

Marco Delgado



As cadelas Jake e Brigitte ajudam Bruna a controlar a ansiedade

Material cedido ao Correio



Para Victor, diagnosticado com autismo, a gata Camile representa a felicidade



Companheiros de vida

Esio diz que ganha um par de olhos quando está com seu cão-guia Baré

» GIOVANNA SFAL SIN*

Mais do que simples companheiros, os animais de apoio emocional e físico têm se mostrado fundamentais na rotina de pessoas com diferentes necessidades. De cães-guia que ajudam deficientes visuais a gatos que auxiliam crianças com autismo, animais estão desempenhando um papel essencial para melhorar a qualidade de vida, oferecer segurança e reduzir a ansiedade dos tutores. Especialistas destacam como a convivência com esses pets impacta a saúde mental e física, trazendo benefícios que vão além do carinho e da amizade.

Para a psicóloga clínica e neuropsicóloga Juliana Gebrim, a convivência com um animal pode ter um impacto profundo na saúde mental. "Estudos revelam que a presença de um pet ajuda a reduzir a solidão, proporcionando um senso de pertencimento. A interação com animais pode elevar a autoestima e motivar a prática de exercícios, promovendo um estilo de vida mais ativo e social," explica Juliana. Segundo pesquisas publicadas no *Journal of Clinical Psychology*, pessoas que adotam cães, frequentemente, relatam níveis mais baixos de ansiedade e depressão, resultando em uma melhor qualidade de vida.

A especialista destaca ainda que os animais de estimação atuam como um poderoso suporte emocional. "O simples ato de acariciar um pet pode estimular a liberação de neurotransmissores benéficos, como a ocitocina e a serotonina, que promovem sensações de felicidade e bem-estar," diz. A presença de um animal ajuda a reduzir o nível de cortisol, o hormônio do estresse, proporcionando conforto a quem enfrenta transtornos como ansiedade e depressão.

Além do suporte emocional que os animais de estimação oferecem naturalmente, a Terapia Assistida por Animais (TAA) faz uma intervenção planejada que envolve profissionais treinados e animais preparados para atingir objetivos terapêuticos específicos. "A TAA é particularmente eficaz em contextos como tratamento de traumas em crianças, apoio a idosos com demência e recuperação de dependências," afirma Juliana.

O veterinário Hélio André de Melo observa que algumas raças de cães, como Golden Retriever, Labrador e Yorkshire são especialmente adequadas para o apoio emocional devido ao temperamento afetuoso das raças. "Gatos também são uma ótima opção para quem busca apoio emocional, embora sejam mais reservados," acrescenta. Ele ressalta, no entanto, que é importante refletir sobre a capacidade de prover os cuidados necessários antes de adotar um animal, incluindo tempo, atenção e orçamento para alimentação e saúde.

Para Mayara Gurgel, 39 anos, psicóloga, a presença de um animal de estimação na vida de seu

Cães-guia, gatos e animais de apoio emocional têm uma conexão com o tutor que vai além do carinho, eles ajudam em tratamentos de transtornos

por mais que a gente ache que gato não é sociável, ela é superamorosa. Isso fez muito bem para ele, eles interagem muito, e ele se sente responsável por cuidar dela", compartilha a moradora do Guará.

O apoio emocional oferecido pelo cão Jake, um Yorkshire, foi fundamental para a professora e bióloga Bruna Ribeiro Rangel, 27. Diagnosticada com transtorno de ansiedade generalizada e depressão, ela conta que encontrou no companheiro de quatro patas uma motivação para seguir em frente. "Eu tinha fobia social, achava que as pessoas não me aceitariam como eu sou. Ele sempre esteve comigo, me lambendo, me dando carinho, me fazendo sentir útil," desabafa a moradora de Sobradinho.

Além disso, a professora tem outra cadela fêmea, que foi adotada. "Na minha vida, o Jake e a Brigitte são as coisas mais valiosas que eu tenho. Não que eles sejam somente meus, mas eles fazem parte da minha vida, da minha família e é difícil falar sobre uma Bruna que não os tenha no meio, porque eles são parte de mim", diz.

O atleta paralímpico de goalball Esio Cleber de Oliveira Junior, 27, de São Sebastião, conta que a presença de seu cão-guia, Baré, vai além de orientação: é um vínculo que oferece autonomia e confiança. "Uma dupla", define. "Quando estou com ele, é como se eu ganhasse um par de olhos", afirma Esio, que enxerga apenas vultos desde que nasceu. O desejo de ter um cão-guia surgiu quando ele tinha apenas 10 anos. Foram sete anos na fila de espera, mas, quando finalmente teve a chance de escolher, ele soube que Baré era o parceiro ideal. "Quando brinquei com ele pela primeira vez, falei: é esse!".

Esio e Baré são inseparáveis e estão juntos há três anos. "Ele sempre está onde eu estou. Brinco com minha mãe que, se eu o deixasse longe de mim por um mês, ele morreria," diz. Amparado pela Lei federal nº 11.126 de 2005, o cão o acompanha para todos os lugares. "Antes, com a bengala, eu inventava qualquer desculpa para não sair de casa. Hoje, eu tenho prazer na caminhada. A palavra que eu daria é segurança. Ele mudou minha vida. É carinhoso, brincalhão e amoroso. Um companheiro", ressalta.

*Estagiária sob a supervisão de Márcia Machado

REVISITING CREDENCE
THEY TOURED WITH ORIGINAL MEMBERS OF CREDENCE CLEARWATER REVIVAL

SOUTH AMERICA TOUR 2024

17 DE NOVEMBRO
DOMINGO ÀS 20 HORAS

CENTRO DE CONVENÇÕES ULYSSES

REALIZAÇÃO

BOOM

oh!

APOIO DE MÍDIA

CORREIO BRAZILIENSE

VENDAS

blueticket