
La vejez acompañada: la mascota como red de apoyo en la última etapa de la vida

**Velhice acompanhada: o animal de estimação como rede de apoio na
fase final da vida**

Accompanied aging: the pet as a support network in the final stage of life

Manuel Tostado Corona

dr.manueltostado@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-6727-5193>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Melissa Guadalupe Romero Ojeda

mg.ro0494@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-3147-6276>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Jonathan Murillo Inzunza

drjmurillo@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-9377-4887>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Edna Viridiana Tostado Corona

ednatostado12@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-8052-4846>

Secretaría de Salud

Sinaloa – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5437>


Redilat
Red de Investigadores
Latinoamericanos



Revista Latinoamericana de
Ciencias Sociales y Humanidades

Artículo recibido: 29 de octubre de 2025.

Aceptado para publicación: 05 de marzo de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

VOLUMEN VII

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5437>

La vejez acompañada: la mascota como red de apoyo en la última etapa de la vida

Velhice acompanhada: o animal de estimação como rede de apoio na fase final da vida

Accompanied aging: the pet as a support network in the final stage of life

Manuel Tostado Corona

dr.manueltostado@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-6727-5193>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Melissa Guadalupe Romero Ojeda

mg.ro0494@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-3147-6276>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Jonathan Murillo Inzunza

drjmurillo@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-9377-4887>

Instituto Mexicano del Seguro Social

Sinaloa – México

Edna Viridiana Tostado Corona

ednatostado12@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-8052-4846>

Secretaría de Salud

Sinaloa – México

Artículo recibido: 29 de octubre de 2025. Aceptado para publicación: 05 de marzo de 2026.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

El envejecimiento poblacional constituye uno de los principales retos sanitarios y sociales contemporáneos, al implicar transformaciones biológicas, psicológicas y relacionales que impactan directamente en la calidad de vida de las personas adultas mayores (OMS, 2025). Desde enfoques actuales como el envejecimiento activo y saludable, se reconoce la importancia de promover estrategias que favorezcan el bienestar integral más allá de la ausencia de enfermedad (OMS, 1998, 2022). En este marco, la convivencia con mascotas ha emergido como una alternativa relevante de acompañamiento emocional y social. El objetivo de esta revisión narrativa fue analizar la evidencia científica sobre el papel de los animales de compañía como catalizadores del equilibrio físico y emocional en la vejez, integrando aportes de la gerontología, la salud mental y la terapia familiar. Se revisaron estudios cualitativos, cuantitativos y mixtos publicados en bases de datos académicas internacionales. Los hallazgos sugieren que el vínculo humano-animal se asocia con mayor regulación emocional, reducción de la soledad, fortalecimiento de rutinas, incremento de la actividad física y ampliación de redes sociales (Agudo & Muñoz, 2015; Taipe et al., 2023). No obstante, se identifican desafíos relacionados con el cuidado y los recursos disponibles. Se concluye que la vejez acompañada representa una estrategia prometedora para promover una vejez más activa,

significativa y emocionalmente equilibrada.

Palabras clave: envejecimiento, animales de compañía, mascotas, calidad de vida

Resumo

O envelhecimento populacional é um dos maiores desafios contemporâneos de saúde e sociais, envolvendo transformações biológicas, psicológicas e relacionais que impactam diretamente a qualidade de vida dos idosos (OMS, 2025). Abordagens atuais, como o envelhecimento ativo e saudável, reconhecem a importância de promover estratégias que fomentem o bem-estar holístico, para além da mera ausência de doenças (OMS, 1998, 2022). Nesse contexto, a convivência com animais de estimação surge como uma alternativa relevante para o apoio emocional e social. O objetivo desta revisão narrativa foi analisar as evidências científicas sobre o papel dos animais de companhia como catalisadores do bem-estar físico e emocional na terceira idade, integrando contribuições da gerontologia, saúde mental e terapia familiar. Foram revisados estudos qualitativos, quantitativos e de métodos mistos publicados em bases de dados acadêmicas internacionais. Os resultados sugerem que o vínculo humano-animal está associado a maior regulação emocional, redução da solidão, fortalecimento de rotinas, aumento da atividade física e expansão das redes sociais (Agudo & Muñoz, 2015; Taïpe et al., 2023). No entanto, foram identificados desafios relacionados ao cuidado e aos recursos disponíveis. Conclui-se que o envelhecimento acompanhado representa uma estratégia promissora para promover uma velhice mais ativa, significativa e emocionalmente equilibrada.

Palavras chave: envelhecimento, animais de companhia, animais de estimação, qualidade de vida

Abstract

Population aging represents a major contemporary health and social challenge, involving biological, psychological, and relational changes that directly affect older adults' quality of life (WHO, 2025). Current frameworks such as active and healthy aging emphasize the need to promote well-being beyond the mere absence of disease (WHO, 1998, 2022). Within this context, living with pets has gained relevance as a form of emotional and social companionship. The aim of this narrative review was to analyze scientific evidence on the role of companion animals as catalysts for physical and emotional balance in later life, integrating perspectives from gerontology, mental health, and family therapy. Qualitative, quantitative, and mixed-methods studies published in international academic databases were reviewed. Findings indicate that human-animal bonds are associated with improved emotional regulation, reduced loneliness, strengthened daily routines, increased physical activity, and expanded social networks (Agudo & Muñoz, 2015; Taïpe et al., 2023). However, challenges related to caregiving demands and available resources must be considered. It is concluded that accompanied aging emerges as a promising strategy to foster a more active, meaningful, and emotionally balanced later stage of life.

Keywords: aging, companion animals, pets, quality of life

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons.



Cómo citar: Tostado Corona, M., Romero Ojeda, M. G., Murillo Inzunza, J., & Tostado Corona, E. V. (2026). La vejez acompañada: la mascota como red de apoyo en la última etapa de la vida. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (1), 2348 – 2359. <https://doi.org/10.56712/latam.v7i1.5437>

INTRODUCCIÓN

El envejecimiento poblacional representa uno de los principales desafíos demográficos, sociales y sanitarios del siglo XXI. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025), se considera persona adulta mayor a aquella que ha alcanzado los 60 años o más. Este criterio cronológico es ampliamente aceptado en el ámbito internacional y coincide con lo establecido en México por la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores, la cual reconoce como tales a quienes cuentan con esa edad y se encuentran en territorio nacional, ya sea de manera permanente o transitoria (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2024).

Desde una perspectiva conceptual, la vejez, también denominada senectud o ancianidad, corresponde a la última etapa del ciclo vital humano y se caracteriza por una serie de transformaciones progresivas. En el plano biológico, este proceso implica la acumulación de daños a nivel celular y molecular, lo que se traduce en una disminución gradual de las capacidades físicas y mentales, así como en un mayor riesgo de enfermedad y mortalidad (OMS, 2025). No obstante, reducir la vejez únicamente a sus manifestaciones orgánicas resulta insuficiente, ya que esta etapa también conlleva profundos cambios psicológicos y sociales.

En el ámbito psicosocial, el envejecimiento suele asociarse a transiciones significativas, como la jubilación, la pérdida de vínculos afectivos cercanos y la reconfiguración del espacio habitacional, situaciones que pueden impactar de manera directa en el bienestar emocional y en la percepción de la propia valía (OMS, 2025). En este contexto, el envejecimiento debe comprenderse como un proceso multidimensional, influido por factores físicos, psicológicos y sociales que interactúan de manera constante y diferenciada en cada individuo (Procuraduría Federal del Consumidor [PROFECO], 2022).

Desde el punto de vista epidemiológico, las cifras reflejan un crecimiento acelerado de la población adulta mayor a nivel mundial. Se estima que para el año 2030 una de cada seis personas superará los 60 años, y que la población de este grupo etario aumentará de 1 000 millones en 2020 a 1 400 millones, con una proyección de duplicarse para 2050. Asimismo, se prevé que la población mayor de 80 años se triplique, alcanzando más de 425 millones de personas (OMS, 2025). En México, esta tendencia también es evidente: el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2022) reporta aproximadamente 17.9 millones de adultos mayores, lo que representa cerca del 14 % de la población total, con un incremento sostenido del índice de envejecimiento.

A este panorama se suma el hecho de que más de la mitad de las personas adultas mayores en México viven solas y presentan algún grado de necesidad de cuidados, lo que incrementa su vulnerabilidad psicosocial (Encuesta Nacional para el Sistema de Cuidados, 2022). Si bien el balance anímico autorreportado muestra una tendencia predominantemente positiva, una proporción relevante de esta población refiere estados emocionales intermedios o negativos, lo que pone de manifiesto la necesidad de fortalecer estrategias de promoción del bienestar emocional (INEGI, 2025).

Ante este escenario, surgen enfoques que buscan resignificar la vejez, alejándose de una visión centrada exclusivamente en la enfermedad. Conceptos como envejecimiento exitoso, saludable y activo destacan la posibilidad de transitar esta etapa con bienestar, autonomía y sentido de vida, siempre que existan condiciones personales y contextuales favorables (Alvarado & Garza, 2014; OMS, 1998, 2022). Dentro de estas estrategias emergentes, la incorporación de animales de compañía ha cobrado especial relevancia como una alternativa de acompañamiento emocional y social para las personas adultas mayores.

El objetivo de la presente revisión es analizar la evidencia científica disponible sobre el papel de las mascotas como catalizadores del equilibrio físico y emocional en la vejez, integrando perspectivas desde la gerontología, la salud mental y la terapia familiar.

METODOLOGÍA

Se realizó una revisión narrativa de la literatura científica, con el objetivo de analizar y sintetizar la evidencia disponible sobre el papel de las mascotas como red de apoyo emocional, social y funcional en personas adultas mayores, desde una perspectiva integradora que articula la gerontología, la salud mental y la terapia familiar. La revisión se desarrolló bajo un enfoque cualitativo-descriptivo, propio de las revisiones narrativas, lo que permitió integrar resultados provenientes de estudios con diferentes diseños metodológicos, así como documentos normativos y reportes institucionales relevantes.

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo en bases de datos académicas nacionales e internacionales de reconocido prestigio, entre las que se incluyeron PubMed, Scopus y Web of Science, así como repositorios universitarios y portales institucionales de organismos oficiales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) y el Diario Oficial de la Federación (DOF). Se utilizaron combinaciones de palabras clave y descriptores en español e inglés, tales como: envejecimiento, adulto mayor, envejecimiento activo, mascotas, animales de compañía, vínculo humano-animal, calidad de vida. La búsqueda se centró en publicaciones disponibles en texto completo.

Se incluyeron documentos que cumplieran con los siguientes criterios: a) Estudios cualitativos, cuantitativos o mixtos que abordaron la relación entre personas adultas mayores y mascotas o animales de compañía, b) Investigaciones centradas en variables relacionadas con bienestar psicológico, salud mental, calidad de vida, envejecimiento activo o redes de apoyo, c) Publicaciones en español, inglés o portugués, d) Artículos científicos, tesis académicas, revisiones sistemáticas o narrativas y documentos institucionales oficiales, e) Estudios publicados preferentemente en los últimos 15 años, con inclusión de literatura clásica relevante para el marco teórico, y f) Investigaciones realizadas en contextos comunitarios, familiares o institucionales (albergues, residencias, programas de promoción de la salud).

Se excluyeron aquellos documentos que presentaran alguna de las siguientes características: a) Estudios centrados exclusivamente en población infantil o adulta joven, b) Investigaciones enfocadas únicamente en aspectos veterinarios o biomédicos de las mascotas, sin vinculación con el bienestar humano, c) Artículos de opinión, notas periodísticas o documentos sin respaldo académico o institucional, d) Estudios que abordan el envejecimiento únicamente desde una perspectiva patológica, sin relación con el acompañamiento, la calidad de vida o el bienestar psicosocial, y e) Publicaciones duplicadas en distintas bases de datos. Durante el proceso de lectura y análisis, se eliminaron documentos que: a) No aportaran información relevante al objetivo de la revisión tras la lectura completa del texto, b) Presentaran inconsistencias metodológicas significativas o ausencia de claridad en sus resultados, c) Carecieran de información suficiente sobre la población estudiada o las variables analizadas, y d) No permitieran establecer vínculos claros entre el envejecimiento y el rol de las mascotas como red de apoyo.

Los estudios seleccionados fueron analizados de manera crítica y comparativa, identificando convergencias, divergencias y aportes teóricos relevantes. La información se organizó en ejes temáticos, tales como: envejecimiento activo, ciclo vital familiar, bienestar psicológico, redes de apoyo y vínculo humano-animal. Este proceso permitió integrar los hallazgos empíricos con marcos conceptuales y normativos, favoreciendo una comprensión holística del fenómeno de la vejez acompañada.

DESARROLLO

El envejecimiento como proceso biopsicosocial

El envejecimiento constituye un proceso complejo que trasciende el simple aumento de la edad cronológica. Desde una mirada integral, este fenómeno debe comprenderse como el resultado de la interacción constante entre dimensiones biológicas, psicológicas y sociales, las cuales configuran experiencias de envejecimiento profundamente diversas. La edad física se relaciona con los cambios orgánicos y funcionales que se presentan de manera progresiva y heterogénea, influenciados por factores como el contexto socioeconómico, los estilos de vida, la alimentación, el acceso a servicios de salud y el manejo emocional a lo largo del ciclo vital (Procuraduría Federal del Consumidor [PROFECO], 2022).

De forma paralela, la edad psicológica engloba las transformaciones emocionales y cognitivas propias de esta etapa, así como la manera en que cada persona otorga significado a la vejez. En este sentido, el envejecimiento puede vivirse como una etapa de pérdida y declive o, por el contrario, como un periodo de integración, aceptación y resignificación de la historia personal. Procesos como la memoria, el aprendizaje y la regulación emocional desempeñan un papel central en la adaptación a los cambios propios de la edad avanzada (PROFECO, 2022).

Finalmente, la edad social hace referencia a los roles, expectativas y valoraciones que las sociedades asignan a las personas mayores. Estas construcciones sociales influyen de manera directa en la participación, el reconocimiento y la inclusión de los adultos mayores en la vida comunitaria. En contextos donde predominan visiones edadistas, la vejez suele asociarse a dependencia e inutilidad; en contraste, enfoques más contemporáneos promueven la participación activa y el reconocimiento de la experiencia acumulada como un recurso social valioso (PROFECO, 2022).

Nuevos paradigmas del envejecimiento: de la pérdida al bienestar

Durante décadas, el envejecimiento fue conceptualizado predominantemente desde una perspectiva deficitaria, centrada en la enfermedad, la dependencia y el deterioro funcional. Sin embargo, diversos autores han cuestionado esta visión reduccionista, proponiendo modelos que resaltan los aspectos positivos y las potencialidades de esta etapa de la vida. Alvarado y Garza (2014) destacan que el envejecimiento no implica necesariamente una pérdida del bienestar, sino que puede vivirse como una etapa de plenitud, siempre que existan condiciones personales y contextuales favorables.

En este marco surgen conceptos como el envejecimiento exitoso, propuesto por Rowe, el cual enfatiza la capacidad de las personas para mantener un bajo riesgo de enfermedad, conservar un adecuado funcionamiento físico y cognitivo, y sostener un compromiso activo con la vida. Este compromiso se expresa a través de la participación en actividades significativas y del mantenimiento de vínculos interpersonales, elementos clave para la satisfacción vital.

De manera complementaria, la Organización Mundial de la Salud introdujo el concepto de envejecimiento saludable, subrayando que este no comienza en la vejez, sino que se construye a lo largo de todo el curso de vida. La adopción temprana de hábitos saludables, así como la prevención oportuna de enfermedades y discapacidades, son determinantes fundamentales para alcanzar una vejez funcional y autónoma (OMS, 1998).

Posteriormente, la OMS amplió esta visión mediante el concepto de envejecimiento activo, definido como el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen (OMS, 2022). En este enfoque, el término "activo" no se limita a la actividad física o laboral, sino que incluye la participación

sostenida en ámbitos sociales, culturales, espirituales y cívicos, reconociendo la diversidad de formas en que las personas pueden mantenerse involucradas y socialmente conectadas.

Aportes teóricos de Walker y Lazarus al envejecimiento activo

El envejecimiento activo ha sido enriquecido por diversas contribuciones teóricas, entre las cuales destacan las propuestas de Allan Walker y Lazarus. Walker plantea que la actividad debe entenderse como cualquier acción con significado que contribuya al bienestar individual y colectivo, independientemente de su carácter productivo o remunerado. Además, sostiene que el envejecimiento activo debe abordarse a lo largo de todo el ciclo vital, adoptando un enfoque preventivo que incluya a personas de todas las edades (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM], 2019).

Asimismo, Walker subraya que el envejecimiento activo no excluye a las personas que presentan algún grado de dependencia o vulnerabilidad, sino que debe adaptarse a sus capacidades y necesidades. La solidaridad intergeneracional, el reconocimiento de derechos sociales, como la protección social y la educación permanente, y la promoción de estrategias participativas que fomenten el empoderamiento de las personas mayores constituyen pilares centrales de su propuesta, siempre respetando la diversidad cultural y contextual.

Por su parte, Lazarus aborda el envejecimiento activo desde una perspectiva psicológica, enfocándose en los procesos de afrontamiento. Este autor destaca la importancia de reconocer y aceptar la realidad personal, desarrollar estrategias eficaces para enfrentar las dificultades, compensar las pérdidas funcionales y mantener una implicación activa en actividades con propósito. La selección consciente de proyectos vitales, el mantenimiento de vínculos afectivos cercanos y la construcción de una autoimagen positiva, incluso frente a las limitaciones, son elementos esenciales para el bienestar emocional en la vejez (INAPAM, 2019).

La vejez en el contexto del ciclo vital familiar

Desde la perspectiva sistémica y de la terapia familiar, la vejez corresponde a la última etapa del ciclo vital familiar, caracterizada por la reorganización de roles, la redefinición de la identidad personal y la adaptación a cambios físicos y sociales. Carter y McGoldrick (2005) señalan que, en esta fase, las personas adultas mayores enfrentan el reto de preservar su autonomía y funcionalidad, al tiempo que integran las pérdidas y transformaciones propias de la edad.

En este contexto, la presencia de redes de apoyo resulta fundamental para sostener el bienestar emocional. Cuando estas redes son limitadas o inexistentes, como ocurre con frecuencia en personas que viven solas, el riesgo de aislamiento, depresión y deterioro cognitivo se incrementa. Es precisamente en este escenario donde la incorporación de animales de compañía adquiere una relevancia particular, al ofrecer una fuente constante de interacción, afecto y sentido de responsabilidad.

El vínculo humano-animal en la vejez

La relación entre las personas adultas mayores y las mascotas ha sido objeto de creciente interés en la literatura científica. Diversos estudios coinciden en señalar que los animales de compañía pueden convertirse en figuras significativas dentro del sistema familiar, brindando compañía, estructura cotidiana y una vía para la expresión emocional (Turner, 2008). Este vínculo no solo favorece el bienestar emocional, sino que también puede estimular la actividad física y la participación social.

Revisiones recientes han documentado asociaciones positivas entre la convivencia con mascotas y una mejor calidad de vida, así como un mayor bienestar psicológico en adultos mayores (Taipe et al.,

2023). En el ámbito social, las mascotas suelen funcionar como mediadores relacionales, facilitando la interacción con otras personas y ampliando las redes sociales. Estudios como el de Meier y Mauer (2022) evidencian que una proporción elevada de adultos mayores establece conversaciones y vínculos sociales a partir de la presencia de sus mascotas.

Investigaciones cualitativas han profundizado en el significado subjetivo de este vínculo, mostrando que las personas mayores suelen equiparar la compañía de sus mascotas con la de un familiar cercano. La mascota es percibida como un “buen escucha”, una fuente de confianza y seguridad, y un elemento que devuelve al cuidador la sensación de utilidad y propósito (Zapata et al., 2021).

Desde una perspectiva cuantitativa, López (2015) encontró que los adultos mayores que conviven con mascotas presentan mayores niveles de actividad, una participación social más frecuente y una valoración global más positiva de su calidad de vida. De manera similar, Agudo y Muñoz (2015) reportaron una disminución de síntomas asociados a la soledad, la tristeza y la depresión, así como un fortalecimiento del equilibrio emocional en personas mayores con mascotas.

En contextos institucionales, la implementación de programas asistidos con animales ha mostrado resultados alentadores. Villavicencio (2024) evidenció una relación inversa entre depresión y calidad de vida en adultos mayores albergados que participaron en un servicio de promoción de la salud con canes, destacando su potencial como estrategia de envejecimiento activo y protección de la salud mental.

Asimismo, estudios recientes han explorado el papel de las mascotas de apoyo emocional, mostrando que estas contribuyen de manera significativa a la regulación emocional, la reducción del estrés y la estructuración de rutinas diarias, elementos clave para el equilibrio psicológico (Zuluaga, 2025). Incluso investigaciones longitudinales han señalado beneficios cognitivos, como una menor tasa de deterioro de la memoria y la fluidez verbal en personas mayores que viven solas y conviven con mascotas (Li et al., 2023).

No obstante, la literatura también advierte la necesidad de considerar posibles riesgos asociados a la tenencia de mascotas, como las limitaciones económicas o el impacto emocional derivado de problemas de salud del animal. Estos factores subrayan la importancia de un abordaje integral y contextualizado del vínculo humano-animal en la vejez.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis integral de la literatura revisada permite comprender la vejez acompañada como un fenómeno complejo que articula dimensiones biológicas, psicológicas, sociales y relacionales. En un contexto demográfico caracterizado por el acelerado envejecimiento poblacional, tanto a nivel mundial como en México (OMS, 2025; INEGI, 2022), resulta insuficiente abordar la vejez únicamente desde una lógica asistencial centrada en la enfermedad. Por el contrario, los hallazgos convergen en la necesidad de promover estrategias que fortalezcan el bienestar subjetivo, la autonomía y el sentido de vida en las personas adultas mayores.

Desde los enfoques contemporáneos del envejecimiento activo, saludable y exitoso, se reconoce que la calidad de vida en la vejez no depende exclusivamente de la ausencia de patología, sino de la capacidad de la persona para mantenerse vinculada, participar activamente y resignificar su rol dentro de la familia y la sociedad (Alvarado & Salazar, 2014; OMS, 1998, 2022). En este sentido, la convivencia con mascotas emerge como un recurso relacional que puede operar como un factor protector frente a la soledad, el aislamiento social y el deterioro emocional, particularmente en aquellos adultos mayores que viven solos o cuentan con redes familiares limitadas.

La evidencia empírica revisada es consistente al señalar que el vínculo humano-animal se asocia con mejoras en el bienestar psicológico, la regulación emocional y la percepción global de la calidad de vida (Agudo & Muñoz, 2015; Taípe et al., 2023; López & Bonete, 2015). Estos beneficios se expresan en una disminución de síntomas depresivos, ansiedad y sentimientos de soledad, así como en el fortalecimiento de rutinas diarias y el incremento de la actividad física, elementos centrales del envejecimiento activo. Incluso, estudios longitudinales han documentado efectos positivos en el ámbito cognitivo, particularmente en personas mayores que viven solas y mantienen una relación estable con una mascota (Li et al., 2023).

Desde la perspectiva sistémica de la terapia familiar, la mascota puede ser comprendida como un miembro no humano del sistema familiar, capaz de ocupar un lugar significativo en la dinámica relacional durante la última etapa del ciclo vital (Carter & McGoldrick, 2005; Díaz, 2018). Para muchos adultos mayores, la mascota no solo representa compañía, sino también una fuente de afecto incondicional, escucha simbólica y validación emocional, lo cual contribuye a preservar la identidad, el sentido de utilidad y la continuidad del rol cuidador (Zapata et al., 2021). Esta función adquiere especial relevancia en contextos donde las pérdidas afectivas y la reconfiguración de los vínculos humanos son frecuentes.

Asimismo, la literatura destaca el papel mediador de las mascotas en la esfera social, al facilitar interacciones comunitarias y ampliar las redes de apoyo informal (Meier & Mauer, 2022). Este hallazgo resulta particularmente pertinente si se considera que la legislación mexicana reconoce la responsabilidad compartida de la familia, la sociedad y el Estado en la promoción de la convivencia, la integración social y el cuidado psicoemocional de las personas adultas mayores (DOF, 2024). En este marco, la vejez acompañada por animales de compañía puede alinearse con los principios de las políticas públicas orientadas a la dignidad, la autonomía y la permanencia en el entorno familiar y comunitario.

No obstante, los estudios también advierten la necesidad de adoptar una mirada crítica y contextualizada. La tenencia de mascotas implica responsabilidades económicas, físicas y emocionales que pueden convertirse en factores de estrés cuando no existen condiciones adecuadas de apoyo, particularmente ante la enfermedad o pérdida del animal (Taípe et al., 2023). Estas consideraciones subrayan la importancia de evaluar de manera individualizada la idoneidad de esta alternativa, evitando idealizaciones y promoviendo estrategias de acompañamiento institucional y comunitario.

Finalmente, se identifica una brecha en la producción científica latinoamericana, así como la necesidad de profundizar en investigaciones que exploran variables como el tipo de mascota, el contexto cultural, el nivel de dependencia del adulto mayor y la interacción con otras redes de apoyo formales e informales. Abordar estas dimensiones permitirá avanzar hacia modelos de intervención más integrales y culturalmente sensibles.

CONCLUSIÓN

La vejez acompañada, entendida desde el vínculo humano-animal, se consolida como una estrategia relevante para promover el bienestar integral de las personas adultas mayores en la última etapa del ciclo vital. La evidencia analizada demuestra que la convivencia con mascotas puede favorecer la regulación emocional, reducir la soledad, fortalecer la participación social y contribuir a una percepción más positiva de la calidad de vida, en consonancia con los principios del envejecimiento activo y saludable.

Desde una perspectiva personal y reflexiva, acompañar la vejez no implica únicamente prolongar la vida, sino dotarla de sentido, vínculo y dignidad. En este proceso, las mascotas pueden convertirse en aliados silenciosos que sostienen emocionalmente, estructuran lo cotidiano y devuelven a la persona mayor un lugar activo dentro de su propio sistema relacional. Reconocer este vínculo supone ampliar la noción tradicional de familia y redes de apoyo, incorporando formas alternativas de acompañamiento que responden a las realidades contemporáneas del envejecimiento.

Como propuesta, resulta indispensable que las políticas públicas, los programas de salud y las intervenciones desde la terapia familiar integren de manera explícita el enfoque de vejez acompañada, promoviendo modelos de cuidado que incluyan al vínculo humano-animal de forma ética, responsable y contextualizada. Asimismo, se recomienda fortalecer la investigación interdisciplinaria en este campo, así como desarrollar estrategias comunitarias e institucionales que apoyen a los adultos mayores en el cuidado de sus mascotas, garantizando así beneficios sostenibles y equitativos.

En síntesis, acompañar la vejez es una tarea colectiva que exige sensibilidad, innovación y compromiso social. Incorporar a las mascotas como parte de las redes de apoyo representa una oportunidad para humanizar el envejecimiento y construir trayectorias de vida más plenas, significativas y acompañadas.

REFERENCIAS

Baeza, J., Concha, M. & Palacios, T. (2020). La Teoría Familiar Sistémica de Bowen en un proceso de Terapia Familiar: Cuando la teoría se hace presente en la intervención. Instituto Chileno de Terapia Familiar. Recuperado el 28 de diciembre del 2025, de: https://www.researchgate.net/publication/268443915_La_teoria_familiar_sistemica_de_Bowen_avances_y_aplicacion_terapeutica

Baptista, M., Cardoso, H. & Gomes, J. (2012). Psicología da família: teoria, avaliação e intervenção. Porto Alegre: Artmed; p 16-26.

Cibanal L. Introducción a la sistémica y la terapia familiar. (2011). Obtenido el 22 de diciembre del 2025. Recuperado el 23 de diciembre del 2025 en: https://web.archive.org/web/20120513131138/http://aniorte-nic.net/apunt_terap_famil_10.htm

Díaz, M., Reyez, P., Alborno, A., Fernandez, N., Ferrari, M., et. Al. (2020). Las mascotas en las dinámicas familiares: comparación de triangulaciones de parejas con hijos y animales. *Ajayu*, 18 (2), 312-350. Recuperado el 23 de diciembre del 2025, en: http://scielo.org.bo/pdf/rap/v18n2/v18n2_a02.pdf

Díaz, M. & Rodríguez, M. (2019). Las mascotas en el sistema familiar. Legitimidad, formación y dinámicas de las familias humano-animal. *Rev. Psi.*; 18 (1), 44-62. Recuperado el 23 de diciembre del 2025, de: <https://revistas.unlp.edu.ar/revpsi/article/view/6441>

Díaz, M. (2015). El miembro no humano de la familia: las mascotas a través del ciclo vital familiar. *Revista Ciencia Animal*; (9), 83-98. Recuperado el 26 de diciembre del 2025, de: https://www.researchgate.net/publication/326188388_El_miembro_no_humano_de_la_familia_Las_mascotas_a_traves_del_ciclo_vital_familiar

González, E. (2023). La familia multiespecie o interespecie. México. Diccionario Jurídico. Recuperado el 28 de diciembre de 2025, de: <https://diccionariojuridico.org/definicion/familia-multiespecie-o-interespecie/>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022). Presenta INEGI resultados de la primera Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (ENBIARE) 2021. México. Recuperado el 28 de diciembre de 2025, de: <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia/7021>

Insurance Information Institute. (2025). Facts + Statistics: Pet Ownership and Insurance. [Internet]. Recuperado el 28 de diciembre del 2025, de: [https://www.iii.org/fact-statistic/facts-statistics-pet-ownership-and-insurance#:~:text=%25%20de%20gatos\).-,%20La%20tenencia%20de%20mascotas%20en%20los%20Estados%20Unidos,millones%20de%20d%C3%B3lares%20de%202023](https://www.iii.org/fact-statistic/facts-statistics-pet-ownership-and-insurance#:~:text=%25%20de%20gatos).-,%20La%20tenencia%20de%20mascotas%20en%20los%20Estados%20Unidos,millones%20de%20d%C3%B3lares%20de%202023)

McGoldrick M. & Gerson R. (1985). *Genograms in Family Assessment*. New York.

Ordeñana, T. (2023). La formación del concepto familia. Una mirada desde el Ecuador. *Conrado*; 19(94), 211 - 220. Recuperado el 02 de enero de 2026, de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442023000500211&lng=es&lng=pt

Power, E. (2008). Furry families: Making a human-dog family through home. *Social & Cultural Geography*, 9 (5), 535-55. Recuperado el 02 de enero del 2026, de: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14649360802217790>

Scorsolini, F. (2022) El pasado, el presente y el futuro del concepto de familia en el campo de la salud: rupturas y permanencias. *Index de enfermería*; 31(3), 190-193. Recuperado el 03 de enero del 2026, de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000300011&script=sci_arttext&lng=en

Saez, J & Caravaca C. (2024). La familia multiespecie: Introducción. Universidad Colegio Mayor De Cundinamarca. Recuperado el 21 de diciembre del 2025, de: <https://www.revistatabularasa.org/numero49/la-familia-multiespecie-introduccion/>

Uñates, G., Avendaño M, Parada A. & Quiroz I. (2022). Dinámicas familiares de parejas sin hijos por elección propia y con mascotas. *Scielo*; 49, 181-199. <https://doi.org/10.25058/20112742.n49.02> Recuperado el 03 de enero del 2026, de: <http://www.scielo.org.co/pdf/tara/n49/1794-2489-tara-49-181.pdf>

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons 