

## **BENEFÍCIOS PSICOLÓGICOS DA CONVIVÊNCIA COM ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO PARA OS IDOSOS<sup>1</sup>**

*Joyce Heiden<sup>2</sup>  
Wellington Santos<sup>3</sup>*

**RESUMO:** A convivência entre animais e seres humanos sofreu modificações ao longo da evolução, os papéis desempenhados pelos animais se modificaram. Devido ao fato de existir um interesse cada vez maior pelos animais de estimação atualmente, do fato das famílias estarem diminuindo o número de filhos e do aumento da expectativa de vida da população brasileira, esta pesquisa tem como objetivo identificar os benefícios psicológicos da convivência com animais de estimação para os idosos, bem como analisar os vínculos afetivos entre idosos e animais de estimação. A pesquisa foi realizada na cidade de São Bento do Sul, foram pesquisados 51 idosos de ambos os sexos, com idade entre 60 e 84 anos, participantes de grupos de terceira idade. Foi utilizado um questionário elaborado pela pesquisadora. Os resultados obtidos demonstram uma grande variedade de representações dos animais de estimação para os idosos. A maioria dos idosos considera o animal de estimação membro da família e os principais benefícios proporcionados pelos animais de estimação aos idosos são: a alegria, a companhia, a segurança, ter um passa-tempo e distração.

**Palavras-chave:** *animais, idosos, convivência*

**ABSTRACT:** The sociality among animal and humans suffered changes along the evolution, the papers that animal perform had changed. Due the fact that the interest about pets are currently increasing, and the fact the families are decreasing the number of children and the Brazil population life expectation increasing, the objectives of this research is identify the psychological benefits of the sociality with pets to elderly and analyze the affective ties among elderly and pets. The research was realized in São Bento do Sul city, fifty five elderly from the both sexes were researched, the youngest was sixty years old and the oldest was eighty four years old, all them participate of the “third age” groups. The searcher elaborated the questionnaire which was applied in the eldest. The results show a great variety of pets’ representations to the eldest. The eldest majority consider the pet member of the family and the main benefits that pets can proportion to eldest are: joy, company, safety, have a pastime and distraction.

**Key words:** *animals, elderly, sociality*

## INTRODUÇÃO

A convivência entre seres humanos e animais de estimação remota o período Holoceno (10000 a.C.), época geológica que corresponde ao período Neolítico, em que o *Homo Sapiens sapiens* domesticou animais e plantas (MARCONI; PRESOTO, 2005). Segundo Grandim e Johnson (2006) essa convivência pode ter iniciado muito antes:

O relacionamento humano com animais domésticos é muito antigo, e as pessoas precisam dos animais em suas vidas. Até recentemente, a maioria dos especialistas acreditava que os seres humanos e os cães já viviam juntos, mas uma pesquisa mais recente do DNA dos cães provou que seres humanos e cachorros podem estar convivendo há mais de cem mil anos. Os cães não matam seres humanos porque em cem mil anos de evolução eles desenvolveram sua capacidade de inibir a agressividade contra os seres humanos, e os seres humanos desenvolveram sua capacidade de cuidar da agressividade do cão [...] (GRANDIN; JOHNSON, 2006, p. 185-186)

Os animais possuem características particulares, algumas semelhanças e diferenças em relação aos seres humanos também. São características dos animais segundo Grandin e Johnson (2006) a sensibilidade à linguagem corporal, sentir uma emoção de cada vez, exceto medo e curiosidade, que podem ser sentidos ao mesmo tempo. Todos os animais que vivem em grupos formam hierarquias dominantes que diminuem as brigas. Eles nunca esquecem um grande medo e, os mais temerosos são também os mais curiosos. Quanto às emoções dos animais a raiva é a última defesa a qual os animais recorrem quando suas vidas estão em perigo. A socialização dos animais quando filhotes faz com que eles se não se tornem adultos medrosos. A criação dos animais com sua espécie é necessária não apenas para evitar comportamentos agressivos, mas também para que os animais aprendam de que forma devem alimentar-se, com quem socializar-se, acasalar-se, regras sociais e respeito por seus iguais.

As semelhanças entre seres humanos e animais de acordo com Grandin e Johnson (2006) estão no apego social que surgiu para ambos da evolução do mecanismo de sobrevivência para manter o corpo aquecido. Tanto para animais quanto para seres humanos o contato social é importante. A aprendizagem de ambos se dá por observação, isso significa que eles aprendem pelas conseqüências, sem realizar algo por conta própria.

Os animais e os seres humanos se diferenciam quanto ao cérebro, o que faz com que percebam o mundo de forma diferente. A percepção da dor é outro aspecto que os diferenciam; os animais não antecipam o sofrimento pela dor e, os seres humanos podem explicar com clareza o que estão sentindo. As emoções também são diferentes, animais não sentem emoções complexas como: vergonha, culpa, embaraço e cobiça. Outra diferença é o pensamento, animais pensam por imagens, enquanto seres humanos pensam por palavras (GRANDIN; JOHNSON, 2006).

Após apresentar algumas particularidades dos animais, compará-los com os seres humanos identificando suas semelhanças e diferenças, cabe aqui abordar a convivência entre seres humanos e animais. A relação humano-animal é definida pela Associação Americana de Medicina Veterinária como “uma relação dinâmica e mutuamente benéfica entre pessoas e outros animais, influenciada pelos comportamentos essenciais para a saúde e bem estar de ambos. Isso inclui as interações emocionais, psicológicas e físicas entre pessoas, demais animais e ambiente.” (FARACO, 2008, p. 32) Essa relação tem suas características como o apego do cão ao seu dono que é igual ao do animal à mãe ou da criança aos pais. Os animais sentem motivação em procurar companheiros e preferem a companhia dos animais e das pessoas com os quais foram criados. (GRANDIN; JOHNSON, 2006).

A convivência com animais pode ser benéfica para os seres humanos. Segundo Manucci (2005) os animais fazem parte de todas as culturas e o contato que se tem com cães e gatos é o último elo de ligação como o passado recente em que os seres-humanos trocaram o campo pela cidade. O animal de estimação não é só um elo que une os seres humanos à um passado recente, de acordo com Garcia (2005) a necessidade de tê-los em casa foi estimulada pelo aumento na expectativa de vida, por mais pessoas estarem morando sozinhas e adiando o plano de ter filhos.

Os benefícios que os animais podem proporcionar aos seres humanos segundo Faraco (2008) são: a companhia, a promoção de mudanças positivas no auto-conceito e comportamento das pessoas além de auxiliar no desenvolvimento de várias habilidades e no exercício de responsabilidades. Os animais ajudam a diminuir o estresse, combatem a depressão e o isolamento e estimulam o exercício.

Antes de saber quais benefícios os animais de estimação podem proporcionar aos idosos, é necessário compreender a situação atual dos idosos no Brasil. Segundo Garrido e Menezes (2002) os idosos representam 10% da população e são, em sua maioria, mulheres viúvas, com baixa escolaridade e renda menor em relação aos idosos do sexo masculino. Esses idosos, em sua maioria, vivem em domicílios multigeracionais, o que os sujeita ao isolamento e maior grau de dependência e incapacidade. Os idosos apresentam mais problemas de saúde que a população geral. As doenças crônicas são as que mais atingem os idosos. Em 1997 as internações psiquiátricas estavam entre as dez primeiras causas de internação dos idosos do sexo masculino. Já segundo Oliveira *et al* (2006) o problema psiquiátrico mais freqüente nos idosos é o transtorno de humor, a depressão que afeta os idosos é de difícil diagnóstico, pois seus sintomas se confundem com as características do envelhecimento. O que há de positivo para os idosos no Brasil, de acordo com Garrido e Menezes (2002) é que eles estão vivendo mais. Segundo esses autores as iniciativas relacionadas ao bem-estar dos idosos ainda são tímidas.

Conhecendo a situação atual dos idosos no Brasil, sabendo que os animais podem proporcionar benefícios aos seres humanos e que ocorreram modificações nos papéis dos animais na convivência com os seres humanos durante a evolução - segundo Faraco (2008) os animais podem desempenhar os seguintes papéis: o de facilitador social, o de veículo simbólico para a expressão de emoções, foco de atenção e agente tranquilizador, objeto de apego, fonte de suporte social e instrumento vivo para aprendizagem de novas estratégias e formas de pensar e agir - faz surgir a necessidade de saber como os idosos que convivem com animais de estimação podem se beneficiar deles, por isso os objetivos desta pesquisa são: identificar os benefícios psicológicos da convivência com animais de estimação para os idosos, analisar os vínculos afetivos existentes entre os idosos e os animais de estimação, comparar indivíduos que convivem com animais de estimação com aqueles que não convivem e investigar a correlação de bem estar psicológico dos idosos e a convivência com animais de estimação.

## MATERIAL E MÉTODOS

Na realização desta pesquisa foi utilizado um questionário composto de 13 perguntas elaboradas pela pesquisadora. O questionário foi aplicado em 51 idosos participantes de grupos de terceira idade de São Bento do Sul. A idade dos sujeitos variou de 60 a 84 anos de idade. Foram pesquisados idosos de ambos os sexos: quatro sujeitos eram do sexo masculino e quarenta e sete do sexo feminino. Quanto ao grau de escolaridade dos sujeitos, trinta e nove possuíam Ensino Fundamental Incompleto, cinco possuíam Ensino Médio completo, quatro possuíam Ensino Fundamental Completo, um possuía Ensino Médio Incompleto e um dos sujeitos não informou o grau

de escolaridade. A aplicação dos questionários se deu durante os encontros de terceira nos salões da Igreja Matriz Puríssimo Coração de Maria e da Igreja São José de Serra Alta em São Bento do Sul.

## RESUTADOS E DISCUSSÃO

Nesta pesquisa foi investigado porque os idosos resolveram ter o animal de estimação, para assim poder identificar as expectativas dos sujeitos em relação aos seus animais de estimação. Os motivos mais citados pelos sujeitos foram “porque gosto” e por causa de um familiar, ambas citadas por 9 sujeitos que correspondem à 18% dos idosos pesquisados. Resolver ter o animal de estimação porque gosta parece demonstrar que esses idosos sentem um afeto positivo em relação ao animal de estimação e supõe-se que quanto maior o afeto pelo animal, maior será o vínculo entre ele e o dono. Segundo Becker e Morton (2003) quanto maior o vínculo com o animal, maior serão os benefícios que ele proporcionará. Em segundo lugar, 7 sujeitos, 14% dos idosos responderam que resolveram ter o animal de estimação para lhes servir de companhia e, de acordo com Becker e Morton (2003), a presença de um animal faz com que as pessoas não se sintam sozinhas e sintam-se vivas, amadas e necessárias. Também 7 sujeitos citaram como motivo para resolver ter o animal de estimação ele proporcionar segurança, proteção e o animal servir de guarda. Segundo Becker e Morton (2003), ter um animal em casa torna as pessoas mais seguras e calmas. Em terceiro lugar 4, idosos 8% dos sujeitos resolveu ter o animal de estimação para ter com quem conversar, provavelmente o idoso conversa com o animal de estimação para afastar a solidão. Em quarto lugar 3 idosos responderam que ganharam o animal de alguma familiar. Em quinto lugar, citados cada um por 2 sujeitos respectivamente, um dos motivos foi que o animal “foi jogado” e para ter um passa tempo. Parece não haver relação ente o “animal ser jogado”, quer dizer, quando alguém simplesmente abandona o animal na porta da casa do idoso ou entrega o animal para o idoso sem perguntar se ele deseja ou não, com a falta de afeto e, conseqüentemente de aquisição de benefícios através desses animais, pois um dos sujeitos que respondeu o animal lhe foi jogado respondeu às outras questões do questionário de forma negativa em relação ao animal e não pareceu se beneficiar dele, já outro sujeito também teve o animal “jogado” para ele, mas respondeu às outras questões de forma positiva, demonstrando obter benefícios com esse animal de estimação.

Após saber os motivos pelos quais os idosos escolheram ter um animal de estimação, foram investigadas as mudanças que ocorreram com a chegada do animal de estimação na vida dos idosos. A mudança mais relatada pelos idosos é que eles ficaram mais alegres, felizes e contentes, citada por 7 sujeitos, que corresponde à 14%. Em segundo lugar 6 sujeitos, 12% deles, responderam que o que mudou com a chegada do animal de estimação eles tem companhia e não se sentem sozinhos. Em terceiro lugar, as mudanças mais citada pelos idosos pesquisados são: que o animal de estimação dá mais trabalho para os idosos, proporciona diversão e passa-tempo e também que “mudou muito”, cada uma dessas respostas citada por 5 sujeitos, 10% do total. Aqui é possível notar que o animal de estimação deixa os idosos mais ativos. A quarta mudança mais citada é a segurança, 4 idosos, 8% dos sujeitos, respondeu que o animal os deixa mais seguros.

A seguir, foi perguntado aos idosos se eles consideravam o animal de estimação membro da família. Segundo Beals e Hoijer *apud* Lakatos e Marconi (1999, p. 171) definem família como: “um grupo social cujos membros estão unidos por laços de parentesco.” Abaixo encontra-se a figura com as respectivas porcentagens de sujeitos que consideram e de sujeitos que não consideram o animal de estimação membro da família.

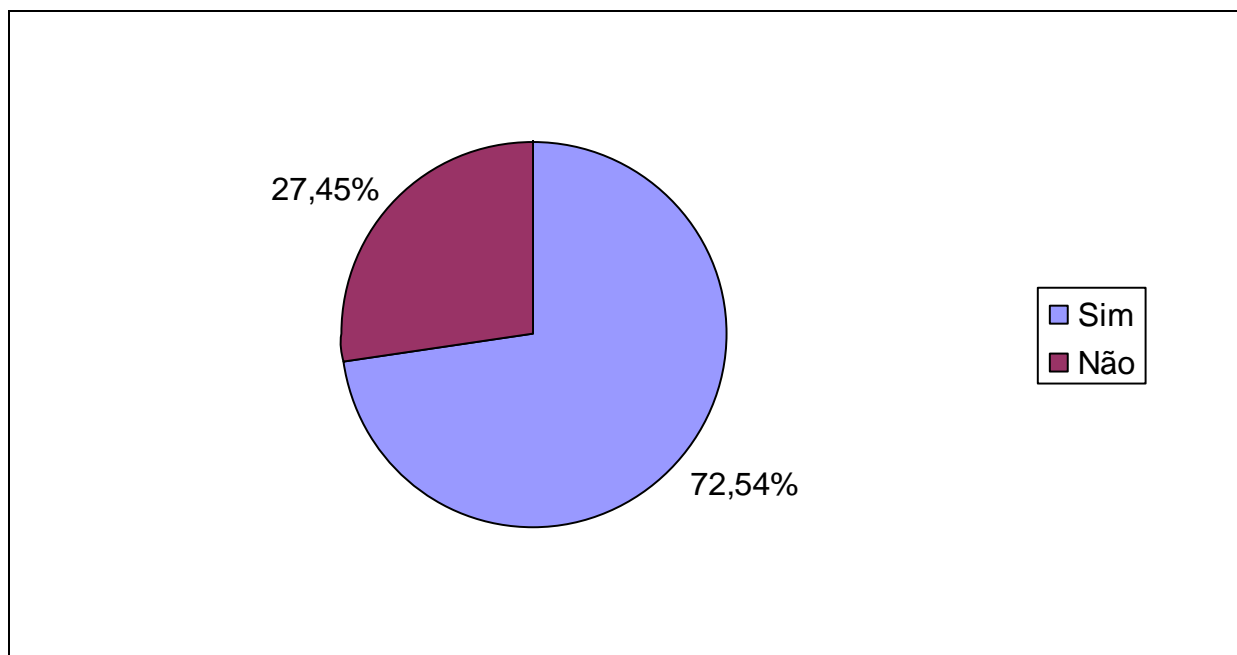


Figura 1 – Porcentagem de sujeitos que consideram e de sujeitos que não consideram o animal de estimação membro da família

Observando o gráfico acima é possível perceber que a maioria dos idosos pesquisados, 72,54% deles, considera o animal de estimação membro da família. Os idosos tratam o animal de estimação como se ele fosse seu filho, o vínculo que eles estabelecem com o animal é muito próximo e através desse vínculo os idosos podem ser beneficiados. De acordo com Becker e Morton (2003, p. 28):

Num momento em que a psicologia, a sociologia e a política tiraram a espontaneidade das relações humanas, a simplicidade de nossa afeição pelos bichos de estimação é um modelo para os momentos simples e íntimos que realmente nos sustentam. Sem esses laços que nos unem – os vínculos de amor, amizade, responsabilidade e dependência – pouco a pouco começamos a definhar. São nossos vínculos que nos mantêm saudáveis.

Além disso, a família representa segurança e, segundo Grandin e Johnson (2006) os animais se tornam seguros para as pessoas porque não são ambivalentes, eles não sentem duas emoções diferentes ao mesmo tempo. O animal de estimação também representa uma forma desinteressada de amor, eles gostam do dono da maneira que ele é, por isso eles se tornam seguros.

No questionário foi perguntado aos idosos quais as diferenças de possuir ou não animais de estimação e, 10 sujeitos, 20% deles, responderam que não há diferença e os outros idosos deram as seguintes respostas: mais alegria e felicidade, companhia e não se sentir só com o animal, é bom, faz bem ter o animal de estimação, quando não tem o animal de estimação ele faz falta e os idosos sentem saudade dele, com o animal de estimação os idosos tem um passa tempo, uma diversão, não pode viajar ou sair se não tiver alguém para cuidar do animal de estimação, dois idosos responderam que não poderiam viver sem o animal de estimação, outra diferença é que o animal dá mais ocupação e trabalho, além de outras repostas. Aqui foi possível perceber uma grande variedade de diferenças percebidas pelos idosos apesar de alguns deles não encontrarem diferenças em possuir ou não animais de estimação. Nota-se que a maior parte das respostas apontam diferenças positivas quando se possui o animal e até mesmo que, a falta dele poderia causar tristeza e saudade.

Dos sujeitos que responderam não haver diferença em possuir ou não animais de estimação, dois têm animais de estimação e 8 não têm. E 15 sujeitos que não tem animais de estimação relataram diferenças em possuir ou não animais de estimação. É possível notar aqui que os benefícios que os animais de estimação podem proporcionar dependem do que os idosos percebem que eles podem proporcionar e que não é necessário conviver com um animal de estimação para saber que isso pode ser benéfico.

O questionário também abordou a morte do animal de estimação, dos 39 sujeitos que tiveram um animal de estimação que morreu 10 sentiram tristeza e 10 sentiram falta do animal, 7 sujeitos choraram, 5 responderam que era como se alguém da família tivesse morrido, 5 sentiram pena e quatro não quiseram mais ter outro animal. As respostas dos sujeitos revelam o sofrimento dos sujeitos em relação à morte do animal de estimação. Chamou a atenção que um dos sujeitos “se conformou porque não era gente.” É possível que a morte do animal de estimação faça os idosos experienciarem a morte de um ser com o qual estabeleceram um vínculo estreito e, ao elaborar essa perda pode fazer com que eles estejam mais preparados pra lidar com a morte de outras pessoas próximas e, inclusive a própria morte.

Depois de analisar o vínculo dos idosos com os seus animais de estimação lhes perguntando se os consideram membros da família e o que sentiram com a morte do animal, também foram investigadas as vantagens da convivência com os animais de estimação para os idosos. Segue a figura com o gráfico das vantagens relatadas pelos sujeitos.

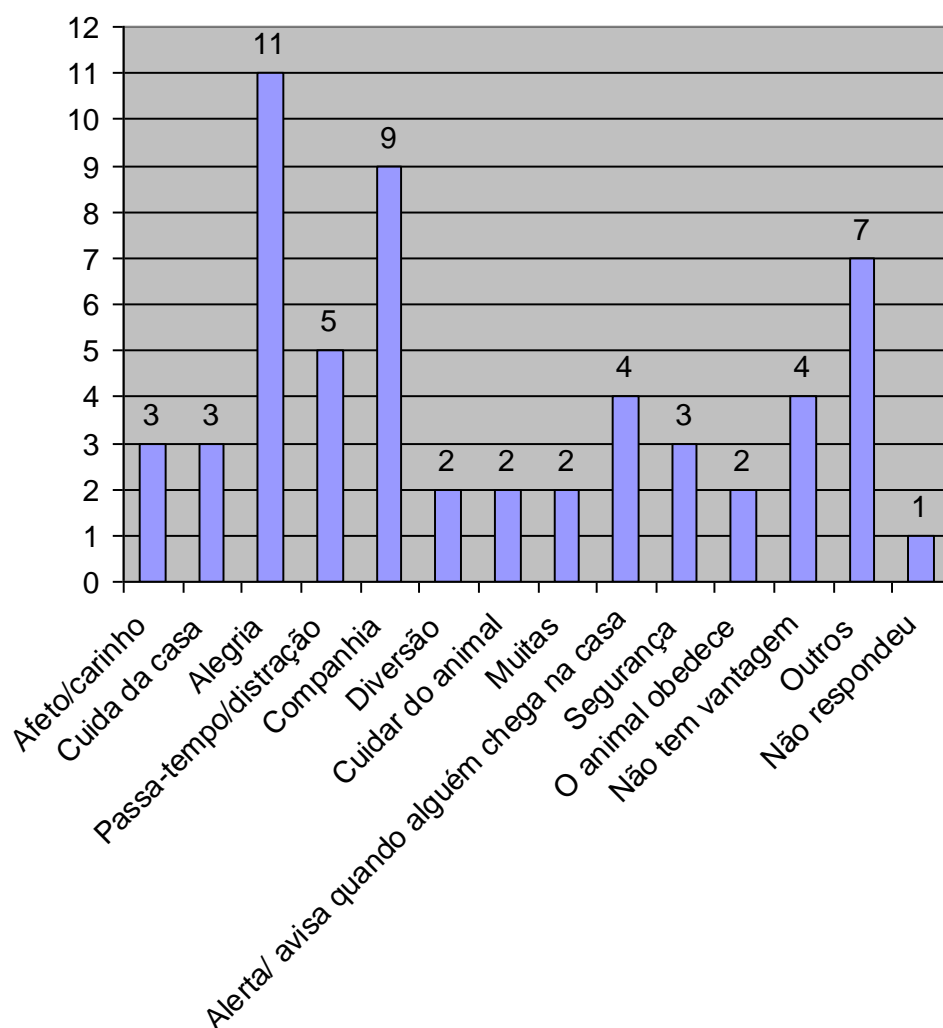


Figura 2 – Vantagens de conviver com animais de estimação

De acordo com o gráfico acima, a vantagem mais citada pelos sujeitos é a alegria, 11 sujeitos, 20% dos idosos pesquisados a citaram e, segundo Lambert (1999) a alegria é o estado afetivo e emocional resultante da soma dos pensamentos, dos sentimentos e emoções, dos ideais e objetivos, das ações e atitudes, dos bons momentos e boas realizações. Para este autor, tudo o que acontece de bom traz alegria e o que não é bom causa tristeza e infelicidade que enfraquecem as defesas do corpo, predispondo ao surgimento de doenças. Portanto, pode-se supor que a alegria que o animal de estimação proporciona aos idosos os torna mais saudáveis, pois estando alegres o seu organismo está menos predisposto ao surgimento de doenças. Em segundo lugar 9 sujeitos, 18% deles respondeu que uma das vantagens de conviver com animais de estimação é a companhia. Para Faraco (2008) a companhia é um dos benefícios da presença dos animais na vida das pessoas e, os animais de companhia estabelecem fortes vínculos emocionais recíprocos com os seres humanos. A terceira vantagem, citada por 5 sujeitos é que o animal proporciona um passa-tempo, uma distração. De acordo com Faraco (2008) um dos papéis desempenhados por eles é o de foco de atenção, o animal exige atenção do idoso e isso faz com que ele desvie o seu pensamento de preocupações, o animal ajuda a passar o tempo e a se distrair. A quarta vantagem mais relatada pelos idosos, citada por 4 sujeitos é que o animal alerta, avisa quando alguém chega na casa, ao serem “avisados” pelos animais que há alguém chegando na casa os idosos podem se precaver, impedir que alguém indesejado entre na residência. Becker e Morton (2003) referem-se aos animais de estimação como “sistemas de alarme

que proporcionam um sentimento de segurança” e segurança, cuidar da casa, afeto e carinho são citadas em quinto lugar por 3 sujeitos como vantagens de conviver com animais de estimação. Provavelmente o cuidar da casa e o avisar quando alguém chega proporcionem segurança aos idosos. Em sexto lugar os idosos citaram como vantagens: cuidar do animal, o animal obedecer e “muitas”. De acordo com Becker e Morton (2003) os animais podem detectar a necessidade de diversão e proporcionar distração, aqui a diversão proporcionada pelos animais pode ter correlação com a alegria trazida por eles aos idosos.

Essas foram as principais vantagens da convivência com animais de estimação trazidas pelos idosos, após conhecê-las é necessário saber qual a importância que o animal de estimação tem para o idoso, a figura a seguir mostra qual a importância de possuir um animal de estimação para os idosos.

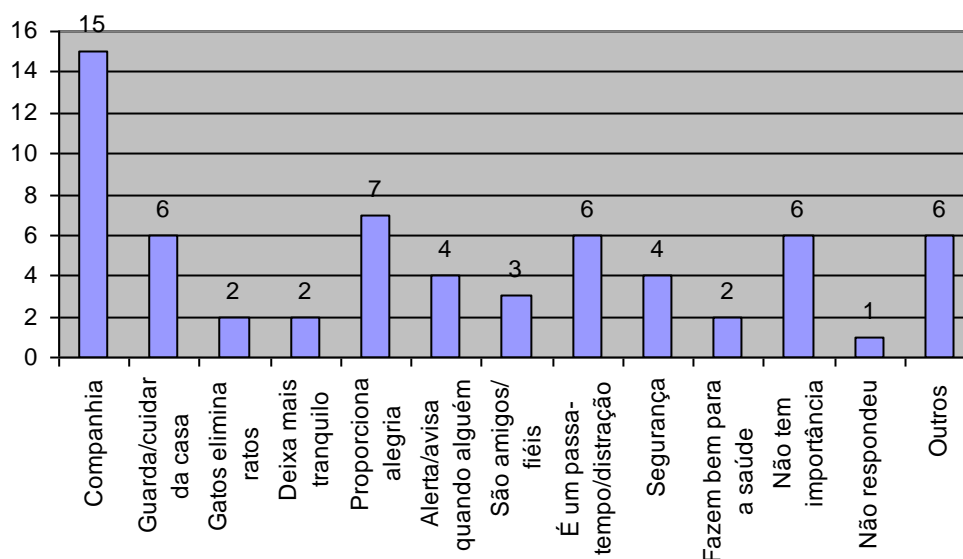


Figura 3 – Importância de possuir um animal de estimação

Através deste gráfico é possível perceber que as principais importâncias de possuir um animal de estimação para os idosos são: a companhia, citada por 15 sujeitos; a alegria, citada por 7 sujeitos; os animais de estimação são importantes para os idosos porque cuidam da casa, são um passa-tempo e uma distração; e também porque são amigos fiéis.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os animais de estimação podem proporcionar benefícios psicológicos para os idosos, esses benefícios parecem depender do que os idosos esperam do animal de estimação e do vínculo que estabelecem com ele. As respostas dadas pelos sujeitos no questionário caracterizaram a individualidade e subjetividade dos idosos em relação aos seus animais de estimação.

Para que os idosos obtenham benefícios da convivência com animais de estimação é necessário, primeiramente, que eles gostem do animal de estimação. Por isso um dos principais motivos dos idosos para resolverem ter um animal de estimação é porque gostam. Os idosos também são influenciados pelo desejo dos familiares de ter um animal de estimação. Outros motivos para que



os idosos tenham um animal de estimação é para ter companhia, segurança, proteção e para o animal servir de guarda.

Os animais de estimação provocam mudanças na vida dos idosos e a maioria dos idosos, mais de 70% deles, os consideram membros da família, os idosos os tratam como filhos e, além disso o animal representa segurança para os idosos, pois eles não são ambivalentes. O vínculo que os idosos mantêm com seus animais de estimação é muito estreito, os animais estão muito próximos deles, os idosos depositam um grande afeto no animal de estimação e, quando um animal de estimação morre, isto causa sofrimento para o idoso, ele fica triste e sente falta do animal.

Não é necessário que os idosos convivam com animais de estimação para que percebam os benefícios que eles poderão lhes proporcionar. E de acordo com os dados obtidos nesta pesquisa os principais benefícios que a convivência com animais de estimação pode proporcionar aos idosos são: alegria, companhia, segurança, ter um passa-tempo e distração.

Através desta pesquisa foi possível constatar que os animais de estimação podem proporcionar benefícios psicológicos para os idosos, foi demonstrado que estes benefícios são muito amplos. A pesquisa também revelou alguns aspectos do vínculo que os idosos estabelecem com seus animais de estimação e contribuiu para a obtenção de dados sobre um tema ainda pouco explorado.

## REFERÊNCIAS

BECKER, Marty, MORTON, Danelle. **O poder curativo dos bichos: como aproveitar a incrível capacidade dos bichos de manter as pessoas felizes e saudáveis**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

FARACO, Ceres Berger. Interação Humano-Animal. **Ciência veterinária nos trópicos**. Recife, v. 11. p. 31-35, abril, 2008.

GARCIA, Gabriela. No Brasil, zooterapia ainda é incipiente. **Viver Mente e Cérebro**, n. 152, set. 2005. Reportagens. Disponível em <[http://www2.uol.com.br/vivermente/conteúdo/materia/materia\\_32html](http://www2.uol.com.br/vivermente/conteúdo/materia/materia_32html)> Acesso em: 16 dez. 2006.

GARRIDO, Regiane; MENEZES, Paulo R. O Brasil está envelhecendo: boas e más notícias por uma perspectiva epidemiológica. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. São Paulo, v. 24. abr. 2002.

GRANDIN, Temple; JOHNSON, Catherine. **Na Língua dos Bichos: Usando os mistérios do autismo para decodificar o comportamento animal**. Rio de Janeiro: Rocco, 2006.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Sociologia Geral**. São Paulo: Atlas, 1999.

LAMBERT, Eduardo. **A terapia do riso: a cura pela alegria**. São Paulo: Pensamento, 1999.

MANNUCCI, Anna. Fazendo amigos. **Viver Mente e Cérebro**, n. 152, set. 2005. Reportagens. Disponível em <[http://www2.uol.com.br/vivermente/conteúdo/materia/materia\\_32html](http://www2.uol.com.br/vivermente/conteúdo/materia/materia_32html)> Acesso em: 16 dez. 2006.

MARCONI, Marina de Andrade; PRESOTO, Zélia Maria Neves. **Antropologia: uma introdução**. 6.ed. São Paulo: Editora Atlas, 2005.

OLIVEIRA, Kátia Luciane de; SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos; CRUVINEL, Mirian; NÉRI, Anita Liberalesso. Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. **Psicologia em Estudo**. Maringá. n. 2 v. 11. maio/ago. 2006.

---

<sup>1</sup> Pesquisa realizada para obtenção da bolsa de Pesquisa do Artigo 170.

<sup>2</sup> Orientanda: Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade do Contestado – Campus Mafra.

<sup>3</sup> Orientador: Professor da Universidade do Contestado UnC – Campus Mafra, Mestre em Psicologia.