal relations* (vol 11, pp. 21–58). Brill. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=nP12vqFyYBgC&oi=fnd&pg=PR9&dq=Th>

- eorizing+animals:+re-thinking+humanimal+relations&ots=uXyj-q-5BOS&sig=mlkY1MuQgIdVMEuQTuQXIIURYS0#v=onepage&q=Theorizing%20animals%3A%20re-thinking%20humanimal%20relations&f=false
- Beck, A., & Katcher, A. (1996). *Between pets and people*. Random House. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=cod2UA-W-rwC&oi=fnd&pg=PR9&dq=Between+pets+and+people.&ots=UWmvMwK1jV&sig=6j8EjotgLjtS530fcfltZKDIacU#v=onepage&q=Between%20pets%20and%20people.&f=false>
- Boelen, A., & Bout, J. (2008). Complicated grief and uncomplicated grief are distinguishable constructs. *Psychiatry Research*, 157(1-3), 311-314. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S016517810700162X>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Brown, J., & Stoudemire, G. (1983). Normal and pathological grief. *Jama*, 250(3), 378-382. Recuperado de <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/387414>
- Bryant, B. 1982. An index of empathy for children and adolescents. *Child Development* 53: 413–425. Recuperado de <https://www.jstor.org/stable/1128984?seq=1>
- Bussolari, C., Habarth, J., Kimpara, S., Katz, R., Carlos, F., Chow, A., Osada, H., Osada, Y., Carmack, B., Field, N & Pacman, W. (2019). Posttraumatic growth following the loss of a pet: A cross-cultural comparison. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 78(4), 348-368. Recuperado de https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0030222817690403?casa_token=
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 30(Supl. 3), 163-176. Recuperado en 23 de octubre de 2019, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es.
- Calhoun, L & Tedeschi, R. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. In *Handbook of posttraumatic growth* (pp. 17-37). Routledge. Recuperado de

<https://www.taylorfrancis.com/books/e/9781315805597/chapters/10.4324/9781315805597-8>

Calhoun, L., Tedeschi, R., Cann, A., & Hanks, E. (2010). Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, 50(1-2). Recuperado de <https://psychologicabelgica.com/articles/abstract/10.5334/pb-50-1-2-125/>

Chacón, J., Martínez, M., & González, J.(2008). Mediastinal extravasation of doxorubicin. *Clinical and Translational Oncology*, 10(2), 128. Recuperado de <http://www.seom.org/seomcms/images/stories/recursos/sociosyprofs/documentacion/manuales/duelo/duelo18.pdf>

Cloutier, A., & Peetz, J. (2016). Relationships' best friend: Links between pet ownership, empathy, and romantic relationship outcomes. *Anthrozoös*, 29(3), 395-408. Recuperado de https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08927936.2016.1181361?casa_token=Tf67njxSVh0AAAAA:3nAq1bRxfuHfqRpAJ2UzdkVzPRA2sbWNdTCbGJr1OW3SxgdaIoN4faY9jaiWl87S8jmktxO38NvWAQ

Cohen, S. (2002). Can pets function as family members?. *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 621-638. Recuperado de <https://www.acrwebsite.org/volumes/7082/volumes/v17/>

Compañía Peruana de Estudios de Mercado y Opinión Pública(CPI), 2018. Tenencia de mascotas en los hogares a nivel nacional. Recuperado de http://cpi.pe/images/upload/paginaweb/archivo/26/mr_mascotas_201808.pdf

Corr, C. (1993). Coping with dying: Lessons that we should and should not learn from the work of Elisabeth Kübler-Ross. *Death studies*, 17(1), 69-83. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07481189308252605>

Daly, B., & Morton, L. (2006). An investigation of human-animal interactions and empathy as related to pet preference, ownership, attachment, and attitudes in children. *Anthrozoös*, 19(2), 113-127. Recuperado de https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/089279306785593801?casa_token=

Daly, B., & Morton, L. (2009). Empathic differences in adults as a function of childhood and adult pet ownership and pet type. *Anthrozoös*, 22(4), 371-382. Recuperado de

https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/089279309X12538695316383?casa_token=mvXKYXXGRdEAAAAA:RHoVCn9hNN0QO9R0_2hkoxE2cxqaCSh5PxjyYBC2FVywMkNxWNcdVCADvm6TPmxquu03B2XVjSZgZQ

Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M. & Varela, M. (2013) La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 162-167. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf>

Doka, K., & Martin, T. (2011). Grieving styles: Gender and grief that gender influences but does not determine grieving. *Grief Matters*, 14(2), 42-45. Recuperado de <http://www.caresearch.com.au/caresearch/tabid/2152/Default.aspx>

Engel, G. (1964). Grief and grieving. Recuperado de https://journals.lww.com/ajnonline/Abstract/1964/09000/Grief_and_Grieving.26.aspx#pdf-link

Ellis, A. (2000). Can rational emotive behavior therapy (REBT) be effectively used with people who have devout beliefs in God and religion?. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31(1), 29. Recuperado de: https://psycnet.apa.org/record/2000-13579-004?casa_token=G-GvflDjU3AAAAAA:XL9g6qmVesp6rijd2G9yO0tTl29yJjjobactovFwktwd9MsoF5vOv14GoksPrrKNckBy9oQ2l98aseHQ3aTpLDg

Field, N., Orsini, L., Gavish, R., & Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death studies*, 33(4), 334-355. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07481180802705783>

Fischer, C. (2009). Bracketing in qualitative research: Conceptual and practical matters. *Psychotherapy Research*, 19(4-5), 583-590. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10503300902798375>

Fox, M. (1978). *The dog*. Dogwise Publishing. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=RxXbAgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=Fox,+1978&ots=tSbW50Zu4Q&sig=pa1eF00RwSDXHs9kzLZtyqXKWc#v=onepage&q=Fox%2C%201978&f=false>

- Fox, R. (2006). Cultural geographies of pet-keeping. Recuperado de <https://ethos.bl.uk/OrderDetails.do?uin=uk.bl.ethos.430441>
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic Adaptation. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, 302-329. Recuperado de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=wIXAWAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR5&dq=Hedonic+Adaptation.+Well-being:+The+foundations+of+hedonic+psychology&ots=ZqpZo6ckc8&sig=M9X6HH_pxCsO-WdrUEVgD_cv2Mc#v=onepage&q=Hedonic%20Adaptation.%20Well-being%3A%20The%20foundations%20of%20hedonic%20psychology&f=false
- Freud, S. (1917). citado en J. L. Etcheverry (Traduc.), Duelo y melancolía. *Obras completas: Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 235-255). Buenos Aires: Amorroutu. (Trabajo original publicado 1917).
- Friedmann E., Katcher A., Lynch J., & Thomas S (1980). Animal companions and one year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*; 95:307–312.
- Gilbey, A., McNicholas, J., & Collis, G. M. (2007). A longitudinal test of the belief that companion animal ownership can help reduce loneliness. *Anthrozoös*, 20, 345–353. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2752/089279307X245473>
- Gómez, L., Atehortua, C., & Orozco, S. (2007). La influencia de las mascotas en la vida humana. *Revista Colombiana de Ciencias Pecuarias*, 20(3), 377-386. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/rccp/article/view/324155/20781338>
- Gray, P., Volsche, S., Garcia, J., & Fisher, H.(2015). The roles of pet dogs and cats in human courtship and dating. *Anthrozoös*, 28(4), 673-683. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08927936.2015.1064216>
- Green, C., Kangas, M., & Fairholm, I. (2018). Investigating the emotion regulation strategies implemented by adults grieving the death of a pet in Australia and the UK. *Journal of Loss and Trauma*, 23(6), 484-501. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15325024.2018.1478934>

- Greenebaum, J. (2004). It's a dog's life: Elevating status from pet to "fur baby" at yappy hour. *Society & Animals*, 12(2), 117-135. Recuperado de https://brill.com/view/journals/soan/12/2/article-p117_2.xml
- Gutiérrez, G., Granados, D., & Piar, N. (2007). Interacciones humano-animal: características e implicaciones para el bienestar de los humanos. *Revista Colombiana de Psicología* (16) 163-183. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401612.pdf>
- Hart, L. (2006). Methods, standards, guidelines, and considerations in selecting animals for animal-assisted therapy: Part A: Understanding animal behavior, species, and temperament as applied to interactions with specific populations. In *Handbook on animal-assisted therapy* (pp. 81-97). Academic Press. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780123694843500074>
- Headey, B., Na, F., & Zheng, R. (2008). Pet dogs benefit owners' health: A 'natural experiment' in China. *Social Indicators Research*, 87(3), 481-493. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-007-9142-2>
- Heath, D., & McKenry, P. (1989). Potential benefits of companion animals for self-care children. *Childhood Education*. 65(5), 311-314.
- Hennink, M.; Hutter, I. & Bailey, A. (2011). *Qualitative Research Methods*. Londres,: Sage.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México, D.F:MacGraw-Hill Interamericana.
- Herzog, H. (2011). The impact of pets on human health and psychological well-being: fact, fiction, or hypothesis?. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 236-239. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0963721411415220>
- Ho, M., & Bai, Y. (2010) Posttraumatic growth in chinese culture. In: Weiss, T., Burger, R. (eds) *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe*, Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, pp. 147–156. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9781118270028#page=163>
- Hsieh, H., & Shannon, S. (2005). three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative health research*, 15(9), 1 recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/7561647_Three_Approaches_to_Qualitative_Content_Analysis

Ipsos (2016). Mascotas 2016. Infografía. Recuperado de

<https://www.ipsos.com/sites/default/files/2017-03/Mascotas%202016.pdf>

Irvine, L. (2008). *If you tame me: Understanding our connection with animals*. Temple

University Press. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8s-](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8s-qqlCYjugC&oi=fnd&pg=PR5&dq=If+you+tame+me:+Understanding+our+connection+with+animals&ots=_HlfcNLh3o&sig=E69W0CWfignnKGLKzyIFIULT26I#v=onepage&q=If%20you%20tame%20me%3A%20Understanding%20our%20connection%20with%20animals&f=false)

[qq1CYjugC&oi=fnd&pg=PR5&dq=If+you+tame+me:+Understanding+our+connection+with+animals&ots=_HlfcNLh3o&sig=E69W0CWfignnKGLKzyIFIULT26I#v=onepage&q=If%20you%20tame%20me%3A%20Understanding%20our%20connection%20with%20animals&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=8s-qqlCYjugC&oi=fnd&pg=PR5&dq=If+you+tame+me:+Understanding+our+connection+with+animals&ots=_HlfcNLh3o&sig=E69W0CWfignnKGLKzyIFIULT26I#v=onepage&q=If%20you%20tame%20me%3A%20Understanding%20our%20connection%20with%20animals&f=false)

Jacobs, K. & Schreer, G. (2016). Pets and happiness: Examining the association between pet ownership and wellbeing. *Anthrozoös*, 29(2), 283-296. Recuperado de

<https://doi.org/10.1080/08927936.2016.1152721>

Johnson, J. (2009). *Dogs, Cats, and Their People: The Place of the Family Pet and Attitudes about Pet Keeping*. Recuperado de

https://uwspace.uwaterloo.ca/bitstream/handle/10012/4379/Johnson_Jill.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Katcher, A., & Wilkins, G. (1993). Dialogue with animals: Its nature and culture. The biophilia hypothesis, 173-197. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=qOg3-](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=qOg3-J0BoGoC&oi=fnd&pg=PA173&dq=Katcher+(1993)+pets&ots=9eHZyewlvf&sig=RhZ5wjejDel2hoAFPvUrEFnkuL4#v=onepage&q&f=false)

Kübler-Ross, E. (1973). *On death and dying*. London: Routledge.

Lavorgna, F., & Hutton, E. (2019). Grief severity: A comparison between human and companion animal death. *Death studies*, 43(8), 521-526. Recuperado de

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07481187.2018.1491485>

Ley N° 30407. Diario Oficial El Peruano, Lima, Perú, 07 de enero de 2016. Recuperado de

<http://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-proteccion-y-bienestaranimal-ley-n-30407-1331474-1/>

- Lorenz, K. (1964). *Man meets dog*. Nueva York: Routledge. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=Dvopnjs3h98C&oi=fnd&pg=PR7&dq=Man+Meets+Dog&ots=Xt9U8oQzL5&sig=kSewVpftvqdQGuuoSpdBmxOWaa8#v=onepage&q=Man%20Meets%20Dog&f=false>
- McNicholas, J., & Collis, M. (2000). Dogs as catalysts for social interactions: Robustness of the effect. *British Journal of Psychology*, 91(1), 61-70. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1348/000712600161673>
- Merayo, M (2003). La perspectiva cualitativa en la investigación social: la entrevista en profundidad. *Enlaces: revista del CES Felipe II*, 1-8. Recuperado de <http://www.cesfelipesecondo.com/revista/Articulos2003/Articulo7.pdf>
- Mieles, M., & Tonon, G., & Alvarado, S. (2012). Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas Humanística*, 74, 195-225.
- Montaigne, M. (1603). The essay on Raymond Sebond. En Noonan, E. (1998). People and pets. *Psychodynamic Counseling*, 4(1), 17–31. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14753630802492722>
- Moreno, A. (2015). El Proceso de Duelo tras la Pérdida de una Mascota: Descripción y Variables Relacionadas. Facultad deficiencias humanas y sociales, Madrid. Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/1075/TFM000130.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Morse, J. (1997). The pertinence of pilot studies. *Qualitative Health Research*. 7(3). pp. 323-324. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/104973239700700301>
- Netting, E., Wilson, C., Goodie, L. & Stephens, B. (2013). Attachment, social support, and perceived mental health of adult dog walkers: What does age have to do with it. *Journal of Sociology & Social Welfare*, 40, 261. Recuperado de <https://heinonline.org/HOL/LandingPage?handle=hein.journals/jrlsasw40&div=49&id=&page=>
- Noonan, E. (1998). People and pets. *Psychodynamic Counseling*, 4(1), 17–31. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14753630802492722>

O'Connor, M., Allen, J., & Kaszniak, A. (2002). Autonomic and emotion regulation in bereavement and depression. *Journal of psychosomatic research*, 52(4), 183-185.

Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/11423758_Autonomic_and_emotion_regulation_in_bereavement_and_depression

Otoni, C., Van Neer, W., De Cupere, B., Daligault, J., Guimaraes, S., Peters, J., Spassov, N., Prendergast, M., Boivin, N., Morales-Muñiz, A., Becker, c., Benecke, N., Boroneant, A., Buitenhuis, H., Chahoud, J., Crowther, A., Llorente, L., Manaseryan, N., Monchot, H., Onar, V., Osypińska, M., Putelat, O., Quintana, E., Studer, J., Wierer, U., Decorte, R., Grange, T & Geigl, E (2017). The palaeogenetics of cat dispersal in the ancient world. *Nature Ecology & Evolution*, 1(7), 0139.

Parker, G., Gayed, A., Owen, C., Hyett, M., Hilton, T., & Heruc, G. (2010). Survival following an acute coronary syndrome: A pet theory put to the test. *Acta Psychiatrica Scandinavica* (121) 65–70. Recuperado de

https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1600-0447.2009.01410.x?casa_token=HliNEXvBiqEAAAAA%3AnVSGsznBMu-1uHMO_km-Q5BY9vxJWV6z_kIXZ-0QKz5YiPzDOVfHboNZvbJuzcxBjgiQzfXuC9m-8t4x

Papalia,D; Duskin, R; Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano*. Mexico: McGraw-Hill.

Recuperado de <https://repositorioinstitucional.ceu.es/handle/10637/2315>

Paramio, M, A. (2010). *Psicología del aprendizaje y adiestramiento del perro* (2ª Ed.).

Madrid: Ediciones Díaz de Santos. Recuperado de

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=81aUOmWQXGkC&oi=fnd&pg=PR17&dq=+Psicologi%CC%81a+del+aprendizaje+y+adiestramiento+del+perro&ots=_azfhK-

<wyu&sig=ojWSGKecXnJYZVv0fw6McJM3tkM#v=onepage&q=Psicologi%CC%81a%20del%20aprendizaje%20y%20adiestramiento%20del%20perro&f=false>

Paul, S., & Serpell, A. (1993). Childhood pet keeping and humane attitudes in young adulthood. *Animal Welfare*, 2, 321-337. Recuperado de

https://www.researchgate.net/profile/James_Serpell/publication/248334878_Pet_ownership_in_childhood_its_influence_on_attitudes_towards_animals/links/5ad76932a6fdcc2935836a28/Pet-ownership-in-childhood-its-influence-on-attitudes-towards-animals.pdf

Power, E. (2008). Furry families: making a human–dog family through home. *Social & Cultural Geography*, 9(5), 535-555. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14649360802217790>

Redmalm, D. (2015). Pet grief: When is non-human life grievable?. *Sociological Review*, 63(1), 19–35. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/1467-954X.12226>

Rew, L. (2000). Friends and pets as companions: Strategies for coping with loneliness among homeless youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. 13(3), 125-132. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1744-6171.2000.tb00089.x>

Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico. *Cuicuilco* 18 (52), 39-49. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004

Rosner, R., Pfoh, G., & Kotoučová, M. (2011). Treatment of complicated grief. *European Journal of Psychotraumatology*, 2(1), 7995. Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/ejpt.v2i0.7995>

Sanders, C. R. (1990). The animal “other”: self definition, social identity and companion animals. *Advances in Consumer Research*, 17(1), 662–668. Recuperado de <https://www.acrwebsite.org/volumes/7082/volumes/v17/>

Schulz, R. (1978). *The psychology of death, dying, and bereavement*. Recuperado de <https://repository.library.georgetown.edu/handle/10822/778535>

Serpell, J. (1996). *In the company of animals: A study of human-animal relationships*. 289 Cambridge University Press. Recuperado de

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=v9gKhfo0MDgC&oi=fnd&pg=PR11&dq=In+the+company+of+animals:+A+study+of+human-animal+relationships.&ots=xnLeXFLCXV&sig=r3QFkriEf0XwHi4sXLGTdoXDDU#v=onepage&q=In%20the%20company%20of%20animals%3A%20A%20study%20of%20human-animal%20relationships.&f=false>

Serpell, J. (2000). *The domestic dog*. Cambridge: Cambridge University Press. Recuperado de

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=4fB7DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR9&dq=The+domestic+dog&ots=YpNITZfNz-&sig=Bh74ndiMfEPZTQo-fWf0MAoEM2E#v=onepage&q=The%20domestic%20dog&f=false>

Serpell, J. (2003). Anthropomorphism and Anthropomorphic Selection—Beyond the "Cute Response". *Society & Animals*, 11(1), 83-100. Recuperado de https://brill.com/view/journals/soan/11/1/article-p83_7.xml

Servaty-Seib, H. (2004). Connections between counseling theories and current theories of grief and mourning. *Journal of Mental Health Counseling*, 26, 125-145. Recuperado de <https://amhcajournal.org/doi/abs/10.17744/mehc.26.2.p9aukha7v8fqkc9g>

Taylor, S. & Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*.

Barcelona, España: Paidós. Recuperado de

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/39626073/Taylor-Bogdan_observacion_part.pdf?1446522460=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTaylor_Bogdan_observacion_part.pdf&Expires=1607359307&Signature=Yr0GyZ9cVxGGgRCUZyG7jtYd9x5pS0H8buMoeF23WYdtyrIK-aztR1xWAu1ghnljizMXGaFM~WTopcg5JRx~X6EfIppPpNdjjhtYLRBkpBBliViYvCHG89Zs7-oE72RYaCulxBXylkvVpGfbLAAW0A8cnJgVBgPevXAPc9FAWtvMTh-1Ct6C9hRqXj~fEibDN~3A99YrbgJYsTUCd6a~vGFwF~3IYWF8E1YQOMCrE0cDM01LJSfcJY3U58MyYd0bqug~RRxOkIQbk9k~MQG1hI4mhDNZYDk6iuOuOkn5hz6vxxafIu5SXW6c0fkkbDTWDqBQ6iAsTj-tTGtqm7hA__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

- Taku, K. (2010) Posttraumatic growth in Japan: A path toward a better understanding of culture-constant and culture-specific aspects. In: Weiss, T., Burger, R. (eds) *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe*, Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, pp. 130–145.
- Tedeschi, R., & Calhoun, L. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18. Recuperado de https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327965pli1501_01
- Tihana Brkljačić, Ines Sučić, Lana Lučić, Renata Glavak Tkalić & Ljiljana Kaliterna Lipovčan (2020) The Beginning, the End, and All the Happiness in Between: Pet Owners' Wellbeing from Pet Acquisition to Death, *Anthrozoös*, 33:1, 71-87 Recuperado de <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08927936.2020.1694313>
- Turner, W. (2005). The role of companion animals throughout the family life cycle. *Journal of Family Social Work*, 9 (4), 11-21. doi: 10.1300/J039v09n04-02. Recuperado de https://www-tandfonline-com.ezproxybib.pucp.edu.pe/doi/pdf/10.1300/J039v09n04_02?needAccess=true
- Van Teijlingen & E., Hundley, V. (2002). The importance of pilot studies. *Nursing standard: official newspaper of the Royal College of Nursing*, 16(40). pp. 33-36. DOI: 10.7748/ns2002.06.16.40.33.c3214
- Videla, M. D. (2015). El miembro no humano de la familia: las mascotas a través del ciclo vital familiar. *Revista Ciencia Animal*, 9, 83-98. Recuperado de https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44187531/REVISTA_CIENCIA_ANIMAL_-_El_miembro_no_humano_de_la_familia_-_Las_mascotas_a_traves_del_ciclo_vital_familiar.pdf?1459252783=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl_miembro_no_humano_de_la_familia_Las_m.pdf&Expires=1607358702&Signature=cy7iDkWJXD7xvB-CKMsH1WXCbnxQbJfbJyRIjLyIjZmpUcXNe1OVHTisTrt7h4UoGMdr3CPzSviM7LgAbW0BtHeCgJRMVvhjrV78fNihY1wakAOQ~0ELopTk8LE5KDKybTuEwExHYFTAtwXYPqQLGMZJiqb5~88Zzx0wAM9RW78UwJNyreKiVJNFX6DEMJt-DN6GoPIHHGWZArJQtj49vF9HagpA1X3xy9rpQDvu7z1FQ8fDyYYWscvLSbuhV8GokI5tg9RWpya9IzkhX7hnhM5rN1wZ1c7vwOPpEJAJm~9l2H4C8bdA-82gogrcpo-GGW1yzzr4wfq78Lcksx0W7zQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

- Walsh, F. (2009). Human-Animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family process*, 48(4), 481-499. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1545-5300.2009.01297.x>
- Worden, J., Aparicio, Á., & Barberán, G. (1997). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia*. Barcelona: Paidós. Recuperado de https://www.funeralnatural.net/sites/default/files/libro/fichero/williamworden_duelo.pdf
- Wright, J., Kritz-Silverstein, D., Morton, D., Wingard, D., & Barrett-Connor, E. (2007). Pet ownership and blood pressure in old age. *Epidemiology*, 18, 613–617. Recuperado de https://journals.lww.com/epidem/Fulltext/2007/09000/Evaluating_Short_Term_Drug_Effects_Using_a.15.aspx
- Wrobel, T., Dye, A. (2003). Grieving pet death: normative, gender and attachment issues. *Omega*, 47(4), 385- 393. Recuperado de <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2190/qyv5-llj1-t043-u0f9>
- Yujin, K. (2010), The pilot study in qualitative inquiry. Identifying Issues and Learning Lessons for Culturally Competent Research. *Culturally Competent Qualitative Inquiry*, 10(2), pp. 190-206.4. <https://doi.org/10.1177/1473325010362001>
- Zeder, M. (2012). Pathways to animal domestication. *Biodiversity in agriculture: domestication, evolution, and sustainability*, 227-259.
- Zepeda, J., Reyes, V., Bautista, A. (2017). Los animales tienen personalidad. *ResearchGate*,s/d. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/316441926_La_personalidad_animal
- Zumalabe, J. (1990). La importancia de la experiencia subjetiva en el estudio de la personalidad. Un enfoque fenomenológico cognitivo. *Anuario de Psicología*, 45, 23-41. Recuperado de: <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/viewFile/64625/88651>

Apéndices

Apéndice A: Consentimiento Informado para Participantes de la Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Walter Pequeño Salas, estudiante de Psicología en la Pontificia Universidad Católica del Perú. El estudio forma parte de su Tesis y cuenta con la asesoría de la Dra. Ana Caro.

La meta de este estudio es profundizar en la experiencia de duelo de personas que hayan perdido a su compañero animal.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en la presente entrevista. Esto tomará aproximadamente 45 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante esta sesión se grabará, por audio y video, solo con su consentimiento, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a la ficha sociodemográfica y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez sustentada la tesis, la grabación y las transcripciones se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Walter Pequeño Salas. He sido informado (a) de que la meta de este estudio es profundizar en la experiencia de duelo de personas que hayan perdido a su compañero animal.

Me han indicado también que tendré que responder a las preguntas en esta entrevista, lo cual tomará aproximadamente 45 minutos.

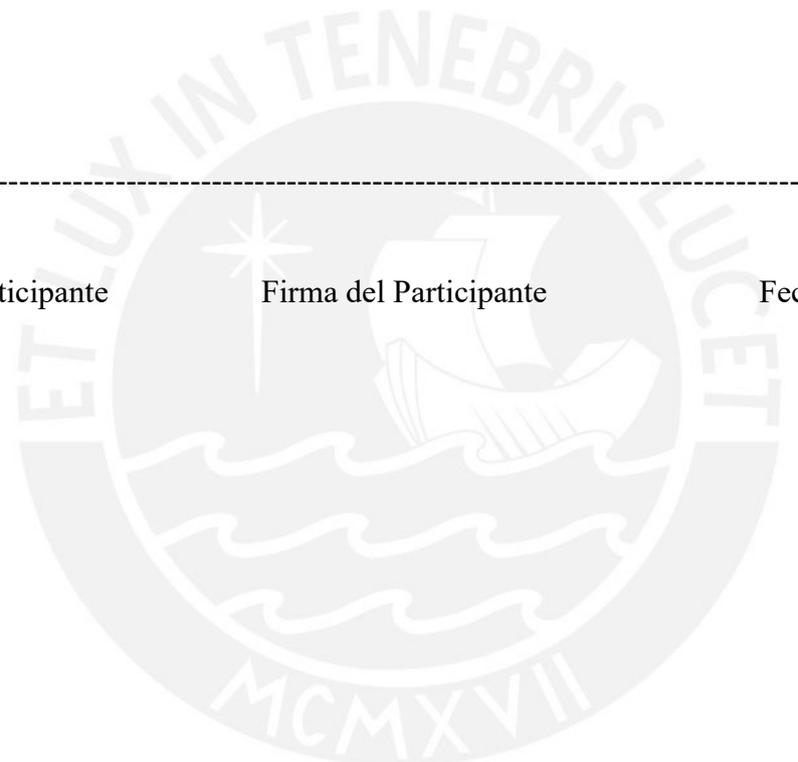
Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Walter Pequeño Salas al correo wpequeno@pucp.pe o a la asesora Dra. Ana Caro al correo acaroc@pucp.edu.pe

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a Walter Pequeño Salas al correo anteriormente mencionado.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha



Apéndice B: Ficha Sociodemográfica

1. Nombre:
2. Sexo:
3. Lugar de nacimiento:
4. Fecha de nacimiento:
5. Edad:
6. Estado civil:
7. Posición ordinal entre los hermanos:
8. Personas con las que vive en su casa:
9. Grado de instrucción:
10. Ocupación:
11. Tipo de mascota que falleció: (a) Perro (b) Gato
12. Tiempo de posesión de la mascota: _____
13. ¿Poseía otras mascotas además de la que falleció? ¿Cuales? _____
14. ¿Ha recibido algún diagnóstico psicológico en los últimos dos años? (a) No (b) Sí ¿Cuál?
15. ¿Usted ha sufrido de la pérdida de un ser querido en los últimos 8 meses?
16. ¿Usted era el dueño(a) y cuidador(a) principal de su mascota?

Apéndice C: Guía de Entrevista

Rapport: Bueno quiero agradecerte nuevamente por tu participación. Como sabes, vamos a tocar el tema de tu mascota y cómo fue el proceso para ti de perderla. Antes que nada ¿Cómo se llamaba tu mascota?

Construcción del vínculo con la mascota

¿Cómo llegó tu mascota a tu vida?

Repregunta: si la adoptó, compró o rescató: ¿Qué lo motivó a hacerlo?

¿Cuál fue la opinión de tus familiares con la llegada de tu mascota?

Repregunta: ¿Esta opinión cambió con el tiempo?

¿Cuáles fueron los cambios que se dieron con la llegada de tu mascota a tu vida?

Repreguntar para que mencione los cambios a nivel personal, familiar y social

Convivencia con la mascota

¿Quién se encargaba de la alimentación y cuidado general de la mascota? (limpiar sus necesidades, sacarlo a pasear, etc)

¿Qué actividades realizabas junto a tu mascota?

¿Cómo era el vínculo que tenías con tu mascota?

Repregunta: ¿Cómo era el vínculo de cada persona que vive en tu casa con tu mascota?

¿Me podrías contar alguna anécdota significativa que pasaste con tu mascota?

Recuerdo de la mascota

¿Qué es lo que más te agradaba de tu mascota?

¿Qué es lo que menos te agradaba de ella?

¿Cómo fue la muerte de tu mascota? ¿Qué hicieron con su cuerpo?

¿Me podrías describir lo que sentiste cuando murió?

¿Qué significó tu mascota en tu vida?

Duelo de la mascota

¿Cómo fueron los días siguientes al fallecimiento de tu mascota?

Repregunta: ¿Durante cuánto tiempo te sentiste así?

¿Cómo le comentaste al resto de tus familiares y conocidos la muerte de tu mascota? ¿Fue difícil?

¿Qué sentiste cuando tuviste que hablar del fallecimiento de tu mascota en los días siguientes?

¿Qué sientes ahora al hablar de esto?

¿Qué cambios ha tenido tu vida a partir de la muerte de tu mascota?

¿Cómo sobrellevaste el dolor de tu pérdida?

¿Recibiste apoyo del resto de personas ante el fallecimiento de tu mascota? ¿Cómo fue este?

Repregunta: ¿Por qué?

¿Ya habías pasado por una situación similar anteriormente? ¿Cómo fue?

Percepción del duelo

¿Consideras que el dolor ante la pérdida de una mascota es comparable al dolor ante la pérdida de un ser humano?

Repregunta ¿Por qué?

¿Posees una nueva mascota actualmente?

Repregunta: Si responde no ¿crees que el episodio vivido con tu mascota es un factor que disminuye las ganas de tener una nueva mascota?, si responde sí ¿Consideras que esta nueva mascota te ayuda a sobrellevar los sentimientos que te originó la muerte de tu mascota anterior?

¿Qué le recomendarías a otras personas que pasan por la muerte de su mascota?

Cierre: Bueno esas han sido todas las preguntas de la entrevista. Pero antes de terminar me gustaría saber ¿Cómo te sientes?, ¿cómo te sentiste durante la entrevista? ya veo, quiero que sepas que, aunque muchas veces no es fácil hablar de estas cosas, poder exteriorizar este tipo de vivencias y sentimientos puede servir para darle un cierre apropiado. Esto no implica olvidar a tu mascota, sino entender cómo pasaron las cosas y quedarse con los momentos agradables. ¿Tienes alguna pregunta? Una vez más te agradezco tu participación, es sumamente valiosa en mi investigación. Ya tienes mi número así me puedes llamar por si tienes cualquier duda o también si sientes que necesitas asistencia especial en este tema de duelo y yo podría brindarte el contacto de un grupo de psicólogos especializados en esto que te podrían ayudar. ¡Hasta luego!

Apéndice D: Protocolo de Contención

Este protocolo entra en funcionamiento si es que durante la entrevista el participante:

- a) Indica que está experimentando elevados niveles de estrés o angustia
- b) Muestra un comportamiento que sugiere que la entrevista es demasiado estresante, como llantos incontrolados, temblores, lenguaje incoherente, etc.

En principio, se detendrá la entrevista. Luego, el investigador realizará un monitoreo sobre el estado del participante mediante estas preguntas:

- a) Dime ¿Qué pensamientos tienes en este momento?
- b) ¿Te sientes capaz de poder continuar con la entrevista?

Si el participante se siente capaz de continuar, entonces seguirá con la entrevista. En caso contrario, se dará por concluida. Si el participante no puede continuar con la entrevista, el investigador realizará acompañamiento emocional hasta que considere que el participante ha recuperado la estabilidad y puede continuar con su día de manera regular.

Acompañamiento emocional: ¿Cómo te sientes? ¿Qué recursos tienes que te puedan ayudar a procesar esto que estás sintiendo? (Un recurso que la persona pueda utilizar para procesar el duelo de su mascota: persona de confianza, amigo, familiar, un psicólogo, la iglesia, etc.).

Cierre: Bueno eso ha sido todo por hoy, aunque no logramos terminar la entrevista agradezco tu participación. Parece que aún te encuentras en la etapa de duelo a tu mascota y debes entender que tus sentimientos son completamente normales y están bien. Quiero que sepas que, aunque muchas veces no es fácil hablar de estas cosas, poder exteriorizar este tipo de vivencias y sentimientos puede servir para darle un cierre apropiado. Esto no implica olvidar a tu mascota, sino entender cómo pasaron las cosas y quedarse con los momentos agradables. ¿Tienes alguna pregunta? Aquí tengo un número en caso requieras acompañamiento psicológico gratuito, espero te sirva. ¡Hasta luego!