



**UAI** **Universidad Abierta  
Interamericana**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

ARTÍCULO CIENTÍFICO

**Compasión animal, relación jinete-caballo y bienestar psicológico: un  
estudio realizado con personas adultas que tienen caballo/s**

**Autor:** María Victoria Tymoszcuk

**Tutor:** Lic. Carolina De Grandis

**Título a obtener:** Licenciatura en Psicología.

**Octubre 2022**

## Resumen

El presente estudio, cuantitativo de tipo descriptivo-correlacional, tuvo como objetivo relacionar la compasión animal, la relación jinete-caballo y el bienestar psicológico en personas adultas que tienen caballo/s. La muestra se tomó durante el período mayo-julio del año 2022 y estuvo conformada por N=85 sujetos con edades comprendidas entre 18 y 52 años (M = 33.76, DT = 9.33) que residían en Ciudad Autónoma y Gran Buenos Aires. Se evaluó la compasión animal utilizando la Escala de Compasión hacia los Animales [ECA] (López Tello et al., 2021), la relación jinete caballo con el Cuestionario de la Relación entre el Jinete y el Caballo [CRJC] (Barros Guerrero & Dosil Díaz, 2016) y la variable bienestar psicológico utilizando la Escala de Bienestar Psicológico [EBP] (Lozano Álvarez & García, 2016). También se incluyó un cuestionario de variables sociodemográficas diseñado para los objetivos del estudio. Los participantes respondieron los cuestionarios en forma individual y autoadministrada, los datos recolectados se analizaron con el software IBM-SPSS versión 26. Las puntuaciones arrojaron los siguientes resultados: la hipótesis general se confirmó, observando que a medida que aumenta el bienestar psicológico positivo, se incrementa la compasión animal y los factores de la relación jinete-caballo: comunicación y empatía, vínculo, cuidado y adiestramiento y gestión emocional. A la vez, cuando aumenta la edad de los participantes se incrementa el bienestar psicológico negativo. Por último, quienes tenían caballo/s para relajación o para fines terapéuticos obtenían puntuaciones más elevadas en la compasión animal y en todos los factores de la relación jinete-caballo.

*Palabras Claves:* compasión animal – relación jinete-caballo – bienestar psicológico.

## **Abstract**

The present study, a quantitative descriptive-correlational study, aimed to relate animal compassion, the rider-horse relationship and psychological well-being in adult horse owners. The sample was taken during the period May-July 2022 and consisted of N=85 subjects aged between 18 and 52 years ( $M = 33.76$ ,  $SD = 9.33$ ) living in Ciudad Autónoma and Gran Buenos Aires. Animal compassion was assessed using the Animal Compassion Scale [ECA] (López Tello et al., 2021), the rider-horse relationship with the Rider-Horse Relationship Questionnaire [CRJC] (Barros Guerrero & Dosil Díaz, 2016) and the psychological well-being variable using the Psychological Well-Being Scale [EBP] (Lozano Álvarez & García, 2016). A questionnaire of sociodemographic variables designed for the objectives of the study was also included. The participants answered the questionnaires individually and self-administered, the data collected were analyzed with IBM-SPSS version 26 software. The scores yielded the following results: the general hypothesis was confirmed, observing that as positive psychological well-being increases, animal compassion and the factors of the rider-horse relationship increase: communication and empathy, bonding, care and training, and emotional management. At the same time, as the age of the participants increased, negative psychological well-being increased. Finally, those who had horse/s for relaxation or therapeutic purposes obtained higher scores in animal compassion and in all factors of the rider-horse relationship.

*Key words:* animal compassion - rider-horse relationship - psychological well-being.

## **Introducción**

La presente investigación está basada en el estudio de la compasión animal, la relación del jinete con su caballo y el bienestar psicológico en personas adultas que tienen caballo/s. El interés por la temática surge de considerar que llevar a cabo actividades asistidas por caballos contribuye no sólo a mejorar el estado físico de las personas, sino que también aporta un gran número de beneficios psicosociales (Thomas Pino, 2021) entre los que se incluye el aumento de la compasión (Erdman et al., 2015; Ferruolo, 2016).

La compasión ha sido definida por la psicología basada en evidencias como la conciencia del sufrimiento ajeno y el consiguiente deseo de aliviarlo. Ser compasivo implica tener un sentimiento de bondad y comprender sin prejuizar (Bonermann & Singer, 2013; Goetz et al., 2010; López Tello & Moreno Coutiño, 2019; Ozawa de Silva et al., 2012; Singer & Kilmecki, 2014). La capacidad de ser compasivo involucra una serie de comportamientos orientados a contribuir en la sobrevivencia de los integrantes de una especie y se vincula directamente con la habilidad para establecer vínculos con mamíferos (como el caballo) mediados por respuestas afectivas (Gilbert, 2013).

A raíz del desarrollo de una conciencia de igualdad entre seres humanos y animales, por su condición de seres sintientes, se comienza a profundizar el estudio sobre la compasión animal. De esta manera, se define la compasión hacia los animales como una cualidad psicológica que motiva a la persona a evitar o aliviar el sufrimiento de las especies animales no humanas (Ricard, 2017). Investigar el rol de la compasión animal permitió descubrir un conjunto de beneficios para la salud física y mental de las personas que establecen relaciones significativas con sus animales de compañía (Odendaal & Lehmann, 2000).

En este sentido, los jinetes tienen conciencia de que resulta imprescindible desarrollar una buena relación con su caballo, en la que funcionen como un binomio (Gordon Watson et al., 2012). La relación entre el jinete y el caballo se construye en la medida en que

ambos mantienen un trato cotidiano y el jinete muestra características de consideración, dedicación, cariño, atención y reconocimiento hacia su caballo (Blake, 2007; Pretty & Bridgeman, 2005). Monter (2013) sostiene que, para lograr ese vínculo, se necesita desarrollar una base de confianza mutua que se refuerza día a día y que resulta un elemento fundamental en la relación.

En Inglaterra, los investigadores Williams y Tabor (2017) analizaron la compleja relación entre los caballos y sus jinetes. Entre sus conclusiones, destacaron que estos pueden lograr una relación positiva, siempre y cuando, el jinete se responsabilice de ejercer un impacto positivo tanto en el caballo como en el vínculo que mantiene con él, no sólo entrenándolo y gestionando la monta, sino también garantizando su salud y bienestar. Con la intención de construir un instrumento que permita evaluar la relación entre el jinete y su caballo, Barros Guerrero y Dosil Díaz (2016) se basaron en los postulados de Blake (2007), afirmando que la buena relación entre ambos requiere de una serie de aspectos importantes: (1) Comunicación y empatía por parte del jinete hacia su caballo; (2) Vínculo de confianza mutua entre ambos; (3) Cuidado y adiestramiento del jinete hacia su caballo y (4) Capacidad por parte del jinete para gestionar sus emociones.

La revisión de la literatura ha permitido dilucidar que los caballos poseen un efecto terapéutico. En este sentido, autores como Aranda García et al. (2015), White Lewis et al. (2017) y White Lewis (2020) identificaron en sus investigaciones, realizadas en Estados Unidos, que la interacción entre un caballo y un ser humano capacitado para interactuar con el animal tiene un gran número de consecuencias favorables para la persona, entre las que se destaca el aumento de su bienestar físico, pero principalmente, psicológico.

El bienestar psicológico es entendido como el resultado de la evaluación que cada persona hace acerca de sus expectativas y objetivos alcanzados en la vida. Es el modo en que cada sujeto percibe los logros obtenidos y el nivel de satisfacción, pura y exclusivamente

personal, con lo que hizo, hace o está en condiciones de hacer. El bienestar psicológico se compone de una serie de elementos transitorios y estables, entre los que se destaca la personalidad del sujeto, sus valoraciones y expresiones cognitivas, sus emociones y las características de su contexto medioambiental (Lozano Álvarez & García, 2016). En el estudio del bienestar, Ryff (1989, 2014) consideró que existen dos posturas; una de ellas entiende el bienestar psicológico como centrado en la felicidad y el placer, mientras que la otra, lo vincula con la percepción de sentido y propósito vital.

En términos de bienestar psicológico, un estudio cualitativo exploró el modo en que los jinetes ingleses percibían y entendían el vínculo con su caballo. Los resultados hallados indicaron que la confianza psicofisiológica y la construcción de un vínculo de calidad entre ambos seres, aumenta el rendimiento y el bienestar, no sólo del caballo, sino también de su jinete (Tufton & Jowett, 2021). A los resultados del estudio, se agregaron los de Danby y Grajfoner (2022), quienes estudiaron el modo en que se interconectaban los humanos y los equinos en experiencias de turismo ecuestre en Inglaterra, indicando que dicha interconectividad contribuía a una mejoría mutua del bienestar psicológico. Las conclusiones de la investigación revelaron grandes cambios en la vida de los jinetes a partir del encuentro con otra especie, estar inmersos en paisajes naturales junto con sus binomios equinos contribuyó a que los jinetes experimentaran emociones profundas y beneficios psicológicos positivos. Asimismo, reforzó el vínculo de confianza mutua, empatía y comunicación eficaz con el caballo.

Un artículo en Reino Unido consideró algunas formas en que los jinetes buscan desarrollar relaciones atentas con sus caballos. El autor expresó que el vínculo con el animal va más allá de las actividades conjuntas, sino que requiere que el humano preste atención a su caballo como un ser individual y sensible. En la medida en que éste logra ser compasivo y llevar a cabo una práctica ética con su caballo, estarán dadas las condiciones para que ambos

desarrollen una relación interespecífica que resulte mutuamente gratificante dentro de la actividad ecuestre (Dashper, 2017). Al respecto, Merkies y Franzin (2021) llevaron a cabo un trabajo de revisión bibliográfica en el que detallaron las diversas formas en que los humanos utilizan los caballos: como animal de trabajo, para deportes ecuestres o como animales de compañía. Asimismo, explicaron que en cualquiera de estas actividades resulta de suma importancia comprender el modo en que el caballo percibe e interactúa con el humano, ya que en la medida en que se logre establecer una relación positiva entre ellos, mejorará el bienestar. Sin embargo, dicho bienestar puede verse afectado en forma negativa cuando quienes realizan actividades con caballos no se interesan por reconocer los indicadores conductuales de estados afectivos negativos. En otros términos, cuando el ser humano no es compasivo con el animal.

La Universidad de Pretoria en Sudáfrica, investigó el efecto del modelo de Crecimiento y Aprendizaje Asistido con Equinos (EAGALA) sobre el bienestar psicológico de adolescentes que vivían en una comunidad con pocos recursos. Se observó que los caballos pueden cumplir un rol facilitador de la enseñanza de valores vitales positivos. A la vez, los hallazgos indicaron un aumento del bienestar psicológico luego de mantener interacciones con el animal (Boyce, 2018).

Por su parte, Argentina ha desarrollado un Modelo Integrado de Psicoterapia y Aprendizaje Asistido con Equinos (IPAE), el cual integra diferentes disciplinas como la psicología, la etología, la antrozoología y el bienestar animal (Perrone, 2019). Este modelo considera a los seres vivos como integrados por una serie de niveles de funcionamiento: físico, mental, emocional, relacional y espiritual. Cuando las diferentes especies (como humanos y caballos) interactúan en forma colaborativa, ambos se ven beneficiados en el aumento del bienestar psicológico, lo que otorga valor a las intervenciones asistidas con estos animales. Para ello, resulta imprescindible concebir al caballo como un animal de derecho y

velar por su cuidado y atención, relacionarse con el animal a través de la compasión, padecer con él, ponerse en su lugar y sentir lo que siente (Castro, 2015; Moretti et al., 2020). Cabe destacar que, las actividades con caballos han sido certificadas por profesionales y organismos como una ayuda para lograr mejoras en la compasión de las personas (Hemingway et al., 2015).

Por todo lo hasta aquí mencionado, el presente estudio pretende ser una contribución al campo de conocimiento sobre la relación jinete-caballo, el bienestar psicológico y la compasión animal, teniendo en cuenta que la conceptualización de este último constructo es relativamente reciente y no existen demasiadas investigaciones que lo retomen (López Tello et al., 2021). De todas formas, puede observarse una relación conceptual entre la compasión animal y el vínculo que mantiene el humano con su caballo, por lo que se considera, que el estudio de la compasión animal contribuye a la identificación de los beneficios que se derivan de establecer vínculos positivos con animales. Asimismo, puede resultar una contribución a la investigación en nuestro país, ya que la revisión de la literatura da cuenta de una gran cantidad de estudios realizados en Inglaterra, Reino Unido y Estados Unidos, pero muy pocos en Argentina.

El objetivo general del estudio fue relacionar la compasión animal, la relación jinete-caballo y el bienestar psicológico en personas adultas que tienen caballo/s, mientras que, los objetivos específicos fueron: describir la muestra según variables sociodemográficas; describir la compasión animal, la relación jinete-caballo y el bienestar psicológico de los encuestados y comparar estas variables según los datos sociodemográficos. La hipótesis que se contrastaron son: (1) la relación jinete-caballo se relaciona en forma positiva con el bienestar psicológico positivo y la compasión animal de las personas adultas que poseen caballo/s y (2) existen diferencias en la relación jinete-caballo en función del tiempo que se tiene el animal, siendo mayores los niveles, para quienes tienen el caballo hace más tiempo.

## **Metodología**

### **Diseño**

Se trató de un estudio no experimental con un diseño cuantitativo y un alcance de tipo descriptivo y correlacional. Asimismo, se utilizó una secuencia de tiempo de corte transversal (Hernández Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

### **Participantes**

Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional. Los sujetos de la muestra fueron seleccionados según alguna/s de sus características; no se recurrió a la selección casual, sino que el proceso de selección se llevó a cabo a partir de ciertos criterios racionales y conocimientos previos de la población de estudio por parte del investigador.

El muestreo se llevó a cabo durante el período comprendido entre los meses de mayo y julio del año 2022. La muestra estuvo conformada por N=85 sujetos que tenían caballo/s con edades comprendidas entre 18 y 52 años (M=33.76; DT=9.33; Med=34), de los cuales el 17.6% (n=15) vivían en Ciudad Autónoma de Buenos Aires y el 82.4% (n=70) en Provincia de Buenos Aires. Del total de participantes, el 42.4% (n=36) se identificaba con el género femenino, mientras que, el 57.6 (n=49) se identificaba con el género masculino.

En lo que respecta a la cantidad de caballos, el 42.4% (n=36) tenía un caballo, el 34.1% (n=29) tenía dos caballos, el 17.6% (n=15) tenía tres caballos y el 5.9% (n=5) restante, tenía cuatro caballos o más.

Se le solicitó a aquellos participantes que tenían más de un caballo que piensen en uno de ellos para continuar respondiendo el cuestionario. Con relación al tiempo, el 8.2% (n=7) respondió que tenía ese caballo hacía menos de un año, el 7.1% (n=6) manifestó tenerlo hacia entre uno y dos años, el 43.5% (n=37) lo tenía hacía entre tres y cinco años, el 32.9% (n=28) lo tenía hacía entre seis y diez años, mientras que, el 8.2% (n=7) restante, lo tenía hacía más

de diez años. En cuanto al propósito por el que tenían caballo/s, el 27.1% (n=23) manifestó que tenía caballo/s para montar, el 18.8% (n=16) porque le gustaban los caballos, el 42.4% (n=36) tenía caballo/s para relajarse y/o para fines terapéuticos, el 8.2% (n=7) para competición y el 3.5% (n=3) restante, para entrenamiento (doma).

## **Instrumentos**

**Cuestionario de variables sociodemográficas** compuesto por preguntas relativas a género, edad, si tiene caballo/s propio/s y cuántos, hace cuánto tiempo lo tiene, finalidad de su caballo (para montar, por gusto, para fines terapéuticos/relajación, para fines de lucro, para fines deportivos, para competición, para domar/entrenar), por qué motivo decidió tener un caballo inicialmente o adentrarse en el mundo de los caballos en el caso de que no tenga uno propio (ver anexo II).

**Escala de Bienestar Psicológico [EBP] (Ryff, 1995), en su versión adaptada y traducida al castellano por Lozano Álvarez y García (2016).** La EBP se compone de 20 reactivos con escala de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (0= Totalmente en desacuerdo y 4= Totalmente de acuerdo). El instrumento cuenta con una escala global de bienestar psicológico y dos subescalas:

1. Bienestar positivo: evalúa la percepción positiva que tiene la persona acerca de sí misma, de sus potencialidades y la capacidad para alcanzar metas, del dominio de su entorno y de su vida en general).
2. Bienestar negativo: mide la apreciación negativa que realiza el individuo con respecto a la capacidad de alcanzar objetivos, de vincularse y ser reconocido por los demás.

Para la calificación se suman los puntajes de cada reactivo y se utilizan los siguientes puntos de corte: bienestar positivo (de 0 a 33=bajo; 34 a 49= normal; 50 a 56= alto); bienestar

negativo (de 0 a 9= bajo; 10 a 18= normal; 19 a 24=alto); bienestar psicológico global (de 0 a 44= bajo; de 45 a 67= normal; de 68 a 80= alto). El coeficiente Alpha de Cronbach es de 0.96 para bienestar positivo y 0.82 para bienestar negativo.

**Cuestionario de la Relación entre el Jinete y el Caballo [CRJC] (Barros Guerrero & Dosil Díaz, 2016).** Evalúa cuatro factores de la relación jinete-caballo:

1. Comunicación y empatía: hace referencia a la capacidad del jinete para comunicarse con su caballo de forma suave y calmada, evitando los gritos o tonos severos, manteniendo la calma y evitando el uso brusco de las riendas o fusta. También evalúa la capacidad para mostrarse comprensivo con su caballo cuando se siente mal y no ejecuta en forma satisfactoria los ejercicios, reconociendo su estado físico y psíquico.

2. Vínculo: evalúa la seguridad y la confianza del jinete hacia su caballo, mostrándole que esa confianza puede ser mutua a través de la forma en que se dirige a él. También refiere a los momentos íntimos entre ambos para conectarse mejor y reforzar el vínculo.

3. Cuidados y adiestramiento: refiere al cuidado de la salud del caballo, de sus condiciones de vida, sus horarios de trabajo y el equipamiento que precisa. Contempla tanto el cuidado físico como mental.

4. Gestión emocional: hace referencia al modo en que el jinete muestra su afecto y aprobación al jinete mediante signos táctiles. También evalúa la forma en que lo motiva y anima durante los entrenamientos, está atento a los gestos del caballo para lo que siente y lo que busca comunicar.

Esta escala autoadministrable se compone de 30 ítems con un formato de respuesta de tipo Likert que se puntúa de 1= “completamente en desacuerdo” a 6= “completamente de acuerdo”. Las puntuaciones para cada escala se obtienen mediante la suma de los puntajes de cada ítem, luego de invertir la escala de los ítems 11, 13, 19 y 30. La fiabilidad del

cuestionario es elevada, con un valor de alfa de 0,81. Este cuestionario resulta un instrumento de gran utilidad en la investigación de la relación entre el jinete y el caballo.

**Escala de Compasión hacia los Animales [ECA] (López Tello et al., 2021).** Está diseñada para evaluar la compasión hacia los animales. Es una escala autoadministrable compuesta por 9 reactivos que se responden utilizando un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos: 1= nunca, 2= casi nunca, 3= a veces, 4= casi siempre y 5= siempre. La puntuación global se obtiene a partir de la suma de los puntajes de cada ítem. La ECA es una herramienta con evidencia de validez y confiabilidad adecuada para evaluar compasión hacia los animales (alfa=.93).

### **Procedimiento**

Luego de acceder a la muestra, los participantes fueron convocados en forma presencial o a través de mensaje de WhatsApp e invitados a prestar su colaboración con la investigación. Se les informó acerca del objetivo general del estudio, sin detallar los objetivos específicos ni las hipótesis del mismo. Aquellas personas que se mostraron interesadas en participar debieron aceptar un consentimiento informado en el que se detallaba que su identidad permanecería bajo el anonimato y que los datos brindados serían preservados y confidenciales. Asimismo, se aclaró que no recibirían compensación económica por tratarse de una participación voluntaria y que la información recabada sería utilizada únicamente con fines académicos-científicos.

La administración de los instrumentos se llevó a cabo en forma individual y autoadministrada a través de un formulario impreso o diseñado a través de Google Forms, el cual fue entregado en mano o compartido mediante link a los interesados durante el período comprendido entre junio y julio del año 2022.

## Análisis de Datos

Los datos obtenidos fueron sistematizados con el software IBM-SPSS (Statistical Package For The Social Sciences) versión 26. Se exploró la distribución de cada variable, observándose que podía asumirse anormalidad en cada una de ellas (a través de la prueba Kolmogorov-Smirnov). Se decidió utilizar estadísticos no paramétricos para medir el grado de asociación entre las variables (Rho de Spearman) y analizar las diferencias entre grupos (U de Mann Whitney; H de Kruskal Wallis).

## Resultados

### Estadística Descriptiva

Tabla 1.  
*Descripción de la variable Bienestar Psicológico [EBP].*

		<i>Frecuencia</i>	<i>Porcentaje</i>
Bienestar psicológico [EBP]	Bajo	13	15.3
	Normal	72	84.7
Bienestar psicológico positivo	Bajo	6	7.1
	Normal	43	50.6
	Alto	36	42.4
Bienestar psicológico negativo	Bajo	73	75.9
	Normal	11	12.9
	Alto	1	1.2

Se observaron las siguientes frecuencias y porcentajes de la variable Bienestar Psicológico [EBP] y sus dimensiones. El mayor porcentaje de la muestra registra valores normales de bienestar psicológico (ver tabla 1).

Tabla 2.  
*Descripción de las variables Compasión Animal [ECA] y Relación Jinete-Caballo [CRJC].*

	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Mín.</i>	<i>Máx.</i>
Compasión Animal [ECA]	40.08	5.57	27	45
Comunicación y empatía [CRJC]	43.53	6.24	23	48
Vínculo [CRJC]	45.80	3.20	33	48
Cuidado y adiestramiento [CRJC]	35.45	6.66	18	42
Gestión emocional [CRJC]	35.93	3.63	27	42

Se observaron las siguientes medias, desvíos típicos, puntajes mínimos y máximos en la variable Compasión Animal [ECA] y en las dimensiones de la variable Relación Jinete-Caballo [CRJC] (ver tabla 2).

### Correlaciones

Tabla 3.  
*Correlación entre variables.*

	<i>Compasión Animal [ECA]</i>	<i>Comunicación y empatía [CRJC]</i>	<i>Vínculo [CRJC]</i>	<i>Cuidado y adiestramiento [CRJC]</i>	<i>Gestión emocional [CRJC]</i>	<i>Edad</i>
<i>Bienestar psicológico [EBP]</i>	-0.001	-0.109	-0.056	<b>-.215*</b>	.058	.119
<i>Bienestar psicológico positivo</i>	<b>.271*</b>	.151	<b>.246*</b>	<b>.248*</b>	<b>.438**</b>	.122
<i>Bienestar psicológico negativo</i>	.043	.067	-.125	-.034	-.009	<b>.279**</b>

Se observa una correlación directa entre la compasión animal y el bienestar psicológico positivo, lo que indica que ambas variables aumentan o disminuyen a la par. También se encontraron correlaciones directas entre el bienestar psicológico positivo y las siguientes dimensiones de la relación jinete-caballo: vínculo, cuidado y adiestramiento, gestión emocional. Por último, se observa que a medida que aumenta la edad de los participantes se incrementa el bienestar psicológico negativo (ver tabla 3).

### Diferencias ente Grupos

Tabla 4.  
*Diferencias según finalidad del caballo.*

	<i>Finalidad</i>	<i>Rango prom.</i>	<i>h.</i>	<i>p.</i>
Comunicación y empatía [CRJC]	Para montar	30.43	22.51	.000
	Por gusto	40.44		
	Relajación/terapia	55.72		
	Para competición	35.29		
	Para doma	18.33		
Vínculo [CRJC]	Para montar	33.61	21.60	.000
	Por gusto	39.34		

	Relajación/terapia	55.58		
	Para competición	21.00		
	Para doma	34.83		
Cuidado y adiestramiento [CRJC]	Para montar	27.04	45.40	.000
	Por gusto	35.81		
	Relajación/terapia	62.39		
	Para competición	14.14		
	Para doma	38.33		
Gestión emocional [CRJC]	Para montar	33.13	16.46	.002
	Por gusto	39.84		
	Relajación/terapia	54.90		
	Para competición	25.57		
	Para doma	33.33		
Compasión Animal [ECA]	Para montar	30.78	20.17	.000
	Por gusto	37.09		
	Relajación/terapia	56.22		
	Para competición	35.07		
	Para doma	28.00		

Se observan diferencias estadísticamente significativas según la finalidad del caballo en todas las dimensiones de la variable relación jinete-caballo [CRJC] y en la variable compasión animal [ECA]. Los puntajes son mayores para los sujetos que tienen caballo/s para relajación o con fines terapéuticos (ver tabla 4).

Otras variables incluidas en el cuestionario sociodemográfico no dieron lugar a diferencias estadísticamente significativas.

### **Discusión**

El objetivo principal de este trabajo fue relacionar la compasión animal, la relación jinete-caballo y el bienestar psicológico en personas adultas que tienen caballo/s. Para conseguirlo, se evaluaron dos subescalas de la Escala de Bienestar Psicológico [EBP], cuatro factores del Cuestionario de la Relación entre el Jinete y el Caballo [CRJC] y Escala de Compasión hacia los Animales [ECA]. De esta manera, se evidenció la correlación entre las variables.

Los resultados obtenidos muestran que a medida que aumenta el bienestar psicológico positivo, se incrementa la compasión animal y los factores de la relación jinete-caballo: comunicación y empatía, vínculo, cuidado y adiestramiento y gestión emocional. Asimismo, cuando aumenta la edad de los participantes se incrementa el bienestar psicológico negativo. En este sentido, autores como Dashper (2017), Castro (2015), Merckies y Franzin (2021), Moretti et al. (2020) destacaron la importancia de comprender los modos en que se produce la interacción del humano con el caballo, contemplando que ambos pueden verse beneficiados en el aumento del bienestar psicológico por el hecho de llevar a cabo una interacción en forma colaborativa. Sin embargo, esto sólo es posible en la medida en que el sujeto se relaciona con el animal de un modo compasivo, reconociendo los estados afectivos negativos y promoviendo la práctica ética con su caballo. Por este motivo, la hipótesis respecto de una asociación positiva entre la relación jinete-caballo, la compasión animal y el bienestar psicológico, se confirma, sustentándose en los resultados obtenidos y en las investigaciones previas.

La segunda hipótesis específica consideraba la existencia de diferencias en la relación jinete-caballo en función del tiempo que se tenía el animal, asumiendo que los niveles serían mayores para quienes tenían el caballo hace más tiempo. Los resultados obtenidos no dieron lugar a diferencias con respecto a este dato, pero sí se observaron diferencias en función del propósito o finalidad con la cual las personas tenían caballo/s. En este sentido, quienes tenían uno o varios caballos para relajación o para fines terapéuticos obtenían puntuaciones más elevadas en la compasión animal y en todos los factores de la relación jinete-caballo.

De esta manera, se debe considerar los postulados de diversos autores que han desarrollado teorías al respecto del resultado hallado. Todos ellos han coincidido en destacar que las actividades terapéuticas con caballos contribuyen a producir un incremento en la compasión de las personas (Erdman et al., 2015; Ferruolo, 2016; Hemingway et al., 2015;

Thomas Pino, 2021). Asimismo, Danby y Grajfoner (2022) hicieron hincapié en el vínculo que mantienen el animal y el humano, expresando que la confianza, la empatía y la comunicación eficaz entre ellos se refuerza cuando se interconectan en actividades.

En cuanto a las limitaciones de la presente investigación, cabe resaltar que los instrumentos utilizados no han sido adaptados para población argentina. Sin embargo, se encuentran redactados en idioma castellano, lo que facilita su comprensión y permite que se utilicen en el contexto de nuestro país. Asimismo, se aclara que los resultados no son generalizables a toda la población de sujetos que tienen caballo/s, ya que la muestra corresponde únicamente a personas de Ciudad Autónoma y Provincia de Buenos Aires. Se recomienda tener en cuenta estas limitaciones al momento de llevar a cabo futuros estudios. Asimismo, se sugiere continuar investigando la temática, recurriendo a muestras más amplias y heterogéneas y contemplando nuevos datos sociodemográficos que pudieran llenar el vacío de conocimiento sobre el tema en Argentina. Sería prudente indagar aún más sobre estas variables en el contexto de quienes utilizan los caballos para competición.

A modo de conclusión, cabe destacar que, la relación entre las personas y los caballos mejora el bienestar psicológico de ambos, así como se ha mencionado en las investigaciones destacadas. Llevar a cabo el presente estudio, conlleva plantearse nuevos interrogantes, tal como, si el bienestar que produce la interacción con el caballo puede ser extensible al vínculo con cualquier animal. En apariencia, el contacto con la naturaleza y con los animales, aumenta la experiencia positiva del ser humano que puede incrementar el bienestar psicológico, creando un efecto agradable tanto en la persona como en el animal.

## Bibliografía

- Aranda- García, S., Iricibar, A., Planas, A., Prat- Subirana, J. & Angulo- Barroso, R. (2015). Efectos comparativos del ejercicio con caballos versus programas de ejercicios tradicionales sobre la marcha, la fuerza muscular y el cuerpo equilibrio en adultos mayores sanos. *Revista de Envejecimiento y Actividad Física*, 23(1), 78–89. <https://doi.org/10.1123/JAPA.2012-0326>
- Barros-Guerrero, A., & Dosil, J. (2016). Construcción del cuestionario sobre la relación entre el jinete y el caballo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 29-36. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/264371>
- Blake, H. (2007). *La comunicación con los caballos: como conseguir el mayor rendimiento con tu caballo*. Tutor.
- Bonermann, B., & Singer, T. (2013). A cognitive neuroscience perspective. The resource model of compassion. En T. Singer & M. Bolz (Eds.), *Compassion. Bridging practice and science* (pp. 179-191). Max Planck Institute for Human Cognitive and Brain Sciences.
- Boyce, S. D. (2018). *Efecto del modelo EAGALA en el bienestar psicológico de los adolescentes: un enfoque de métodos mixtos*. Tesis doctoral. Universidad de Pretoria. <http://hdl.handle.net/2263/70500>
- Castro, D. (2015). *El silencio de los caballos*. La Imprenta Ya
- Danby, P. & Grajfoner, D. (2022). Human–Equine Tourism and Nature-Based Solutions: Exploring Psychological Well-Being Through Transformational Experiences. *Journal of Hospitality & Tourism Research*, 46(3), 607-629. <https://doi.org/10.1177%2F1096348020978555>

- Dashper, K. (2017). Listening to Horses. *Society & Animals*, 25(3), 207-224.  
<https://doi.org/10.1163/15685306-12341426>
- Erdman, P., Miller, D. & Jacobson, S. (2015). The impact of an equine facilitated learning program on youth with Autism Spectrum Disorder. *Human-Animal Interaction Bulletin*, 3(2), 21–36. <https://www.apa-hai.org/haib/download-info/autism-spectrum-disorder/>
- Ferruolo, D. M. (2015). Programa psicosocial equino para veteranos. *Trabajo social*, 61(1), 53-60. <https://doi.org/10.1093/sw/swv054>
- Gilbert, P. (2013). The flow of life. An evolutionary model of compassion. En T. Singer & M. Bolz (Eds.), *Compassion. Bridging practice and science* (pp. 127-149). Max Planck Institute for Human Cognitive and Brain Sciences.
- Goetz, J. L., Keltner, D. & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351–374.  
<https://doi.org/10.1037/a0018807>
- Gordon-Watson, M., Lyon, R.R., Montgomery, S., y Waters, A.J. (2012). *Guía práctica del caballo*. LIBSA.
- Hemingway, A., Meek, R., & Hill, C. E. (2015). An Exploration of an Equine-Facilitated Learning Intervention with Young Offenders. *Society and Animals*, 23(6), 544–568.  
<https://doi.org/10.1163/15685306-12341382>
- Hernández Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill.**
- López-Tello, A., & Moreno-Coutiño, A. B. (2019). Escala de Compasión (ECOM) para población mexicana. *Psicología y Salud*, 29(1), 25-32.  
<https://doi.org/10.25009/pys.v29i1.2565>

- López-Tello, A., Mondragón-Gómez, R., & Moreno Coutiño, A. B. (2021). Propiedades psicométricas de una Escala de Compasión Hacia los Animales (ECA). *Psicología Iberoamericana*, 29(2). <https://doi.org/10.48102/pi.v29i2.412>
- Lozano Álvarez, M. & García, B. E. (2016). Escala de Bienestar Psicológico (EBP). En García, B.E., Lozano Álvarez, M. & Díaz Oropeza, I. F. *19 Escalas de Evaluación Psicológica*. Universidad de las Américas. [https://www.researchgate.net/publication/330485262\\_19\\_ESCALAS\\_DE\\_EVALUACION\\_PSICOLOGICA](https://www.researchgate.net/publication/330485262_19_ESCALAS_DE_EVALUACION_PSICOLOGICA)
- Merkies, K. & Franzin, O. (2021). Mayor comprensión de las interacciones caballo-humano para optimizar el bienestar. *Animales*, 11 (5), 1347. <https://doi.org/10.3390/ani11051347>
- Monter, A. (2013). *Viviendo con mis caballos*. Cims.
- Moretti, M., Perrone, M., & Dasein, F. (2020). El bienestar animal en equinos según el modelo IPAE. *Revista Calidad de vida y salud*, 13, 184-194. <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/>
- Odendaal, J. S., & Lehmann, S. M. C. (2000). The role of phenylethylamine during positive human-dog interaction. *Acta Veterinaria Brno*, 69(3),183-188. <http://dx.doi.org/10.2754/avb200069030183>
- Ozawa-de Silva, B. R., Dodson-Lavelle, B., Raison, C. L., Negi, L. T., Silva, B. R. O., & Phil, D. (2012). Compassion and ethics: Scientific and practical approaches to the cultivation of compassion as a foundation for ethical subjectivity and well-being. *Journal of Healthcare, Science and the Humanities*, 2(1), 145-161. [https://www.researchgate.net/publication/228449201\\_Compassion\\_and\\_Ethics\\_Scientific\\_and\\_Practical\\_Approaches\\_to\\_the\\_Cultivation\\_of\\_Compassion\\_as\\_a\\_Foundation\\_for\\_Ethical\\_Subjectivity\\_and\\_Well-Being](https://www.researchgate.net/publication/228449201_Compassion_and_Ethics_Scientific_and_Practical_Approaches_to_the_Cultivation_of_Compassion_as_a_Foundation_for_Ethical_Subjectivity_and_Well-Being)

- Perrone, M. (2019). A Rienda Suelta. *IPAE-Modelo de Psicoterapia y Aprendizaje Asistido con Equinos. Autores Argentinos*.
- Pretty, G., & Bridgeman, D. (2006). Of two minds: Consulting with the horse-and-rider team in dressage, showjumping and polo. *The Sport Psychologists Handbook: A Guide to Sport-Specific Performance Enhancement*, 568-585.  
<https://doi.org/10.1002/9780470713174.ch25>
- Ricard, M. (2017). *En defensa de los animales*. Editorial Kairós.
- Ryff, C. D. (1989). La felicidad lo es todo, ¿o sí? Exploraciones sobre el significado del bienestar psicológico. *Revista de personalidad y psicología social*, 57(6), 1069-1081.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C.D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28.  
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Singer, T., & Klimecki, O. M. (2014). Empathy and compassion. *Current Biology*, 24(18), 875-878. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2014.06.054>
- Thomas-Pino, C. (2021). *Evaluating Human-equine Interactions Through the Lens of Adult Attachment*. Electronic Theses and Dissertations. University of Maine.  
<https://digitalcommons.library.umaine.edu/etd/3519>
- Tufton, L.R. & Jowett, S. (2021). The Elusive “Feel”: Exploring the Quality of the Rider–Horse Relationship. *Anthrozoös*, 34(2), 233-250.  
<https://doi.org/10.1080/08927936.2021.1885145>
- White- Lewis, S. (2020). Equine- assisted therapies using horses as healers: a concept analysis. *Nursing open*, 7(1), 58-67. <https://doi.org/10.1002/nop2.377>
- White- Lewis, S., Russell, C., Johnson, R., Cheng, A.L. & McClain, N. (2017). Estudios de intervención de terapia asistida por caballos dirigidos síntomas físicos en adultos:

una revisión sistemática. *Applied Nursing Research*, 38, 9–21.

<https://doi.org/10.1016/j.apnr.2017.08.002>

Williams, J., & Tabor, G. (2017). El jinete impacta en la equitación. *Ciencia Aplicada del Comportamiento Animal*, 190, 28-42. <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2017.02.019>

## Anexos

### Anexo I. Consentimiento Informado.

Mi nombre es María Victoria Tymoszcuk, soy estudiante de Psicología de la Universidad Abierta Interamericana. En esta oportunidad, solicito la colaboración de personas que tengan o hayan tenido caballo/s en alguna oportunidad para poder realizar mi tesis de grado y obtener el título de Licenciada en Psicología.

Si tiene o tuvo caballo/s en alguna oportunidad le invito a formar parte de mi investigación. Su colaboración es voluntaria y los datos que brinde serán confidenciales y anónimos. Los resultados serán utilizados sólo para fines académicos- científicos. Asimismo, se le informa que en cualquier momento podrá desistir de responder el cuestionario si así lo desea.

Responder la encuesta lleva un tiempo estimado de 10 a 15 minutos. No hay respuestas correctas o incorrectas, lo importante es que responda todas las preguntas. Si tiene alguna inquietud sobre la investigación o desea recibir los resultados de la misma, puede contactarse al siguiente mail: [vicky979@hotmail.com](mailto:vicky979@hotmail.com).

Se agradece su colaboración.

Manifiesto estar de acuerdo y entender los procedimientos de la presente investigación:

- Sí
- No

## Anexo II. Cuestionario Sociodemográfico.

Este cuestionario está dirigido a toda persona poseedora de un caballo. Si usted ha tenido un caballo (aunque ya no lo tenga), por favor, responda cada declaración pensando en ese caballo. Si usted ha tenido más de un caballo, por favor, responda pensando en su caballo predilecto o el que más recuerde. Si elige un caballo del pasado, responda como si viviera actualmente con usted. Al momento de responder, por favor rodee con un círculo la opción que corresponda y tenga presente que no hay respuestas correctas o incorrectas, sino que cada persona responde en función de su propia percepción o experiencia.

1. Lugar de residencia:

- Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- Provincia de Buenos Aires.
- Otro: -----

2. Edad: ----- años.

3. Género:

- Femenino
- Masculino
- No binario

4. ¿Tiene caballo propio?

- Sí
- No

5. ¿Cuántos caballos tiene?

- 1 caballo
- 2 caballos

- 3 caballos
- 4 o más caballos

De aquí en adelante responda sobre uno de sus caballos

6. ¿Hace cuánto tiempo tiene a su caballo?

- Menos de 1 año
- Entre 1 y 2 años
- Entre 3 y 5 años
- Entre 6 y 10 años
- Más de 10 años

7. ¿Con qué propósito o finalidad tiene un caballo? (seleccione solo una opción, la que sea más importante para usted).

- Para montar
- Porque me gustan los caballos
- Para fines terapéuticos o para relajación
- Para fines lucrativos
- Para competición
- Para entrenamiento (doma)
- Otro: -----

### **Anexo III. Cuestionario de la Relación Jinete – Caballo [CRJC]**

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones a las que deberá responder pensando en la relación que usted tiene con su caballo, manifestando su grado de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación. Para poder responder el cuestionario cuenta con una escala

de respuesta que va desde 1= “Completamente en desacuerdo” a 6= “Completamente de acuerdo”, por favor marqué con una X el casillero de respuesta que mejor se ajusta a su percepción o experiencia. Sus respuestas son muy importantes por lo que le pedimos responda con total sinceridad sabiendo que no hay respuestas correctas ni incorrectas y que la información que comparta es estrictamente confidencial. Por favor, no deje enunciados sin contestar; si tiene alguna duda, pregunte con confianza.

	1 Completamente en desacuerdo	2	3	4	5	6 Completamente de acuerdo
1. Cepillo y limpio los cascos del caballo diariamente						
2. Monto al caballo fuera de los horarios de entreno para que ambos nos relajemos						
3. Hablo con el caballo antes de cada entrenamiento						
4. Siento compasión cuando mi caballo no se encuentra bien						
5. Tengo plena confianza en mí caballo						
6. Premio a mi caballo al finalizar cada entrenamiento						
7. Soy la persona responsable de alimentar al caballo						
8. Disfruto de los momentos que paso con mi caballo						
9. Hablo con el caballo siempre que lo monto (excepto durante la competición cuando el reglamento no lo permite)						
10. Siempre me dirijo a mi caballo de forma calmada, amable y relajada						
11. No me preocupa cómo se puede sentir mi caballo a diario						
12. Siempre antepongo la seguridad y salud de mi caballo al éxito deportivo						
13. Manifiesto físicamente mi enfado o rabia sobre el caballo						
14. Me encargo de limpiar el box diariamente						

15. El caballo está contento y tranquilo cuando está conmigo						
16. Suelo hablar con el caballo antes de una competición						
17. Considero que es importante ponerme en la piel del caballo						
18. Mantengo la calma cuando el caballo se descontrola o en situaciones de emergencia						
19. Desprecio y/o castigo al caballo cuando no realiza bien un ejercicio						
20. En ocasiones el caballo me pide que juegue con el						
21. Hablo con el caballo después de una competición						
22. Suelo fijarme en posturas y gestos del caballo para conocerlo y saber lo que transmite						
23. Siento que mi estado de ánimo afecta al caballo						
24. Animo y motivo a mi caballo cuando falla o evita un ejercicio						
25. Se cuáles son los potenciales y limitaciones del caballo						
26. Llevo como mínimo un día a la semana a mi caballo a dar un paseo y que paste hierba						
27. Acostumbro a mi caballo con palabras cortas en el entrenamiento para su comprensión.						
28. Uso el lenguaje corporal y signos táctiles en la comunicación con el caballo						
29. Creo que existe feeling con mi caballo						
30. En alguna ocasión me he desahogado mediante gritos, tonos severos o utilizado bruscamente la fusta o las riendas con el caballo						

#### **Anexo IV. Escala de Bienestar Psicológico [EBP]**

Lea con atención el siguiente cuestionario e indique que tan de acuerdo o en desacuerdo esta con respecto a cada afirmación, en donde 0 es totalmente en desacuerdo y 4

es totalmente de acuerdo. Sus respuestas son muy importantes por lo que le pedimos responda con total sinceridad sabiendo que no hay respuestas correctas ni incorrectas y que la información que comparta es estrictamente confidencial. Por favor, no deje enunciados sin contestar; si tiene alguna duda, pregunte con confianza.

	0 Totalmente en desacuerdo	1	2	3	4 Totalmente de acuerdo
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas					
2. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida					
3. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga					
4. Disfruto haciendo planes para futuro y trabajar para hacerlos realidad					
5. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo					
6. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar					
7. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí					
8. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo					
9. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas					
10. En general siento que soy responsable de la situación en la que vivo					
11. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro					
12. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí					
13. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad					
14. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen					
15. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida					
16. En general, con el tiempo sigo aprendiendo más sobre mí mismo					

17. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza					
18. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo					
19. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona					
20. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento					

### **Anexo V. Escala de Compasión Animal [ECA]**

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones a las que deberá responder utilizando una escala de respuesta que va desde 1= “nunca” a 5= “siempre”, por favor marque con una X el casillero de respuesta que mejor se ajusta a su percepción. Sus respuestas son muy importantes por lo que le pedimos responda con total sinceridad sabiendo que no hay respuestas correctas ni incorrectas y que la información que comparta es estrictamente confidencial. Por favor, no deje enunciados sin contestar; si tiene alguna duda, pregunte con confianza.

	1 Nunca	2 Casi nunca	3 A veces	4 Casi siempre	5 Siempre
1. Me entristece el sufrimiento de los animales					
2. Cuando veo a un animal enfermo siento deseos de ayudarlo					
3. Cuando veo a un animal sufriendo maltrato siento deseos de protegerlo					
4. Cuando veo a un animal abandonado siento muchas ganas de ayudarlo					
5. Siento un gran amor por los animales					
6. Procuo cuidar de los animales					
7. Quisiera que ningún animal sufriera					
8. Si veo a un animal en peligro trato de ayudarlo					
9. Sé que los animales sufren igual que los seres humanos					