



Eixo temático: Ciências da Saúde

A INFLUÊNCIA DE CACHORROS DE ESTIMAÇÃO NA SAÚDE DE IDOSOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

BRITO, Thayse de Oliveira*; CHAVES, Tamires Castro; COSTA, Renata Cardoso;
TEIXEIRA, Francisco Bruno

RESUMO

Introdução: O envelhecimento é um processo gradativo e irreversível que pode envolver a perda funcional e déficits das funções cognitivas. Com o atual envelhecimento da população, se faz importante promover ações que possam retardar essas perdas e obter melhor qualidade de vida. Sendo assim, ter um cachorro tem sido avaliado como um potencial método para aumentar e manter a atividade física entre os idosos e proporcionar benefícios na saúde mental desses indivíduos. **Objetivo:** Realizar o levantamento bibliográfico sobre a influência de cachorros de estimação na saúde dos idosos. **Material e métodos:** A revisão de literatura narrativa considerou informações contidas nas bases de dados PUBMED, Lilacs e MedLine, no período entre 2006 e 2019, utilizando-se os seguintes termos de busca: *pet ownership, dog ownership, aged, elderly, physical activity e mental health*, selecionando-se, então, 13 artigos relevantes. **Resultados:** Pesquisas sugerem que passear com cães incentiva os indivíduos a participar de atividade física: (a) donos de cachorros visitam mais parques/praças do que os que não possuem cães; (b) idosos que tinham cães tiveram a probabilidade duas vezes maior em participar de atividades físicas em comparação com os que não possuíam o animal; (c) já em um estudo realizado apenas com mulheres idosas, possuir um cachorro foi associado com uma maior probabilidade de andar, pelo menos, 150 min/semana e menor chance de ser sedentário. Esses resultados sugerem que os donos de cães andam mais em comparação com não-donos, em razão da necessidade de cuidar de cuidar do animal, se tornando uma motivação para sair de casa. Já os efeitos ocasionados pelos pets na saúde mental desses adultos podem ser agregados em quatro categorias: (a) conforto e segurança, (b) inclusão e participação social, (c) rotina definida e estruturada e (d) um papel afetivo, já que os animais são considerados e cuidados como “filhos” pelos idosos. Esses pontos podem ser correlacionados com dois estudos, os quais observaram que a posse de cães estava relacionada com melhor interação e confiança nos vizinhos, menor isolamento social e facilitava a aproximação de pessoas, bem como deixava os indivíduos alegres e dispostos. **Conclusão:** Sugere-se que a presença de cachorros pode afetar positivamente a vida de idosos, tanto em sua saúde física quanto mental. Observa-se a maior probabilidade de realização de atividades físicas e maior interação social, o que são importantes como fatores preventivos de algumas doenças, proporcionando, então, melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: atividade física, cachorros, idosos, saúde mental

*Dados do primeiro autor: Universidade Federal do Pará, Altamira, Pará.
thayseb.28@gmail.com