



# Terapia Assistida por Animais e sua contribuição para a Saúde Mental

Ingrid Wenzel Prochnou<sup>1</sup>, Djalma de Campos Gonçalves Júnior<sup>1</sup> e Marcela Baer Pucci<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Discente de Medicina Da Universidade Nove de Julho campus Bauru/SP

<sup>2</sup> Docente de Neurofisiologia da Universidade Nove de Julho campus Bauru/SP

# Introdução

A terapia assistida por animais (TAA) requer critérios específicos pré-estabelecidos por profissionais de saúde e que tem objetivos em aprimorar aspectos físicos, cognitivos ou emocionais dos pacientes envolvidos. A ansiedade está dentre os transtornos psiquiátricos mais frequentes nos brasileiros e é o que mais afeta a qualidade de vida. Já a depressão vem ganhando um maior destaque nos estudos contemporâneos de saúde mental, deixando de ocupar a categoria de tabu em um passado não muito distante. Portanto, a utilização de TAA torna-se uma possibilidade terapêutica quando a efetiva participação dos animais no cotidiano dos indivíduos contribui positivamente para auxiliar o bem-estar mental. Os cães, em suma, demonstram maior afeição e são os mais cooperáveis com as atividades humanas.

# Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa que segue as diretrizes propostas por SOUZA et al. (2010). Foram pesquisados na busca avançada da plataforma da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS Saúde), com busca nas bases de dados da Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Índice Bibliográfico. Español en Ciencias de la Salud (IBECS), os termos combinados “terapia assistida por animais” e “depressão”; e “terapia assistida por animais” e “ansiedade”. Foi usado como critério de inclusão o trabalho ter sido produzido no Brasil, nos últimos 10 anos (2013 - 2023).

# Resultados

Primeiramente, quatro artigos científicos foram encontrados, porém, um dos artigos foi excluído por se tratar de uma revisão de literatura. Assim, os três artigos elegíveis foram incluídos nessa revisão integrativa e representam iniciativas de usar a terapia assistida por animais como recurso para auxiliar na melhora da saúde mental e abordam iniciativas feitas em cenários distintos.

## Uliana (2020)

- Estudo qualitativo com objetivo de descrever a interação assistida por animais na expressão verbal e não verbal de conteúdos psíquicos em sujeitos adultos com deficiência intelectual.
- Foram usados quatro sujeitos do sexo feminino entre 35 e 65 anos atendidos pela APAE de São Paulo
- Foi usado um cão, chamado Amin, em bom estado de saúde da raça Golden Retriever escolhido como co-terapeuta pois já exercia essa função desde 2013.
- Foram feitas sete sessões que ocorreu de maneira semanal e que ocorreram em grupo, durando 35 minutos.

- Em todos os encontros as atividades foram sustentadas por interações entre o cão, os participantes e a pesquisadora.
- As atividades abordaram atividades como: imagens de coração com escritos sobre amor, companheirismo, respeito, felicidade, etc. foram fixados no colete de Amin e os participantes foram convidados a conversar sobre esses temas; os participantes foram solicitados a desenhar o corpo de Amin e, em seguida, foram comentadas as semelhanças e diferenças dos desenhos com afinidade de trabalhar a temática da percepção de si e do outro; foram selecionadas fotos de diferentes fases da vida de Amin para que os participantes falassem sobre história de vida, desejos e projetos atuais e futuros.

- Os indivíduos foram nomeados de S1, S2, S3 e S4 e tiveram as avaliações de HTP e Wartegg pré e pós exposição analisados.
- S1 teve os resultados de HTP que demonstraram melhora na autoestima e Wartegg que demonstram melhora na compreensão das situações.

S2 teve os resultados de HTP que demonstraram melhora na autoestima e Wartegg que demonstra melhora no entendimento de seu lugar no mundo.

S3 teve os resultados de HTP que demonstraram melhora na percepção do mundo e de si e na redução de conflitos e Wartegg melhora na percepção externa.

S4 teve os resultados de HTP que demonstraram redução na impulsividade e ansiedade e Wartegg melhora na percepção do outro.

# Gonçalves (2019)

- Idosos com demência inicial e moradores de uma Instituição de Longa Permanência em Belo Horizonte - MG.
- Foram usados dois participantes para o estudo, que foi aplicado o teste Mini Exame do Estado Mental (MEEM) para avaliar o nível de cognição dos indivíduos.
- Foi feito sessões semanais individuais que duraram oito encontros. Os encontros foram feitos por um psicólogo e um técnico de intervenção animal.

- Foram utilizadas as seguintes raças com as suas particularidades: Golden Retriever, utilizado para estimulação sensorial, atividades físicas e busca e suporte; Sem raça definida (SRD), utilizada para saltos, escovação e colo; Shar Pei, para estimulação sensorial e por serem filhotes e peludos, estreitam laços afetivos entre o idoso e o animal; Boiadeiro Bernês e Pastor Australiano para suporte das pernas do idoso, carinho e escovação. Os exercícios propostos foram efetuados em todas as sessões havendo adequação do treino de acordo com os cães utilizados.

- Idosa realizando exercício de mobilidade através do agachamento e alcance frontal.



Foto presente no artigo de Gonçalves (2019)

- Os autores afirmam que os idosos tiveram melhoras nos índices de mobilidade e atividades diárias, porém os índices da escala de depressão geriátrica apresentou piora em ambos os idosos.
- No paciente 1, que já possuía depressão diagnosticada, teve uma piora pequena. Porém, no paciente 2, teve uma piora acentuada. O fato de o paciente 2 ter tido que se mudar do seu quarto por causa de uma reforma, para conviver em um quarto coletivo com outro idoso e com uma nova rotina, pode ter sido um fator importante para interferir nesse resultado.

## Silva (2018)

- A terapia assistida por animais foi usada no setor de pediatria de hospital oncológico de Barretos - SP.
- 24 Crianças participaram de sessões de 30 minutos por semana. Cada criança deveria fazer três sessões em no máximo quatro semanas.
- Dois cachorros, um Labrador e um Golden Retriever, que foram aprovados pela docilidade e bom estado de saúde aprovado por médicos veterinários.

- Os encontros trabalharam individualmente os critérios (1) estimulação sensorial dos membros superiores dos envolvidos (escovar, acariciar os animais); (2) atividades da vida diária (dar água e alimento para os animais), (3) socialização e recreação (dog show, brincar com apetrechos, guiar o cão através de obstáculos, aprender sobre a história dos cães).
- Os instrumentos de medição da pesquisa demonstrou que as crianças tiveram melhoras nos níveis de dor, irritação, estresse e uma tendência de diminuição significativa nos níveis depressivos.

# Discussão

A possibilidade de criar um ambiente para vazão de pensamentos e reflexão coletiva sobre temas da vida cotidiana é um importante ponto de partida para trabalhar patologias da saúde mental. Com isso, o uso da TAA pode ser um recurso para criar esse ambiente tão importante para a identificação, tratamento e melhora dos desfechos desses transtornos. Além disso, a apresentação dessas pessoas a co-terapeutas animais demonstram benefícios na melhora dessas patologias bem como ajudar a criarem pensamentos mais amenos sobre as circunstâncias que estão enfrentando. Por fim, a melhora motora e cognitiva de pacientes expostos a animais pode ser interessante a longo prazo para preservar a funcionalidade da motricidade cotidiana, prevenindo transtornos relacionados à saúde mental decorrentes da incapacidade de exercer atividades diárias.

# Conclusão

Portanto, a terapia assistida por animais, segundo os achados desta revisão integrativa, tem demonstrado, na maioria das experiências, impactos positivos na saúde mental dos indivíduos expostos em situações heterogêneas e permite que seja um recurso adicional para melhorar o diagnóstico, tratamento e desfecho dessas psicopatologias.

# Referências Bibliográficas

- AMBROSI, C., et al.. Randomized controlled study on the effectiveness of animal-assisted therapy on depression, anxiety, and illness perception in institutionalized elderly. **Psychogeriatrics**. 2018;18(6).
- ANDRADE, S. K. D. DO R. E. S. et al.. Loss of functional capacity in elderly individuals with Alzheimer disease. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 14, n. 4, p. 387–393, out. 2020.
- BELLETATO, L. , BANHATO, E. F. C. TRANSTORNO DE ANSIEDADE SOCIAL (TAS) OU FOBIA SOCIAL: CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA ASSISTIDA POR ANIMAIS (TAA). **CADERNOS DE PSICOLOGIA**. v.1, n.1, p.96-114. 2019.
- CANGUSSU, R. DE O. et al.. Sintomas depressivos no câncer de mama: Inventário de Depressão de Beck - Short Form. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 2, p. 106–110, 2010.
- CAPOTE, P.S.O., COSTA, M.P.R. Terapia assistida por animais: aplicação no desenvolvimento psicomotor da criança com deficiência intelectual. São Carlos: **EDUFSCAR**. 2011.
- COSTA, C. V. et al.. PEDOPSQUIATRIA EM CUIDADOS PALIATIVOS PEDIÁTRICOS: Novos percursos da saúde mental infantojuvenil. **Revista Portuguesa de Pedopsiquiatria**. v. 48, 2020.
- DEMARQUE, R. et al.. DEPRESSÃO E CÂNCER DE MAMA. **Revista Debates em Psiquiatria**, v. 6, n.1, p 31 - 5. 2016.
- DOTTI, J.. Terapia e Animais. 1. ed. São Paulo: Noética. 2005.
- FERNANDES, L. L.. Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG): Uma breve análise. **Revista Farol**. v.10, n.10, p.155-165, 2020.
- GONÇALVES, J. O.; GOMES, F. G. C. ANIMAIS QUE CURAM: A TERAPIA ASSISTIDA POR ANIMAIS. **Uningá Review** , *[S. l.]*, v. 29, n. 1, 2017.
- SONTELLI, B. M., et al.. Efeitos da associação da Terapia Assistida por Animais com o tratamento fisioterápico na funcionalidade e humor de indivíduos com demência. **Fisioterapia Brasil**. v.20, n. 1, p. 119 - 130. 2019.
- HEGUEDEUSCH, C. V.; JUSTO, J.; MOLINA, J.. Depressão na atualidade: estrutura psíquica ou metáfora do psiquismo? Um diálogo entre Maria Rita Kehl e Pierre Férida. **Cad. psicanal.**, Rio de Janeiro , v. 39, n. 37, p.29-51, dez. 2017 .
- IAHAIO: International Association of Human-Animal Interaction Organizations [Internet]. Triennial International Conference: Humans and Animals: the inevitable bond. Chicago: IAHAIO; 2013. Available from: [iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2017/06/past-events-chicago-2013-abstracts.pdf](http://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2017/06/past-events-chicago-2013-abstracts.pdf).
- LEAL, G., NATALIE, K. Animais Terapeutas. **Revista Mente & Cérebro**, Edição 169. 2007.
- MANDRÁ, P. P. et al.. Terapia assistida por animais: revisão sistemática da literatura. **CoDAS**, v. 31, n. 3, p. e20180243, 2019.
- NASCIMENTO, I. B. DO .; BITENCOURT, C. R.; FLEIG, R.. Estratégias para o transtorno do espectro autista: interação social e intervenções terapêuticas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 2, p. 179–187, mar. 2021.
- NOGUEIRA, M. T. D., NOBRE, M. O.. Terapia assistida por animais e seus benefícios. **Pubvet**. *[S. l.]*, v. 9, n. 09, 2015.
- OLIVEIRA, N. N. et al.. Fatores associados à incapacidade funcional de idosos com catarata: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 24, n. 5, p. e220076, 2021.
- OLIVEIRA, F. E. S. DE . et al.. Prevalência de transtornos mentais em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19: revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 4, p. 311–320, 2022.
- SANTOS, K.. Terapia assistida por animais: uma experiência além da ciência. São Paulo: Paulinas. 2006.
- SILVA, N. B., Osório, F.L. Impact of an animal-assisted therapy programme on physiological and psychosocial variables of paediatric oncology patients. **PLoS One**. 2018;13(4):e0194731.
- SOUZA, M. T. DE .; SILVA, M. D. DA .; CARVALHO, R. DE .. Integrative review: what is it? How to do it?. Einstein (**São Paulo**), v. 8, n. 1, p. 102–106, jan. 2010.
- TENÓRIO, F.; COSTA-MOURA, F.; LO BIANCO, A. C.. Tradição clínica da psiquiatria, psicanálise e práticas atuais em saúde mental. **Psicologia USP**, v. 28, n. 2, p. 206–213, maio 2017.
- ULIANA, R. S.; CUNHA, M. C. Intervenções Assistidas por Animais na expressão psíquica de Deficientes Intelectuais Adultos (IAA e Deficiência intelectual). **Distúrbios da Comunicação**. *[S. l.]*, v. 32, n. 1, p. 114–123, 2020.
- WENDT, G. W.. Associations between cyberbullying victimization and depressive symptoms in early adolescence. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 2, p. 157–161, mar. 2021.