

Idosos e animais de estimação: uma interação terapêutica

Dra Greyce Lousana

Dra Conceição Accetturi

No mundo todo, o número de pessoas idosas – consideradas aquelas com idade superior a 60 anos - tem crescido mais que as demais faixas etárias da população. A maior expectativa de vida das pessoas somada a queda nas taxas de natalidade tem impactado de forma significativa a estrutura das populações (WHO, 2015). Estima-se que em 2030, o número de idosos deve superar o de crianças e adolescentes, de forma que em 2050 cerca de 30% da população brasileira será composta por idosos (IBGE, 2009; WHO, 2015). Deste modo, é necessário a implementação de medidas que favoreçam a qualidade de vida deste grupo populacional.

Indivíduos idosos apresentam maior probabilidade de experimentarem quadros de incapacidade severa, reduzindo sua qualidade de vida. De fato, Carrière e colaboradores (2013) demonstraram que os idosos possuem maior risco de vir à óbito por doenças cardiovasculares, como resultado da redução da interação social e aumento de seu isolamento. Assim, é de grande importância que esta parte da população, especialmente aquela residente em casas de repouso, seja estimulada a participar de atividades cotidianas e de terapias não farmacológicas direcionadas aos sintomas comportamentais (BANKS *et al.*, 2008).

A interação dos animais de companhia com os seres humanos tem demonstrado efeitos positivos sobre diversos aspectos, como a interação verbal e a socialização, bem-estar social e cardiovascular por meio de companhia e distração, além de aliviar o sentimento de solidão (BANKS *et al.*, 2008; KRAUSE-PARELLO & KOLASSA, 2016). Tais benefícios podem resultar de forma não intencional, através da companhia de animais de estimação, ou através da utilização de Intervenções Assistidas por Animais (IAA) (BARKER *et al.*, 2008).

Os efeitos da companhia de animais de estimação para a saúde da população idosa têm sido estudados há décadas, demonstrando particularmente seus benefícios cardiovasculares (CHERNIACK & CHERNIACK, 2014). Em estudo para avaliar a sobrevivência de pessoas que tiveram infarto do miocárdio um ano após a alta hospitalar, Friedmann e colaboradores (1980) avaliaram 92 pessoas com idade variável de 37 a 79 anos. Dentre as pessoas que não possuíam animais de estimação, a mortalidade foi de 28%, enquanto no grupo que os possuía foi de 6%. Os autores esclarecem que os efeitos benéficos observados não



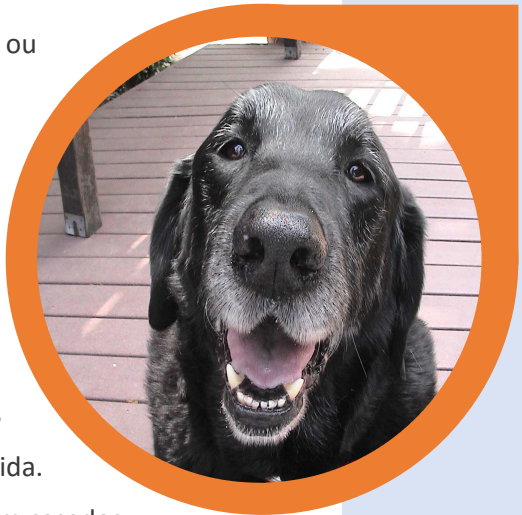
se tratam de artefatos estatísticos resultantes de diferenças na idade ou estado de saúde dos participantes que possuíam ou não animais e que os benefícios provavelmente não se devem a atividade física necessária para passear com os cães, por exemplo, uma vez que os proprietários de outros animais de estimação apresentaram os mesmos resultados que os demais. Entretanto, os autores não conseguiram identificar de que forma os animais de estimação poderiam influenciar a sobrevivência de tal grupo, uma vez as pessoas que apresentavam maior interação social não tiveram melhor sobrevivência.

E mais, o efeito da posse de cão não foi limitado aqueles que não eram casados ou os quais eram isolados socialmente. Dessa forma, os autores ressaltam que possuir um cão não poderia ser considerado substituto das relações humanas. Embora o estudo mostre resultados preliminares e não seja direcionado somente à população idosa, evidências positivas puderam ser constatadas de forma a embasar estudos posteriores.

Mais tarde, Dembicki & Anderson (1996) avaliaram se a posse de animais de companhia influenciava os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares em idosos. Os autores não encontraram diferenças nos valores de pressão arterial, colesterol LDL (*low-density lipoprotein*) e HDL (*high-density lipoprotein*) entre os idosos que possuem e os que não possuem animais de estimação. Entretanto, os valores séricos de triglicérides foram significativamente inferiores no grupo de proprietários de animais. Diante de tais resultados, os autores concluíram que a posse de animais de estimação exerce pouco impacto sobre os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, embora o estudo apresente algumas limitações decorrentes do curto período de acompanhamento dos indivíduos.

É importante ressaltar que as evidências de benefícios cardiovasculares resultantes da companhia de animais de estimação não se restringem aos idosos. A relação entre essa interação e os níveis de pressão arterial (PA) tem sido estudada há muitos anos na população em geral. Um estudo realizado com 5.741 participantes demonstrou que os proprietários de animais de estimação apresentam níveis inferiores de PA quando comparados às pessoas que não possuem animais, a despeito de Índice de Massa Corpórea (IMC) e perfis socioeconômicos similares (ANDERSON, REID & JENNINGS *et al.*, 1992). De fato, a Associação Americana do Coração reconheceu, em 2013, que possuir um animal de estimação, especialmente o cão, está provavelmente associado a um risco inferior de desenvolver doenças cardiovasculares (nível de evidência B) (LEVINE *et al.*, 2013).

Os efeitos da posse de animais de estimação também foram estudados em relação a prática de atividades físicas (BARKER & WOLEN, 2008) e atividades de vida diária. Dembicki &



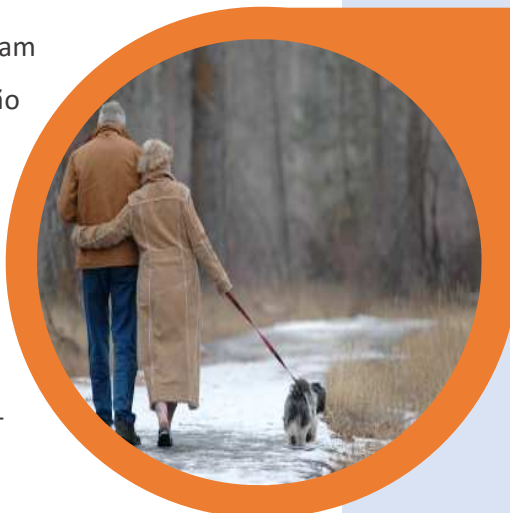
Anderson (1996) não encontraram diferenças na prática de atividades físicas comparando dois grupos de idosos, um que possuía animais de estimação e outro não. No presente estudo, os fatores sociodemográficos não diferiram entre a população que possuía e a que não possuía animais de estimação, de forma que a análise pode ser feita sem essas variáveis como possíveis fatores de confusão. Já a condição física dos idosos e a companhia de animais de estimação, sejam eles cães ou gatos, foi estudada por Raina e colaboradores (1999), que aplicaram questionários sociodemográficos e avaliaram a condição física através de escala de atividades de vida diária (EAVD) de 1.054 idosos de 65 a 80 anos com um ano de intervalo. Os autores observaram que os idosos que possuíam animais de estimação apresentavam resultados melhores na EAVD após um ano de acompanhamento não relacionados aos fatores sociodemográficos. Cerca de 13% dos participantes perderam seus animais de estimação (óbito), porém, não houve diferença entre a condição física destes e daqueles que continuavam possuindo um animal de estimação ao final do estudo. A espécie também não foi um fator influenciador, não sendo demonstrada a diferença entre a posse de cães ou gatos sobre a condição física dos idosos.

Os benefícios resultantes da interação entre os idosos e os animais de estimação não se restringem à saúde física. Idosos com demência ou Doença de Alzheimer podem experimentar redução da sensação de solidão, melhora do humor e dos comportamentos sociais (BARKER & WOLEN, 2008).

Diversos trabalhos mostram que proprietários de cães relatam menor insatisfação com seus aspectos sociais, físicos e estados emocionais, além de os cães encorajarem o encontro e conversa entre estranhos independente da faixa etária. McNicholas e colaboradores (2000) publicaram a observação de um pesquisador acompanhado por seu cão durante suas atividades rotineiras. O cão selecionado para o estudo foi um jovem adulto de natureza tranquila proveniente de um centro de treinamento de cães, o que o tornava ideal ao estudo visto que havia sido treinado a não procurar atenção, excluindo da observação um viés inato da sociabilidade da espécie. O pesquisador estava bem familiarizado com o cão desde filhote e durante 5 dias foi acompanhado pelo cão em rotinas como levar crianças à escola, utilizar transporte público e assistir palestras. As medidas obtidas na presença ou ausência do cão, tais como número, duração e natureza das interações, demonstraram que na presença do cão houve um aumento na frequência das interações (de 206 encontros, 156 ocorreram na presença do cão) especialmente com estranhos (65 de 68 interações).



Nesta mesma linha, Wood e colaboradores (2005) demonstraram que o benefício social e para a saúde pode ser notado de forma não apenas individual, mas comunitária. De 339 adultos (31,3% com mais de 50 anos) selecionados para a pesquisa, 200 possuíam animais de companhia e a posse desses animais foi associada positivamente a formas de contato, interação social, percepções de amizade na vizinhança e menor solidão. Além disso, proprietários de animais apresentaram percepções de saúde boa a excelente se comparados aqueles que não possuem animais.



Pessoas de qualquer faixa etária podem experimentar os benefícios sociais da posse de animais de estimação. Corroborando isso, Rogers e colaboradores (1993) avaliaram o papel dos cães de estimação nas conversas casuais de idosos. Para tanto, 6 idosos foram encorajados a caminhar com seus cães na presença de um gravador. Ao final do passeio as gravações foram analisadas e um questionário de 25 questões com parâmetros incluindo saúde, aspectos sociais e emocionais foi aplicado. Quando os proprietários de cães falaram com outras pessoas, suas conversas frequentemente diziam respeito a atividades que estavam ocorrendo no presente, enquanto as conversas de não-proprietários se concentraram em histórias sobre eventos passados. Além disso, proprietários de cães apresentaram menor insatisfação com estados emocionais, físicos e sociais. Aliás, o enfrentamento do estresse foi um dos benefícios relatados por Siegel e colaboradores (1990).

Embora a companhia de animais de estimação demonstre muitas evidências de benefícios, esse não é seu alvo principal e sim uma consequência ocasional. Já no caso das IAA, as interações são aplicadas com o objetivo de melhorar o desempenho de funções físicas, mentais e sociais, bem como os aspectos educacionais e de bem-estar nos seres humanos (AVMA, 2011).

As IAAs podem ser classificadas em três categorias: TAA (Terapia Assistida por Animais), também conhecida como pet terapia e zooterapia; EAA (Educação Assistida por Animais) e AAA (Atividades Assistidas por Animais) (AVMA, 2017). A fim de sintetizar os conceitos, a sigla IAA foi utilizada para referenciar a TAA e AAA, tratadas neste artigo.

Diversas espécies têm sido utilizadas nas atividades de IAA, como os felinos (IMBERBLACK, 2009), equinos (MUÑOZ, 2011), bovinos (PEDERSEN *et al.*, 2011), asininos (DE ROSE, CANNAS & REINGER, 2011) e, de modo inusitado, os grilos (KO *et al.*, 2016). Entretanto, a utilização dos cães nessas atividades é mais frequente, devido a características como sociabilidade, fácil adestramento, boa observação das reações humanas e por exibirem

comportamentos que, de certo modo, podem estar associados à felicidade, simpatia e afabilidade (CUSTANCE, 2012; NIMER & LUNDAHL, 2007; LUNDQVIST *et al.*, 2017).

Um estudo de meta-análise realizado por Nimer & Lundahl (2007) demonstrou que os animais podem auxiliar os seres humanos no processo de cura. De modo mais amplo, a interação entre animal e ser humano também parece impactar positivamente os seres humanos (DECOURCEY, RUSSELL & KEISTER, 2010). Nesse sentido, a IAA tem sido estudada para prover benefícios cardiovasculares. Krause-Parello & Kolassa (2016) avaliaram as modificações da frequência cardíaca (FC), pressão arterial sistólica (PAS) e pressão arterial diastólica (PAD), antes e após IAA em 28 idosos que faziam parte de um programa de assistência. Também foram analisados a relação entre o estresse, apoio social e autopercepção de saúde. A PAS reduziu de maneira mais significativa após a IAA com cães na população com pior autopercepção de saúde, maior estresse e nos homens. Em idosos com pior autopercepção de saúde, a IAA se mostrou benéfica para as funções cardiovasculares, mas não foram encontradas associações entre o valor de PAD e as demais variáveis analisadas.

Além dos estudos direcionados aos benefícios cardiovasculares, as doenças neurológicas, psiquiátricas e alterações comportamentais também são estudadas. São múltiplos os estudos que investigam o impacto da IAA sobre a demência, a maior parte deles demonstrando resultados favoráveis (BERNABEI *et al.*, 2014). Friedmann e colaboradores (2014), por exemplo, analisaram a eficácia da implementação de IAA sobre as funções físicas, emocionais e comportamentais de 40 moradores de casas de repouso. Destes, 65% tinham diagnóstico confirmado de demência, 50% apresentavam demência associada a depressão, 10% associada a agitação e 5% a ansiedade. Os idosos foram distribuídos em dois grupos – um deles foi submetido à IAA por 3 meses, e o outro passou por interação com um membro da equipe de pesquisa pelo mesmo período de tempo. Em relação à saúde mental, a pontuação média de depressão ao final do estudo foi inferior em relação ao início, embora não se tenha observado redução da frequência e da dose da medicação quando comparados o início e final do estudo. Já Kawamura, Niiyama e Niiyama (2007) concluíram em seu estudo que os idosos submetidos a IAA parecem experimentar melhora do humor, da solidão e dos comportamentos sociais, sendo estes benefícios também observados por Barker & Wolen (2008).

O impacto da IAA sobre a Doença de Alzheimer também tem sido estudado. Menna e colaboradores (2016) avaliaram a eficácia da IAA baseada no protocolo de Terapia de Orientação para a Realidade (TOR) em idosos com Doença de Alz-



heimer. A TOR é uma terapia não farmacológica validada e amplamente utilizada a fim prover estímulo cognitivo, principalmente. No estudo em questão, foi observada redução da pontuação na Escala de Depressão Geriátrica e na pontuação do MEEM (Mini-Exame do Estado Mental). Além disso, os autores verificaram que a adaptação da TOR a atividades estruturadas com um cão estimula o paciente cognitiva e emocionalmente. A partir deste trabalho, foi possível concluir que a utilização da TOR, adaptada à terapia assistida com animais é mais eficaz que a utilização da TOR isolada (MENNA *et al.*, 2016).



As desordens psiquiátricas também são alvo da IAA, sendo observados resultados positivos sobre a qualidade da interação social dos indivíduos (BERNABEI *et al.*, 2013; KAMIOKA, 2014). De forma similar, são relatados benefícios da IAA sobre quadro de depressão, esquizofrenia e vício em drogas (COLOMBO *et al.*, 2006; KAMIOKA *et al.*, 2014). Os benefícios sobre as desordens psiquiátricas também foram observados em revisão sistemática de Lundqvist e colaboradores (2017), onde foram incluídos 18 estudos de moderada qualidade que demonstraram melhora discreta a moderada com a IAA. Embora a aplicação da IAA demonstre muitas evidências positivas, os resultados da sua aplicação especificamente sobre alterações do comportamento e do humor são considerados insuficientes, sendo necessários estudos com delineamento mais adequado, melhor controlados e aplicando a IAA por período maior que o praticado na maior parte dos estudos (BERNABEI *et al.*, 2013; CHERNIACK & CHERNIACK, 2014; THODBERG *et al.*, 2015)

Da mesma forma, a utilização de IAA não tem demonstrado efeito sobre a prática de atividade física, fato que poderia ser atribuído à própria condição limitada de locomoção dos idosos ou a seu comprometimento cognitivo (FRIEDMANN *et al.*, 2014). Grubbs e colaboradores (2016), em estudo randomizado e controlado, avaliaram a viabilidade de incorporar a IAA em um programa de exercícios em grupo pelo período de 6 semanas para uma população idosa. Embora os autores relatem ser viável a introdução da IAA como parte de uma rotina de exercícios, não foi possível observar diferenças na aderência às atividades físicas entre o grupo acompanhado por um cão treinado e o grupo controle.

Embora a maior parte dos estudos empregue a IAA em condições crônicas ou na melhora da qualidade de vida a longo prazo, quadros agudos como a dor pós-operatória também podem se beneficiar dessa modalidade terapêutica. Harper e colaboradores (2015) avaliaram o modo como a IAA afeta a percepção de dor pós-operatória e a satisfação durante o período de internação hospitalar em pacientes submetidos a Artroplastia Total de Quadril (ATQ) e

Artroplastia Total de Joelho (ATJ). No estudo, foram incluídos 72 participantes, em que a metade recebeu 15 minutos de visita de um cão, antes da sessão fisioterapia, durante o período de internação pós-operatória (3 dias). O estudo demonstrou que a percepção de dor das pessoas submetidas à visita do cão foi menor do que no grupo controle. Além disso, a queda na pontuação da Escala Analógica Visual no intervalo de tempo que compreendia a primeira e segunda sessão, foi mais acelerada para o grupo experimental. A satisfação durante a internação hospitalar também foi significativamente maior no grupo que recebeu a visita do cão.

Vale ressaltar que, ainda que a IAA tenha demonstrado algumas evidências a respeito de seus benefícios para a saúde dos seres humanos, existem riscos, ainda que mínimos, indo desde o desconforto pela presença do cão, resultante algumas vezes de quadros traumáticos passados, a ocorrência de quadros alérgicos, transmissão de zoonoses e ferimentos diversos. Embora estes riscos existam, possuem raros relatos (CHERNIAK & CHERNIAK, 2014) e, por isso, a sua aplicação deve ser precedida de cautela e do consentimento do paciente.

Com base nas informações previamente descritas, é razoável salientar que a busca por métodos não farmacológicos, de fácil acesso e baixo custo para prolongar a independência funcional dos idosos, melhorar o apoio social e atenuar a solidão, deve ser continuamente explorada. Conforme notado, tanto a posse de animais de estimação bem como a IAA têm sido estudadas como ferramentas com potencial para elevar a qualidade de vida de tal população. A depender dos objetivos, tais ferramentas podem representar grande auxílio na promoção e manutenção do bem-estar físico e emocional dos idosos, e ainda atuar como auxiliares no processo de cura de diversos processos patológicos. Entretanto, são necessários estudos mais robustos e com período de acompanhamento suficiente para estabelecer as situações as quais essas interações podem ser mais benéficas, visto que a literatura disponível atual demonstra a escassez de estudos melhor delineados.

Material elaborado pelo Departamento Técnico-Científico

Karina Leal Negrelli
Assistente científica

Ana Flávia Nardy
Assistente científica

Lidiane Zito Grund
Assessora científica

Tháís Sodré
Diretora Técnica do Departamento de Saúde Animal



Referências

American Veterinary Medical Association (AVMA). Animal-Assisted Interventions: Definitions. Disponível em: <<https://www.avma.org/KB/Policies/Pages/Animal-Assisted-Interventions-Definitions.aspx>. Acesso em 15 set 2017.

American Veterinary Medical Association (AVMA). Wellness guidelines for animals in animal-assisted activity, animal-assisted therapy and resident animal programs; 2011. Disponível em: <http://www.avma.org/KB/Policies/Pages/Wellness-Guidelinesfor-Animals-in-Animal-Assisted-Activity-Animal-Assisted-Therapy-and-Resident-Animal-Programs.aspx>. Acesso em 15 set 2017.

Anderson WP, Reid CM, Jennings GL *et al.* Pet ownership and risk factors for cardiovascular disease. *Med J Aust.* 1992 Sep 7;157(5):298-301.

Banks MR, *et al.* Animal-assisted therapy and loneliness in nursing homes: use of robotic versus living dogs. *J Am Med Dir Assoc.* 2008 Mar;9(3):173-7.

Barker SB, Wolen AR. The Benefits of Human–Companion Animal Interaction: A Review. *J Vet Med Ed.* 2008. 35(4): 487-495.

Bernabei V, *et al.* Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review. *J Psyq Res.* 2013;47: 762-773.

Carrière I, *et al.* Anxiety and mortality risk in community-dwelling elderly people. *Br J Psychiatry.* 2013 Sep;203(3):303-9.

Cherniack EP, Cherniack AR. The Benefit of Pets and Animal-Assisted Therapy to the Health of Older Individuals. *Cur Gero Ger Res.* 2014; v2014, 1-9.

Colombo G *et al.* Pet therapy and institutionalized elderly: A study on 144 cognitively unimpaired subjects. *Arc Ger Ger* 42. 2006; (42) 207-16.

Custance D, *et al.* Empathic-like responding by domestic dogs (*Canis familiaris*) to distress in humans: an exploratory study. *Anim Cogn.* 2012;15(5):851–9.

De Rose P, Cannas E, Reinger Cantiello, P. Donkey-assisted rehabilitation program for children: a pilot study. *Plos One* 2011 Nov; 47(4): 391-6

DeCoursey M, *et al.* Animal-assisted therapy: Evaluation and implementation of a complementary therapy to improve the psychological and physiological health of critically ill patients. *Dimens Crit Care Nurs.* 2010 Sep-Oct;29(5):211-4.

Dembicki D, Anderson J. Pet ownership may be a factor in improved health of the elderly. *J Nutr Elder.* 1996;15:15–31.

Friedmann E *et al.* Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Rep* 1980;95:307–12.

Friedmann E, *et al.* Evaluation of a pet-assisted living intervention for improving functional status in assisted living residents with mild to moderate cognitive impairment: a pilot study. *Am J Alzheimers Dis Other Demen.* 2015 May;30(3):276-89.

Grubbs B *et al.*, A Pilot Study to Assess the Feasibility of Group Exercise and Animal-Assisted Therapy in Older Adults *J Aging Phys Act.* 2016 Apr;24(2):322-31.

Harper CM *et al.* Can Therapy Dogs Improve Pain and Satisfaction After Total Joint Arthroplasty? A Randomized Controlled Trial. *Clin Orthop Relat Res.* 2015 Jan;473(1):372-9.

Imber-Black E. Snuggles, my cotherapist, and other animal tales in life and therapy. *Family Process.* 2009 Dec; 48(4): 459-61

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Indicadores Sociodemográficos e de Saúde no Brasil (2009). Disponível em: http://www.ibge.gov.br/english/estatistica/populacao/indic_sociosaude/2009/indicsaude.pdf. Acesso em 31 ago 2017.

Kamioka H, *et al.* Effectiveness of animal-assisted therapy: A systematic review of randomized controlled trials. *Comp Ther.* 2014; 22: 371-90.



Kawamura N, Niiyama M, Niiyama H. Long-term evaluation of Animal-assisted therapy for institutionalized elderly people: a preliminary result. *Psy*. 2007; 7:8-13.

Ko HJ, *et al*. Effect of Pet Insects on the Psychological Health of Community-Dwelling Elderly People: A Single-Blinded, Randomized, Controlled Trial. *Gerontology*. 2016;62(2):200-9.

Krause-Parello CA, Kolassa J. Pet Therapy: Enhancing Social and Cardiovascular Wellness in Community Dwelling Older Adults. *J Com H Nur*. 2016; 33(1): 1-10.

Levine GN, *et al*. Pet ownership and cardiovascular risk: A scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*. 2013 Jun; 127(23):2353-63.

Lundqvist M, *et al*. Patient benefit of dog-assisted interventions in health care: a systematic review. *BMC Com Alt Med*. 2017; 17(358): 1-12

McNicholas J, Collis GM. Dogs as catalysts for social interactions: robustness of the effect. *Br J Psychol* 2000;91(Pt 1):61–70.

Menna LF, *et al*. Evaluation of the efficacy of animal-assisted therapy based on the reality orientation therapy protocol in Alzheimer's disease patients: a pilot study *Psychogeriatrics*. 2016 Jul; 16(4):240-6.

Muñoz *et al*. Animal-assisted interventions in internal and rehabilitation medicine: a review of the recent literature. *Panminerva Med*. 2011 Apr; 53(2): 129-36.

Nimer J, Lundahl B. *Animal-Assisted Therapy: A Meta-Analysis*. *Anthrozoos*. 2007; 20(3): 225-38.

Pedersen I *et al*. Farm animal-assisted intervention: relationship between work and contact with farm animals and change in depression, anxiety, and self-efficacy among persons with clinical depression. *Issues Ment Health Nurs*; 2011 Mar; 32(8): 493-500.

Raina P *et al*. Influence of companion animals on the physical and psychological health of older people: an analysis of a one-year longitudinal study. *J Am Geriatr Soc* 1999;47:323–9.

Rogers J, Hart LA, Boltz RP. The role of pet dogs in casual conversations of elderly adults. *J Soc Psychol* 1993;133:265–77.

Siegel JM. Stressful life events and use of physician services among the elderly: the moderating role of pet ownership. *J Pers Soc Psychol* 1990;58:1081–6.

Thodberg K, *et al*. Therapeutic effects of dog visits in nursing homes for the elderly. *Psychogeriatrics*. 2016 Sep;16(5):289-97.

WHO - World Health Organisation – World Report on Ageing and Health. 2015.

Wood L, Giles-Corti B, Bulsara M. The pet connection: pets as a conduit for social capital? *Soc Sci Med* 2005;61:1159–73.

