


INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA SISTÉMICA CON ASISTENCIA DE CANES DE ACOMPAÑAMIENTO DOMÉSTICO (CAD) EN PACIENTES CON ANSIEDAD

INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA SISTÊMICA COM ASSISTÊNCIA DE CÃES DE ACOMPANHAMENTO DOMÉSTICO (CAD) EM PACIENTES COM ANSIEDADE

SYSTEMIC PSYCHOTHERAPEUTIC INTERVENTION WITH ASSISTANCE FROM DOMESTIC COMPANION DOGS (CAD) IN PATIENTS WITH ANXIETY

 <https://doi.org/10.56238/rcsv16n03-009>

Enviado el: 02/28/2026

Aprobado el: 03/31/2026

Paola Angélica Rodríguez Castañeda¹, Diana Pérez-Pimienta², Salvador Ruiz Bernés³, Irene Margarita Espinosa Parra⁴, Martha Berenice Meza Dávalos⁵

RESUMEN

Este artículo presenta una intervención psicoterapéutica sistémica para tratar la ansiedad, incorporando Canes de Acompañamiento Doméstico (CAD) como recurso terapéutico. Desde el enfoque sistémico, se reconoce al individuo dentro de su entorno familiar y social, considerando a los animales como parte de la “familia interespecie”. La propuesta combina el modelo estratégico, centrado en resolver problemas y modificar patrones, con el modelo narrativo, orientado a reconfigurar significados personales. Además, destaca la efectividad de las terapias asistidas con animales en la reducción de la ansiedad y en la mejora del bienestar emocional y familiar. La intervención fusiona técnicas tradicionales con el apoyo de los CAD, promoviendo un abordaje holístico e innovador, y abriendo camino hacia su reconocimiento legal y social.

Palabras clave: Ansiedad. Intervención Sistémica. Canes de Acompañamiento. Terapias Asistidas con Animales. Familia Interespecie.

RESUMO

Este artigo apresenta uma intervenção psicoterapêutica sistêmica para tratar a ansiedade, incorporando Cães de Acompanhamento Doméstico (CAD) como recurso terapêutico. A partir do enfoque sistêmico, o indivíduo é compreendido dentro de seu contexto familiar e social, considerando os animais como parte da “família interespecífica”. A proposta combina o modelo estratégico, centrado na resolução de problemas e na modificação de padrões, com o modelo narrativo, voltado à reconfiguração de significados pessoais. Além disso, destaca a eficácia das terapias assistidas por animais na redução da ansiedade e na melhoria do bem-estar emocional e familiar. A intervenção integra técnicas tradicionais com o apoio dos CAD, promovendo uma abordagem holística e inovadora, além de abrir caminho para seu reconhecimento legal e social.

¹ Maestría en Terapia Sistémica. Universidad Autónoma de Nayarit. México.

E-mail: rodriguezpaolitha@yahoo.com.mx

² Licenciatura en Psicología. Universidad Autónoma de Nayarit. Nayarit, México.

E-mail: samtorres021199@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0009-0007-2472-2699>

³ Estudiante de doctorado en Ciencias Naturales y Biopsicosociales. Universidad Autónoma de Nayarit.

Nayarit, México. E-mail: salvador@uan.edu.mx Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1957-8649>

⁴ Maestra en Terapia Familiar Sistémica. Universidad Autónoma de Nayarit. México.

E-mail: irene.parra@uan.edu.mx

⁵ Doctora en Educación. Universidad Autónoma de Nayarit. México.

E-mail: bere.meza@uan.edu.mx

Palavras-chave: Ansiedade. Intervenção Sistêmica. Cães de Acompanhamento. Terapias Assistidas por Animais. Família Interespecífica.

ABSTRACT

This article presents a systemic psychotherapeutic intervention to treat anxiety, incorporating Domestic Companion Dogs (CAD) as a therapeutic resource. From a systemic perspective, the individual is understood within their family and social context, considering animals as part of the “interspecies family.” The proposal combines the strategic model, focused on problem-solving and pattern modification, with the narrative model, aimed at reconfiguring personal meanings. Furthermore, it highlights the effectiveness of animal-assisted therapies in reducing anxiety and improving emotional and family well-being. The intervention integrates traditional techniques with the support of CAD, promoting a holistic and innovative approach, while also paving the way for its legal and social recognition.

Keywords: Anxiety. Systemic Intervention. Companion Dogs. Animal-Assisted Therapies. Interspecies Family.

1 INTRODUCCIÓN

El presente artículo aborda la integración de los Canes de Acompañamiento Doméstico (CAD), en el tratamiento psicoterapéutico de la ansiedad desde una perspectiva sistémica. El objetivo general de la investigación es proponer un modelo de intervención terapéutica que considere a los CAD como parte activa del sistema familiar, contribuyendo al abordaje integral de los síntomas de ansiedad. El problema de investigación se sitúa en la necesidad de enfoques terapéuticos más holísticos e inclusivos que contemplen no solo al individuo, sino también su entorno relacional, humano y no humano.

La relevancia del estudio radica en la creciente preocupación por la salud mental y en la búsqueda de estrategias innovadoras y eficaces que potencien el bienestar emocional. La integración de los CAD como agentes de apoyo emocional promueve vínculos significativos y fortalece las dinámicas familiares, convirtiéndose en un recurso terapéutico transformador.

En cuanto a los antecedentes, el artículo se fundamenta en la terapia sistémica, especialmente en los modelos estratégico y narrativo, y en los aportes previos de las Terapias Asistidas con Animales (TAA), las cuales han demostrado beneficios sustanciales en el tratamiento de la ansiedad y en el fortalecimiento del entorno emocional del paciente.

2 DESARROLLO

El estudio se desarrolló bajo un diseño cuantitativo, transversal y no experimental. En cuanto a la población objetivo estuvo constituida por miembros de familias interespecie que convivieran con un Can de Acompañamiento Doméstico (CAD) y que presentaran síntomas clínicos de ansiedad basados en los criterios del DSM-5 o CIE-11 durante las últimas cuatro semanas. La muestra fue no probabilística por conveniencia.

Los criterios de inclusión que se consideraron es que tuvieran diagnóstico reciente, edad específica y convivencia con un CAD durante al menos seis meses previos al estudio. Los criterios de exclusión descartan a quienes no cumplan estos parámetros o no deseen participar.

Para el cumplimiento de los objetivos del presente estudio, en primer lugar, se llevó a cabo una revisión de la literatura, donde se realizó una búsqueda exhaustiva y un análisis crítico de estudios y publicaciones previas relacionadas con el tema de investigación. Esto ayuda a identificar lagunas en el conocimiento, establecer el contexto teórico y conceptual, y definir las bases sobre las cuales se desarrollará la investigación. En la segunda etapa, se diseñaron las actividades y ejercicios específicos que los participantes realizarán de manera individual.

En la tercera etapa, la propuesta de intervención, que incluye las actividades y ejercicios diseñados, fue revisada y validada por un panel de tres jueces expertos en el campo. Estos expertos proporcionaron una evaluación crítica para asegurar que la propuesta es adecuada, relevante y metodológicamente sólida.

La cuarta etapa implica el análisis de las sugerencias de los jueces expertos y la modificación de las actividades y las directivas según sus recomendaciones. Esto asegura que las actividades finales sean rigurosas y estén optimizadas para cumplir con los objetivos de la investigación.

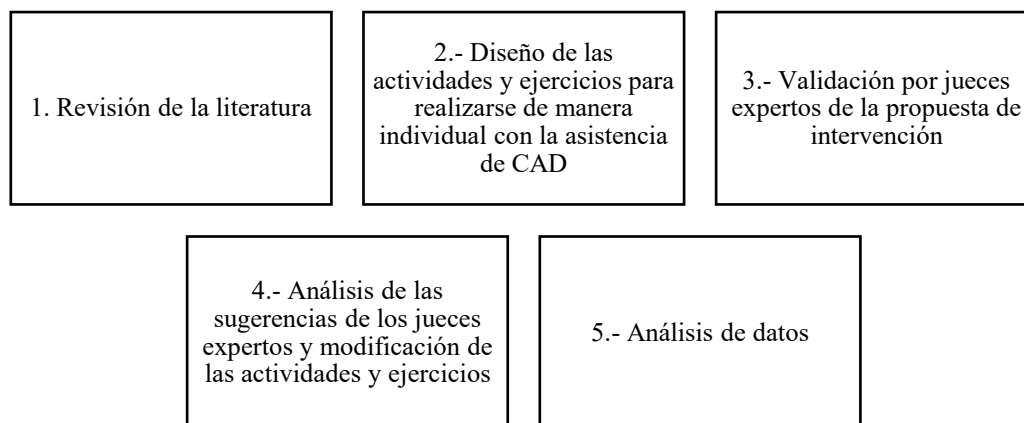
Finalmente, en la quinta etapa, se recopilan y analizan los datos obtenidos de la realización de las actividades y ejercicios por los participantes. El análisis de datos utiliza métodos estadísticos y otras técnicas analíticas para interpretar los resultados y llegar a conclusiones sobre la investigación. Este análisis es crucial para validar o refutar las hipótesis planteadas y proporcionar respuestas a las preguntas de investigación, asegurando así la calidad y la relevancia de los resultados obtenidos.

Atendiendo el aspecto ético en la realización de la presente investigación, se tuvo en cuenta las consideraciones siguientes: Ya que se trabajó con participantes con mayoría de edad, se les presentó un consentimiento informado, en el cual se describirá que la información recogida será tratada de manera confidencial, anónima, y analizada en conjunto para publicaciones científicas y difusión en congresos especializados, pero que bajo ningún caso se publicarían resultados individuales ni ningún tipo de información que pudiera identificar a algún participante. También se les mencionó que su participación será estrictamente voluntaria, y podrán retirarse en cualquier momento sin tener que dar explicaciones ni sufrir ninguna penalización por ello.

Las etapas de la intervención quedaron como se ilustra en la figura 1., resultando un total de 7 sesiones, siguiendo el protocolo de intervención psicoterapéutica sistémica asistida con CAD:

Figura 1

Etapas de la Intervención



Sesión 1: Encuadre y diagnóstico: Se incluye consentimiento informado, explicación del tratamiento, encuadre, entrevista clínica y aplicación de test de ansiedad para confirmar el diagnóstico. Participaron el Miembro Identificado con Ansiedad (MIA), el Terapeuta Sistémico (TS), y se registraron los datos del CAD.

Sesión 2: Vínculo humano–animal y genograma interespecie: Se abordan nociones del vínculo humano–animal, se elaboró un genograma interespecie, se revisa la tarea y se otorgaron directivas estratégicas basadas en Haley y White.

Sesiones 3 a 6: Intervención estratégica con el CAD: Se utilizan directivas sistémicas, conversaciones de externalización y entrenamiento del MIA en el manejo del CAD. El objetivo fue fortalecer el vínculo interespecie y disminuir los síntomas de ansiedad mediante actividades diarias con el CAD.

Sesión 7: Cierre y evaluación post intervención: Se realiza la medición final de ansiedad, la reflexión narrativa mediante una carta dirigida al CAD, y una evaluación del proceso y utilidad percibida de la intervención.

Para dar respuesta al coeficiente de concordancia entre los jueces se utilizó la prueba V de Aiken y W de Kendall. Mediante la V de Aiken, se obtuvo la validez de contenido, la cual arrojó índices satisfactorios mayores a 0.73, para cada una de las siete sesiones del programa de intervención, en cuanto al índice total de la prueba fue de 0.76.

3 CONCLUSIONES

La presente investigación permitió demostrar la pertinencia, viabilidad y valor clínico de incorporar Canes de Acompañamiento Doméstico (CAD) dentro de un modelo de

intervención psicoterapéutica sistémica dirigido al tratamiento de la ansiedad. La propuesta surgió de la necesidad de ampliar las rutas terapéuticas disponibles ante un fenómeno que, según la evidencia revisada, sigue en aumento y continúa representando un desafío para los sistemas de salud mental. A lo largo del estudio se constató que las intervenciones tradicionales, aunque efectivas, no siempre resultan suficientes para abordar la complejidad relacional, emocional y contextual que caracteriza a los trastornos de ansiedad. Por ello, integrar la dimensión interespecie en la práctica clínica se posiciona como una alternativa innovadora y coherente con la realidad cotidiana de miles de familias que conviven y construyen vínculos afectivos significativos con sus animales.

El trabajo permitió describir y fundamentar la relevancia del vínculo humano-animal como un recurso emocional y terapéutico natural, capaz de favorecer procesos psicológicos como la regulación afectiva, la conexión social, la seguridad percibida y la disminución de la activación fisiológica asociada al estrés. Desde la perspectiva sistémica, reconocer al CAD como un miembro activo del sistema familiar implica ampliar la mirada clínica para incluir no sólo a los humanos que componen el sistema, sino también a aquellos seres no humanos que influyen directa y simbióticamente en el bienestar de las personas. Los hallazgos del estudio fortalecen la idea de que los animales influyen en los procesos emocionales humanos a través de interacciones recíprocas, sensibles y coherentes con las necesidades afectivas del individuo, lo que coincide con la evidencia científica sobre la coevolución y la simbiosis cognitiva descrita por autores como Haraway y Despret.

La validación por jueces expertos constituyó un punto clave en la consolidación de la propuesta, asegurando el rigor metodológico de las actividades, directivas e instrumentos diseñados. La concordancia obtenida mediante el índice V de Aiken mostró niveles adecuados de validez de contenido, lo que confirma que las siete sesiones propuestas responden con claridad a los objetivos terapéuticos planteados y cuentan con sustento teórico y técnico suficiente. Asimismo, la intervención integró elementos del modelo estratégico y del modelo narrativo, permitiendo trabajar tanto el nivel conductual y relacional como el nivel simbólico y de significados de quienes presentan ansiedad. Esta combinación fortaleció el proceso terapéutico, facilitó nuevas narrativas sobre la experiencia emocional del participante y resignificó la presencia del CAD como un agente de apoyo, contención y acompañamiento emocional.

Los resultados obtenidos muestran una disminución observable de los síntomas de ansiedad en los participantes, especialmente en indicadores relacionados con la rumiación, la tensión fisiológica, la percepción de amenaza y el miedo anticipatorio. La participación del

CAD como cofacilitador contribuyó a crear un ambiente de mayor seguridad emocional, permitiendo que las sesiones se desarrollaran con confianza, apertura y disposición al cambio. También se observó una mejora en la comunicación afectiva entre el paciente y su entorno familiar, así como un fortalecimiento del sentido de pertenencia, cuidado mutuo y responsabilidad compartida dentro de la familia interespecie. Esto refuerza la premisa sistémica de que el cambio individual está estrechamente vinculado con los cambios relacionales y contextuales.

De manera complementaria, se identificaron beneficios colaterales relevantes: mayor adherencia terapéutica, incrementos en la motivación para realizar tareas entre sesiones y reducción del estigma asociado a acudir a tratamiento psicológico. La presencia del CAD actuó como puente facilitador entre el espacio clínico y la vida cotidiana del paciente, favoreciendo la generalización de los aprendizajes y la continuidad del proceso terapéutico fuera de consulta. Esto confirma que la intervención no sólo es efectiva, sino también accesible, sostenible y de bajo costo, cualidades especialmente valiosas en regiones donde los recursos en salud mental son limitados.

A nivel social y comunitario, este estudio abre la posibilidad de reconocer la importancia de incluir a los animales en políticas públicas de salud mental, bienestar familiar y protección interespecie. También invita a futuras investigaciones interdisciplinarias que profundicen en aspectos éticos, legales, clínicos y educativos relacionados con el papel de los CAD en la salud emocional humana. En el ámbito terapéutico, la propuesta constituye un precedente metodológico replicable y adaptable para el trabajo con otras problemáticas emocionales como depresión, duelo, trastornos del apego, estrés postraumático o intervenciones familiares.

En síntesis, esta investigación confirma que la intervención psicoterapéutica sistémica asistida con Canes de Acompañamiento Doméstico es una alternativa eficaz, ética, humanamente sensible y científicamente sustentada para el tratamiento de la ansiedad. La integración del CAD como miembro significativo del sistema terapéutico no sólo contribuye a la disminución de los síntomas, sino que amplía el horizonte clínico hacia prácticas más inclusivas, afectivas y acordes con la nueva comprensión contemporánea de las familias interespecie. Este trabajo no sólo valida una propuesta de intervención, sino que impulsa una transformación en la manera de concebir la salud mental, colocando al ser humano, a sus relaciones y a sus vínculos interespecie en el centro del acompañamiento psicoterapéutico.

REFERENCIAS

- Aiken, L. R. (2003). *Tests psicológicos y evaluación*. Pearson Educación.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G. y Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893-897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Díaz Videla, M. (2015). El miembro no humano de la familia: las mascotas a través del ciclo vital familiar. *Revista Ciencia Animal*, 9, 83-98.
- Haley, J. (2003). *El arte de la terapia estratégica*.
- Haley, N. (2005). *Psicología y sistemas familiares*. Paidós.
- Hamilton, M. (1960). A rating scale for depression. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 23(1), 56–62.
- McGoldrick, M. y Gerson, R. (2017). *Genogramas: Evaluación e intervención familiar* (3ª ed.). Gedisa. (Obra original publicada en 2016).
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice* (Mapas de la práctica narrativa). W.W. Norton & Company.
- White, M., y Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. WW Norton & Company.