



Credito: DR

Companhia, vínculo e desafios

A influência dos animais no bem-estar humano

A relação entre seres humanos e animais de estimação vai muito além do simples convívio diário. Ela envolve afetos, vínculos emocionais profundos e, muitas vezes, um impacto significativo na saúde mental e no bem-estar psicológico das pessoas. No entanto, esse laço também levanta questões complexas: até que ponto a humanização dos animais pode ser benéfica e em que momento ela passa a se tornar prejudicial? Como lidar com dilemas éticos, como o uso de animais em pesquisas científicas? E de que forma aspectos práticos, como os custos de manutenção e os casos de abandono, influenciam emocionalmente os tutores e a sociedade?

Para refletir sobre essas questões, contamos com a participação de Angela Masuzzo, psicoterapeuta, que nesta edição nos traz sua visão profissional sobre os benefícios, desafios e consequências psicológicas dessa relação tão especial entre humanos e seus animais de companhia.

Milênio Stadium: Até que ponto a humanização de animais domésticos pode ser positiva para o bem-estar psicológico das pessoas e quando pode se tornar prejudicial?

Angela Masuzzo: A humanização dos animais é um assunto complexo que pode trazer benefícios, mas também pode tornar-se prejudicial às pessoas. Ter todo o cuidado e carinho especial com o animal de estimação é o ideal e é muito saudável para ele, além de trazer inúmeros benefícios psicológicos ao tutor, como companhia, redução do stress e da ansiedade, melhoria do humor e, em alguns casos, até a regulação da pressão arterial. Para além disso, a presença do animal pode favorecer a interação social e proporcionar uma sensação de segurança e conforto emocional. O cuidado atento promove uma ligação profunda entre humano e animal, fortalecendo o vínculo afetivo. No entanto, quando a humanização é excessiva, pode gerar efeitos negativos, tanto para o animal como para o tutor. O animal pode ter as suas necessidades naturais e biológicas negligenciadas, o

que pode levar a problemas de saúde física e comportamental. Por outro lado, o tutor pode desenvolver expectativas irrealistas sobre o comportamento do animal, o que pode gerar frustração ou ansiedade. Assim, o equilíbrio é fundamental: oferecer amor e atenção sem comprometer a natureza e o bem-estar do animal.

MS: Quais fatores explicam a intensidade dos vínculos emocionais entre humanos e seus animais de estimação?

AM: Os afetos e os vínculos emocionais são bastante significativos para a saúde mental e física das pessoas. Já foram comprovados os benefícios na redução do stress, da depressão, da ansiedade e da solidão. Outro fator importante é o vínculo emocional que o animal de estimação oferece, servindo como suporte emocional e, em alguns casos, físico também, como no caso dos animais de serviço. Os animais promovem uma ligação profunda que ajuda na regulação emocional da pessoa através da sua companhia, conforto, criação de uma rotina diária, treino, brincadeiras, afeição e carinho. O facto de a pessoa ter de sair de casa para levar o seu animal de estimação a passeios diários e satisfazer as suas necessidades físicas promove a socialização, tornando a pessoa mais ativa, conhecendo outras pessoas da vizinhança e até criando novas amizades.

MS: Como a sociedade lida psicologicamente com o dilema ético do uso de animais em pesquisas científicas?

AM: A opinião pública sobre este tema é bastante diversa e trata-se de uma questão polémica. As posições dividem-se entre a valorização dos benefícios médicos e a preocupação ética com o bem-estar dos animais. Alguns defendem que o uso de animais é essencial para o desenvolvimento e o progresso da medicina, argumentando que muitos avanços científicos não seriam possíveis sem esses estudos. Outros, porém, posicionam-se de forma contrária e sublinham o sofrimento a que os animais são sujeitos, considerando inaceitável a sua utilização em experiências. Assim, a sociedade lida psico-

logicamente com este dilema através de um constante confronto entre a necessidade de progresso científico e os princípios de compaixão e respeito pelos direitos dos animais.

MS: De que maneira as dificuldades financeiras associadas à manutenção de animais domésticos podem impactar a saúde mental de seus tutores?

AM: Sabemos que cuidar de um animal envolve gastos, por vezes bastante elevados. É um compromisso para o qual a pessoa deve estar bem esclarecida e conscientemente disposta a assumir. Aqui em Ontário, por exemplo, o custo de uma visita de rotina ao veterinário é elevado, especialmente quando o animal necessita de cuidados médicos inesperados ou sofre de um problema de saúde que exige tratamentos mais complexos. Quando a pessoa não dispõe de recursos financeiros suficientes, isso pode gerar um grande impacto emocional, uma vez que o animal de estimação é muitas vezes considerado um verdadeiro membro da família. Em alguns casos, as dificuldades económicas podem levar o tutor a tomar decisões extremamente difíceis, como abdicar de determinados tratamentos ou até ponderar entregar o animal, o que causa sofrimento e sentimentos de culpa. Para reduzir esse peso financeiro e emocional, é recomendável explorar soluções como seguros de saúde para animais ("Pet Insurance"), que podem ajudar a amenizar os custos em situações de emergência veterinária.

MS: Quais são os efeitos psicológicos do abandono de animais tanto para os tutores que abandonam quanto para a comunidade que presencia esses casos?

AM: O abandono de animais tem consequências sociais muito significativas, provocando uma sobrelotação nos abrigos e aumentando os riscos para a saúde pública e para os próprios animais, que ficam desprotegidos e sem os devidos cuidados. Existe também a dimensão ética, uma vez que o abandono representa a violação da responsabilidade do tutor para com o seu animal, comprometendo os valores de empatia e respeito pelos seres vivos.

Em alguns casos, as pessoas, por motivos pessoais, de saúde ou financeiros, veem-se obrigadas a desfazer-se do seu animal de estimação. Trata-se de um processo doloroso para ambos, que pode causar tristeza profunda, sentimentos de culpa, conflito interno e até confusão mental. Estes sentimentos podem persistir por longos períodos, afetando o bem-estar psicológico do tutor. Para a comunidade, presenciar situações de abandono desperta indignação, revolta e também sentimentos de impotência perante o sofrimento animal, gerando debates sobre responsabilidade social e ética.

O abandono é, acima de tudo, um ato cruel que coloca em risco não só o bem-estar do animal, mas também a harmonia social. Sempre é aconselhável procurar a melhor solução possível, como a entrega responsável em associações ou programas de adoção, de modo a garantir segurança e bem-estar ao animal. Para o tutor, estas alternativas podem atenuar a dor da separação, tornar menos pesada a difícil decisão e promover a sensação de que fez tudo ao seu alcance para proteger e cuidar do seu animal.

RMA/MS



Angela Masuzzo. Créditos: DR.