

BENEFÍCIOS DA CINOTERAPIA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Edinéli Brancalione¹; Clenise Liliane Schmidt²

^{1,2}*Instituto Federal do Paraná, Campus Palmas. E-mail: edineli_07@hotmail.com¹;
clenise.schmidt@ifpr.edu.br²*

Introdução:

O envelhecimento é um fenômeno mundial que tem refletido em inúmeras novas demandas para a sociedade e para os serviços de saúde. O aumento da expectativa de vida tem ocasionado a maior prevalência de doenças crônicas nos idosos e, conseqüentemente, o surgimento de incapacidades/limitações associadas às patologias pré-existentes, bem como ao próprio processo de envelhecimento (VERAS, 2009). Diante da necessidade de atenção contínua e integral destes idosos e da falta de suporte familiar, surgiram as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI's).

As ILPI's são locais com caráter residencial, destinados a promover o cuidado e garantir a melhor qualidade de vida possível aos idosos (BRASIL, 2005). Apesar de se constituírem locais estruturados para melhor atender as demandas próprias do envelhecimento, estão associadas ao abandono familiar e a maiores índices de depressão, conforme apontam alguns estudos (NOBREGA et al., 2015; JUNIOR, GOMES, 2014).

Frente a esta evidência, existem diversas atividades e intervenções que podem ser realizadas a fim de melhorar a qualidade de vida destes idosos, atuando de forma terapêutica diante das necessidades psicológicas, emocionais, físicas e cognitivas apresentadas.

A cinoterapia configura-se como um método terapêutico que utiliza cães no tratamento de diferentes necessidades, fazendo com que haja uma interação entre o animal e o humano, auxiliando de forma positiva no bem-estar e autoestima do ser humano e com isso, proporcionando uma melhora na qualidade de vida (SILVA et al, 2015).

O cão é considerado um co-terapeuta no tratamento físico, cognitivo e emocional e precisa atender alguns requisitos para que se possa utiliza-lo na terapia, de forma que não comprometa a relação entre o animal e o humano. É realizado então uma avaliação quanto ao comportamento, obediência, socialização e aptidão do mesmo. Qualquer cão pode ser utilizado para cinoterapia, mas necessita passar por algumas etapas para que possa então ser considerado um co-terapeuta, sendo elas: adestramento, avaliação veterinária para participar da terapia, teste para verificar o comportamento e estar com a vacinação em dia (SILVA et al, 2015).

Em relação aos idosos, a cinoterapia traz inúmeros benefícios, dentre eles o alívio de sintomas de estresse e depressão devido a liberação dos níveis de serotonina e endorfina que induzem ao sentimento de bem-estar/relaxamento, aumentando a resposta do sistema imunológico, fazendo com que haja uma diminuição dos níveis de dor e mau humor do indivíduo. (RODRIGUES et al, 2012). De acordo com Becker e Morton (2003), a cinoterapia traz benefícios físicos, estabiliza a pressão arterial, melhora quadros de dor, encoraja as expressões verbais e estimula a memória. Além disso, promove a recreação, a diversão e a motivação das pessoas envolvidas.

Nesta perspectiva o presente trabalho objetivou levantar os benefícios da cinoterapia em idosos institucionalizados em um município do Sudoeste do Paraná, a partir do Projeto de Extensão EnvelheSER Saudável.

Metodologia:

Trata-se de um relato de experiência, realizado a partir da vivência de atividades de um projeto de extensão em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) desenvolvido por discentes e docentes dos cursos de Enfermagem, Farmácia e Educação Física do Instituto Federal do Paraná, Campus Palmas.

As atividades foram desenvolvidas no período de dezembro de 2017 a setembro de 2018 e integram o cronograma de atividades de extensão do Projeto EnvelheSER Saudável. Tal projeto inclui atividades de pesquisa e extensão e objetiva contribuir para a formação de profissionais preocupados com a qualidade de vida do idoso institucionalizado e preparados para uma abordagem integral e interdisciplinar a partir da compreensão dos fatores envolvidos no processo de envelhecimento.

A cinoterapia é uma das atividades desenvolvidas no projeto de extensão, sendo uma proposta de terapia psíquica, cognitiva e física para os idosos institucionalizados. Ela acontece mensalmente, nas sextas-feiras, com a inserção de três cães: um buldogue francês, um akita e um cão sem raça definida. Previamente ao início desta prática, a instituição autorizou a entrada dos cães, entendendo que esta atividade poderia melhorar as limitações/incapacidades já instaladas nos idosos, especialmente à nível psíquico e emocional.

Os cães terapeutas são avaliados por um profissional médico veterinário, que atua como colaborador do projeto e realiza acompanhamento mensal de maneira a garantir que os mesmos estejam aptos a participar da cinoterapia.

Para realização da cinoterapia são desenvolvidas atividades físicas (alongamento, dança, caminhada), atividades cognitivas (dinâmicas, jogos) e atividades recreativas. As necessidades individuais foram levantadas a partir da aplicação de questionários previstos na pesquisa realizada previamente ao início do projeto de extensão. Desta forma, todo planejamento foi realizado considerando as limitações e incapacidades já instaladas nos participantes.

Resultados e Discussões:

Participaram das atividades de cinoterapia 28 idosos residentes no Lar de Velhinhos Nossa Senhora das Graças, em Palmas – PR. Destes, cinco faleceram e dois deram entrada na instituição posteriormente ao início das atividades.

A inserção da cinoterapia na instituição ocorreu a partir da ambientação dos cães ao espaço e a presença dos idosos. A partir da ambientação e aproximação dos cães com os idosos, planejou-se as atividades a serem executadas no decorrer do projeto. Estas atividades incluíram: atividades físicas, cognitivas e recreativas. Todos os idosos foram motivados a participar de todas as atividades propostas durante a cinoterapia, de forma que diferentes habilidades pudessem ser trabalhadas e motivadas pelo cão terapeuta. Nesta perspectiva, foram propostas atividades de alongamento, caminhada, dança, dinâmicas e jogos cognitivos, além de atividades recreativas com a inserção do cão terapeuta.

Na primeira atividade de cinoterapia os idosos demonstraram pouco entrosamento com os discentes e os cães terapeutas, relacionado ao medo dos animais e a falta de vínculo com os

integrantes do projeto, o que foi superado no andamento do projeto. Assim, o transcorrer das atividades permitiu avanços em relação ao estabelecimento de vínculo entre as partes envolvidas, bem como nas habilidades dos idosos.

Um dos primeiros benefícios observados a partir da cinoterapia está relacionado à expressão dos sentimentos, especialmente a demonstração de afeto. Isso facilitou a participação das atividades, uma vez que o vínculo e o afeto criado com os cães aumentaram o interesse dos idosos em desenvolver as atividades propostas.

A partir da efetiva participação dos idosos nas atividades, foi possível identificar ainda os seguintes benefícios relacionados a cinoterapia: melhora da autoestima e da autoconfiança, melhora na comunicação, maior socialização e vínculo com discentes e docentes, melhora nos níveis de ansiedade e na psicomotricidade.

Foi possível identificar as expressões de alegria nos idosos nos dias em que os cães eram levados até a instituição. Inicialmente, alguns demonstraram medo de interagir com os cães, mas após encorajados criaram afeto pelos animais e passaram a oferecer carinho, realizar brincadeiras e leva-los para as caminhadas sempre que estes estavam disponíveis.

Nascimento, Hoffmeister e Peranzoni (2017) corroboram com este estudo ao apontar melhora na interação, socialização e memória, estimulados por diferentes aspectos mentais afetivos e comunicativos a partir da cinoterapia. Ainda, referem melhora na qualidade de vida dos idosos institucionalizados a partir da inserção desta modalidade de terapia como coadjuvante no tratamento de demência, depressão e incapacidades.

Silva et al. (2012) afirmam que a cinoterapia tem inúmeros benefícios no processo terapêutico, promovendo uma melhor socialização entre idosos e o meio em que vivem. Neste sentido a terapia seria de fundamental importância para idosos institucionalizados, visto que a instituição é visualizada, muitas vezes, como um ambiente hostil e cheio de rotinas. Através da cinoterapia o idoso pode resgatar a alegria e a segurança, reduzindo o impacto e o estresse gerados pela presença de doenças ou limitações e facilitar sua ambientação à ILPI.

Os benefícios da cinoterapia foram tão evidentes, que a diretora responsável pela instituição onde este estudo foi desenvolvido, decidiu, juntamente com a equipe de profissionais, adotar um cão e inseri-lo junto aos idosos para que estes pudessem interagir diariamente com o animal.

A interação diária dos idosos com cão, faz com que eles não se sintam tão sozinhos, porque o animal acaba sendo um companheiro, o carinho que o cão dá ao idoso faz toda diferença na sua qualidade de vida, principalmente nos idosos institucionalizados, pelo fato, de não terem a família por perto, eles acabam se apegando, criando um vínculo ainda maior com o animal.

A interação com animais além de proporcionar uma companhia ao idoso, auxilia no desenvolvimento de várias habilidades. Os animais não só ajudam na diminuição do estresse, depressão e do isolamento como também estimulam os idosos na realização de exercícios (FARACO, 2008). Os cães mantêm os idosos mais ativos e socialmente integrados, promovendo ainda o senso de responsabilidade por outra criatura. Os cães são capazes de manter os idosos no momento presente, evitando que mantenham suas vidas focados no passado. O animal passa a ser uma fonte de afeto, carinho, conforto e companheirismo (CHAGAS, et al., 2012).

Desta forma, acredita-se que a cinoterapia tem possibilitado resultados importantes em relação à melhora cognitiva, física e emocional dos idosos institucionalizados. Cabe salientar que ela integra as atividades do Projeto EnvelheSER Saudável, não sendo a única forma de desenvolvimento das ações de extensão. Entretanto, tem se mostrado uma das mais efetivas,

motivando a participação dos idosos nas atividades propostas e possibilitando a melhora dos aspectos emocionais relacionados a institucionalização, presença de incapacidades, depressão e medo da morte.

Conclusões:

A importância da inserção de animais como forma de terapia ficou clara a partir deste estudo. Podemos perceber com a cinoterapia que a interação dos idosos com os cães traz inúmeros benefícios. É um método terapêutico onde os idosos interagem com o cão e são motivados por estes a realizar diferentes atividades de estimulação física, funcional e cognitiva, obtendo uma melhora significativa na qualidade de vida.

A cinoterapia pode não promover a cura do paciente, mas faz com que os idosos fiquem mais alegres, tranquilos, mais dispostos na realização das atividades propostas, reduzindo os índices de ansiedade, estresse e depressão.

Através do projeto de extensão EnvelheSER Saudável, buscou-se oferecer aos acadêmicos uma formação diferenciada, proporcionando a realização de uma técnica inovadora a partir da cinoterapia, o que resultou em benefícios bem notórios. Com a cinoterapia observou-se que a interação dos idosos com o cão proporcionou diferentes instâncias do comportamento, como melhora na comunicação, autoestima, autoconfiança, maior socialização e melhora nos níveis de ansiedade. A cinoterapia pode ser usada como terapia alternativa ou complementar à terapia farmacológica, visto que os idosos comumente utilizam psicofármacos para manejo de sintomas psíquicos e comportamentais que são pouco estimulados por outras formas terapêuticas.

Este projeto contempla além da extensão, a pesquisa. Isso possibilita a avaliação de diferentes aspectos quanto aos resultados das atividades de extensão, a partir da aplicação de questionários específicos. A nível de comparação, foram aplicados os questionários de pesquisa previamente ao início da extensão e serão aplicados novamente após transcorrido um ano, afim de levantar as possíveis interferências do projeto em relação a capacidade funcional, cognitiva, níveis de depressão, uso de medicamentos e qualidade de vida dos idosos institucionalizados.

Referências:

BECKER, M.; MORTON, D. **O poder curativo dos bichos: como aproveitar a incrível capacidade dos bichos de manter as pessoas felizes e saudáveis.** Tradução A.B. Pinheiro de Lemos. 1 ed. São Paulo: Bertrand Brasil, 2003.

BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução nº. 283, de 26 de setembro de 2005.** Aprova o regulamento técnico que define normas de funcionamento para as Instituições de longa permanência para idosos, de caráter residencial, Diário Oficial da União 27 nov 2005; Seção 1.

CHAGAS, J. N. M., et al. Cães e idosos. Projeto pelo próximo – “**Solidariedade em 4 patas**”. Rio de Janeiro – RJ, 2018. Disponível em: <http://www.peloproximo.com.br/caes-e-idosos-0> Acesso em 24 de setembro de 2018.

FARIA, J. C., MACHALA, C. C.; DIAS, R. C.; DIAS, J. M. D. Importância do treinamento de força na reabilitação da função muscular, equilíbrio e mobilidade de idosos. **Acta Fisiátrica.** São Paulo, v.10, n.3, p.133-137, 2003.

FARACO, C. B. Interação Humano-Animal. **Ciência veterinária nos trópicos.** Recife, v. 11, p. 31-35, abril, 2008.

JUNIOR, J. A. S. H.; GOMES, G. C. Depressão em idosos institucionalizados: as singularidades de um sofrimento visto em sua diversidade. **Rev. SBPH,** Rio de Janeiro, v. 17, n.2, dez, 2014.

NASCIMENTO, C. N.; HOFFMEISTER, J. M.; PERANZONI, V. C. **O impacto da cinoterapia na saúde mental em idosos de instituição de longa permanência.** Trabalho apresentado no XVIII Seminário Internacional de Educação no Mercosul. UNICRUZ, 2017.

NOBREGA, I. R. A. P.; LEAL, M. C. C.; MARQUES, A. P. O.; VIEIRA, J. C. M.. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. **Saúde Debate.** Rio de Janeiro, v.39, n. 105, p.536-550, abr-jun, 2015.

SILVA, C. N., COSTA, L. P. D.; PERANZONI, V. **Cinoterapia: uma terapia para pessoas com necessidades especiais.** Trabalho apresentado no XX Seminário Interinstitucional de Ensino, Pesquisa e Extensão, UNICRUZ, 2015.

RODRIGUES, V.; MENDES, D.; SANTIAGO, R.; SMEHA, L. **Velhice e institucionalização: intervenção psicológica por meio da cinoterapia.** Trabalho de pesquisa e extensão. Santa Maria, RS, Brasil. 2012.

VERAS, R. Population aging today: demands, challenges and innovations. **Rev Saúde Pública.** v.43, n.3, p.548-54, 2009.