

**A dor da solidão não assola apenas os humanos. Os animais também sentem, sofrem e desenvolvem problemas físicos e emocionais após longos períodos sozinhos**

POR JÚLIA CHRISTINE\*

**P**or muitas vezes, na correria da rotina urbana, os tutores não têm outra opção a não ser deixar seus animais de estimação sozinhos em casa. Mesmo sem a intenção de prejudicá-los, esse hábito pode afetar de forma severa a saúde física e mental dos pets. No entanto, ainda que a rotina seja solitária, existem métodos para amenizar os sintomas ocasionados pelo dia a dia sem companhia.

Entre cães e gatos, o sofrimento causado pelo sentimento de abandono é real, penoso e frustrante. Contudo, os animais podem apresentar manifestações diferentes de acordo com a espécie e até mesmo a raça. O médico veterinário Edilberto Martinez, mestre em biologia animal e doutor em psicologia social, afirma que, apesar de os gatos serem popularmente conhecidos por sua independência, quando a convivência com seres humanos é harmônica, eles desenvolvem laços afetivos e, na ausência dos mesmos, podem manifestar alterações comportamentais. Entre elas estão a apatia, lambedura compulsiva, eliminação de urina em locais inapropriados e mudanças no padrão alimentar.

Já os cachorros, por possuírem um sistema emocional mais aflorado, tendem a manifestar emoções de forma exacerbada. "Eles demonstram mais os sinais de comportamentos indesejáveis relacionados à ausência das pessoas de seu convívio. Entre eles, destruição de mobílias, arranhadura de portas, urina e fezes espalhadas pela casa, rejeição de alimentos, automutilação por lambedura ou mordedura excessiva de partes específicas do corpo e, um dos principais, a vocalização excessiva, que pode incomodar a vizinhança e trazer problemas com a comunidade", detalha o veterinário.

Esses episódios comportamentais estão ligados à ansiedade causada pela separação das pessoas com quem o animal tem vínculo emocional. Seriam, na verdade, tentativas de lidar com a ausência e expressar sentimentos em busca de alívio. Contudo, o médico alerta que é preciso diferenciar o normal do preocupante. "Após um curto período de ausência dos tutores, eles devem se interessar por estímulos no ambiente. É esperado também que durmam, comam, bebam água e façam suas necessidades de maneira habitual. O quadro torna-se preocupante quando



# MAIS QUE SAUDADE

comportamentos típicos da espécie passam a ocorrer com maior frequência e intensidade, levando a algum tipo de prejuízo físico ou emocional", completa.

## Além do comportamental

Mais do que afetar o comportamento, a solidão também atinge a saúde física, deixando os pets suscetíveis a desenvolver doenças clínicas. A médica veterinária Fernanda Maia relata que o isolamento pode causar baixa na imunidade sistêmica, desencadeando gastrite, colite, doenças de pele e alterações hormonais, como o aumento do cortisol. Também estão associadas ao emocional doenças como ansiedade, estresse, sedentarismo, obesidade, distúrbios gastrointestinais e dermatites por lambedura compulsiva.

A falta de estímulos durante um dia solitário também pode prejudicar o tônus muscular. "Essa ausência de estímulo mecânico pode afetar as articulações e levar ao agravamento de doenças como a artrose, principalmente em animais idosos. Além disso, aumenta o risco de obesidade", explica. Em animais mais velhos, a situação é ainda mais delicada, pois é comum que doenças pré-existentes sejam agravadas pelo estresse.

## Tratamento e prevenção

Para amenizar os efeitos negativos, Fernanda afirma que recorrer a ansiolíticos, antidepressivos e suplementos naturais, como triptofano, feromônios sintéticos e fitoterápicos, é importante, mas não suficiente.