

## Beneficios de tener una mascota

### **BENEFICIOS DE TENER UNA MASCOTA**

Fundación Purina

¿Sabía usted que tener una mascota puede ayudarlo a ser más feliz y más saludable?

Si aún no posee una, existen al menos 10 razones para considerar la posibilidad de compartir su vida con una mascota:

#### **LAS MASCOTAS SON CONSIDERADAS UNA MEDICINA**

##### **PREVENTIVA**

El cuidado y el afecto hacia las mascotas promueven la salud y prolongan la vida. Numerosos estudios han demostrado que cuando las acariciamos la tensión arterial se reduce, además de producir efectos relajantes en nuestro organismo. Ellas son un verdadero antídoto contra el estrés

#### **LAS MASCOTAS DISMINUYEN EL SENTIMIENTO DE**

##### **SOLEDADE**

Su presencia constante hace que las personas se sientan más confiadas, seguras y protegidas. Su compañía también estimula el contacto físico y la comunicación; casi todos los dueños le hablan a su mascota y la conversación resulta más relajante debido a una sencilla razón: los animales no juzgan a las personas.

#### **LAS MASCOTAS INCREMENTAN**

##### **LA AUTOESTIMA DE LAS PERSONAS**

Los cuidados y atenciones que demandan las mascotas reducen los tiempos de ocio, hacen que la persona se sienta útil y generan una estrecha relación entre humano y animal, en la que ambos intercambian cariño y emociones. Ellas son una constante fuente de motivación para su dueño.

#### **LOS NIÑOS APRENDEN A TRAVÉS DE LAS**

##### **MASCOTAS**

## Beneficios de tener una mascota

La convivencia con las mascotas contribuye a que los niños aprendan valores positivos como el respeto hacia los animales y la vida, la amistad y el amor, crea sentido de responsabilidad y promueve la comunicación entre padres e hijos.

### **LAS MASCOTAS MEJORAN EL HUMOR Y NOS HACEN REÍR**

Ellas son una fuente de alegría y diversión para toda la familia, y con su compañía nos enseñan a disfrutar de las cosas sencillas de la vida.

### **LAS MASCOTAS ESTIMULAN EL CONTACTO**

#### **SOCIAL**

Tener una mascota es una buena manera de establecer contactos sociales más positivos, conociendo a otras personas con quienes compartir anécdotas y experiencias sobre ella, ampliando así el círculo de amistades.

### **LAS MASCOTAS AYUDAN A ESTAR EN FORMA**

Los perros necesitan caminar y hacer ejercicio diariamente. Compartir con la mascota y disfrutar de esta actividad hace que tanto ella como su dueño se mantengan saludables.

### **LAS MASCOTAS REDUCEN EL TIEMPO DE RECUPERACIÓN DE LAS ENFERMEDADES**

Se ha demostrado que aquellas personas que poseen mascotas se recuperan más rápido de enfermedades como infartos y de cirugías, que aquellas que no las poseen.

### **LAS MASCOTAS SON UN GRAN APOYO PARA PERSONAS**

#### **DISCAPACITADAS**

Particularmente los perros, pueden convertirse en los ojos, los oídos y las piernas de muchas personas que padecen ciertos impedimentos físicos.

### **LAS MASCOTAS NOS HACEN MÁS HUMANOS**

## Beneficios de tener una mascota

Los cuidados y el amor hacia los animales nos hacen demostrar mayor empatía y actitudes positivas hacia ellos, y así aprendemos a actuar de la misma manera con las personas.

---

vetpunta.com