

Terapets:

cães como agentes de cura

Cinoterapia ou TAA: pets auxiliam no tratamento à depressão

POR

SAMARA VEIGA e THOMAS SALES

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 300 milhões de pessoas sofrem do transtorno de depressão no planeta e afeta 11,5 milhões de brasileiros. Com base nos dados da OMS a quantidade de casos de depressão aumentou em 18% em 10 anos. O Brasil é campeão de casos de depressão na América Latina, com quase 6% da população país e tem a maior prevalência de ansiedade no mundo: 9,3%. A depressão é um fruto de uma complexa inter-relação de fatores sociais, psicológicos e biológicos. Pessoas que passam por eventos adversos durante a vida, como desemprego, luto, trauma psicológico, são mais suscetíveis a desenvolver depressão.

Diante dos números alarman-



Parceria das doutoras Kellen Oliveira e Alessandra Naghettini no projeto TAA/UFG



Ana Carolina Marega: "Deixamos de lado o capacitismo e consideramos o potencial de expressão da subjetividade humana."

tes, a Cinoterapia, também chamada de Terapia Assistida por Animais (TAA), surge como um tratamento auxiliar para diversos tipos de doenças e comprovadamente desencadeadora de "bem-estar, saúde emocional, física, social e cognitiva" em pacientes psiquiátricos, hospitalizados e idosos moradores de instituições.

"Globalmente, apenas metade dos que necessitam de tratamento psiquiátrico recebem ajuda", afirma Nadége Herdy, psiquiatra da Rede de Hospitais São Camilo, de São Paulo. As principais causas de suicídio no mun-

do são quadros depressivos.

De acordo com a psicóloga Ana Carolina Marega: “Não somente a depressão, mas outras doenças e traumas são tratáveis com a TAA. A mesma é um complemento importante associado aos tratamentos tradicionais, essa forma de intervir tem por objetivo o desenvolvimento físico, psíquico social de quem faz o tratamento”.

Popularmente conhecida como pet terapia, atualmente, em Goiás a terapia é feita pela Faculdade de Medicina juntamente com a Escola de Veterinária e Zootecnia (EVZ), ambas da Universidade Federal de Goiás, como parte da implantação do Programa de Atividade Terapia Assistida por Animais em Goiás. O projeto teve início em 2017, no Hospital das Clínicas da UFG.

As coordenadoras do projeto são as médicas veterinárias Kellen Oliveira, doutora pela Universidade Estadual Paulista (Unesp), e Alessandra Naghettini, doutora pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), do núcleo de TAA (EVZ/UFG). Elas contam que o projeto surgiu da iniciativa de uma estudante do curso de medicina veterinária.

“Como tenho amigos na Faculdade de Medicina da UFG, procurei uma que é docente na pediatria, conversamos sobre o projeto, se havia possibilidade de implantar dentro da ala pediátrica do HC. Então, escrevemos o projeto, cadastramos como uma ação de extensão da Escola de Veterinária e Zootecnia da UFG. Fizemos muitas reuniões com a equipe do HC para autorização. E, como não sabíamos a aceitação do projeto, indicamos somente a ala pediátrica do hospital. Hoje

realizamos as visitas em vários hospitais em Goiânia em alas tanto pediátricas quanto adulta”, comemoram.

Elas ainda explicam que os procedimentos padrões para adaptar a presença dos pets dentro do hospital parte inicialmente da aceitação da equipe médica, assistência social, psicólogos e demais colaboradores dos hospitais, juntamente com a comissão de infecção hospitalar.

“O contato com o animal diminui o sofrimento no tratamento do paciente e o torna mais tranquilo, com estímulo da produção de endorfina e adrenalina”

A coordenação do projeto faz visitas e reuniões prévias nas dependências do hospital, explicando o objetivo e procurando saber as expectativas da equipe. As profissionais explicam que a inclusão dos pets no tratamento pode ser feita em diversos casos clínicos e cirúrgicos. Em alguns casos em específicos, como imunidade baixa, os médicos não permitem a visita, por isso essa interação entre a equipe hospitalar e a coordenação do projeto é importante.

As médicas veterinárias explicam como é feita a pré-seleção dos pets. “Todos os cães do

projeto têm donos. Eles passam por duas seletivas. A primeira é a comportamental, onde alunos da EVZ realizam testes de obediência, socialização, temperamento, entre outros. Passando desta fase, ele deve ser consultado com o médico veterinário para realização de exames de rotina, atualização da carteira sanitária – vacina, vermífugo e ectoparasitas. E, estando apto pelo médico veterinário, os documentos são enviados para a equipe do projeto e animal estará apto à entrar na escala das visitas aos hospitais”.

Benefícios

A pet terapia traz benefícios para todas as idades que enfrentam problemas com autismo, esquizofrenia, psicoses, paralisia cerebral, distúrbios de atenção e aprendizagem, depressão e luto. Ao realizar um carinho no pet, o contato efetua uma descarga de neurotransmissores ligados ao bem-estar, elevando os níveis de serotonina e dopamina, diminuindo a ansiedade e estresse que de forma natural reduz o uso de antidepressivos.

O contato com o animal diminui o sofrimento no tratamento do paciente e o torna mais tranquilo, com estímulo da produção de endorfina e adrenalina, propõe energia ao paciente e companheirismo àqueles que se sentem sozinhos. As atividades relacionadas à TAA consistem em interagir com o cão de diversas formas, como passear, brincar, acariciar, pentear os pêlos, gerando no paciente a autoconfiança, movimentação corporal, alongamento muscular, contato emocional, senso de responsabilidade, autoestima, autocontrole e diversão.

/ SAÚDE

Um pet me curou

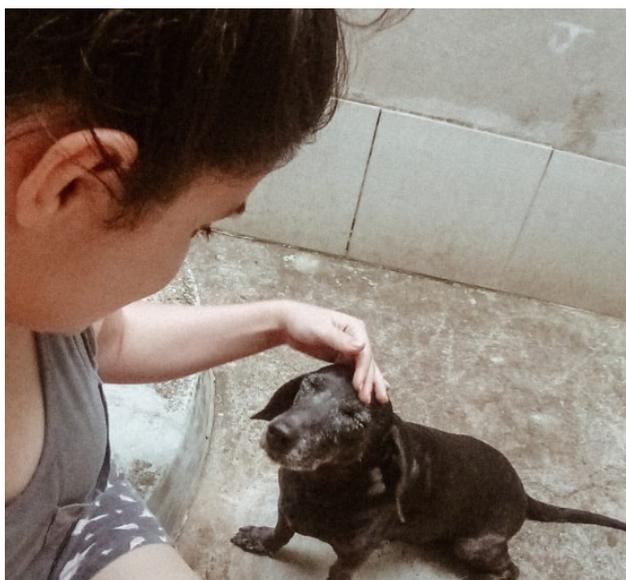
A bióloga Jhenifer Renner conta que decidiu iniciar o tratamento com o pet após o término de um relacionamento muito conturbado em sua adolescência, quando entrou em depressão e logo parou de se alimentar e comunicar com as pessoas à sua volta. Ela conta que já tinha uma cadela e antes de entrar no período depressivo ela era apenas um “pet normal”, mas que durante a luta contra a depressão, tiveram uma aproximação e foi o que a salvou. “Ela pode não ter feito muita coisa, mas só de estar ao meu lado no momento das minhas crises, foi essencial para que eu conseguisse superar”, explica

Hoje, sete anos depois, ela está totalmente recuperada. “Sou grata à Deus e a minha Pretinha, que me mostraram que toda perda gera dor, mas isso faz parte do crescimento. E se faz de extrema importância ter alguém, mesmo que seja um pet, que te auxilie nos seus processos de cura”, desabafa a bióloga.

Já de acordo com a massoterapeuta Paula Sena que após ter perdido seu esposo, com o qual foi casada 28 anos, teve a sensação que estava faltando alguém em casa, e logo pensou em adotar um cachorro alegre que gostas-



A cadela Joy foi adotada após perda do marido



A bióloga Jhenifer Renner iniciou o tratamento com o pet após o término de um relacionamento conturbado

se de brincar e pudesse preencher esse vazio. A paciente relata que entrou em contato com uma ONG resgatadora de cães pedindo um pet ativo e agitado que pudesse trazer alegria à sua casa e lhe deram uma vira-lata, a qual colocou o nome de “Joy”, que em inglês significa alegria.

“Optei pela pet terapia porque é algo natural, que não envolve medicamentos que po-

dem me gerar dependência. É como se a Joy trouxesse uma substituição emocional, como uma reedição dos arquivos mentais me mostrando que é possível sorrir novamente no meu processo de luto”, relata Paula. Ela ainda diz que sua rotina mudou, que o ambiente ficou mais animado. “É como se ela fosse minha filha e fizesse parte da nossa família. A Joy preencheu o vazio”.

Hospital de Urgências de Goiânia oferece pet terapia

O Hospital de Urgências de Goiânia (Hugo) conta com a TAA. Inaugurado em 1991, é o segundo hospital de urgência e emergência de Goiás, além de ser uma instituição de assistência à população. É voltado ao processo de ensino, o qual dispõe de um espaço de extensão universitária e pesquisa. A grande maioria dos seus pacientes sofre algum tipo de acidente e necessita de cirurgias delicadas e de emergência. Em alguns casos os mesmos ficam com a estrutura emocional abalada e em seus acompanhantes também são despertados sentimentos de insegurança, ansiedade, estresse e insônia.

A experiência exitosa no Hugo inspirou vereadores de

Goiânia. Em 2019, foi aprovado na Câmara Municipal de Goiânia, o projeto de lei que permite a pet terapia. O objetivo é que o procedimento seja estendido a diversos hospitais, pois a TAA é reconhecida em outros países do mundo e é sucesso no Hugo. A assessoria de Comunicação do hospital informou que é gratificante ser citada como uma pequena inspiração a esse remédio que vem em forma de um abraço na alma nos pacientes feridos e que, às vezes, a presença pet cura as feridas da alma.

As visitas dos cães amigos ocorrem sempre nas áreas de circulação do hospital, sendo que seu planejamento é feito com o aval do Serviço de Controle de Infecção Relacionada

à Assistência à Saúde (Sci-RAS) da unidade, tendo como objetivo garantir a segurança de todos os envolvidos. Os animais alegram os pacientes, além da equipe de profissionais que atua no hospital.

“A presença dos pets também pode reduzir de forma significativa à intensidade do estresse que surge pela internação, alivia a sensação do isolamento e sofrimento além de prevenir um surgimento de um quadro depressivo. Esse contato tira o foco do paciente e de quem o acompanha em observar somente a doença, fazendo assim um exercício de troca afetiva”, pontua Ana Carolina Marega, coordenadora do projeto de pet terapia do Hugo.

Hospital das Clínicas da UFG foi pioneiro na cinoterapia

Isabella Messias, médica veterinária formada pela UFG, explica que a TAA é uma vertente das intervenções assistidas por animais. É uma prática interdisciplinar que abrange diversas áreas do conhecimento como a medicina, enfermagem, psicologia, fisioterapia, pedagogia entre outras. Ela diz ter acompanhando diversos casos no Hospital das Clínicas da UFG que a emocionou muito, e com apenas uma visita já podia perceber a mudança de humor das crianças e a felicidade delas ao ver os animais.

A veterinária conta que a experiência que mais a marcou foi de um menino que era autista e não andava, nem falava. “Quando fomos visitá-lo e ele viu a Teresa,

que era uma cadela voluntária à altura, ele começou a tentar andar e a falar. A mãe ficou muito emocionada e nós também. Ela nos disse que não conseguia fazer com que ele ficasse nem dez minutos em pé, mas só com a presença da Teresa ele não só ficou em pé, mas como também estava tentando andar. Foi o momento mais lindo da minha vida e o que me fez ver que tudo isso valia a pena”, emociona-se.

Isabella conta ainda que em uma sessão de atividade assistida por animais na EVZ/UFG, no mês de saúde mental promovido pela Liga Acadêmica de Bem-estar Animal (Labec), uma jovem foi até a ação e ao interagir com os ani-

mais ela começou a chorar muito. “Conversamos um pouco com ela. A garota nos disse que tinha depressão e que aquele momento com os animais, sendo só o ato de tocar e abraçá-los, já tinha mudado muito o dia dela”.

Com relação ao tempo de recuperação, a profissional diz que é muito relativo, “alguns vão precisar fazer a terapia a vida toda e outros só algumas sessões. Cada caso é um caso e isso deve ser decidido entre a equipe interdisciplinar, seja ela formada pelo médico, psicólogo ou fisioterapeuta. Daí a importância de documentar todos os passos para verificar a evolução do paciente durante as sessões da TAA”, explica.