

A TERCEIRA IDADE E O BEM ESTAR ANIMAL

Nicolly Pereira¹
Simone Ballão Taques Wendt²

RESUMO: Através de aulas para o Programa de Apoio e Valorização a 3ª Idade (P.A.V.I.) pode-se mostrar que um animal de companhia pode proporcionar uma vida mais harmoniosa, atrativa e dinâmica. Valorizando as capacidades, competências, saberes e cultura do idoso, aumentando a sua auto-estima e autoconfiança, dando importância aos interesses, motivações e benefícios que o animal oferece, assim com os cuidados básicos com os animais: alimentação, higiene, imunização e doenças transmissíveis ao homem.

Palavras chave: Idosos. Imunização. Bem estar animal.

ABSTRACT: Through classes for Support Program and Valuation the 3rd Age (P.A.V.I.) you can show that a pet animal can provide a life more harmonious, dynamic and attractive. Enhancing the capabilities, skills, knowledge and culture among the elderly, increasing their self-esteem and self confidence, giving importance to the interests, motivations and benefits that the animal offers, as well as basic care with the animals: feeding, hygiene, immunization and disease transmissible to humans.

Key words: Elderly. Lessons. Animal welfare.

INTRODUÇÃO

As aulas de bem estar animal à terceira idade visam auxiliar nos cuidados com os animais de estimação, assim como entender melhor a fisiologia destes, que dividem os momentos alegres e tristes, melhoram a qualidade de vida do idoso e suprem a carência afetiva dessa etapa da vida.

Idosos que têm animais de estimação costumam adoecer menos e têm menos depressão. A preocupação com os cuidados faz com que se sintam úteis, necessários e ativos, preservando a saúde física e mental.

Os animais facilitam os relacionamentos sociais, os passeios com os animais, por exemplo, possibilitam atividades físicas prazerosas, fazem bem à saúde física e emocional dos idosos e como adoram carinho e não economizam nos sentimentos, eles acabam estimulando o toque físico com o dono, suprimindo as necessidades físicas e emocionais (CARVALHO, 2004).

Um idoso que cuida de um animal de estimação apresenta maior grau de satisfação pessoal, pois tal atividade preenche o tempo e estimula o estabelecimento de vínculos de afetividade. Não importa a raça ou a espécie, o que vale é o contato, amor, carinho e o vínculo que se estabelece.

A qualidade de vida destas pessoas aumenta consideravelmente, este fato deve-se à conjugação de diversos fatores, dentre eles a distração, e a sensação de ser responsável por alguém além da companhia amigável que faz esquecer os problemas.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foram realizadas aulas presenciais, semanais, com alunos do Programa de Apoio e Valorização a 3ª Idade (P.A.V.I.) com a apresentação dos seguintes temas, utilizando recursos visuais e dinâmicas de grupo: papel dos animais na sociedade e sua alteração no passar dos anos: melhor amigo do homem; inteligência instintiva; bem estar dos animais: imunidade para uma vida saudável; alimentação ideal, cuidados com a higiene; controle seu e do cão: psicologia animal; bons hábitos (comandos de obediência); fisiologia comportamental: ritmos circadianos; ingestão; termoregulação; comunicação; socialização; emoções; aprendizado e memória; fisiopatologias comportamentais; reconhecimento e controle da dor nos animais; saúde pública: doenças transmissíveis e além destes assuntos sugeridos pelas turmas.

RESULTADO E DISCUSSÃO

O contato com animais de companhia pode melhorar a qualidade de vida de seus parceiros humanos. Os indicadores do bem-estar humano são encontrados nas seguintes categorias: psicológica, social, comportamental e fisiológica (HELLEBREKERS, 2002).

Em termos psicológicos, os cães, através de sua pureza e espontaneidade instintiva, resgatam a criança interior da pessoa e aumentam a capacidade de amar (KASSIS, 2003).

O grau em que esses animais, principalmente cães e gatos, preenchem o papel de doadores e receptores de amor é extraordinário. Um animal não proporciona apenas companhia, ele facilita o companheirismo humano (HELLEBREKERS, 2002).

Através das aulas ministradas para a terceira idade houve uma reconstrução do conhecimento pré-estabelecidos sobre os cuidados e o bem estar dos animais de companhia.

Ter um animal de estimação pode não ser apenas uma questão de lazer ou de companhia. A medicina está descobrindo que eles também podem ser benéficos para a saúde humana. Estudos do American Journal of Cardiology mostram que pessoas, ao interagirem com animais constantemente, tendem a apresentar níveis controlados de estresse e de pressão arterial, além de estarem menos propensas a desenvolver problemas cardíacos (VICÁRIA 2003).

Estudos efetuados nos Estados Unidos e na Europa apontam para uma redução do tempo de recuperação das doenças e uma maior sobrevivência aos indivíduos que possuem animais de estimação e que foram acometidos por cardiopatia isquêmica. Percebe-se que, nessas situações, a presença do animal resultou na redução da ansiedade, diminuição de depressão, uma vez que os animais incentivam a atividade física, tanto para levá-los aos passeios como para a realização dos cuidados diários (BERZINS, 2003).

Não há dúvida que, cada vez mais, a nossa relação de amizade com os animais de estimação (especialmente com os cães e gatos) tem se fortalecido e, certamente, podemos afirmar que esse vínculo durará por muito tempo (SALERA JÚNIOR, 2007).

Algumas raças são mais indicadas para a convivência com as pessoas da terceira idade. O labrador, por exemplo, é um cão dócil, tranquilo, muito utilizado como guias de deficientes visuais. O gato persa é uma excelente opção dentre os felinos. Muito caseiro tranquilo e dócil, adora seguir o dono pelos cômodos da casa e adora carinho. Necessita de escovação, o que pode ser uma atividade prazerosa e de interação agradável.

Não só os idosos são beneficiados com a companhia de um animal. Embora ainda não se saiba todos os mecanismos biológicos que conectam a mente e o corpo, já são muitos os estudos que indicam os efeitos fisiológicos positivos gerados nas pessoas que interagem com os animais.

Nos idosos, os resultados podem ser percebidos física e psicologicamente, pois, sentem-se úteis novamente, além disso, os cuidados dispensados aos animais podem auxiliar na diminuição da pressão arterial e dos riscos de problemas cardíacos e aguçam a memória (FUCHS, 2000).

Para aqueles que vivem por conta própria, mas sentem um isolamento social cada vez maior, os animais são fontes de apoio emocional e substituem a estreita rede social. O cão, principalmente, socializa e aproxima as pessoas, fatores preponderantes para a manutenção da saúde e da sobrevivência. Para idosos saudáveis, essa convivência pode retardar o aparecimento de enfermidades e até mesmo reduzir a necessidade de visitas periódicas a consultórios médicos. Naturalmente, o processo de envelhecimento leva à inatividade e redução do círculo de prazer e amor, e no animal a pessoa encontra companheirismo, aconchego, acolhimento, companhia para andar e conversar (FUCHS, 2000).

Como exemplo disso, no Brasil, os animais têm sido utilizados na prática de Terapia Assistida por Animais (TAA). Por meio da convivência com animais, os idosos conseguem colocar seus sentimentos para fora. A companhia de animais no ambiente doméstico ou em sessões assistidas de TAA melhora a qualidade de vida do idoso, para os mais velhos, não há companhia melhor do que a de um cão ou de um gato (UEMURA, 2002).

A TAA é altamente desenvolvida nos EUA e Europa já há mais de vinte anos, e conta com mais de 2000 projetos que atendem as mais diversas classes de pacientes, tais como idosos, crianças, doentes, albergados, presos sob os aspectos físicos (exercícios, mobilidade, estabilização da pressão arterial); mentais (memória, bem estar, e aqueles relativos ao conhecimento); emocionais (amor incondicional e atenção, redução da solidão, vínculo e aumento de confiança); sociais (diversão, alívio do tédio cotidiano, comunicação, sentimento de segurança e motivação). E esses estímulos proporcionam resultados positivos para tratamentos diversos (VASCONCELOS, 2003).

Através das TAA os idosos são encorajados a viver aquele momento de interação com o cão além de praticar exercícios leves que utilizam mãos e braços, incentivados a se mover e a fazer movimentos que antes pareciam impossíveis de conseguir. Acredita-se que isso se deve ao fato de os cães, devidamente treinados e com características natas (tais como calma e tolerância), interagirem oferecendo amor às pessoas que os cercam, não distinguindo os indivíduos em termos de raça, faixa etária, estética, condição sócio-econômica e outros. Os cães aceitam as pessoas como elas são e isso permite uma interação muito rica entre ambos (DOTTI, 2004).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A troca de conhecimentos foi útil para ilustrar as aulas com situações adversas vividas pelos alunos com seus animais de estimação, tais como parto e comportamento agressivo e trouxe para as aulas dúvidas sobre os assuntos referidos as aulas.

Depois dos filhos crescidos, morando em outra cidade, casados; as pessoas sentem solidão, sentem falta de dar e receber afeto. Muitos são os casos de parceria feliz entre idosos e animais de estimação. A companhia de animais domésticos pode melhorar a qualidade de vida do idoso, além de suprir a carência afetiva dessa etapa da vida. As pessoas sentem-se úteis, necessárias e se mantêm ativas, preservando a saúde física e mental (SORVILLO, 2008).

Idosos que têm animais de estimação costumam adoecer menos e têm menos depressão. Não importa a raça ou a espécie. O que vale é o contato, o amor, carinho e o vínculo que se estabelece entre o idoso e o animal (SORVILLO, 2008).

Estudos mais recentes têm demonstrado que existem vários benefícios dos animais de companhia no desenvolvimento psicológico, social e na qualidade de vida das pessoas. Verificaram-se níveis de solidão, depressão e ansiedade mais baixos em pessoas que possuíam animais de companhia (JORGE, 2007).

A solidão e o isolamento social são outros problemas que têm vindo a crescer na nossa sociedade. Basta pensar na quantidade de idosos que vivem sozinhos nas cidades e aldeias do nosso país. Muitos deles possuem pouco ou nenhum suporte social. Um grande número tem um cão ou um gato. Os animais tornam-se fiéis companheiros, dando maior alegria e um sentido a uma existência que nem sempre é colorida (JORGE, 2007).

Portanto, a qualidade de vida do idoso aumenta, assim como a sua longevidade. A inserção de animais de companhia em lares tem proporcionado oportunidades para os idosos conversarem, recordarem outros tempos, assim como para a sua estimulação sensorial (JORGE, 2007).

REFERÊNCIAS

- AIELLO, Kátia Regina; UEMURA, Satie. **Jornal Nippo Brasil**. 2002. Disponível em: <<http://www.nippobrasil.com.br/2.semanal.bichos/385.shtml>> Acesso em: 10 dez. 2008
- DOTTI, Jerson et all. 2004. **Anjos para doação**. Disponível em: <<http://anjospaadaocao.multiply.com/journal/item/105/105>>. Acesso em: 01 ago. 2008.
- _____. **Projeto Cão do Idoso**. Disponível em: <<http://www.projetocao.org.br/faq.html>>. Acesso em: 10 dez. 2008
- ELIAS, Marisa; COELHO, Susana. **Bianca**. 2007. Disponível em: <http://www.bianca.pt/index.php?option=com_content&view=article&id=18&Itemid=80>. Acesso em: 10 dez. 2008
- FEITOSA, Valéria. **Doutor Cão**. 2001. Disponível em: <http://www.doutorca.com.br/textnoticias_text2.htm>. Acesso em: 10 dez. 2008.
- FERREIRA, Wagner Luís. **Folha da Região**. 2005. Disponível em: <<http://www.folhadaregiao.com.br/noticia?60628>>, Acesso em: 10 dez. 2008
- FUCHS, Hannelore. **Revista Secovi**. 2000. Disponível em: <http://www.revistasecovi.com.br/secovi/capa_detalhes.asp?txt_ukey=390641335565TY7CVZ>, Acesso em: 10 dez. 2008
- JORGE, Hugo. **Arca de Noé Viva Pets**. 2007. Disponível em: <<http://arcadenoe.sapo.pt/article.php?id=327>>. Acesso em: 10 dez. 2008
- SALERA JÚNIOR, Giovanni. **Usina das Palavras**. 2007. Disponível em: <http://www.usinadaspalavras.com/ler.php?txt_id=61904>. Acesso em: 10 dez. 2008.
- SORVILLO, Ricardo. **Grandes Amigos**. 2008. Disponível em: <<http://grandesamigospetshopsalvador.wordpress.com/2008/11/09/animais-e-idosos-uma-parceria-perfeita/>>. Acesso em 10 dez. 2008
- VASCONCELOS, Keli. **Revista da Maior Idade**. 2003. Disponível em: <http://www.revistamaioridade.com.br/materias/comportamento/desk_comportamento_amizade.htm>. Acesso em: 10 dez. 2008

¹ Acadêmica do Curso de Medicina Veterinária – UnC - Canoinhas

² Docente do Curso de Medicina Veterinária – UnC - Canoinhas