



Idosos e animais: uma relação de pelos, rugas e carinho

[Artigo 3, páginas de 46 a 59]



Vera Metzner

Psicóloga graduada pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP). Realizou o curso de Aprimoramento em Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto pelo Instituto 4 Estações. Atua em clínica com jovens, adultos e idosos. Estuda sobre envelhecimento e luto. vera.metzner2@gmail.com

Artigo 3

Idosos e animais: uma relação de pelos, rugas e carinho

RESUMO

O presente artigo busca expor os benefícios da relação entre animais e idosos por meio de uma revisão bibliográfica de artigos, estudos, pesquisas, projetos e notícias que abordam essa interação e relataram seus benefícios em diferentes contextos. Diante da variedade de públicos-alvo, objetivos e análises, os resultados e as conclusões dos estudos e notícias foram divididos em três tópicos: solidão e toque; companhia e saúde mental; Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI) e Intervenções Assistidas por Animais (IAA). O artigo não se propõe a apresentar a relação com animais como uma solução para o isolamento dos idosos, mas, sim, elucidar os benefícios dessa interação e trazer um novo olhar sobre como animais podem ser benéficos para essa população.

Palavras-chave: idosos; animais; ILPI; IAA; envelhecimento.

ABSTRACT

This paper intends to expose the benefits of the relationship between animals and the elderly through a literature review of articles, studies, research, projects and news that address this interaction and reported the benefits of it in different contexts. Given the variety of target audiences, objectives and analyses, the results and conclusions of the studies and news were divided into three topics: solitude and touch; company and mental health; Long-Term Care Institutions for the Elderly and Animal-Assisted Interventions. This paper does not propose to present the relationship with animals as a solution for the isolation of the elderly, but rather to elucidate the benefits of this interaction and bring a new look at how animals can be beneficial for this population.

Keywords: elderly; animals; AAI; ageing.

INTRODUÇÃO

Este trabalho se dispõe a expor os benefícios que um animal pode trazer para um idoso e ampliar as reflexões no que diz respeito a essa relação. É importante lembrar que ser um idoso com um animal de estimação em casa e as Intervenções Assistidas por Animais (IAA) realizadas em Instituições de Longa Permanência de Idosos (ILPI) são situações completamente diferentes particularidades a respeito do cuidado com o animal e as responsabilidades dos donos. Porém, o foco deste artigo não é analisar as diferenças e restrições de cada um, mas, sim, expor os benefícios da interação entre o idoso e o animal em ambas as situações.

Segundo Schneider (2008), no mundo ocidental vive-se um afastamento entre aquilo que é rotulado como velho, usado ou antigo. Diferentemente do que acontece em outras culturas, como por exemplo nas orientais, no Ocidente ocorre uma desvalorização e marginalização da população idosa, sendo geralmente tachada como improdutiva e, por vezes, abandonada à própria sorte pelas suas respectivas famílias. Para Lopes (2012), o envelhecido torna-se sinônimo de perda da juventude, isso em mundo no qual a busca por aquilo – e aquele – que é novo e jovem é permanente, uma vez que a juventude é entendida como algo a ser almejado. A juventude tornou-se um padrão de normalidade, saúde e beleza. Porém, envelhecer não é uma variação da juventude, mas sim uma dimensão da vida.

Envelhecer, segundo Schneider (2008), especialmente após o processo de aposentadoria, implica em uma série de alterações na rotina dos idosos. O trabalho, visto como um ambiente promotor de interações sociais, ou seja, que confere um lugar social permeado por independência e juventude, contrapõe-se a uma situação vislumbrada, na aposentadoria, como inativa e improdutiva. Inatividade e improdutividade em uma sociedade capitalista em que produção e consumo são os grandes impulsionadores e na qual alternativas fora do ambiente laboral são muito limitadas. Em resumo, a população idosa se encontra marginalizada, desprovida de função social e solitária. Muito solitária. Nesse contexto, a questão que se coloca é: qual poderia ser a possível participação e contribuição de um animal?

Fuchs (1987) levantou em sua tese de doutorado, baseando-se em entrevistas, os benefícios das interações entre humanos e animais. Para a autora, os animais, por meio de relacionamento e contato, desempenham um papel fundamental na sociedade. Destacam-se o fato de o animal ser uma fonte de afeto, afeto que permite de forma ininterrupta a troca dos afetos dos próprios humanos; o fato de o animal

Artigo 3

Idosos e animais: uma relação de pelos,
rugas e carinho

assumir um papel de facilitação social, em que participa, estimula e interage no desenvolvimento de relações humanas; e o fato de o animal contribuir na redução do isolamento dos idosos, ao permitir, por parte destes, a demonstração de qualidades afetivas. Para o idoso doente, o animal significa vida.

SOLIDÃO E TOQUE

No trabalho intitulado *Velhos, cães, gatos e a comunidade*, a autora Marília Anselmo aponta a relação do idoso com a sociedade como sendo dolorida e fragilizada, ao passo que com os animais ela é simples e fácil.

São velhos, porque perderam a esperança no ser humano e na vida. Eles construíram um significado simbólico, em que os seres humanos são os representantes de uma espécie estranha e perigosa, na qual eles não se reconhecem como pertencentes. (...) Frequentemente escuto desabafos como: os bichos são melhores do que as pessoas. Eles não fazem mal para a gente; eu tenho estado decepcionado e frustrado com gente... é mais fácil viver com animais ou é difícil conviver com pessoas. Com os bichos não é (Berzins, 2001).

A colocação acima explicita como é difícil envelhecer em uma sociedade na qual ser velho é ruim e como o processo de envelhecimento é malvisto. Essa visão negativa da velhice só reforça o quão sozinho o idoso está durante seu processo de envelhecimento (Berzins, 2001).

Para Becker (2003), o contato físico é algo de que todos precisam, mas os idosos recebem esse contato menos do que os outros, o que só reforça a solidão na qual se encontram. Baun (2000) cita que o aspecto da pele do idoso, com rugas, manchas e lesões – que nem sempre têm origem no processo de envelhecimento –, por vezes inibe a possibilidade de contato físico. O animal, por sua vez, não tem restrições quanto à idade ou à condição da pele.

COMPANHIA E SAÚDE MENTAL

No estudo de Siegel (1993), correlacionou-se a frequência anual de ida ao médico de idosos que possuíam ou não animais de estimação e concluiu-se que na presença de diversos fatores estressantes, como perdas de familiares e amigos, perdas financeiras e assaltos, a frequência praticamente não se alterou ao longo do período de observação no grupo

que possuía animais de estimação, ao passo que houve acréscimos na frequência do grupo sem animais de estimação.

Segundo Siegel:

Sentir-se seguro (25%) e sentir-se amado (21%) foram os benefícios mais citados. Contabilizados juntos, esses dados sugerem que acontecimentos na vida podem levar a uma necessidade de companhia, e que essa necessidade possa resultar em um contato com o médico. Isso pode ocorrer porque o contato com o médico satisfaz o desejo de companhia ou a falta de companhia aumenta a preocupação com questões de saúde. Para donos de animais, no entanto, parece que suas necessidades de companhia são parcialmente atendidas por seus animais. Assim sendo, donos de animais não demonstraram um aumento na utilização do serviço médico após alguma situação marcante em sua vida (Siegel, 1993, p. 5, tradução livre).

Siegel (1993) observou ainda que, se o animal de estimação for um cachorro, o tipo de relação é diferente da que se estabelece com outras espécies, em especial pelo fato de a pessoa ter de sair mais de casa por conta das caminhadas com o animal. Esta última observação foi corroborada por Gretebeck (2013), indicando que idosos com cães realizam mais atividades físicas do que os que possuíam (ou não) outros tipos de animais de estimação.

Segundo a pesquisa de Pereira e Wendt (2012), idosos que têm animais de estimação costumam adoecer menos e têm menos depressão. Eles se sentem úteis já que precisam cuidar da saúde e bem-estar do animal. Não só ocorre uma sensação de utilidade, como também faz com que eles se mantenham ativos diante das responsabilidades do cuidado. O idoso cria um vínculo de afetividade com seu bicho e o animal passa a ser um companheiro e uma distração em meio à solidão. Todos esses aspectos ajudam a preservar a saúde física e mental.

Segundo Becker (2003) é frequente entre idosos a crença de que o houve de bom já aconteceu, está no passado. O animal de estimação, nesse contexto, torna o momento presente valorizado e com isto faz com que o idoso aproveite o aqui e agora.

Hart, em sua pesquisa de 1993 (Becker, 2003), observou que durante entrevistas com idosos que tinham cães, estes eram um dos principais assuntos e havia uma forte relação com o presente, ao passo que para aqueles sem cães, o foco era no passado.

Ambas as constatações trazem a reflexão de como o animal pode

Artigo 3Idosos e animais: uma relação de pelos,
rugos e carinho

ajudar a melhorar a imagem que os próprios idosos têm de sua velhice, uma vez que ela não é só composta dos anos que já passaram e pode existir afeto, carinho e momentos marcantes no aqui e agora. Sem dúvida essa visão negativa sobre a velhice que os próprios idosos apresentam é fruto de preconceitos já enraizados na sociedade sobre como a velhice é uma fase a ser temida e evitada.

Malani (2019), em seu estudo com cerca de 2.000 participantes entre 50 e 80 anos, indicou que para 90% dos que possuíam cães, gatos e pássaros ter os animais os ajudavam a desfrutar da vida e se sentirem amados. Cerca de 80% indicaram que a existência de seus animais de estimação era um redutor de estresse. Quanto à faixa etária, a autora observou que a probabilidade de ter um bicho de estimação diminuía com o avanço da idade e que a maior parte dos participantes indicou depender do auxílio de outras pessoas para poderem cuidar dos seus animais.

Foi relatado pelos entrevistados que os animais os auxiliam a desfrutar da vida, se sentirem amados, fisicamente ativos, menos estressados, terem menor ênfase em problemas físicos e emocionais, contribuir para o estabelecimento de uma rotina e disciplina, gerando uma sensação de propósito, além de possibilitar e facilitar a interação com outras pessoas (Malani, 2019).

Jansen (2019) relata o caso de um senhor de 80 anos que não gostava de gatos até que um dia a filha levou sua gata para passar com ele uma tarde e ele não permitiu que ela fosse levada de volta. Passados alguns meses outra gata foi encontrada e ele passou a cuidar das duas:

“Antes eu chegava aqui e não tinha nada, ninguém. Agora, tem as gatinhas, então quando eu chego em casa procuro logo onde elas estão”, ele conta. “Você fica mais ativo, sim, é muito bom. Quem não gosta de animal nenhum fica meio vazio, eu acho” (Jansen, 2019).

Jansen (2019) entrevistou especialistas de diversas áreas que apontaram os efeitos positivos quando há um animal de estimação, dentre os quais a possibilidade de conhecer outras pessoas – que tenham ou não animais de estimação –, manterem-se mais ativas e sentirem-se menos solitárias pelo fato de ter a companhia do animal. Esta função de companhia é enaltecida ao longo dos textos e entrevistas com os especialistas como o contraponto à solidão e à sucessão de perdas, tão frequentes no processo de envelhecimento.

INSTITUIÇÕES E INTERVENÇÕES ASSISTIDAS POR ANIMAIS (IAA)

Como dito anteriormente, o processo de envelhecimento dentro de uma sociedade de consumo voltada para a busca constante da juventude pode se tornar extremamente solitário e isolado, uma vez que a comunidade velha vai se tornando invisível quando deixa de ser considerada força produtiva. A pessoa se vê cada vez mais sozinha e o animal traz uma mudança dentro de uma casa na qual há muito tempo o telefone não toca e poucas palavras são ditas no dia a dia. Mas, e quando o idoso vive em uma instituição na qual existem regras e muitas vezes a presença de animais de estimação não é permitida?

No início da década de 1990, Bill Thomas, baseado em suas observações de que “as casas de repouso são o único lugar do mundo em que só há uma espécie, os idosos” criou e implantou o projeto Eden Alternative:

Ele e seus colegas acrescentaram plantas, animais, jardins, aves e crianças para que o lugar se parecesse o menos possível com um depósito para agonizantes e mais como um lar autêntico. Os funcionários instalavam gaiolas com passarinhos em suportes nos quartos de qualquer residente que pedisse. Adquiriram cachorros, gatos, coelhos e galinhas. O drama das relações entre as espécies (gatos querendo observar os passarinhos, cachorros e gatos dormindo juntos) gerou uma interação positiva e intensa entre os funcionários e os residentes, melhorando o moral de todos (Becker, 2003, p. 222).

As modificações resultaram em uma acentuada redução na rotatividade da mão de obra, na quantidade de prescrições médicas e na aplicação de psicotrópicos com o intuito de controlar pacientes mais agitados:

A rotatividade anual da indústria, com assistentes de enfermagem mudando de emprego é de 104%, segundo Thomas. Em Chase, essa proporção caiu para 26%. Ao longo de dois anos, a quantidade de remédios receitados para serem tomados todos os dias pelos residentes caiu de 3,7% para 2,4% (Becker, 2003, p. 223).

As modificações propostas e implantadas por Bill Thomas foram multiplicadas nos Estados Unidos havendo, em 2016, cerca de 200 estabelecimentos certificados a trabalharem com a abordagem integrativa entre o idoso, a natureza e os animais, proporcionando aos idosos uma maneira mais saudável de envelhecer (Eden Alternative, 2016).

Artigo 3Idosos e animais: uma relação de pelos,
rugas e carinho

Baun, Jessen e Cardiello analisaram o efeito da presença de animais em asilos, utilizando-se de pássaros colocados em alguns quartos. Observaram que nesses quartos as equipes de atendimento, incluindo médicos, enfermagem e auxiliares permaneciam mais tempo. Um dos participantes observou que o médico passava pelo quarto todas as manhãs e assobiava para o passarinho. A presença dos pássaros produziu efeitos muito positivos no tratamento de quadros depressivos, havendo piora dos sintomas quando os animais foram retirados. A presença de pássaros nos quartos passou a ser recomendada por alguns médicos da instituição, dado o incremento no ânimo dos idosos (Jessen, Cardiello e Baun, 1996).

O primeiro trabalho brasileiro em que se registrou a utilização de animais como recurso terapêutico data dos anos 1950, no Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, no Rio de Janeiro, de autoria da médica psiquiatra Nise da Silveira. Ela se referia ao termo “afeto catalisador” como sendo uma relação positiva com coterapeutas que possibilitava ao paciente confiar em alguém e com isto poder ampliar a sua rede de relacionamentos tanto em termos das pessoas quanto em termos de ambientes. O papel de coterapeuta, por sua vez, não precisaria, necessariamente, ser desempenhado por pessoas e foi baseada nesta constatação que Nise passou a analisar quais eram os efeitos desencadeados nos pacientes internados a partir da interação com os animais (Silveira, 1981).

Hannelore Fuchs, veterinária e psicóloga, foi outra pesquisadora brasileira de enorme relevância na utilização de animais com finalidade terapêutica. Ela foi fundadora a Abrazoo (Associação Brasileira de Zooterapia) e o Projeto Petsmile. A ideia do projeto surgiu enquanto Fuchs desenvolvia nos Estados Unidos sua tese sobre a relação do animal de estimação e seu dono. A técnica da Terapia Assistida por



O primeiro trabalho brasileiro em que se registrou a utilização de animais como recurso terapêutico data dos anos 1950, no Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, no Rio de Janeiro, de autoria da médica psiquiatra Nise da Silveira.

Animais (TAA) já era difundida em outros países, mas pouco conhecida no Brasil. Segundo ela, “o bicho ouve, conforta, tudo isso através do diálogo que se estabelece pelo toque” (Coren/SP, 2004).

O projeto consistia, entre outras atividades, em visitas mensais com animais de estimação a uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) na cidade de São Paulo. Segundo a diretora dessa instituição, a iniciativa visava “trazer motivação, calor humano e melhorar a qualidade de vida dos hóspedes”. Ela acrescentou que “por meio do animal, o voluntário abre uma ponte para que o idoso interaja com o mundo”. Uma das enfermeiras relatou que as visitas produziam efeitos positivos nos idosos, que passaram a comer, dormir e se comunicar melhor (Coren/SP, 2004).

A partir da iniciativa de Fuchs, outros projetos de IAA vêm sendo criados no Brasil. A IAA é entendida como uma intervenção que incorpora animais na saúde, educação e serviços com o propósito de ganhos terapêuticos e promoção de saúde. A Terapia Assistida por Animais (TAA), a Educação Assistida por Animais (EAA) e a Atividade Assistida por Animais (AAA) são formas de IAA (Pet Partners, 1983).

No Brasil, já foram realizados alguns estudos sobre a inserção de animais na vida de idosos institucionalizados, por meio das IAA e seus efeitos. Como exemplo, no ano de 2003 foi criado um projeto que integrou os cursos de medicina veterinária e odontologia da Universidade Estadual Paulista (Unesp) de Araçatuba, visando implementar a AAA junto ao atendimento odontológico de pacientes idosos, moradores em ILPI e portadores de necessidades especiais, sendo analisados seus efeitos físicos, emocionais, comportamentais e sociais. Segundo os funcionários, algumas dificuldades de relacionamento interpessoal, agressividade e irritabilidade foram minimizadas com as visitas. Além disso, a presença dos animais fez com que muitos idosos estivessem mais dispostos para a realização de fisioterapia e exercícios leves ao ar livre. Eles também perceberam uma melhora da saúde, do convívio social e dos aspectos emocionais, que foram percebidos pela alegria que os idosos demonstravam nas visitas (Silva, 2009).

Por sua vez, Carvalho, Costa e Viadanna realizaram uma intervenção com animais e pesquisa sobre seus impactos em duas ILPI em Uberlândia (MG), durante dois meses. Visitas com dois cães eram realizadas semanalmente e tinham duração de uma hora. Observaram-se comportamentos como: sorrisos, vontade de acariciar os animais, vocalização sem produzir palavras ou com verbalização, diminuição de brigas e discussões, aumento da interação e socialização dos idosos com

Artigo 3Idosos e animais: uma relação de pelos,
rugas e carinho

os cães, com a equipe executora do projeto e com os outros residentes. Os idosos foram avaliados antes e depois das sessões pela equipe multidisciplinar da instituição, sendo registrados diminuições na ansiedade e irritabilidade, aumento das demonstrações de afeto e melhoria da memória (Carvalho, 2011).

No início do projeto os idosos estavam tímidos e distantes, mas ao longo do processo foi percebida uma melhoria do diálogo e maior aproximação com os cães. Com frequência solicitavam informações sobre quando seria o próximo encontro e a quantidade dos residentes nas visitas realizadas em ambas as instituições aumentou. Segundo os pesquisadores, houve um aumento da intimidade dos idosos tanto com os animais quanto com a equipe. Além disso, também foi registrada uma melhoria no bem-estar dos próprios terapeutas e os cães se tornaram figuras de companheirismo e amizade para os idosos (Carvalho, 2011).

O estudo realizado por Stumm, Medeiros e Ressel (2012) buscou relatar o uso da TAA como facilitadora no cuidado de mulheres idosas institucionalizadas. Nesse estudo integrado entre estudantes de enfermagem e medicina veterinária em uma instituição de longa permanência de caráter filantrópico em Santa Maria (RS), a TAA foi aplicada como facilitadora no cuidado de mulheres idosas institucionalizadas. Os encontros tinham duração de uma hora e meia e foram realizados semanalmente no período de 2008 a 2009. As observações foram registradas em um diário de campo e parte delas será relatada a seguir:

[...] durante as primeiras visitas, percorremos a instituição com os animais a fim de perceber a reação das idosas frente a algo inesperado, diferente da rotina a que estavam condicionadas. Quando avistavam nossa chegada com os animais, demonstravam alegria anunciando a presença dos cães e se reuniam na porta para nos receber, demonstrando ansiedade. Ao entrarmos com os animais na instituição percebemos diferentes reações por parte de todas as pessoas envolvidas naquele contexto, tanto das idosas, quanto dos funcionários. A presença do animal trouxe a quebra da rotina, algo novo, diferente, inesperado àquele local. Foi possível perceber reações de medo, espanto, alegria, aproximação, fuga, interesse, agitação, entre tantas outras, as quais dependem das concepções individuais de cada sujeito frente às suas vivências com animais e com aquele local (Stumm, 2012, p. 4).

Os pesquisadores relataram que muitas das idosas da ala psiquiátrica não se comunicavam com a equipe de saúde e mantinham-se distante das outras internas. Na presença dos cães, elas ficavam atentas ao animal, tocando-os e “expressando sentimentos de alegria” por meio de sorrisos e conversas com o animal, em contraste com a apatia e a introspecção que demonstravam em outros momentos, segundo os profissionais da instituição. Essa mudança foi evidenciada quando uma participante que raramente se comunicava (estava sempre séria e com o olhar distante) passou a falar sobre os animais, elogiá-los e sorrir quando os de pequeno porte eram colocados em seu colo. Nesse momento a comunicação era facilitada e era possível conversar com ela sobre os cães e o como ela se sentia interagindo com eles. Quando o encontro acabava, ela voltava a se manter distante (Stumm, 2012).

Durante os encontros, os pesquisadores aproveitavam os momentos de abertura para conversar com as idosas sobre suas histórias de vida e foram relatadas memórias de animais de estimação na infância e lembranças das famílias. Foi concluído que a TAA pode ser benéfica como precursora de uma melhoria da qualidade de vida de idosos institucionalizados, uma vez que, no estudo, o afeto criado na relação com os animais levou a um progresso na interação das idosas com o ambiente e as demais pessoas a sua volta (Stumm, 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para Klein (2007), “(...) o animal por si só, desempenha uma presença viva, afetiva e concreta, que evoca os sentimentos e emoções, como alegria, serenidade, medo, raiva e tristeza”. O bicho inserido dentro de uma casa altera o comportamento de todos que convivem com ele. Os animais têm a capacidade de ajudar no restabelecimento da saúde psíquica e física, tornando-se um novo recurso auxiliar de tratamento, muitas vezes mais eficiente e simples do que outros métodos (Flôres, 2009).

Ter o animal presente gera uma rotina de cuidado, ajuda a pessoa idosa a se concentrar no presente e desfrutar os momentos com seu bicho. É uma companhia que não enxerga a pessoa idosa como velha e gasta. Em instituições de longa permanência, tem o potencial de reduzir o consumo de remédios, estimular a comunicação do residente e tornar o ambiente da instituição muito mais agradável e alegre.

Os projetos de IAA em ILPI deveriam ser ampliados, dada a importância e o impacto de poucas visitas. No que diz respeito às instituições,

Artigo 3Idosos e animais: uma relação de pelos,
rugos e carinho

é essencial repensar o modelo das mesmas, que não permitem a presença constante de animais. Essa reflexão não diminui a necessidade de se aplicar medidas rígidas de higiene e cuidado tanto com os residentes quanto com os bichos, mas, sem dúvida, os poucos trabalhos apresentados nesse artigo elucidam a necessidade de se pensar em novas propostas que busquem melhorar a vida dos idosos que vivem nessas instituições. Sem dúvida, o Eden Alternative pode ser usado como referência para essas propostas.

Que a presença dos animais se expanda pelas instituições e lares e que os seres humanos, de todas as idades e com todos os tipos de carências, sejam elas limitações físicas, psicológicas e afetivas, possam, cada vez mais, se beneficiar deste contato. A população idosa está aumentando a cada dia e precisamos pensar em como cuidar dessa população, afinal um dia estaremos no lugar deles.

É importante ressaltar que o conteúdo deste artigo não busca expor a relação entre idosos e animais como uma solução para a situação de abandono e esquecimento que essa população se encontra atualmente. De maneira nenhuma a presença e companhia de um animal permite um distanciamento da vida da pessoa idosa, já que agora ela tem um bicho para lhe fazer companhia. É necessário repensar qual é o papel do idoso em nossa sociedade ocidental e quais mudanças deveriam ser feitas para que o envelhecimento seja muito mais digno do que é atualmente. Este artigo busca divulgar como a interação entre idosos e animais pode ser benéfica, mas não propõe essa interação como uma solução para a marginalização, falta de interesse por parte da sociedade e abandono dessa população.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BECKER, M. *O poder curativo dos bichos*. São Paulo: Bertrand Brasil, 2003.
- BERZINS, M. A. Velhos, cães, gatos e a comunidade. *Revista Kairós*. São Paulo, v. 4, n. 1, jun. 2001, p. 171-180.
- CARVALHO, N., et al. Importância da relação cão-idoso para aprimoramento da qualidade de vida em instituições de longa permanência para idosos na cidade de Uberlândia, MG. *Em Extensão*, Uberlândia, v. 10, n. 1, p. 128-138, jan.-jun. 2011.
- COREN/SP. Projeto Pet Smile. Terapia mediada por animais. *Revista Coren/SP*. São Paulo, n. 53, set.-out. 2004. Disponível em: <https://www.coren-sp.gov.br/sites/default/files/53_o.pdf> Acesso em: 28 out. 2018.
- JANSEN, R. Animais de estimação ajudam no envelhecimento saudável, aponta estudo. *O Estado de São Paulo*. São Paulo, 4 abr. 2019. Disponível em: <<https://brasil.estadao.com.br/noticias/geral,animais-de-estimacao-ajudam-no-envelhecimento-saudavel-aponta-estudo,70002778859>> Acesso em: 4 abr. 2019.

- JESSEN, C.; CARDIELLO, F.; BAUN, M. O convívio com pássaros para atenuar a depressão, a solidão e o moral baixo de idosos em centros de reabilitação especializados. *Psychological Reports*, p. 339-348, 1998.
- FLÔRES, L. N. *Os benefícios da interação homem animal e o papel do médico veterinário*. Porto alegre, RS. 2009. Monografia (especialização em clínica médica de pequenos animais) – Universidade Federal Rural do Semi-Árido. Disponível em: <<http://docplayer.com.br/10306764-Os-beneficios-da-interacao-homem-animal-e-o-papel-do-medico-veterinario.html>> Acesso em: 12 abr. 2018.
- FUCHS, H. *O animal em casa: um estudo no sentido de desvelar o significado psicológico do animal de estimação*. Tese de doutorado. São Paulo: Universidade de São Paulo, 1987.
- GRETEBECK, K. A. et al. Dog ownership, functional ability, and walking in community-dwelling older adults. *Journal of Physical Activity and Health*, p. 646-655, 2013. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/35fa/3553f8cd700dabec288ba3dd4e88d18418od.pdf>. Acesso em: 23 fev. 2019.
- KLEIN, M. Z. *Possíveis benefícios da relação criança/equino na equoterapia*. Monografia (graduação em psicologia). Biguaçu, Universidade do Vale do Itajaí, 2007. Disponível em: <https://patasterapeutas.com.br/pesquisas/data/files/191/1599866634_IpAdeGWBZjvybdD.pdf>. Acesso em: 13 jan. 2021.
- LOPES, P.; EDUL, M. A velhice no século XXI: a vida feliz e ainda ativa na melhor idade. *Acta Scientiarum. Human and Social Sciences*, v. 34, n. 1. Maringá, 2012. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHumanSocSci/article/view/16197>. Acesso em: 13 jan. 2021.
- MALANI, P. (coord.). How pets contribute to healthy aging. *University of Michigan National Poll on Healthy Aging*, apr. 2019 Disponível em: <https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/148428/NPHA_Pets-Report_FINAL-040319.pdf?sequence=3&isAllowed=y>. Acesso em: 4 ago. 2019.
- O ESTADO DE SÃO PAULO. *Cães trazem mobilidade e segurança para aqueles que não enxergam*. São Paulo, p. A9, 12 out. 2018.
- PEREIRA, N.; WENDT, S. B. T. A terceira idade e o bem-estar animal. *Ágora*, v. 16, n. 2, abr. de 2012. Disponível em: <<http://www.periodicos.unc.br/index.php/agora/issue/view/11>>. Acesso em: 3 jan. 2019
- PET PARTNERS. *Terminology-industry and pet partners terms*. Disponível em: <https://petpartners.org/learn/terminology/>. Acesso em: 16 abr. 2018.
- SCHNEIDER, R. H.; IRIGARAY, T. Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia*, v. 25, n. 4, Campinas, 2008.
- SIEGEL, J. M. Stressful life events and use of physician services among the elderly: the moderating role of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 58, n. 6, p. 1.081-1.086, 1990. Disponível em: <<https://psycnet.apa.org/fulltext/1990-31740-001.html>>. Acesso em: 17 abr. 2018.
- SILVA, E. Y. T. et al. Incremento da saúde e da qualidade de vida de idosos institucionalizados através da convivência com animais de companhia e atividade assistida por animais (AAA). *Rev. Ciênc. Ext.* v. 5, n. 2, p. 84-85, 2009.
- SILVEIRA, N. *Imagens do inconsciente*. Rio de Janeiro: Alhambra, 1981.
- STUMM, K. E. et al. Terapia Assistida por Animais como facilitadora no cuidado a mulheres idosas institucionalizadas. *Revista de Enfermagem UFSM*, Rio Grande do Sul., jan.-abr. 2012, p. 205-212.

[Home](#) [Psicologia](#) Tendência de ter animal de estimação na pandemia chega a idosos

- [Psicologia](#)
- [Saúde](#)

Tendência de ter animal de estimação na pandemia chega a idosos

Pesquisa americana mostrou benefícios em saúde e bem-estar para pessoas com mais de 50 anos quando passaram a ter animais de estimação em seus lares no período de pandemia

22/03/2021

Idosos e animais de estimação: relacionamento mais disseminado com a pandemia. Crédito: Pietro Schellino/Unsplash

Muita atenção em torno dos “[animais de estimação pandêmicos](#)” se concentrou nas famílias com crianças que compraram um gato, cachorro ou outro animal de estimação em 2020, durante uma época em que muitas pessoas estavam aprendendo ou trabalhando em casa.

Mas uma pesquisa da Universidade de Michigan (EUA) mostra que os adultos mais velhos também aderiram à tendência.

De acordo com a Pesquisa Nacional sobre Envelhecimento Saudável dos EUA, 10% de todas as pessoas com idades entre 50 e 80 anos receberam um novo animal de estimação entre março de 2020 e janeiro de 2021.

- [Toque e covid-19: por que os animais de estimação salvam vidas](#)
- [Estudo revela a verdadeira idade dos cães](#)

O percentual era de fato maior – 16% – entre as pessoas nessa faixa etária que têm pelo menos um filho ou adolescente morando com elas. **Mas a grande maioria das pessoas entre 50 e 80 anos não mora com alguém menor de 18 anos – e quase 9% delas também adquiriram um animal de estimação durante a [pandemia de covid-19](#).**

Redução de estresse

Ao todo, 59% das pessoas com idade entre 50 e 80 anos que completaram a pesquisa em janeiro de 2021 são donos de animais de estimação. Entre aqueles que disseram em janeiro ser donos de *pets*, 17% receberam pelo menos um desses animais desde o início da pandemia. A enquete não perguntou se esse era o primeiro animal de estimação ou um animal adicional.

A posse de animais de estimação foi maior entre aqueles com idade entre 50 e 64 anos, mulheres, entrevistados brancos e aqueles que vivem em casas unifamiliares ou estão empregados. **Doze por cento dos adultos mais velhos empregados disseram que têm um animal de estimação desde março de 2020.**

A pesquisa é baseada no Instituto de Política e Inovação de Saúde da Universidade de Michigan e recebe apoio da AARP e do Michigan Medicine (centro médico acadêmico da Universidade de Michigan).

Os novos dados são uma atualização de um relatório anterior da equipe de pesquisa, publicado em abril de 2019. **O relatório completo mostrou que ter um animal de estimação os ajuda a aproveitar a vida, reduzir o estresse, ter um propósito e seguir uma rotina, bem como se conectar com outras pessoas e ser fisicamente ativo, especialmente para donos de cães. Entre os adultos mais velhos que viviam sozinhos ou estavam com saúde regular ou ruim quando a pesquisa de 2019 foi feita, quase três quartos disseram que o animal os ajudou a lidar com sintomas físicos ou emocionais.**

Papel importante

Entre aqueles que moram sozinhos, o percentual de ter um animal de estimação saltou 12 pontos entre a amostra relatada em 2019 e a de janeiro de 2021. **O papel dos animais de estimação como companheiros para idosos que vivem sozinhos é importante. Isso ficou ressaltado durante a pandemia, quando muitos idosos ficaram em casa devido ao maior risco de desenvolver covid-19 grave caso contraíssem o coronavírus.**

A diretora da pesquisa, Preeti Malani, tem experiência direta em conseguir que um “filhote de cachorro pandêmico” se junte à sua família, que inclui um aluno do ensino médio que estuda em casa. É a primeira vez que eles têm algum tipo de animal de estimação.

Malani observa que, por um lado, o novo cachorro de sua família exigiu mais atenção do que eles esperavam – especialmente porque ela e seu marido são médicos ocupados que trabalham remotamente e face a face com os pacientes. Mas, por outro lado, caminhar, brincar e acariciar o cachorro tem sido uma distração bem-vinda em tempos difíceis.

“Sully foi uma ótima adição”, diz ela. “Ele garante que saímos todos os dias. Também conheci vários outros donos de cães na vizinhança.”

Recorde de adoções

O abrigo de animais mais próximo da Universidade de Michigan, a Humane Society of Huron Valley, teve taxas de adoção recorde no ano passado, disse Wendy Welch, diretora de comunicações.

“Estamos muito satisfeitos em ver não apenas animais dignos recebendo lares, mas também em ver as pessoas receberem o tão necessário amor incondicional”, diz ela. **“Embora os avós tenham ficado tristemente separados do abraço dos netos, amigos peludos podem se aconchegar. Está bem documentado que os animais de estimação podem ajudar a reduzir a pressão arterial, aliviar a [ansiedade](#) e melhorar os sintomas de [depressão](#). E de particular interesse durante esta pandemia de isolamento, animais de companhia certamente afastam o assassino silencioso: a solidão.** Somos muito gratos aos adultos mais velhos que abriram seus corações e casas para abrigar animais durante esse tempo.”

Os dados da pesquisa de janeiro vêm de uma amostra de 2.019 pessoas, semelhante em tamanho à amostra relatada no relatório anterior sobre animais de estimação.

<https://www.revistaplaneta.com.br/tendencia-de-ter-animal-de-estimacao-na-pandemia-chega-a-idosos/>