Com o aumento do estresse nos lares, os bichinhos também estão sofrendo. Caracterizada por inquietação, isolamento e agressividade excessiva, a ansiedade é um risco para animais domésticos

Pets ansiosos

Reprodução/Pinterest

Conhecidos por serem ansiosos, Golden retriever são naturalmente agitados

POR JÚLIA SIRQUEIRA*

Causada por mudanças na rotina, traumas, problemas de saúde ou dependência excessiva do tutor, a ansiedade afeta milhões de animais de estimação em todo o mundo, podendo ter consequências graves para a saúde e o bem-estar dos pets. É importante destacar que os bichinhos são capazes de captar as emoções dos seus tutores e refletir em seu próprio comportamento, o que torna essencial que os humanos também cuidem da própria saúde mental e emocional para ajudar a reduzir a ansiedade em seus pets.

A ansiedade pode afetar qualquer animal, independentemente de espécie ou raça. No entanto, alguns podem ser mais propensos a desenvolver transtornos mentais devido à sua natureza ou características individuais. Por exemplo, cães que são deixados sozinhos por longos períodos de tempo podem desenvolver ansiedade de separação.

Em geral, o mau condicionamento do pet ocorre por não impor limites, rotinas e adestramento. "Um recinto inadequado e a falta de exercícios ou de enriquecimento ambiental contribuem para o aumento do estresse", detalha o professor veterinário João Paulo Lacerda do Centro Universitário de João Pessoa (Unipê). Segundo ele, a ansiedade é resultado da antecipação de acontecimentos que causarão uma situação adversa ao pet. "Como um tutor que não treinou seu animal para ficar sozinho e quando ele inicia o processo de se preparar para sair o pet já associa que ficará desacompanhado", exemplifica.

Nos cães, a ansiedade pode se manifestar de diversas formas, principalmente quando o animal ainda é filhote — idade mais propensa a desenvolver o quadro. As manifestações ocorrem por meio de latidos excessivos, destruição de objetos, comportamentos destrutivos, mudanças no apetite e no sono e até mesmo comportamentos agressivos. Os cachorros são os mais afetados pela ansiedade de separação, já que tutores nem sempre conseguem estar a todo tempo com seu bicho de estimação. Alguns cães podem ter ansiedade social, que se manifesta em situações de interação com outros animais ou pessoas.

Já em gatos, a manifestação pode ser diferente. Geralmente, surgem após algum evento traumático que gerou dor, medo ou desconforto no animal. Apresentam comportamentos como isolamento, evitação de afagos, aumento de higiene e agressividade. Outra maneira de identificar os indícios é conferir se o felino também apresenta mudanças no apetite e sono, o que pode afetar sua saúde física e emocional.

O professor alerta que por mais que, o animal precise de ajuda de um profissional, o tutor deve estar atento e presente no dia a dia do pet de maneira cautelosa. "A presença do tutor é sempre importante, mas a forma de interação é o que realmente influencia. Por exemplo, no momento da alimentação, deve-se evitar a interação direta", diz.

Cuidados necessários

De acordo com a pesquisa da Green Element, o índice de ansiedade em cachorros aumentou mais de 700% em dois anos de pandemia. Para ajudar a reduzir o problema, é fundamental fornecer um ambiente seguro e estável, com rotinas regulares e oportunidades para exercício e socialização. Além disso, é importante proporcionar atenção e afeto aos pets de forma equilibrada. Os tutores também devem estar atentos aos sinais de ansiedade em seus animais de estimação e consultar um veterinário se necessário.

A ansiedade em pets pode ter consequências graves se não for tratada adequadamente. Além de afetar a qualidade de vida do animal, pode levar à depressão, que se expressa com letargia, perda de apetite, isolamento e falta de interesse em atividades que antes eram prazerosas — sinais parecidos com os da ansiedade em humanos. "Todos esses problemas são evitáveis, primeiramente com a escolha adequada do tipo de pet, que deve ser escolhido já com a intenção de que o animal se adapte à rotina do tutor", alerta o médico veterinário Thiago Borba.

O tratamento pode variar dependendo da causa subjacente e da gravidade dos sintomas. Em alguns casos, pode ser necessário utilizar medicamentos ansiolíticos ou terapias comportamentais. No entanto, em muitos casos, mudanças simples na rotina e no ambiente do animal podem ser suficientes para reduzir a ansiedade. O professor Lacerda complementa dizendo que o tratamento deve ser personalizado e adaptado às necessidades específicas de cada animal, já que cada um segue suas particularidades.

***Estagiária sob a supervisão de Sibele Negromonte**

INDÍCIOS DE ANSIEDADE EM ANIMAIS NÃO CONVENCIONAIS COMPORTAMENTAL

- **Aves:** bicada descomedida ou gritos altos e arrancamento das penas com o próprio bico.
- **Chinchilas:** queda da pelagem, alterações de hábitos alimentares e de higiene e movimentos repetitivos.
- **Coelhos:** mastigação imoderada, automutilação ou agressividade.
- **Furões:** agressividade, perda de pelo, tremores, alterações no apetite e problemas urinárias ou intestinais.
- **Hamsters:** correr excessivamente na roda ou automutilação.
- **Tartarugas:** isolamento ou falta de apetite.

TERAPIA COMPORTAMENTAL

- **Abstrair comportamentos indesejados:** evite dar atenção ao animal quando ele tentar chamá-la de maneira negativa.
- **Condicionamento gradual:** estimule o animal em atividades novas aos poucos, até que se sinta confortável, reduzindo os fatores que desencadeiam a ansiedade.
- **Recompensa e reforços positivos:** valide comportamentos adequados com petiscos e carinho.
- **No dia a dia:** animais se beneficiam de rotinas, estabelecendo, assim, horário para alimentação, passeio e descansos.