

¿Tu perro sabe que estás triste?

05/10/2026

¿Tu perro sabe que estás triste?

Rosario Peiró

Bienestar emocional humano y animal

www.nevadosiempresonrie.com

Hay días en los que no hace falta decir nada. Quizá estás triste, preocupada o simplemente más cansada de lo

habitual. No has explicado lo que te ocurre y, sin embargo, tu perro parece saber que algo ha cambiado.

Se acerca más, te observa o apoya su cuerpo junto al tuyo. Tal vez busca tu mano, se tumba a tus pies o permanece cerca durante más tiempo. Quienes convivimos con perros hemos vivido situaciones así y es fácil hacerse una pregunta: ¿realmente saben cómo nos sentimos?

Durante muchos años yo no necesité preguntármelo. Nevado tenía una sensibilidad extraordinaria para percibir cómo estaba. Si me encontraba triste o preocupada, venía despacito hacia mí, apoyaba su cabeza y se acurrucaba a mi lado en el sofá o en la cama.

Me miraba, me lamía y me daba calor. Si lloraba, llegaba a lamerme las lágrimas y, algunas veces, hacía un pequeño ruido que yo reconocía como preocupación. Yo encontraba en él contención, compañía y un amor inmenso.

Pero ¿qué sabemos realmente sobre esta capacidad de los perros?

Nos miran, nos escuchan y también nos huelen

Para comprendernos, los perros disponen de mucha más información de la que a veces imaginamos. Perciben nuestro rostro, la postura corporal, los movimientos y el tono de voz. Además, después de años de convivencia, conocen nuestras rutinas y pueden advertir pequeños cambios en nuestra manera de comportarnos.

En 2016, un equipo encabezado por Natalia Albuquerque, investigadora vinculada a las universidades de Lincoln y São Paulo, quiso comprobar si los perros podían reconocer información emocional combinando diferentes señales. Los resultados mostraron que podían relacionar expresiones faciales y vocalizaciones para diferenciar emociones positivas y negativas.

La neurociencia también está ayudándonos a comprender qué ocurre en su cerebro. En 2014, el equipo de Attila Andics, de la Universidad Eötvös Loránd de Hungría, estudió mediante resonancia magnética funcional cómo procesaban perros y humanos diferentes sonidos y voces. Los investigadores identificaron en el cerebro canino regiones sensibles a las voces y comprobaron que determinadas áreas respondían también a su contenido emocional.

Las investigaciones más recientes siguen profundizando en esta capacidad. En 2026, un estudio con perros despiertos utilizó resonancia magnética funcional para investigar cómo respondía su cerebro ante diferentes expresiones humanas. Los resultados encontraron patrones cerebrales distintos ante algunas de ellas,

aportando nuevas evidencias sobre el procesamiento de información emocional humana.

Esto no significa que un perro piense «mi persona está triste» utilizando nuestro mismo concepto de tristeza. Sí sabemos que puede detectar y diferenciar numerosas señales relacionadas con nuestro estado emocional.

Y todavía dispone de otra fuente extraordinaria de información: su olfato.

En 2022, investigadores de Queen's University Belfast y Newcastle University quisieron averiguar si el estrés psicológico humano producía cambios en nuestro olor que los perros pudieran detectar. Compararon muestras de aliento y sudor tomadas antes y después de una tarea estresante y comprobaron que los perros podían diferenciarlas.

Cuando estamos profundamente sintonizados

La investigación también estudia la posible sincronización fisiológica entre perros y personas.

En 2019, investigadores de la Universidad de Linköping, en Suecia, quisieron conocer si los niveles de estrés mantenido de los perros podían estar relacionados con los de las personas con las que convivían. Analizaron el cortisol presente en el pelo de 58 parejas de perros y personas y encontraron una sincronización de sus niveles de estrés a largo plazo.

Esto no significa que todos los perros reproduzcan automáticamente nuestras emociones. Influyen el temperamento, las experiencias, el entorno y las características de cada relación. Sin embargo, estos resultados nos permiten comprender mejor hasta qué punto podemos influirnos mutuamente.

Con Nevado yo lo sentía constantemente. No era solamente lo que hacía cuando me veía llorar, sino una forma de acompañarme presente en nuestra vida cotidiana. Sabía acercarse, permanecer a mi lado y darme esa sensación de calor, contención y apoyo que necesitaba.

Incluso había momentos en los que yo sentía que su cuerpo reflejaba el mío. Nevado padecía enteritis crónica y, cuando yo me encontraba físicamente peor, algunas veces él también parecía estar más decaído.

Mucho más que interpretar una expresión

Quizá la próxima vez que estés triste puedas observar qué hace tu perro. Puede buscar contacto, permanecer cerca o mirarte de una manera diferente. También puede

reaccionar de forma mucho más sutil.

Cada perro es distinto y no acercarse cuando lloramos no significa que nos quiera menos. Lo que sí sabemos es que disponen de numerosas vías para percibir nuestros cambios: pueden mirarnos, escucharnos, olernos y aprender de miles de experiencias compartidas.

La investigación nos ayuda a comprender algunos de los mecanismos que hacen posible esa conexión. Pero un

vínculo no cabe entero en una resonancia magnética ni en una medición de cortisol.

Nevado me ha enseñado muchas cosas sobre las emociones sin necesidad de una sola palabra. Y también me ha enseñado algo que sigo sintiendo: cuando dos seres están profundamente unidos, a veces no hace falta explicar cómo estamos. El otro ha empezado a escucharnos mucho antes de que digamos nada.