

Algunas conductas de salud en personas con DM2 de la mediana edad con y sin perros de compañía

Some health characteristics in persons with DM2 middle age with and without companion dogs

Beatriz Hugues Hernandorena*, Aimée M. Álvarez Álvarez, Lizet Castelo Elías-Calles,
Loraine Ledón Llanes, Madelin Mendoza Trujillo
Instituto Nacional de Endocrinología (INEN), La Habana, Cuba

*Contacto: bettymig@infomed.sld.cu

Resumen: Se desarrolló un estudio con el objetivo de describir el consumo de sustancias tóxicas (bebidas alcohólicas, tabaco y psicofármacos) y la motivación para realizar actividades físicas, en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 (DM2) de edad mediana con y sin perros de compañía, atendidos en el Centro de Atención al Diabético del Instituto Nacional de Endocrinología, de La Habana, Cuba. Para ello se implementó un diseño metodológico cuantitativo, de carácter descriptivo, transversal y comparativo, en el que se incluyeron 48 pacientes divididos en dos grupos homogéneos, integrados por 17 mujeres y 7 hombres cada uno. Al evaluar las variables, se obtuvo menor consumo de sustancias tóxicas en los pacientes responsables de los animales y que los pacientes que tenían perros realizaban la mayoría de su actividad física y deportiva motivados por la tenencia. Se recomienda continuar estos estudios, ampliar la muestra y contemplar otros grupos de pacientes que se atienden en esta institución.

Palabras clave: Actividad física, alcoholismo, animales de compañía, diabetes, psicofármacos, tabaquismo

Abstract: A study was made with the objective to describe the consumption of toxic substances (alcoholic beverages, tobacco and psychotropic drugs) and the motivation to perform physical activities, in middle aged patients with diabetes mellitus type 2 (DM2) with and without pet dogs, under medical care at the center for the care of persons suffering from diabetes belonging to the National Institute of Endocrinology in Havana, Cuba. In order to do this, a quantitative methodological design, of descriptive, cross section and comparative character was made, including 48 patients divided into two homogeneous groups composed by 17 women and 7 men each. When variables were evaluated it was found that there was less consumption of toxic substances in patients who had pets under their care and that patients who had dogs performed most of their physical and sports activities motivated by the fact that they were responsible for their pets. It is recommended to continue these studies, enlarge the representative portion and include other groups of patients being taken care of at this institution.

Keywords: alcoholism, companion animals, diabetes, psychotropic drugs, physical activities, tobacco addiction

La tenencia de perros de compañía beneficia la vida de las personas con quienes conviven (Díaz Videla 2015; Díaz Videla, Olarte, & Camacho, 2015). Estudios prueban que las personas que conviven con ellos viven más tiempo y con mejor calidad de vida que las que no los tienen, debido a los efectos positivos que ejercen sobre la salud (Hugues Hernandorena, Torres, Ledón, & Mendoza, 2018).

Particularmente en la vinculación con los perros, algunos estudios han indicado los beneficios de la interrelación de los seres humanos con estos en la recuperación y prevención de las enfermedades orgánicas y psíquicas (Oropesa, García, Puente, & Matute, 2009). De hecho ha sido demostrado que los que conviven con ellos asisten menos a las visitas médicas en comparación con aquellos que no los tienen (O'haire, 2010).

Entre las enfermedades que más afectan la salud de los seres humanos se encuentra la diabetes mellitus tipo 2 (DM2), que es crónica, no transmisible y conlleva un seguimiento a largo plazo (Domínguez, Seuc, Díaz, & Aldana, 2010).

Durante el transcurso de la enfermedad se pueden generar vulnerabilidades psicosociales, que inciden negativamente sobre los procesos de autocuidado y adhesión al tratamiento, generando dificultades con el control metabólico y glucémico, la salud en general y la calidad de vida. Entre estas vulnerabilidades se puede citar el consumo de

sustancias tóxicas tales como bebidas alcohólicas, tabaco y psicofármacos sin prescripción médica (antidepresivos, ansiolíticos; Hernández et al., 2011). Sin embargo hay autores (Portuondo 2012, 2016) que refieren que estas vulnerabilidades se pueden mitigar al interactuar con animales de compañía, como el perro.

Los autores del presente artículo consideran relevante, como parte de la atención integral a estos pacientes, estimar los beneficios que puede brindarles la tenencia de animales de compañía, considerando la contribución a la salud psico-emocional, física, así como la realización de actividades físicas y recreativas necesarias que desde hace algún tiempo la literatura reporta (Hernández, Licea, & Castelo, 2015).

Con referencia a la realización de actividades físicas, deportivas y recreativas (natación gimnasia, competencias, otras), si bien las personas pueden efectuarlas de manera que se relacionen o no directamente con la tenencia de animales de compañía (Zaldívar, 2014), algunos autores han expresado lo estimulante que resulta la práctica de diversas actividades con y por los animales, por ejemplo, Cangelosi y Sorrell (2010) y Herzog (2011) plantearon que la tenencia de los mismos demanda un mínimo de actividad que las personas realizan motivados por los cuidados que requieren, tales como la búsqueda de su alimentación, prácticas higiénico-sanitarias, visitas a consultorios o clínicas veterinarias, participación en paseos y

competencias, entre otras, lo cual beneficia de forma ostensible la salud de sus poseedores.

Teniendo en cuenta lo expresado, se decidió efectuar un estudio con el objetivo de describir el consumo de sustancias tóxicas (bebidas alcohólicas, tabaco, psicofármacos sin prescripción médica) y la motivación para la realización de actividades físicas o deportivas. Dicho estudio también incluyó la descripción de indicadores de salud en estos pacientes, asociado a la tenencia o no de perros de compañía, resultados publicados previamente (Hugues Hernandorena et al., 2018a, 2018b).

Materiales y método

Método

En las áreas de las consultas del Centro de Atención al Diabético del Instituto Nacional de Endocrinología, se realizó un estudio descriptivo, transversal y comparativo, en el que se utilizó metodología cuantitativa de investigación, desde mayo de 2013 hasta diciembre de 2016.

La muestra quedó integrada por 48 pacientes de la mediana edad (40-59 años) con diagnóstico de DM2 (Orlandi et al., 2012).

Se definieron dos grupos:

Grupo de estudio: 24 pacientes de ambos sexos (17 mujeres y 7 hombres), responsables de perros de compañía (Tenencia PC) desde hacía un año y más.

Grupo de comparación: 24 pacientes de ambos sexos (17 mujeres y 7 hombres), que no eran

responsables de perros de compañía (No tenencia PC).

Los pacientes que pertenecieron a cada grupo fueron pareados según el sexo y la edad (rango de ± 3 años), tiempo de diagnóstico de la DM2 (rango de ± 3 años) y tipo de tratamiento de la DM2 (insulina, hipoglucemiantes orales, ambos o dieta), para lograr que la muestra fuera homogénea.

Variables

1. Consumo de sustancias tóxicas :

Bebidas alcohólicas: se definieron dos categorías: bebedor frecuente/no bebedor. Se consideró como bebedor frecuente si declaraba que tomaba tres o más veces a la semana) y no bebedor al que tomaba solo ocasionalmente o nunca (Grove, Bride y Slade, 2009).

-Tabaco: se definieron como fumador / exfumador / no fumador. Se consideró fumador al que declaró que consumía al menos un cigarrillo por día, exfumador al que haya abandonado el hábito en los últimos seis meses, y el que dijo nunca haber fumado, como no fumador.

-Psicofármacos: se consideró el consumo de fármacos (sí o no) sin indicación facultativa (automedicación), para el tratamiento de la depresión, la ansiedad, el estrés u otras manifestaciones de alteraciones de la salud psico-emocional.

2. Realización de actividades físicas o deportes

Se indagó sobre la realización de actividad física o deportes, el tipo de actividad física o deporte realizado, la frecuencia dedicada a la actividad, y el tiempo empleado como promedio en cada práctica de estas actividades, que estuvieran relacionadas o no con los perros de compañía.

Instrumento

Para efectuar el estudio, se aplicó un instrumento confeccionado por el propio colectivo de investigadores (Cuestionario sobre Tenencia de Animales de Compañía y Diabetes Mellitus Tipo 2) en el que se exploraron estos y otros aspectos. Este cuestionario contenía 23 preguntas abiertas y cerradas en el que se recogieron datos demográficos de los participantes y algunas de las características de la DM2 (tiempo de diagnóstico y tratamiento), su percepción sobre la satisfacción personal con respecto a la tenencia de animales de compañía, los beneficios sobre la salud psico-emocional y el control glucémico, las motivaciones para la realización de actividades físicas que estuvieran relacionadas o no con la tenencia de los animales). En aquellos que no tenían perros, se indagaba sobre los motivos por los cuales no los tenía y se dejó un espacio abierto para la expresión de comentarios y sugerencias relacionadas con el tema de estudio.

Análisis estadístico

Los datos se procesaron estadísticamente mediante el empleo del sistema SPSS versión

19.0.

Se obtuvieron distribuciones de frecuencia y porcentajes de las variables cualitativas y la mediana, los rangos y porcentajes de las cuantitativas.

La asociación entre las variables anteriores categorizadas (según los criterios expuestos previamente) y la tenencia o no de animales de compañía se exploró mediante la prueba Chi Cuadrado. En todos los casos se utilizó un nivel de significación de 0.05.

Aspectos éticos

La participación de los sujetos en el estudio fue voluntaria y anónima. A cada persona que cumplió con los criterios de inclusión muestral se le solicitó su participación en el estudio, previa información (oral) de sus objetivos, relevancia, características de la participación y beneficios. A todos los pacientes se les informó que su decisión de no participar en el estudio no tendría efecto negativo alguno en la atención recibida.

Toda la información recogida se manejó de forma confidencial: no se recogieron datos de identidad personal y la información correspondiente a cada individuo fue codificada.

Este estudio se discutió y aprobó en el Comité de Ética de la Investigación del INEN.

Resultados y discusión

Bebidas alcohólicas

En ambos grupos (con y sin tenencia del PC; ver Tabla 1) se identificó que había más

personas que no bebían (28 58,3%) en relación con las que lo hacían de forma frecuente (20; 41,7%).

Es de destacar que en el grupo que tenía PC, resultó mayor la frecuencia de los que no eran bebedores (16; 66,7%).

El consumo de bebidas alcohólicas es un factor de riesgo de la DM2 y la HTA, lo cual quedó demostrado en un estudio realizado por Alfonso, Achiong, Achiong, Achiong, Fernández y Delgado (2011). Entre las acciones de la educación diabetológica está indicada su prevención y control (OPS, 2012).

Tabaco

Al evaluar el tabaquismo, resultó más frecuente encontrar pacientes que no fumaban (29 de 48; 60,4 %), siendo mayor la cifra de los que no lo hacían en el grupo que tenían PC (16; 66,7%) en comparación con el que no tenía PC (12;50%).

Los autores comparten el criterio de que la tenencia de animales de compañía pudiera contribuir de forma positiva al autocuidado de sus dueños -que es un elemento tan importante en el control y la calidad de vida del paciente con DM2 (Casanova, Bayarre, Navarro, Sanabria, & Trasancos, 2015)- y a la prevención o disminución del consumo de sustancias tóxicas como el alcohol y el tabaco. Los responsables de estos animales llegan a tener la percepción de que si fallecen o quedan discapacitados no podrían atender a sus animales debidamente y estos quedarían desamparados, desprotegidos.

De acuerdo con datos obtenidos durante la realización de la investigación, es posible considerar que muchas personas con PC eviten el consumo de alcohol y el tabaquismo en función del bienestar animal, lo cual habría que indagar y profundizar en futuras investigaciones.

Psicofármacos

Catorce (29,2%) pacientes empleaban estos grupos de fármacos sin indicación facultativa. Resultó superior el porcentaje de los que consumían los mismos en el grupo de los que no tenían PC (9 de 14).

En la literatura científica existen evidencias sobre los beneficios que reporta la tenencia de animales de compañía sobre la salud mental de sus poseedores (González & Landero, 2011). Por ejemplo, McConnell, Brown, Shoda, Stayton y Martin (2011) en Ohio, hallaron que responsables de estos animales eran más felices, tenían una mayor autoestima, mejor aptitud física, tendían a sentirse menos solitarios, eran más concienzudos, más extrovertidos, tendían a ser menos temerosos y a estar menos preocupados que aquellas personas que no las tenían. Díaz Videla, Olarte y Camacho, (2015c) refirieron que las personas que tienen PC asisten menos a las consultas médicas que aquellas que no los tienen.

Sobre estas bases, los autores consideran que tal vez estos beneficios pueden redundar en el menor consumo de psicofármacos en los sujetos del estudio que conviven con perros.

Realización de actividades físicas o deportes

Al analizar la realización de actividades físicas o deportes que no estuvieran relacionadas con la tenencia del PC, ambos grupos se caracterizaron por mayor frecuencia de los que no lo hacían (31; 64,6%) en comparación con los que lo hacían (17; 35,4%). Es importante comentar que las actividades físicas no relacionadas con los animales que se refirieron con más frecuencia fueron las caminatas, que según expresaron los encuestados, las efectuaban en funciones de trabajo, es decir, que no lo veían como una acción espontánea de realizar ejercicio sino una necesidad en función de trasladarse al trabajo, las cuales fueron llevadas a cabo por 14 (82,3%) de los 17 pacientes. Solo una paciente (5,9%), la más joven (42 años), comunicó que practicaba gimnasia una o dos veces por semana durante una hora, y dos hombres (11,8%) respondieron que practicaban natación con esa misma frecuencia y tiempo.

Otros fueron los resultados que se obtuvieron en el grupo de pacientes que tenían perros y realizaban actividades físicas motivados por la tenencia de estos (17 de 24; 35,4%), lo cual fue mostrado por Hugues Hernandorena et al. (2018a). De estas 17 personas, 13 (76,4%) realizaban caminatas con ellos todos o casi todos los días y sobre todo de forma moderada durante 15-30 minutos. Sobre el efecto que les provocaba estas caminatas junto al animal, se distinguieron las siguientes respuestas, obtenidas en el instrumento aplicado:

- ... Me ayuda a mantenerme saludable (100%)
- ... Si no fuera por el animal no lo hacía (84,6%)

- ... Disfruto de su compañía (76,9%)
- ... Me causa relajación (69,2%)

También respondieron de forma mayoritaria que las caminatas con el animal les permitían relacionarse con otras personas y que resultaba un estímulo para la realización de actividades físicas. Estas afirmaciones reflejaron el beneficio que reportó la tenencia de los perros para la salud física y mental de sus dueños, lo cual coincide con lo descrito por Hugues Hernandorena, Álvarez, Castelo, Ledón, Trujillo, Domínguez y Hernández (2018b, c).

Sobre la base de los resultados descritos, se concluyó que:

- Los pacientes que tenían PC, mostraron menor frecuencia del consumo de sustancias tóxicas que aquellos que no los tenían.
- Los pacientes con PC que participaron en este estudio, realizaban la mayoría de su actividad física en relación al animal, además de la realizada por otras razones (laborales, de gestión de la vida cotidiana), por lo cual la tenencia del mismo aumentaba en estos la frecuencia de actividad física, ejerció efectos beneficiosos desde el punto de vista físico y psicológico según sus referencias, que fueron descritas anteriormente.

Se recomienda continuar estos estudios, ampliar la muestra y contemplar otros grupos de pacientes que se atiendan en el INEN y otros centros de salud.

Referencias

- Alfonso, K., Achiong, F., Achiong, M., Achiong, F., Fernández, J., & Delgado, L. (2011). Factores asociados al hipertenso no controlado. *Rev Méd Electrón*, 33(3). Disponible en: <http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202011/vol3%202011/tema04.htm>
- Cangelosi, P., & Sorrell, J. (2010). Aging matters walking for therapy with man's best friend. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 48(3), 19-22.
- Casanova, M. C., Bayarre, H. D., Navarro, D. A., Sanabria, G., & Trasancos, M. (2015). Educación diabetológica, adherencia terapéutica y proveedores de salud. *Rev Cub Salud Pública*, 41(4). Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/520/385>
- 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.
- Díaz Videla, M., Olarte, M. A., & Camacho, J. M. (2015). Perfiles BASICCOS del humano compañero del perro: Una revisión teórica en antrozoología guiada por el enfoque multimodal. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 79-89.
- Domínguez, E., Seuc, A., Díaz, O., & Aldana, D. (2010). Esperanza de vida saludable asociada a la diabetes en Cuba: años 1990 y 2003. *Rev Cubana Endocrinol*, 21(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-29532010000100002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- González, M., & Landero, R. (2011). Diferencias en estrés percibido, salud mental y física de acuerdo al tipo de relación humano-perro. *Revista Colombiana de Psicología*, 20(1). 75- 86.
- Grove, R., Bride, O., & Slade, T. (2009). DSM-V: Explaining diagnostic thresholds for alcohol dependence and abuse. *Alcohol and Alcoholism*. 44-45.
- Hernández, J., Licea, M. E., & Castelo, L. (2015). Algunas formas alternativas de ejercicio, una opción a considerar en el tratamiento de personas con diabetes mellitus. *Rev Cubana Endocrinol*, 26(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_issuetoc&pid=1561-295320150001&lng=es&nrm=iso
- Hernández, Y., Victoria, C. R., Jaimes, J., Saavedra, A., Tápanes, A., & Solare, V. (2011). Calidad de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo II. *Rev. Hosp. Psiquiátrico de la Habana*, 8(3). Disponible en: <http://www.revistahph.sld.cu/hph3-2011/hph02311.html>
- 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. DOI: 10.1177/0963721411415220.
- Hugues Hernandorena, B., Álvarez, A., Castelo, L., Ledón, L., Mendoza, M., & Domínguez, E. (2018a). Tenencia de perros de compañía. Beneficios para la salud física de pacientes de la mediana edad con Diabetes Mellitus Tipo 2. *Rev Inv Vet Perú*, 29(4), 1213-1222.
- Hugues Hernandorena, B., Álvarez, A., Castelo, L., Ledón, L., Mendoza, M., & Domínguez,

- E. (2018b). Tenencia de perros de compañía. Beneficios para la salud psico-emocional de pacientes de la mediana edad con Diabetes Mellitus Tipo 2. *Rev Inv Vet Perú*, 29(4): 1223-1228.
- Hugues Hernandorena, B., Álvarez, A., Castelo, L., Ledón, L., Trujillo, M., Domínguez, E., Hernández, J. (2018c). Animales de compañía. Su contribución a la realización de actividades físicas y recreativas. *Revista Cubana de Ciencias Veterinarias*, 35(1), 5-9.
- Hugues Hernandorena, B., Torres, M., Ledón, L., Mendoza, M. (2018). Tenencia de animales de compañía. Beneficios y bienestar para los seres humanos y los propios animales. En M. Díaz Videla & M. A. Olarte (Eds.), *Antrozoología, multidisciplinario campo de investigación* (pp. 51-57). Buenos Aires: Editorial Akadia.
- McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E., & Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: on the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101. DOI: 10.1037/a0024506.
- O'Haire, M. (2010). Companion animals and human health. *Journal of Veterinary Behavior* 5,226-234.
- OPS. (2012). Estrategia para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles, 2012-2025. 28va Conferencia Sanitaria Panamericana. Washington DC. Disponible en: http://new.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=18678&Itemid=270&lang=es
- Orlandi, N., Álvarez, E., González, T. M., González, K., Castelo, L., & Hernández, J. (2012). Guías de práctica clínica Diabetes Mellitus tipo 2. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/libros/guia_practicaclinica_diabetes/guia_practicaclinica_diabetes_completo.pdf
- Oropesa, P., García, I., Puente, V., & Matute, Y. (2009). Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador. *Medisan*, 13(6). Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol13_6_09/san14609.pdf
- Portuondo, Z. (2012). *¿Qué sabemos de perros?* La Habana: Ed. Gente Nueva.
- Portuondo, Z. (2016). El perro naturaleza y cultura. La Habana: Editorial Científico Técnica.
- Zaldívar, D. (2014). Recrearse de manera sana y productiva. *Salud Vida*. Disponible en: http://www.sld.cu/saludvida/buscar.php?id=6056&iduser=4&id_topic=17.

Recibido: noviembre, 2019 • Aceptado: julio, 2020

Tabla 1. Distribución porcentual de las variables relacionadas con el consumo de sustancias tóxicas en los grupos de estudio ($n = 48$)

Grupos		Tenencia PC n (%)	No Tenencia PC n (%)	Total n (%)	Valor de p	
Variables						
Consumo de sustancias tóxicas	Bebidas	Bebedor frecuente	8 (33,0)	12 (50,0)	20 (41,7)	0,242
	Alcohólicas	No bebedor	16 (66,7)	12 (50,0)	28 (58,3)	
	Tabaco	Fumador	0 (0)	2 (8,3)	2 (4,2)	0,306
		Ex fumador	8 (33,3)	9 (37,5)	17 (35,4)	
		No fumador	16 (66,7)	13 (54,2)	29 (60,4)	
	Psicofármacos	Sí	5 (20,8)	9 (37,5)	14 (29,2)	0,204
No		19 (79,2)	15 (62,5)	34 (70,8)		

Tabla 2. Distribución porcentual de las variables relacionadas con la actividad física no relacionada con la tenencia de los perros de compañía en los grupos de estudio ($n = 48$)

Variable	Grupos	Tenencia PC	No Tenencia PC n (%)	Total	Valor de p
Actividad física	No	16 (66,7)	15 (62,5)	31 (64,6)	0,763
	Sí	8 (33,3)	9 (37,5)	17 (35,4)	
	Tiempo	Mujeres	20-60 min.	20-60 min.	20-60 min.
		Hombres	40-60 min.	40-60 min.	40-60 min.
	Frecuencia	1-2v/semana	5 (62,5)	5 (55,6)	10 (58,9)
		3-4v/semana	3 (37,5)	4 (44,4)	7 (41,1)