

ATIVIDADES ASSISTIDAS POR CÃES DE FORMA REMOTA DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL

MONIKE SILVA COSTA¹; DÉBORA MATILDE DE ALMEIDA²; SABRINA DE OLIVEIRA CAPELLA³; MÁRCIA DE OLIVEIRA NOBRE⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – costa_moni@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – deby.almeida@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – capellas.oliveira@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – marciaonobre@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A relação entre cães e humanos é de longa data e se deu a partir de uma evolução histórica e biológica. A partir do processo de domesticação, humanos e lobos conseguiram se estabelecer mutuamente (CHELINI & OTTA, 2015), sendo este vínculo reforçado pelo encontro de fósseis datados de 12000 anos atrás de um filhote canino e um humano junto, em um sítio arqueológico em Israel.

Ao decorrer dos séculos, o vínculo entre o animal e o ser humano aumentou drasticamente, e a presença destes nos lares modernos possibilitou que o cão fosse visto como companheiro, membro da família ou prestador de auxílio, trazendo benefícios para ambas as partes (RICARDO, 2017).

Esses benefícios são causados a partir do momento em que os cães proporcionam companhia e afeto ao ser humano, evitando a solidão do mesmo, sendo essas interações emocionais, psicológicas e físicas essenciais em tempos de isolamento (CHELINI & OTTA, 2015). Além disso, o ato do homem conseguir se vincular facilmente com um cão resulta no “afeto catalisador” no qual o animal se torna um ponto de referência para a pessoa em questão (SILVEIRA, 2015).

Visto a importância e atualidade do tema em questão, o presente resumo tem como objetivo relatar sobre o desenvolvimento de uma oficina para redução de estresse em estudantes a partir do vínculo e interação com seu próprio cão, visando um momento de relaxamento e diminuição do estresse, para ambos, durante a atual pandemia.

2. METODOLOGIA

O Pet Terapia é um projeto de ensino, pesquisa e extensão vinculado a faculdade de medicina veterinária da Universidade Federal de Pelotas. O projeto consta com a participação de uma equipe multidisciplinar de docentes, discentes da graduação e pós-graduação da área da Medicina Veterinária, Zootecnia, e atua em Intervenções Assistidas por Animais (IAAs).

Para dar continuidade as atividades de modo online, foram elaboradas, pela equipe do projeto, uma oficina virtual com graduandos da Universidade Federal de Pelotas, sendo estes convidados a partir das mídias sociais e pela indicação de colegas. A oficina ocorreu em agosto, no período da noite, através da Plataforma Google Meet. Foram realizadas três atividades práticas abrangendo o controle de respiração, massoterapia e autopercepção por desenho com o intuito de promover redução de estresse do estudante a partir da interação com seu próprio cão.

Como material adicional, também foi disponibilizado jogos de entreterimento, para distração e estímulos cognitivos como anagrama, caça-palavras, palavras-cruzadas e mandalas para pinturas. Essas atividades foram disponibilizadas de forma que os alunos pudessem resolvê-las online ou fisicamente, imprimindo as atividades para colorir. Tais jogos foram publicados, diariamente nas redes sociais do Pet Terapia (@pet.terapia e <https://www.facebook.com/petterapiaufpel>) e a equipe acompanhou o acesso e os comentários ao material disponibilizado nas redes sociais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Antes da realização das atividades propostas nas redes sociais, a equipe realizou pesquisas para obtenção do conhecimento necessário para o desenvolvimento das tarefas. Além disso, durante as reuniões semanais, foram discutidas as propostas e o desenvolvimento dos materiais com o aprendizado do uso de aplicativos de edição de fotos e vídeos para que as atividades fossem aperfeiçoadas.

Ademais, foram observados um aumento no engajamento das publicações nas redes sociais, além do feedback positivo dos estudantes. Estes relataram que se divertiram com os jogos disponibilizados e conseguiram se distrair mais no período de isolamento social. Além disso, no atual cenário da pandemia do COVID-19, o ambiente de isolamento social é favorável a alterações comportamentais, impulsionando patologias psicológicas que podem desencadear consequências graves à saúde (LIMA et al., 2020). Logo, viu-se uma alternativa para minimizar o estresse dos estudantes, utilizando o âmbito virtual para desenvolver tanto a oficina como os jogos de entreterimento que anteriormente eram realizadas presencialmente. Além do mais, ao possuir um cão no âmbito domiciliar, por consequência do contato direto com o animal, o corpo humano acaba por liberar endorfina, ocitocina além de reduzir a chance do desenvolvimento de patologias (DOTTI, 2005). Esse contato, quando interrompido, pode ter um custo alto, afinal, irá refletir diretamente na saúde e na qualidade de vida do ser humano, o qual pode desencadear estresse, depressão e, conseqüentemente, afetar diretamente o sistema imunológico do indivíduo, deixando-o vulnerável a patologias (CHELINI & OTTA, 2015).

Por fim, também foi relatado um aumento no vínculo dos estudantes com seus animais, a partir da iniciativa em buscar mais orientações sobre massoterapia, conhecimento em comportamento animal e brinquedos para enriquecimento ambiental.

4. CONCLUSÕES

Dessa forma, concluiu-se que a oficina e os materiais lúdicos disponibilizados trazem momentos de lazer e descontração para os participantes e intensifica a relação com os respectivos pets. Além do crescimento do conhecimento da equipe na produção dos materiais lúdicos utilizados e na organização da oficina

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHELINI, M. & OTTA, E. **Terapia assistida por animais**. Barueri: Manole, 2016.

DOTTI, J. **Terapia e animais**. São Paulo: Noética, 2005.

FINE, A.H. **Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice**. USA: Academic Press, 2010.

LIMA, C.K.T.; CARVALHO, P.M.M.; LIMA, I.A.A.S.; NUNCES, J.V.A.O; SARAIVA, J.S.; SOUZA, R.I.; SILVA, C.G.L; NETO, M.L.R. **The emotional impact of Coronavirus 2019- nCoV (new coronavirus disease)** Psychiatry Research. 2020.

RICARDO, P. **Manual da terapia assistida por animais**. 2017.

SILVEIRA, N. **Imagens do inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2015.