



## ONE HEALTH



### ¿Qué es *One Welfare*?

Delia Saleno

**E**l marco *One Welfare* (“un solo bienestar”) fue pensado, desarrollado y promovido principalmente por la veterinaria Rebeca García Pinillos, fundadora y directora de la organización sin ánimo de lucro *One Welfare CIC*, quien ha trabajado en la difusión e implementación de este enfoque a nivel mundial, integrando el bienestar animal, humano y ambiental como un marco interdisciplinar para mejorar la salud y el bienestar global.

Esta idea conceptual nace como un complemento al término *One Health* (“una sola salud”) más enfocado a la salud en término más estricto, y sobre todo en sus inicios, a la lucha conjunta de médicos y veterinarios contra las zoonosis y la resistencia antimicrobiana, llamando la atención sobre el bienestar como fuente de salud y buscando soluciones integradas y sostenibles para los desafíos globales.

Los objetivos globales clave son la mejora de la convivencia humano-animal, la reducción del sufrimiento humano, sobre todo el abuso de personas vulnerables, la seguridad alimentaria y la mejora de la producción ganadera a través de reducir el estrés en los animales (mejorando la productividad y reduciendo el uso de antimicrobianos, a la vez) mediante altos estándares de bienestar animal y los animales centinelas que juegan un papel clave como indicado-

res tempranos de riesgos para la salud y el bienestar tanto humanos como ambientales.

Al estar estrechamente vinculados las personas y su entorno, los animales pueden reflejar problemas de salud, negligencia o abuso a personas en riesgo, de desequilibrios ambientales que afectan a comunidades humanas, estableciendo redes de alerta y protección conjunta. Así, los animales centinela son un componente esencial en la integración de bienestar animal, humano y ambiental que promueve *One Welfare*, facilitando intervenciones multidisciplinarias para mejorar la salud y calidad de vida de todos los involucrados y poder actuar en fases tempranas para evitar daños mayores.

Este concepto se debe ver como una herramienta en la que los datos de salud y bienestar animal pueden tener un significado importante en las políticas públicas sanitarias, alimentarias, sociales y sociosanitarias, que contribuye a una mejor toma de decisión, a mejorar la atención a las personas vulnerables y a aumentar la eficiencia de las acciones por una intervención mucho más temprana.

Pero, para ello es imprescindible primero conocer su importancia y luego, trabajar para mejorar la comunicación, la coordinación y la colaboración de los diferentes actores implicados, poniendo de manifiesto



la necesidad de inclusión de estos conceptos en el trabajo de muchos profesionales: médicos, veterinarios, enfermeros, asistentes sociales, psicólogos, sociólogos, ambientalistas, profesionales de ganadería, entre otros, y diseñar estrategias globales con una visión de 360°.

Si nos referimos al caso particular de los animales de compañía, estas juegan un papel clave en el contexto de *One Welfare* al contribuir significativamente al bienestar humano por el vínculo estrecho que existe en la convivencia, especialmente en personas aisladas o vulnerables, influyendo positivamente en el bienestar emocional de las personas y de las comunidades de varias formas:

- Reducen el estrés y la ansiedad al disminuir los niveles de cortisol y al bajar la presión arterial. De este modo, fomentan la recuperación emocional tras situaciones adversas, ayudando a las personas a sobrellevar traumas y dificultades mediante su amor incondicional y compañía constante. Acariciar o jugar con una mascota genera calma y seguridad.
- Ofrecen compañía y apoyo emocional incondicional, lo que es especialmente valioso para personas solas o en situaciones difíciles, ayudando a sobrellevar la depresión, la soledad o pérdidas.

- Mejoran el estado de ánimo al liberar endorfinas, neurotransmisores que promueven la sensación de bienestar y felicidad.
- Promueven rutinas y responsabilidades que ayudan a mantener la atención y el enfoque en el presente, lo que contribuye a la estabilidad emocional y a la capacidad de adaptación ante desafíos.
- Fomentan la actividad física, por ejemplo, al motivar a pasear al perro, lo que también contribuye a mejorar la salud mental y a un envejecimiento más activo.
- Promueven la interacción social, la empatía y reducen la sensación de aislamiento, facilitando la conexión con otras personas, mejorando la cohesión social y el apoyo mutuo dentro de la comunidad, aspectos especialmente importantes en las personas mayores.
- En terapias asistidas realizadas por profesionales, los animales ayudan a mejorar la concentración, la autoestima y la motivación, beneficiando a personas con enfermedades crónicas o trastornos emocionales.

En conjunto, la relación con animales de compañía aporta beneficios terapéuticos, fisiológicos y psico-



sociales que mejoran la salud mental, física y emocional de las personas, y a la vez, actúa como un recurso social que potencia la resiliencia comunitaria, ayudando a las personas a adaptarse y prosperar frente a adversidades.

Pero, los desafíos para integrar *One Welfare* y *One Health* en los sistemas de salud y sociosanitarios existentes son múltiples y requieren una transformación profunda que debe eliminar la fragmentación institucional y sectorial para integrar efectivamente la salud humana, animal y ambiental, facilitando la comunicación, colaboración y coordinación multisectorial. Además, los profesionales de diferentes sectores necesitan capacitación específica para entender y aplicar estos conceptos, superar barreras culturales y de comunicación entre disciplinas y, si lugar a duda, recursos económicos e infraestructuras para implementar políticas más integradas y fomentar la generación de conocimiento e innovación transversal.

Por supuesto, que esto no se puede conseguir sin un apoyo institucional, sin consensos, sin implicación para modificar prácticas arraigadas y paradigmas tradicionales, y por supuesto, sin una orientación ética hacia una cultura de salud global y más enfocada a la prevención. Es un proceso lento, pero imprescindible para crear un sistema más sostenible, integrador y mucho más eficiente.

## Bibliografía

1. [onewelfareworld.org](https://onewelfareworld.org)
2. Galindo, F., Tadich, T., & Marchant, J. (2024). La ciencia del bienestar animal en la agenda Una Salud-Un Bienestar: soluciones locales para retos globales. *Revue Scientifique Et Technique de L OIE, Special Edition*, 129-140. <https://doi.org/10.20506/rst.se.3567>
3. Pinillos, R. G. (2018). *One welfare: A Framework to Improve Animal Welfare and Human Well-being*. CABI. ISBN: 9781786393845
4. Pinillos, R. G., Appleby, M. C., Manteca, X., Scott-Park, F., Smith, C., & Velarde, A. (2016). *One Welfare – a platform for improving human and animal welfare*. *Veterinary Record*, 179(16), 412-413. <https://doi.org/10.1136/vr.i5470>
5. Vega Garcia S. (2023, 25 julio). *One welfare, una salud y un bienestar para todos*. *The Global Sentinel*. <https://theglobalsentinel.org/hablando-one-world-one-health/one-welfare-una-salud-y-un-bienestar-para-todos/>

Presidenta del Grupo de Trabajo One Health  
de CEOE

[delia@veterinarisondureta.es](mailto:delia@veterinarisondureta.es)