

Pets estão ligados diretamente a maior bem-estar para a terceira idade

A convivência com animais de estimação oferece inúmeros benefícios aos idosos

Não é novidade que muitas pessoas têm como principal companhia em casa um animal de estimação. Com o isolamento social, essa a interação com eles é ainda mais importante, especialmente para os idosos. Para esse grupo mais vulnerável à Covid-19, o pet pode ser essencial para dividir as horas de isolamento, especialmente no dia 26 de julho, quando é comemorado o Dia dos Avós.

Na ausência temporária dos netos, um cachorro ou um gato podem dar uma carga extra de ânimo aos idosos. De acordo com uma pesquisa publicada pelo National Center Biotechnology Information, dos Estados Unidos, pessoas da terceira idade que têm animais em casa reportam maior bem-estar físico e psicológico.

Além disso, segundo a pesquisa, dois terços dos entrevistados consideraram os pets como seus 'melhores amigos' e a 'razão pela qual se levantam de manhã'. Estudos também mostram que os animais podem ajudar a diminuir estresse, depressão, mau humor, insônia, falta de apetite e dores.

A médica-veterinária Cristiane Pizzuto, presidente da Comissão Técnica de Bem-estar Animal do Conselho Regional de Medicina Veterinária do Estado de São Paulo (CRMV-SP), confirma que o pet é uma ótima forma de companhia. "Muitas vezes o pet acaba exercendo essa função de objetivar a vida do idoso quando ele está sem atividades, pois ele terá que cuidar do pet", analisa.

Mútuos benefícios

Cristiane ressalta que a interação do animal com o humano é extremamente benéfica, tanto para o idoso quanto ao pet. "Essa relação desencadeia inúmeros processos fisiológicos, liberação de hormônios do prazer, que são essenciais em todas as faixas etárias, em especial na terceira idade. Poder proporcionar alegria ao idoso também gera impactos positivos à saúde do pet", acrescenta.

Para o médico-veterinário Otávio Verlengia, da Comissão Técnica de Clínicos de Pequenos Animais do CRMV-SP, com os animais o idoso não se sente sozinho. "Há estudos que comprovam que só pelo gesto de passar a mão no animal já se consegue baixar a pressão, controlar o estresse, e melhorar o emocional", pontua.

Como escolher o melhor pet para cada idoso

Primeiramente, é necessário avaliar as condições físicas e de mobilidade de cada idoso e o tempo que tem disponível, já que será responsável pelo animal. Também é preciso considerar cada tipo de pet, seu comportamento e suas necessidades físicas e psicológicas, para fazer uma boa escolha para ambos.

“Cães de grande porte são ótimas companhias, mas podem ser perigosos para os idosos, porque pulam, gostam de brincar e têm muita força, podendo causar quedas. Se for um idoso menos ativo, o ideal é optar por um animal que não exija muita atividade física”, avalia o médico-veterinário Otávio Verlengia, da Comissão Técnica de Clínicos de Pequenos Animais do CRMV-SP.

Já para os idosos com maior mobilidade, Cristiane orienta conviver com uma raça mais ativa ou um animal mais jovem e que vai atender a essa energia que o idoso tem para gastar e auxiliará na interação social.

Pets, idosos e pandemia

Os médicos-veterinários do CRMV-SP orientam alguns cuidados durante a pandemia de coronavírus. Os idosos que têm cães como animais de estimação precisam, em sua maioria, levar seus pets para caminhadas diárias, seja para distração ou para que eles façam suas necessidades.

Porém, é necessário observar alguns pontos importantes para ambos. O indicado é que o idoso saia com máscara, portando álcool gel e em horários alternativos, em que não haja muita circulação de pessoas. Na volta, é preciso higienizar as patas do pet, com água e sabão neutro, da mesma forma como são lavadas as mãos.

Sobre o CRMV-SP

O CRMV-SP tem como missão promover a Medicina Veterinária e a Zootecnia, por meio da orientação, normatização e fiscalização do exercício profissional em prol da saúde pública, animal e ambiental, zelando pela ética. É o órgão de fiscalização do exercício profissional dos médicos-veterinários e zootecnistas do estado de São Paulo, com mais de 39 mil profissionais ativos. Além disso, assessora os governos da União, estados e municípios nos assuntos relacionados com as profissões por ele representadas.