



La flexibilización de políticas frente a la presencia de mascotas de apoyo emocional en el entorno laboral para el caso de los trabajadores con problemas de salud mental o sometidos a riesgos psicosociales

Paulina Jiménez García

Universidad Pontificia Bolivariana
Escuela de Derecho y Ciencias Políticas
Derecho
Medellín, Antioquia, Colombia
2024



La flexibilización de políticas frente a la presencia de mascotas de apoyo emocional en el entorno laboral para el caso de los trabajadores con problemas de salud mental o sometidos a riesgos psicosociales

Paulina Jiménez García

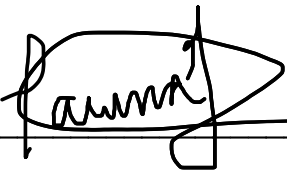
Trabajo de grado presentado para optar al título de abogada

Eddison David Castrillón García, Doctor (PhD) en Derecho Procesal Contemporáneo

Universidad Pontificia Bolivariana
Escuela de Derecho y Ciencias Políticas
Derecho
Medellín, Antioquia, Colombia
2024

Declaración de originalidad

Declaro que este trabajo de grado no ha sido presentado con anterioridad para optar a un título, ya sea en igual forma o con variaciones, en esta o en cualquiera otra universidad. Declaro, así mismo, que he respetado los derechos de autor y he hecho uso correcto de las normas de citación de fuentes, con base en lo dispuesto en las normas de publicación previstas en los reglamentos de la Universidad.



Paulina Jiménez García
C.C. 1.193.232.363

Sumario

Resumen

Introducción

1. Riesgos psicosociales en el entorno laboral y los problemas mentales en los trabajadores en Colombia.
2. Efectos de las mascotas de apoyo emocional sobre la salud mental de los trabajadores.
3. Regulación de la asistencia al trabajo en compañía de mascotas de apoyo emocional en Colombia.

Conclusiones

Referencias Bibliográficas

LA FLEXIBILIZACIÓN DE POLÍTICAS FRENTE A LA PRESENCIA DE MASCOTAS DE APOYO EMOCIONAL EN EL ENTORNO LABORAL PARA EL CASO DE LOS TRABAJADORES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL O SOMETIDOS A RIESGOS PSICOSOCIALES

Resumen

Las mascotas de apoyo emocional en el ambiente laboral permiten generar un espacio más ameno para los empleados que se exponen a riesgos psicosociales, la interacción con animales disminuye los niveles de cortisol (una hormona relacionada con el estrés) y disminuye la presión arterial, adicionalmente genera más productividad, por ello la flexibilización en la regulación de las empresas frente a la presencia de mascotas de apoyo emocional en el entorno laboral sería un aspecto clave para garantizar la salud mental en los trabajadores, la cual es un derecho consagrado en el art 49 de la Constitución Política.

Es importante comprender cómo en Colombia se regula la asistencia específicamente en los perros. Es así como los caninos deben llevar un arnés y un chaleco de identificación según su categoría. Esto se ajusta a las leyes internacionales de identificación canina para acceder algún lugar público, teniendo en cuenta que los perros deben permanecer junto a su dueño.

En el transporte aéreo, se aplicarán las regulaciones nacionales o, en su defecto, las prácticas internacionales relacionadas con el transporte de animales. Por ello es evidente que tanto en legislaciones nacionales como internacionales se han implementado este tipo de acompañamiento como terapia.

El trabajo ocupa una parte importante de la vida de gran parte de las personas, pues el trabajo, como actividad humana libre y productiva desarrollada a favor de otra persona natural o jurídica se lleva a cabo a cambio de remuneración y dicha remuneración cumple una función clave en la satisfacción de necesidades para el

trabajador y su familia. Por lo anterior, el entorno laboral en el cual el trabajador ocupa gran parte de su vida debe ser un entorno seguro.

Palabras Clave: salud mental, seguridad social, mascotas de apoyo emocional, riesgo psicosocial, factor protector.

Introducción

Los problemas que existen a nivel psicológico en los trabajadores son algo que puede tener graves repercusiones para ellos, y los empleadores deben tratarlos con seriedad y compasión. No abordar estos problemas puede provocar daños de tipo físico, social o mental.

En los últimos años ha habido una creciente comprensión sobre la importancia de la salud mental en los trabajadores de las empresas. Los empleados con problemas de salud mental suelen necesitar ayuda adicional de su empleador para poder gestionar su bienestar y sus niveles de rendimiento.

Las mascotas de apoyo emocional son animales que brindan consuelo y alivio a personas que sufren de ansiedad, depresión u otras condiciones de salud mental, las mascotas de apoyo emocional no tienen un entrenamiento formal, pero no significa que no se puedan educar para ciertos entornos como el ambiente laboral.

En la Constitución Política colombiana, específicamente en el artículo 49, se establece el derecho a la salud mental como un derecho fundamental, lo que significa que es un derecho que se tiene que garantizar a todos los ciudadanos, por lo que resulta relevante analizar su alcance en el ámbito laboral, especialmente frente a los trabajadores.

Es así que teniendo en cuenta que la salud mental es un derecho fundamental en Colombia se avanzó sobre este tema con la Resolución 2646 del 2008, en la cual se establece que los empleadores deben evaluar, prevenir y monitorizar a los empleados frente a su exposición a riesgos psicosociales.

Adicionalmente, en el año 2021 fue publicada la norma ISO 45003 sobre la “gestión de la seguridad y salud en el trabajo donde se establece disposiciones para la gestión de los riesgos psicosociales”. En dicha norma se establecen unas herramientas para lograr gestionar dicho riesgo sobre la salud de los trabajadores.

Considerando la importancia del trabajo en la vida de los seres humanos, es preocupante que aún existan deficiencias en la protección de los derechos laborales, especialmente en lo que respecta a la salud y bienestar mental de los trabajadores. Actualmente, alrededor del 60% de la población mundial trabaja, y más de la mitad de estas personas lo hacen de manera informal, sin protección en materia de salud y seguridad social.

Esta situación es particularmente grave en países como Colombia, donde se ha observado un aumento en el trabajo informal. Incluso aquellos trabajadores que cuentan con un contrato laboral a menudo se encuentran descuidados, ya que los empleadores no prestan suficiente atención a la salud mental de sus trabajadores, desconociendo que se trata de un derecho fundamental. Desafortunadamente, una gran parte de los trabajadores sufren de enfermedades mentales, y aquellos que padecen trastornos mentales más graves tienden a ser más discriminados e incluso excluidos. Por lo tanto, es fundamental abordar este problema de manera integral y garantizar que todos los trabajadores, independientemente de su situación laboral, tengan acceso a protección en materia de salud y bienestar mental.

Por ello la OMS recomienda que los empleadores lo hagan mediante la implementación de intervenciones institucionales directamente dirigidas a las condiciones y los entornos de trabajo. Se entiende por intervención institucional la que evalúa y luego mitiga, modifica o elimina los riesgos para la salud mental en el lugar de trabajo. Entre esas intervenciones figuran, por ejemplo, la facilitación de modalidades de trabajo flexibles o la implementación de marcos para hacer frente a la violencia y el acoso en el trabajo. (World Health Organization, 2022)

Los problemas presentados a nivel mental de los empleados son temas que debe ser de obligatorio tratamiento para los empleadores, el no tratamiento de ellas

puede conllevar consecuencias sumamente negativas para los trabajadores a nivel físico, social y psicológico.

Teniendo en consideración lo anterior, el propósito de este artículo es analizar cómo regular la asistencia al trabajo en compañía de mascotas de apoyo emocional para el caso de trabajadores que se exponen a riesgos psico-sociales en su labor. Para lograr este propósito se estudiarán los riesgos psicosociales en el entorno laboral, se estudiarán los problemas mentales en los trabajadores en Colombia, y por último, se analizarán los aspectos a considerar frente a la regulación de la asistencia al trabajo en compañía de mascotas de apoyo emocional para el caso de trabajadores que se exponen a riesgos psico-sociales en su labor. Para lograr este propósito se llevó a cabo una investigación cualitativa, en la cual se realizó análisis de doctrina, jurisprudencia y normatividad desde un enfoque hermenéutico y analítico.

1. Riesgos psicosociales en el entorno laboral y los problemas mentales de los trabajadores en Colombia

En primer lugar, los riesgos psicosociales son aspectos en el entorno laboral que debe ser de obligatorio tratamiento para los empleados, el no tratamiento de ellas puede conllevar consecuencias sumamente negativas a nivel tanto físico y social como psicológico. Los riesgos psicosociales hacen referencia a las cargas excesivas de trabajo, comunicación ineficaz e incluso interacciones difíciles con clientes, pacientes o alumnos, todo lo anteriormente mencionado tendría un gran impacto como depresión, ansiedad, bajo rendimiento y afectación al desarrollo personal.

Por ello es importante velar por el derecho fundamental a la salud mental, es decir, se debe tratar este asunto como una problemática de organización y no como un problema individual o patológico del trabajador. Por otro lado, el encontrar la solución de estas problemáticas permitirá una participación de los trabajadores en

la toma de decisiones y gestiones encaminadas a reducir estos riesgos trayendo consigo beneficios para la salud de los empleados y mayor productividad para las empresas.

Para empezar, es importante distinguir entre los conceptos de riesgo, factor de riesgo y factor de riesgo psicosocial. Al respecto la Resolución 2646 del 2008 indica lo siguiente:

1. Riesgo: la probabilidad de ocurrencia de una enfermedad lesión o daño en un grupo dado
2. el factor de riesgo: es la posible causa o condición que puede ser responsable de la enfermedad lesión o daño y
3. los factores de riesgo psicosociales: son condiciones psicosociales cuya identificación y evaluación muestra efectos negativos en la salud de los trabajadores o en el trabajo. (Ministerio de Protección Social, Resolución 2646 del 2008, artículo 3)

En este orden de ideas, al interior de las empresas se deben identificar los factores de riesgo, así mismo como los factores protectores, esto con el fin de poder establecer acciones de protección de la salud y prevención de la enfermedad de los trabajadores, y para hacerlo es necesario considerar los siguientes aspectos:

- Formas de comunicación, tecnología, categoría de organización del trabajo y requisitos cualitativos y cuantitativos del trabajo.
- El ambiente, la coherencia y la calidad de la comunicación entre compañeros.
- La carga mental requiere el contenido de la tarea. el nivel de responsabilidad, las exigencias emocionales, los roles y los sistemas de control precisos.
- Tensión fisiológica debida a la ocupación, posición corporal, movimiento, transferencia de fuerza y carga.
- Cómo se ve el lugar de trabajo, es decir, la temperatura el ruido la iluminación la ventilación y la vibración.

- Brindarle al trabajador una información detallada sobre las jornadas laborales, las pausas, el tiempo para comer y demás información.
- Reconocer las habilidades de cada trabajador. (Ministerio de protección social, art.6, 2008)

No obstante, si bien es sumamente importante hacer este diagnóstico al nivel interno de la empresa, de la misma manera es relevante analizar también los aspectos externos de la organización y las circunstancias o características personales de los empleados que afectan la salud y el desempeño de las personas en interrelaciones dinámicas a través de la percepción y la experiencia de cada trabajador.

Frente a lo anterior, los empleadores deben evaluar los siguientes aspectos que informan sobre los factores extralaborales de sus trabajadores: en primer lugar, el tiempo de desplazamiento y medio de transporte que utiliza el empleado (de su casa al trabajo, y del trabajo a su casa); en segundo lugar, qué hace en sus tiempos libres ya sea oficios domésticos recreación, deporte, educación o incluso otros trabajos; en tercer lugar, como es su vivienda si es propia o alquilada; en cuarto lugar, si posee servicios de salud; y por último sí cuenta con una red de apoyo social allí hablamos sobre sus familiares, grupos sociales o de salud (Ministerio de protección social, 2008).

Sin embargo, no solamente encontramos esos factores psicosociales inter-laborales y extra-laborales, sino que también existen otros factores individuales que también debe ser identificados por el empleador, pues igualmente deben ser evaluados para establecer un diagnóstico completo sobre los factores de riesgo que interesan aquí.

Es así como resulta muy relevante evaluar también respecto a los trabajadores de la empresa, los siguientes aspectos: en primer lugar, las condiciones de salud del empleador que sean verificados pues por las entidades de salud; en segundo lugar, realizar un análisis psicométricos y clínicos para identificar las características de personalidad y estilos de afrontamiento que lo aplican expertos; y en tercer lugar,

actualizar anualmente la información psico demográfica donde se debe incluir el sexo, la edad, la escolaridad, el cargo, el área de trabajo, la convivencia en pareja y el números de personas a cargo.

En este orden de ideas resulta pertinente que el empleador de manera regular realice encuestas a sus trabajadores, a fin de poder evaluar el estado de sus trabajadores y poder intervenir positivamente sobre su bienestar.

Lo anterior es importante porque el estrés, la ansiedad y la depresión son problemas comunes y graves en el entorno laboral que afectan la salud mental y el bienestar de los empleados. Por lo tanto, los empleadores deben abordar estos problemas de manera proactiva e identificar y mitigar los factores de riesgo que contribuyen a su ocurrencia.

Al realizar evaluaciones periódicas y sistemáticas, los empleadores no solo pueden mejorar la salud mental y el bienestar de sus empleados, sino que también pueden aumentar la productividad y la satisfacción laboral de sus trabajadores, creando un lugar de trabajo más saludable y sostenible a largo plazo.

Alrededor del 45% de los trabajadores enfrentan factores de riesgo que pueden afectar negativamente su salud mental. Además de los problemas psicológicos, el estrés crónico puede provocar enfermedades físicas graves, así como enfermedades cardiovasculares o enfermedades musculoesqueléticas. En síntesis, la prevención de los riesgos psicosociales es muy importante para proteger la salud mental de los empleados y garantizar un ambiente de trabajo saludable y productivo en Colombia.

Los empleadores deben tomar medidas específicas dirigidas a mejorar las condiciones de trabajo y con ello favorecer un medio ambiente que reduzca los problemas de salud mental en el entorno laboral. Estas medidas constituyen intervenciones institucionales que implican evaluar riesgos y tomar medidas para reducir, cambiar o prevenir los riesgos para la salud mental en el lugar de trabajo.

Algunos ejemplos de estas medidas incluyen la promoción del trabajo flexible y el desarrollo de protocolos para afrontar situaciones de violencia y acoso en el lugar de trabajo. También no se puede dejar a un lado el impacto de la salud mental respecto generado cuando no se gestiona de manera eficaz la identificación de estos riesgos, pues a esto se deben una variedad de trastornos relacionados con el estrés, como los trastornos de ansiedad, la depresión e incluso, afectaciones a la salud como la hipertensión secundaria. Estas condiciones afectan la salud física y mental de los empleados, y muchas veces pueden ser producto del constante sometimiento del trabajador a factores de riesgo psicosocial que pudieron gestionarse por parte del empleador. Esto sin mencionar que ciertas enfermedades pueden también asociarse al estrés crónico, tales como las enfermedades cardiovasculares o las úlceras, entre otras.

2. Efectos de las mascotas de apoyo emocional sobre la salud mental de los trabajadores

Las mascotas de apoyo emocional tienen un gran impacto en la salud mental de las personas, pues en muchos casos ayudan a superar problemas psicológicos. La idea de implementar mascotas de apoyo emocional surgió en Estados Unidos, y se está extendiendo por todo el mundo.

Los animales de apoyo emocional brindan compañía a las personas que enfrentan problemas de salud mental, van desde perros y gatos hasta conejos, cerdos y reptiles, no requieren ningún entrenamiento, sino que solo con su presencia dan ese apoyo que les permite sentirse mejor. Por lo tanto, tener uno de estos pequeños animales en casa puede ser una terapia que funciona, siempre y cuando los cuidemos como miembros de la familia y no como objetos, simples adornos o herramientas (Linares, 2019).

Cuando tratamos a los animales de apoyo emocional con amor y las integramos en nuestra vida diaria, la convivencia se convierte en un enfoque terapéutico para

afrontar la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático, especialmente para los veteranos.

En este orden de ideas se puede establecer una serie de beneficios al tener mascotas de apoyo emocional, tales como ayudar a gestionar el tiempo como pasearlo, asearlo, jugar, alimentarlo, etc.; motivar a salir de casa, incentiva a que las personas hagan ejercicio e incluso, reducir el sentimiento de soledad y aislamiento tanto físico como emocional, generando emociones positivas.

Adicionalmente, las personas que conviven con animales suelen ser más felices y esta felicidad genera buena salud. Hay diversos estudios que demuestran lo anterior. Es así como investigadores de la Universidad de Liverpool descubrieron que las personas que tienen mascotas están menos estresadas y son más felices que quienes no las tienen. Además, los dueños de perros son más activos físicamente, lo que contribuye aún más a su salud general. Un estudio realizado por la Universidad de Missouri encontró que acariciar a un perro durante sólo 15 minutos puede liberar hormonas de la felicidad como la oxitocina. Esta hormona está asociada con los vínculos emocionales y la reducción del estrés.

Por lo anterior, contar con mascotas de apoyo emocional en el hogar traen efectos positivos en nuestra salud emocional y el bienestar de la familia. Su compañía, amor incondicional y los beneficios físicos que brindan son buenas razones para considerar agregar una mascota en diferentes contextos, no solo en el familiar, sino también en el laboral.

Por otro lado, la conexión entre humanos y otros animales se ha convertido en un nuevo campo de estudio dentro de la antrozoología. Al respecto la Asociación Americana de Medicina Veterinaria define este concepto como una relación dinámica y de beneficio mutuo que incluye acciones que afectan el bienestar de los humanos y de los animales involucrados. Es así como hoy por hoy es reconocida la terapia asistida con animales como una propuesta de intervención para una variedad de condiciones físicas y mentales, dicha intervención se lleva a cabo a

través de diversas terapias como la Delfino-terapia, la equino-terapia y la terapia con perros (Ventura, Isis y Yergenia, s. f.).

Frente a la terapia con perros, cabe mencionar que, aunque todo tipo de perro es adecuado, hay algunas razas que tienen algunas características que facilitan dicha terapia, tales como la empatía, el equilibrio psicológico y la inteligencia, de acuerdo con esto algunas de esas razas son: golden retriever, chihuahua, labrador retriever, y orkshire terrier, corgi, galgo, pastor alemán, caniche y por último pomerania.

En este orden de ideas, es relevante cómo los perros que cuentan con las anteriores cualidades pueden incidir positivamente en los entornos laborales, mejorando la productividad y beneficiando el ambiente de trabajo. La presencia de mascotas de apoyo emocional puede bajar los niveles de estrés en algunas fábricas y esto cuando hay lugar a sacar breves espacios para interactuar con los perros en la jornada laboral.

Un estudio de caso publicado por el Diario Internacional de Gestión de Salud en el Trabajo se basó en 75 empleados quienes podía asistir a su empresa en compañía de su mascota de apoyo emocional terminó concluyendo que permitir el acceso a mascotas al entorno laboral subía la moral y bajaba el estrés tanto de los empleadores como empleados. Los investigadores compararon los trabajadores que llevaron a sus propias mascotas, los trabajadores que tenían perros, pero los dejaron en casa y el personal que no tenía perros. Luego de más de una semana, los investigadores compararon los niveles de estrés, la satisfacción laboral, el apoyo y el compromiso de los empleados con la empresa y encontraron que el nivel de estrés aumentó significativamente a lo largo del día en los dueños que dejaron a sus perros en casa en comparación con aquellos que los llevaron consigo (Barker, s.f.).

El profesor Randolph Barker, de la Escuela de Negocios de la UCV y líder de este estudio, concluyó que la presencia de perros puede tener un impacto positivo en el entorno laboral. Se destacaron diferencias significativas en la percepción de estrés entre los días en los que los perros estuvieron presentes y ausentes, y en

general, los empleados mostraron una mayor satisfacción laboral en comparación con las normas de la industria. Barker enfatizó en que tener perros en el lugar de trabajo puede mejorar el desempeño y la satisfacción de los empleados, citando comentarios positivos como "las mascotas en el trabajo pueden elevar la moral de los empleados", "la presencia de perros aquí reduce el estrés" y "los perros fomentan la cooperación entre colegas" (Barker, s.f.).

En Colombia se han abordado los factores psicosociales por medio de Resolución 2404 de 2019 del Ministerio del trabajo que establece las herramientas para que las empresas colombianas evalúen los factores de riesgo psicosocial en sus empleados.

En el país hay un aumento significativo en las enfermedades mentales, de hecho, de acuerdo con el Ministerio del Trabajo (2029) las cinco enfermedades más ocurrentes en el sector laboral son:

1. Trastornos de ansiedad (44%)
2. Trastorno depresivo recurrente (15 %)
3. Estrés grave y trastornos de adaptación (12 %)
4. Trastornos mixtos de la conducta y de las emociones (11 %)
5. Episodios depresivos (9 %)

(Ministerio del Trabajo, 2019)

Por lo anterior es importante que el gobierno avance en materia de legislación laboral de tal modo que exista una regulación clara que obligue a las empresas tanto privadas como públicas para que inviertan en la salud mental de sus trabajadores, y así mismo inviertan en capacitaciones y en entrenamiento para aumentar la seguridad en el trabajo, teniendo presente un aspecto clave como lo es disponer de políticas flexibles para permitir terapias con mascotas de apoyo emocional en entornos laborales.

Lo anterior, teniendo en cuenta los beneficios que traen dichas terapias en la salud de los trabajadores, especialmente aquellos que tienen problemas de salud mental, pero también aquellos que se someten a riesgos psicosociales.

Es así como es relevante profundizar en dichos beneficios con ocasión de las mencionadas terapias y esto partiendo de la base de que dichas terapias con mascotas de apoyo emocional permiten el alivio del estrés, la ansiedad y la depresión.

Para este tipo de enfermedades (estrés, ansiedad y depresión) hay dos tipos de tratamientos, el primero es la psicoterapia que es conocida también como terapia psicológica, donde el paciente abordado, permitiéndole hablar y llegar a estrategias de afrontamiento a través de la introspección. Algo muy importante en resaltar es que la psicoterapia implica tanto esfuerzo personal como emocional, donde un tratamiento puede durar de 6 meses a 1 año.

Por otro lado, encontramos la medicación, la cual se da en casos más graves donde la enfermedad debe ser evaluada por un profesional en salud mental. Aquí hay que tener en cuenta que ser muy riguroso respecto a los medicamentos es muy importante para llevar a cabo el tratamiento para la depresión y por ello es necesario sacar momentos en el horario laboral para la toma de estos, pero también es importante tener en cuenta que muchos de estos medicamentos tienen efectos secundarios como náuseas, aumento de peso o problemas de sueño e incluso dificultad para concentrarse (Clínica Mayo, 2023)

Es por lo anterior, por lo que en los últimos años se ha incorporado el tratamiento de enfermedades como el estrés, la ansiedad y la depresión con terapias con mascotas de apoyo emocional, dando muy buenos resultados. No es fortuito que las personas que conviven con animales suelen ser más felices y esta felicidad genera buena salud, las personas que tienen mascotas están menos estresadas y son más felices que quienes no las tienen. Además de esto, los dueños de perros suelen ser más activos físicamente, lo que contribuye aún más a su salud en general.

3. Regulación de la asistencia al trabajo en compañía de mascotas de apoyo emocional en Colombia

En Colombia, las regulaciones sobre llevar mascotas de apoyo emocional al trabajo no son claras. Adicionalmente, no existe normatividad que impliquen que en el ambiente de trabajo de un empleado se pueda acomodar a su animal de apoyo emocional. Sin embargo, esto desconoce que tener una mascota de apoyo emocional puede tener un impacto positivo en la salud mental de los trabajadores, ya que la presencia de una mascota de apoyo emocional mejora la ansiedad y la depresión.

La salud mental, es un derecho consagrado en el artículo 49 de la Constitución Política y por tanto se puede garantizar mediante la tutela. La Ley 1616 de 2013 le reconoció su carácter de derecho fundamental y reiteró que la salud mental es un asunto “de interés y prioridad nacional para la República de Colombia, donde se estableció que es un tema prioritario de salud pública, es un bien de interés público y es componente esencial del bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de colombianos y colombianas” (Congreso de Colombia, Ley 1616 de 2013). Adicionalmente, en el artículo 4 de la misma ley se determinó la garantía frente a dicho derecho a cargo del Estado y a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud:

El Estado debe garantizar a los colombianos la promoción de la salud mental y la prevención del trastorno mental, así como la atención integral que incluye diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los trastornos mentales. Por otro lado, en el artículo sexto se determinó, entre otros, el de recibir atención integral, integrada y humanizada, además de los servicios especializados e interdisciplinarios y los tratamientos con la mejor evidencia científica de acuerdo con los avances científicos en salud mental. Por ello es una obligación tomar estrategias como lo indica en el artículo noveno estableció la obligación de las Administradoras de Riesgos Laborales de generar estrategias, programas, acciones o servicios de promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental, así como la de monitorear permanentemente la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo para

proteger la salud mental de los trabajadores. (Congreso de Colombia, Ley 1616 de 2013, artículo 4).

En este orden de ideas, para establecer las condiciones para establecer unos lineamientos claros para que un trabajador pueda ingresar a su trabajo en compañía de su mascota de apoyo emocional, se puede partir de lo hasta ahora legislado.

En Primer lugar, el decreto 1660 de 2003 describe algunos de los requisitos que deben cumplir los perros guía en Colombia. Cumplir con estos estrictos requisitos para los perros de servicio es una medida importante para garantizar la salud, el bienestar y la seguridad de todos los involucrados. Las regulaciones actuales y las obligaciones de certificación para los usuarios o propietarios ayudan a crear un entorno seguro para el uso de estos animales en beneficio de las personas con discapacidad.

De acuerdo con la mencionada norma, los perros de asistencia son aquellos ejemplares cuyos usuarios acrediten que estos han sido adiestrados en centros nacionales o internacionales por personal calificado, que pertenezcan o sean homologados por la Asociación Colombiana de Zooterapia y actividades afines o por la entidad que el Instituto Colombiano Agropecuario, ICA, o quien haga sus veces, autorice.

Dichos perros de asistencia deben tener un carné, el cual debe ser expedido por las mencionadas asociaciones y deben contener: (i) la foto del ejemplar, (ii) el nombre y la raza a que pertenece, (iii) el nombre e identificación del usuario o propietario del animal (iv) la fecha de expedición y expiración (v) la vigencia de las vacunas y el centro de capacitación. En todo caso, el usuario o propietario, deberá estar en condiciones de acreditar que el animal cumple con los requisitos sanitarios correspondientes y que no padece ninguna enfermedad transmisible a los humanos, entendiéndose por tales las incluidas en el cuadro de antropozoonosis vigente en cada momento. Adicionalmente, el perro de asistencia deberá estar vacunado contra la rabia, con tratamiento periódico de equinocosis, exento de parásitos externos, y

haber dado resultado negativo a las pruebas de leishmaniasis, leptospirosis y brucelosis (Decreto 1660 de 2003, artículo 31)

En segundo lugar, el Decreto 1660 de 2003 establece las condiciones generales para el uso de perros de asistencia en Colombia. Es así cómo de acuerdo con la mencionada norma los perros de asistencia deben llevar arnés y collar acorde a su categoría, según estándares internacionales. Adicionalmente, cuando el usuario o propietario se va a desplazar en vehículos de servicio público, el proveedor del servicio puede exigir que el perro de servicio use un bozal.

Es importante resaltar que actualmente existen distintivos especiales para el perro de servicio. Es así como los perros deben usar una chaqueta verde cuando están en su entrenamiento como perro de servicio y una vez que el animal está entrenado y acostumbrado a los humanos, viste un chaleco rojo (Decreto 1660 de 2003, artículo 32).

Frente a la responsabilidad por actos causados por el perro de servicio cabe mencionar que el usuario del perro de asistencia es responsable del correcto comportamiento del perro, así como de cualquier daño que cause a terceros. Además, debes tener una identificación de mascota válida (Decreto 1660 de 2003, artículo 32).

De acuerdo con lo anterior, es claro que existe normatividad en Colombia relacionada con el acompañamiento de perros de servicio, de ahí que sea pertinente seguir avanzando en la regulación frente a otros tipos de perros y animales en general, tal como lo sería el caso de las mascotas de apoyo emocional.

Particularmente, las mascotas de apoyo emocional en el lugar de trabajo ha sido un tema de relevancia internacional, pues se reconoce que tiene un impacto significativo en la salud mental y el bienestar de los empleados. Si bien, tal como anteriormente se planteó, a nivel nacional, la legislación colombiana aún no regula claramente la presencia de mascotas en el lugar de trabajo, sin embargo, dada la importancia de este tema, es importante considerar leyes internacionales que

regulen de manera más específica la inclusión de mascotas de apoyo emocional en el lugar de trabajo.

El análisis de la legislación internacional permitirá garantizar mejor un ambiente de trabajo saludable y equilibrado que promueva el bienestar de los empleados y fomente una cultura laboral más inclusiva que comprenda las necesidades emocionales de las personas y se beneficie de los enfoques más progresistas.

Lo anterior da lugar a revisar lo que sucede al respecto en otros países:

En Estados Unidos las mascotas de apoyo emocional tienen un marco legal más claro. Se permite su acceso en lugares públicos y viviendas bajo ciertas condiciones. Los propietarios deben obtener cartas de profesionales de la salud mental que respalden la necesidad del animal. Según el Título II y el Título III de la ley de *Americans with Disabilities Act* (ADA, por sus siglas en inglés) se establece que:

... un animal de apoyo emocional es cualquier animal que brinda apoyo emocional para aliviar uno o más síntomas o efectos de la discapacidad de una persona. Los animales de apoyo emocional brindan compañía, alivian la soledad y, en ocasiones, ayudan con la depresión, la ansiedad y ciertas fobias, pero no tienen un entrenamiento especial para realizar tareas que ayuden a las personas con discapacidad. Los animales de apoyo emocional no se limitan a los perros. (Rincón, s. f.)

También en Estados Unidos se establecieron normas generales que se adaptan dependiendo en el Estado en el cual se encuentre la persona, de ahí que surjan una serie de obligaciones respecto de la tenencia de animales de apoyo emocional, tal como se analiza a continuación:

La mascota de apoyo emocional debe tener una identificación adecuada. Esto se puede realizar a través de un collar con una etiqueta identificativa con el nombre del propietario y número de contacto. Se implanta un microchip en la espalda del animal. Este mecanismo te permite identificar y localizar a tu mascota si la pierdes. Esta es una de las condiciones imprescindibles para tener una mascota.

Se debe asegurar que la mascota cuente con sus vacunas. Algunas ciudades y Estados pueden tener requisitos específicos de vacunación. Las vacunas comunes en los diferentes Estados de EEUU incluyen las de la rabia, parvovirus, moquillo, entre otras.

Cabe destacar que las personas con discapacidades psiquiátricas en Estados Unidos pueden beneficiarse de exenciones en normas federales de vivienda y viajes al poseer un animal de apoyo emocional. Para ello se debe cumplir con la definición federal de discapacidad y demostrar que el animal alivia los síntomas son requisitos clave. Además, de presentar una carta respaldada por un proveedor de atención médica (médico o psiquiatra) certificado que respalde la necesidad del animal de compañía y de su apoyo emocional para la salud mental.

Otro de los requisitos para tener un animal de compañía es contar con una “carta de animal de apoyo emocional”. Esto es un documento que califica a las personas para estar acompañadas por un animal de apoyo en contextos en los que es posible que no se permitan mascotas, como por ejemplo en viviendas de alquiler. La carta ESA debe ser emitida por un psicólogo, psiquiatra, profesional de salud mental calificado o médico.

En **Reino Unido** se reconoce a los perros de apoyo emocional. Sin embargo, la certificación y los derechos varían según la región. La Ley de la Capacidad Animal de Sentimiento establece que los animales son seres sintientes, lo que significa que pueden experimentar emociones como el dolor y la alegría.

En **Reino Unido** los animales de apoyo emocional son aquellos que ayudan a pacientes con trastornos psicológicos, como ansiedad, depresión, estrés postraumático y autismo. A diferencia de los perros de asistencia, los animales de apoyo emocional no requieren entrenamiento específico ni certificación oficial, es decir, no es obligatorio registrar al animal.

En síntesis, las legislaciones internacionales pueden arrojar luces para tratar este tema, ya que permite conocer hacia dónde van las tendencias actuales en materia

regulatoria frente a las mascotas de apoyo emocional. Un ejercicio similar daría lugar a comprender los factores psicosociales del trabajo, así como identificar y valorar las condiciones de trabajo que pueden incidir en las personas trabajadoras. Aunque en Colombia hay muchos vacíos al respecto y no se ha tratado mucho el tema, cabe destacar un avance significativo que seguramente en unos años permitirá garantizar el derecho a la salud mental en trabajadores que implica el tratamiento con mascotas de apoyo emocional y que llevado a otros escenarios como el ámbito laboral puede disminuir el índice de enfermedades como ansiedad y depresión con efectos positivos en el ambiente laboral y en la salud mental de los trabajadores, no solamente aquellos que tienen enfermedades mentales, sino también aquellos que en su entorno laboral se exponen a riesgos psicosociales.

Conclusiones

Lo expuesto a lo largo del trabajo permite evidenciar varias conclusiones:

El estrés, la ansiedad y la depresión son problemas comunes y graves en el entorno laboral que afectan la salud mental y el bienestar de los empleados. Por lo tanto, los empleadores deben abordar estos problemas de manera proactiva e identificar y mitigar los factores de riesgo que contribuyen a su ocurrencia. Al realizar evaluaciones periódicas y sistemáticas, los empleadores no solo pueden mejorar la salud mental y el bienestar de sus empleados, sino que también pueden aumentar la productividad y la satisfacción laboral, creando un lugar de trabajo más saludable y sostenible a largo plazo.

La interacción con mascotas de apoyo emocional genera efectos positivos en la salud mental. Su compañía, amor incondicional y los beneficios físicos que brindan son buenas razones para considerar la regulación de flexibilización de políticas para implementar el acceso de mascotas de apoyo emocional a trabajadores con problemas de salud mental y trabajadores que se someten a riesgos

sicosociales, por ello es fundamental considerar la normatividad existente y adaptarla a las necesidades específicas de cada organización.

Por lo tanto, es importante dejar a un lado políticas tan rigurosas y establecer una normativa clara que defina los términos y condiciones para el acceso de mascotas de apoyo emocional en el lugar de trabajo, así como con el apoyo de profesionales en diversos campos tanto a nivel ocupacional como de salud mental, fomentando el esfuerzo de equipos interdisciplinarios para prevenir los riesgos psicosociales que desencadenan grandes problemas tanto de rendimiento como afectación a nivel personal. Por eso sería sumamente novedoso garantizar la salud mental de los trabajadores con la flexibilización de la compañía de mascotas de apoyo emocional en el trabajo.

La flexibilización de leyes para promover la presencia de animales de apoyo emocional es importante porque la interacción con dichos animales es eficaz para reducir el estrés, la ansiedad y la depresión y pueden mejorar la salud mental de los empleados.

La implementación de una regulación clara al respecto promoverá un ambiente de trabajo inclusivo donde se reconozcan las necesidades individuales de los empleados. Esto puede reducir el estigma asociado con los problemas de salud mental y crear una cultura de apoyo y empatía en el lugar de trabajo. Por otro lado, las políticas en las empresas que permitan la presencia de animales de apoyo emocional pueden tener beneficios para la productividad y la retención de talentos. Como se mencionó, los empleados que tienen mascotas en el trabajo son más eficaces y están satisfechos con su trabajo, lo que genera mayor productividad para las empresas.

Referencias

BBC News Mundo. (2012). Llevar perros al trabajo «reduce el estrés» de los empleados. *BBC News Mundo*.

https://www.bbc.com/mundo/noticias/2012/04/120331_salud_llevar_perros_tra_bajo_reduce_estres_jrg

CIDOB (2019). *Conflicto en Colombia: antecedentes históricos y actores*. https://www.cidob.org/publicaciones/documentacion/dossiers/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/conflicto_en_colombia_antecedentes_historicos_y_actores

Clínica Mayo (2023). *Psicoterapia*. <https://www.mayoclinic.org/es/tests-procedures/psychotherapy/about/pac-20384616>

Consejo de Estado (2020). *Tutela de fondo – revoca y ampara el derecho fundamental a la salud mental*. <https://consejodeestado.gov.co/wp-content/uploads/2022/TuteMasc.pdf>

EL PAÍS (2021). *El Reino Unido reconocerá legalmente que los animales tienen sentimientos*. Ediciones EL PAÍS S.L. <https://elpais.com/clima-y-medio-ambiente/2021-05-15/el-reino-unido-reconocera-legalmente-que-los-animales-tienen-sentimientos.html>

El País, R. E. (2023). *Estos son los aspectos que debe conocer y aprender sobre las mascotas de apoyo emocional*. Noticias de Cali, Valle y Colombia - Periodico: Diario el País. <https://www.elpais.com.co/salud/estos-son-los-aspectos-que-debe-conocer-y-aprender-sobre-las-mascotas-de-apoyo-emocional-1605.html>

Escuela de Veterinaria (2022). *Qué tan efectiva es la terapia con animales - Escuela de Postgrado de Veterinaria*. <https://postgradoveterinaria.com/terapias-animales-tipos-beneficios/>

Ministerio de la Protección Social. (s. f.). *Resolución 2646 de 2008* <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>

Moreira, C. (2022). *Animales de apoyo emocional - Qué son y cómo viajar con ellos*. <https://www.expertoanimal.com/animales-de-apoyo-emocional-que-son-y-como-viajar-con-ellos-26338.html>

- Orduz, M. C. (2021). *¿Qué es un animal de apoyo emocional?* El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/vida/mascotas/que-es-un-animad-de-apoyo-emocional-562984>
- Rincón, CR (2024). *Requisitos para tener un animal de compañía en Estados Unidos*. La Red Hispana. <https://laredhispana.org/salud/salud-mental/requisitos-para-tener-un-animad-de-compania>
- Valencia, M. C. (2023). *Mascotas: ¿cómo obtener el certificado de soporte emocional en Colombia?* El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/vida/mascotas/como-certificar-a-una-mascota-de-soporte-emocional-en-colombia-775998>
- Valencia, M. C. (2023). *Mascotas: ¿cómo obtener el certificado de soporte emocional en Colombia?* El Tiempo. <https://www.eltiempo.com/amp/vida/mascotas/como-certificar-a-una-mascota-de-soporte-emocional-en-colombia-775998>
- Ventura, P. S., Isis, G. W. y Yergenia, M. G. (s. f.). *Terapia asistida con animales como fuente de recurso en el tratamiento rehabilitador*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192009000600015