

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

A UTILIZAÇÃO DE ANIMAIS DE SUPORTE EMOCIONAL NA SAÚDE MENTAL

**Ana Beatriz de Moura D'Atola, Maria Eduarda Nascimento Lopes, Victória
Gabriela Oliveira e Souza, Fabíola Alvares Garcia Serpa.**

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi,
2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, biadatola.psico@gmail.com,
eduarda1929lopes@gmail.com, victoriagoliveiras@gmail.com, fabiolaserpa@univap.br.

Resumo

O artigo tem como objetivo apresentar uma reflexão acerca da contribuição dos *ESAN* (Animais de Suporte Emocional) na qualidade de vida de pessoas com transtornos mentais. A pesquisa revisou artigos e publicações abordando a relação entre os animais e a saúde mental humana. Diante da discussão e resultados, foi possível observar os benefícios da inclusão dos *ESAN* em tratamentos de saúde mental, auxiliando na regulação do humor, sono e estresse de portadores de transtornos diversos. Foi problematizada a dificuldade de encontrar publicações relacionadas ao tema e legislações que ofereçam suporte para este tipo de tratamento.

Palavras-chave: Saúde mental. Animais. Suporte. Emocional.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas, Psicologia.

Introdução

A afinidade entre homem e animal foi demonstrada e conhecida por arqueólogos através da dinâmica homem, animal e morte. Uma vez que eles eram simbolizados por imagens, objetos, escritos na tumba ou eram enterrados próximo dos restos da família que ele estava inserido, portanto demonstrando o afeto e a vontade de se encontrar com seus animais mesmo após a morte. A convivência de animais com homens nessa ideia de utilitarismo e dominação, se desenvolveu na concepção de animais domésticos, onde sua "utilidade" é a companhia, que traz benefícios sociais ou emocionais ao ser humano. Com isso, os animais domésticos se tornam membros da família e são incluídos na vivência familiar, estabelecendo assim um vínculo baseado no afeto (RIBEIRO, 2011).

Estima-se que 19% a 34% da população brasileira apresenta transtornos mentais, um número que tem aumentado conforme os anos. Alguns dados auxiliam no entendimento do cenário atual: a depressão, em seu estado leve, pode chegar a atingir 40% da população geral em algum momento da vida (ALMEIDA-FILHO et al., 1997); estima-se que os transtornos mentais em situação grave atinjam 3% da população brasileira; e cerca de 6% da população brasileira possui transtornos mentais advindos do uso de substâncias químicas (SANTOS; SIQUEIRA, 2010).

Segundo Santos e Siqueira (2010), os transtornos mentais podem promover diversos impactos de morbidade, prejuízos na qualidade de vida e na funcionalidade do indivíduo, uma vez que eles podem se manifestar em sintomas como fadiga, insônia, irritabilidade, entre outros. O baixo índice de mortalidade faz com que a sociedade subestime esses agravos à saúde, evitando tratamentos necessários. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000), o Brasil é o país da América Latina com maiores índices de transtornos de ansiedade, de humor e relacionados com o uso de substâncias químicas, na população de 15 a 59 anos.

Os transtornos mentais causam danos ao indivíduo de forma mental e física, afetando a qualidade de vida, mas novas estratégias para tratamento são desenvolvidas constantemente. Entre elas, destaca-se o uso de animais para conforto emocional. Os Animais de Suporte Emocional (*ESAN*, em inglês) são similares aos animais de companhia/estimação, diferenciando-se pelos efeitos emocionais trazidos aos tutores quando estão na presença do animal. São essas consequências que trazem o interesse da Psicologia para o tema, considerando que ter um *ESAN* pode: trazer conforto,

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

apoio e segurança emocional; aliviar sintomas patológicos; e acompanhar em atividades possivelmente estressoras como viagens de avião, ir ao dentista, entre outros. Pesquisas relevantes sobre a temática como Bastos (2018) e Caetano (2010) identificaram como a Terapia Assistida por Animais (TAA) pode contribuir para a prática e os estudos da Psicologia. Buscou-se aprofundar o conhecimento sobre o tema e compreender como a TAA e outras modalidades de assistência com animal podem auxiliar a saúde mental dos indivíduos.

Metodologia

A pesquisa tem objetivo de apresentar uma revisão qualitativa da literatura, buscando compreender por meio de artigos, livros e demais publicações, a relação entre os animais e a saúde mental humana. Não pretende solucionar problemas específicos ou servir como manual de aplicação de terapias citadas, limitando-se à exploração de um tema pouco abordado pela categoria profissional dos Psicólogos.

Para possibilitar o estudo, serão utilizadas ferramentas e plataformas de pesquisa de produções científicas como *Google Scholar*, *SciELO*, *ScienceDirect*, Biblioteca A, entre outros. Serão utilizadas fontes da Psicologia de modo geral e em especial da área experimental; da Terapia Cognitivo Comportamental; descritores de Transtornos Mentais e seus sintomas (como DSM-V); bem como o que for possível encontrar também em publicações da Medicina Veterinária, com enfoque em comportamento animal e adestramento.

Os critérios de inclusão para o tema abordado contam com o reconhecimento de artigos científicos, dissertações, teses, monografias, livros e capítulos de livros e trabalhos de conclusão de curso que possuam informações que correlacionam transtornos mentais e condutas terapêuticas interventivas com animais e suporte, produzidos em língua portuguesa ou inglesa. Como critérios de exclusão para a seleção dos conteúdos foram: 1) textos que não são da área da Psicologia ou de terapias associadas à animais; 2) textos que não possuam como tema principal a terapia associada à animais ou saúde mental; e 3) textos produzidos em outros idiomas além de inglês e português.

O método de pesquisa que será utilizado é a revisão integrativa da literatura. É um modelo da Prática Baseadas em Evidências (PBE), isto é, um método que sintetiza conhecimentos científicos em uma integração da aplicabilidade dos resultados consideráveis de uma prática (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). Os descritores para a coleta dos dados serão: “terapia assistida por animais”, “saúde mental”, “animais de suporte emocional”, “animais” e “adestramento”.

Resultados

A conjuntura dos animais e seu contexto pode ser definida como: animais de estimação, animais de assistência emocional, terapia assistida por animais, cães guia e/ou cães de serviço.

Oficialmente chamados de Animais de Assistência Emocional (ESAN, no inglês), os animais de apoio emocional são aqueles que ajudam pessoas em sofrimento psíquicos e possuem como principal papel oferecer presença e afeto, a fim de proporcionar ao seu tutor tranquilidade e independência. A Terapia Assistida por Animais (TAA) é uma intervenção utilizada em todo o mundo, visando estimular o desenvolvimento de indivíduos com dificuldades físicas, emocionais, cognitivas e sociais (TATIBANA; COSTA-VAL, 2009). O cão de serviço é aquele especificamente treinado para auxiliar um indivíduo com deficiência intelectual, motora ou física. São treinados para desempenhar tarefas como pegar objetos para seus usuários como medicamentos, empurrar cadeira de rodas, transportar compras, apertar botões, acordar ou arrastar quando necessário (KLEFENZ, 2022).

Com isso, a pesquisa permitiu identificar o quanto importante os animais se tornaram no dia a dia dos indivíduos e de suas famílias. Antigamente, a adoção de animais era para caçar, pastorear e proteger, atualmente, os animais podem ser mais que isso para aqueles que os adotam, são considerados como membros da família.

A companhia do animal oferece uma interação leve, possibilitando que seu tutor se sinta acolhido e menos sozinho, tanto em situações emocionais ou relacionadas à saúde (SANTOS, 2022). O contato com os animais de estimação auxilia no aumento da produção de endorfina e de serotonina,

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

que auxiliam na regulação do humor, sono, apetite e reduz as taxas de cortisol, que são relacionadas ao estresse (ARAÚJO, 2016).

Estes animais, principalmente os cães e gatos, assumem um papel de grande importância na saúde mental, dado que a modernidade, conforme se observa, estabelece contexto para que os indivíduos se isolem uns dos outros. Com isso, o animal assume o papel de manter o equilíbrio emocional da família (TATIBANA; COSTA-VAL, 2009).

Em relação à Legislação Federal Brasileira, o animal de assistência emocional possui os mesmos direitos que um animal de estimação comum apesar de sua função terapêutica, restringindo seu acesso somente aos locais que se autodenominam *pet friendly* (amigável aos pets, em inglês).

A falta de uma Lei Federal não impede, entretanto, a criação de Legislações Estaduais sobre o tema. Em 2021, o Rio de Janeiro (Secretaria de Estado de Agricultura, Pecuária, Pesca e Abastecimento) sancionou a Lei Estadual 9.317, Art. 1º, que "(...) à pessoa com transtornos mentais acompanhada de cão de suporte emocional, o direito de ingressar e de permanecer com o animal em todos os locais públicos ou privados de uso coletivo".

Discussão

A utilização de animais por profissionais da saúde para o melhor desenvolvimento de terapias está consolidada no Brasil, apesar de sua baixa incidência. Há normas para guiar o melhor atendimento para cada especialidade, como protocolos de escolha do animal com base em seu nível de adestramento, dependendo da utilização prevista. Entretanto, a maioria dos artigos encontrados são focados somente aos cães de serviço e/ou aos animais utilizados na TAA, com poucas definições direcionadas aos animais de assistência emocional. Devido ao aparecimento recente de sua definição, há uma grande dificuldade em legitimar o uso de *ESAN's*, considerando que há escassez de materiais disponíveis em meios científicos que descrevem o uso prático destes animais. Portanto, a pesquisa deve ser restringida à assimilação de conhecimentos gerais da área do treinamento canino com objetivo para uso terapêutico e os efeitos destes para a saúde mental dos indivíduos.

As necessidades para aplicação prática dos *ESAN's* são de baixa complexidade, considerando que estes não podem ser definidos como dependentes para o funcionamento social ou físico dos indivíduos (pois não possuem treinamento específico), mas apenas como apoios emocionais. Essa restrição delimita os direitos que podem ser exigidos para a participação dos animais em ambientes de uso privado ou restrito, como meios de transporte público, condomínios residenciais, espaços de lazer, entre outros. Uma característica que auxilia o acesso dos *ESAN's* é o crescimento da aceitação de Pets em locais públicos, que permitem a circulação de animais em locais designados. Com isso, alguns restaurantes, companhias aéreas e parques passam a aceitar a presença de animais, incluindo também os que auxiliam na manutenção da saúde mental de indivíduos.

Conclusão

Foi possível observar que os *ESAN* contribuem para a qualidade de vida de pessoas em transtornos psíquicos. Evidenciou-se, porém, a necessidade de ampliação de estudos científicos relacionados ao tema e de legislações que tornem possível que esses animais acompanhem seus tutores em locais de convivência social.

Portanto, as autoras sugerem a continuação de trabalhos que desenvolvam o tema em sua vasta área, uma vez que foram identificados poucos materiais relacionados ao tema, há diversas reflexões a serem aprofundadas. Dentro da área de saúde mental, cabem novas análises acerca da inclusão dos *ESAN* na intervenção junto a pessoas com diagnósticos clínicos de transtornos mentais.

Referências

ALMEIDA-FILHO, N.; MARI, J. DE J.; COUTINHO, E.; FRANÇA, J. F.; FERNANDES J.; ANDREOLI, S B.; BUSNELLO, E. D. Brazilian multicentric study of psychiatric morbidity. Methodological features and prevalence estimates. Br J Psychiatry. 1997.

A era digital e suas implicações sociais: Desafios e contribuições

ARAUJO, R. Terapia com cães reforça tratamento e ajuda na recuperação de pacientes de todas as idades. **Rede câncer**, 2016. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//rrc-34-capa-bom-pra-cachorro.pdf>. Acesso em: 02 fev. 2023.

BASTOS, F. F. Acompanhamento terapêutico (AT), Terapia assistida por animais (TAA) e psicologia fenomenológica: diálogos para uma prática integrada sustentada pelo conceito de munda-da-vida. 2018. 86 f. Monografia (Graduação em Psicologia), Universidade Federal do Maranhão, São Luís –MA, 2018.

CAETANO, E. C. S. As contribuições da TAA – terapia assistida por animais à psicologia. 2010. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia), Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma – SC, 2010.

KLEFENZ, M. G. A importância dos animais de assistência emocional para pessoas com TEA – Transtorno do Espectro Autista. UOL, [s.i.], 2023. Disponível em: <https://monografias.brasilecola.uol.com.br/saude/a-importancia-dos-animais-de-assistencia-emocional-para-pessoas-com-tea-transtorno-do-espectro-autista.htm>. Acesso em: 03 mar. 2023.

Organization, W. H. Cross-national comparisons of the prevalences and correlates of mental disorders. Bulletin WHO. 2000, v. 78, n. 4. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/268101/PMC2560724.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 02 fev. 2023.

RIBEIRO, A. F. de A. Cães domesticados e os benefícios da interação. **Revista Brasileira De Direito Animal**, v. 6, n. 2, 2011. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/RBDA/article/view/11062>. Acesso em: 15 mar. 2023.

RIO DE JANEIRO. Lei no 9.317/2021. Disponível em: <https://www.legisweb.com.br/legislacao/?id=415708>. Acesso em: 02 abr. 2023.

SANTOS, C. S. dos. Funções de apoio exercidas por cães na perspectiva de seus tutores: seriam os cães apenas amigos? 2022. Projeto de pesquisa (Bacharelado em Psicologia), Universidade do Sul de Santa Catarina, Florianópolis – SC, 2022.

SANTOS, E. G., SIQUEIRA, M. M. Prevalência dos transtornos mentais na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de 1997 a 2009. **Jornal brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 3. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/FNQ5qZjtSdwznsjZzHTH7jS/?lang=pt>. Acesso em: 27 fev. 2023.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer?. Einstein, v. 8, n. 1, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 24 out. 2022.

TATIBANA, L. S.; COSTA-VAL, A. P. (2009). Relação homem-animal de companhia e o papel do médico veterinário. V&Z em Minas: Revista Veterinária e Zootecnia em Minas, v. 28, n. 103, 2009. Disponível em: <https://crmvmg.gov.br/RevistaVZ/Revista03.pdf>. Acesso em: 07 fev. 2023.