

DIMENSÕES DO VÍNCULO HUMANO-ANIMAL ENQUANTO CATALISADOR DE AFETOS: EXPERIÊNCIAS SUBJETIVAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

DIMENSIONS OF THE HUMAN-ANIMAL BOND AS A CATALYST FOR AFFECTION: SUBJECTIVE EXPERIENCES DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Cidiane Vaz Melo¹

Mariana De Aquino Rosa Fonseca²

Stefany Camacho De Oliveira Joia³

Juliana Gurgel De Araújo⁴

Thuany Cristini Torres Lippi⁵

Nayla Velberto Til⁶

Recebido em 02/04/2024

Aprovado em 15/07/2024

RESUMO

A pandemia de COVID-19 registrada em mais de 180 países, se mostrou desafiadora por conta de sua propagação em nível mundial e letalidade, com número estimado de 15 milhões de mortes. Além dos agravos sociais, econômicos e políticos impostos pela pandemia, somam-se os efeitos psicológicos desorganizadores para a saúde mental, para os vínculos e a sociabilidade decorrente do adoecimento, das mortes e do isolamento social. Neste artigo são apresentados os resultados de uma pesquisa qualitativa que investigou como os participantes perceberam a sua relação com animal (s) de estimação e como qualificaram a importância desta relação no contexto de enfrentamento da pandemia de COVID-19 e do isolamento decorrente das medidas de contenção sanitária do vírus. Percebeu-se que, em um contexto caótico, a companhia dos animais de estimação mostrou-se significativa como fator proteção à saúde mental e ao cuidado de si.

Palavras chave: afeto catalisador; vínculo humano-animal; pandemia COVID 19

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic, registered in more than 180 countries, proved to be challenging due to its worldwide spread and lethality, with an estimated 15 million deaths. In addition to the social, economic and political harm imposed by the pandemic, there are the disorganizing psychological effects on mental health, bonds and sociability resulting from illness, deaths and social isolation. This article presents the results of qualitative research that investigated how the participants perceived their relationship with

¹ Professora adjunta na Universidade Federal Fluminense – UFF, psicóloga. Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: cidianevez@gmail.com

² Psicóloga, Universidade Federal Fluminense – UFF, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: psi.marianaarosaf@gmail.com

³ Psicóloga, Universidade Federal Fluminense – UFF, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: psi.stefanycamacho@gmail.com

⁴ Estudante de graduação da Universidade Federal Fluminense – UFF, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: psi.jugurgel@gmail.com

⁵ Psicóloga, Universidade Federal Fluminense – UFF, Estudante de graduação em Medicina Veterinária na UENF, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: thuanycristini@gmail.com

⁶ Estudante de graduação da Universidade Federal Fluminense – UFF, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: psicologa.naylavtil@gmail.com

pet(s) and how they qualified the importance of this relationship in the context of coping with the COVID-19 pandemic and the isolation resulting from the measures of sanitary containment of the virus. It was noticed that, in a chaotic context, the company of pets proved to be significant as a protective factor for mental health and self-care.

Keywords: affect catalyst; human-animal bond; COVID 19 pandemic

*Dimensões do vínculo humano-animal enquanto
catalisador de afetos: experiências subjetivas
durante a pandemia de Covid-19*

*No gorjeio dos pássaros tem um perfume de sol?
(Manoel de Barros⁷)*

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 registrada em mais de 180 países, se mostrou desafiadora por conta de sua propagação em nível mundial e letalidade, com número estimado de 15 milhões de mortes⁸. No Brasil, teve início registrado em de fevereiro de 2020 e já levou a óbito cerca de 700 mil pessoas, segundo o Conselho Nacional de Secretários de Saúde (CONASS)⁹. Frente à gravidade deste evento, foram necessárias a adoção de medidas de proteção como a quarentena súbita e o isolamento social, principais medidas de contenção da propagação do vírus. Além do impacto causado pelo adoecimento e mortes, percebeu-se também baques no que diz respeito aos vínculos e a sociabilidade; para uma parcela significativa da população mundial, as relações tornaram-se restritas ao ambiente doméstico e as interações se limitaram à família e aos animais de estimação que faziam parte de um mesmo espaço de coabitação. Neste contexto, fortaleceram-se formas de existir e se relacionar e trabalhar mediados por tecnologias, uma vez que o contato físico estava restrito. Apesar de os termos isolamento social e distanciamento social serem próximos, têm sido utilizados de formas distintas conforme propõe a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ, 2020). Isolamento social se refere a uma separação entre os indivíduos infectados ou sintomáticos daqueles considerados sadios e, em contrapartida, o termo distanciamento social se fundamenta no esforço consciente de redução do contato físico entre os indivíduos com o intuito de diminuir a velocidade de contágio. Essa medida, dentro de um contexto pandêmico, se aplica também para aqueles que não compõem um grupo de risco ou se encontram infectados pelo vírus. Em decorrência do tratamento dos termos pelos veículos de comunicação e mídias sociais optamos por não levar em conta essa distinção conceitual neste artigo, apesar de reconhecê-la.

⁷ Menino do mato, 2010.

⁸ <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-61332581> (recuperação em 24/03/23)

⁹ <https://www.conass.org.br/painelconasscovid19/> (recuperação em 27/02/2023)

Dentre os diversos impactos ocasionados à saúde mental devido à crise na esfera social, destacam-se o surgimento de sintomas psicológicos como estresse, ansiedade, depressão e agravamento em condições de saúde pré-existent. Sentimentos de culpa e tristeza pela falta de convívio com amigos e familiares também foram amplamente vistos e discutidos em diversas mídias e meios de comunicação (PEREIRA et al., 2020). Diversas estratégias de enfrentamento do agravo de problemas ligados à saúde mental foram adotadas visando minimizar a vulnerabilidade e conter os danos causados pela imprevisibilidade deste evento (FIOCRUZ, 2020). Neste contexto, constatou-se a necessidade de entendermos e discutirmos as repercussões da restrição social e sua influência sobre os laços sociais e suas consequências para a saúde mental. Dentre os elementos que atuaram como fatores de proteção para o fomento e a manutenção dos laços afetivos, mencionamos a convivência com os animais, particularmente em um cenário caótico, incerto e marcado por esvaziamento afetivo.

O presente artigo buscou verificar a influência do vínculo existente entre humanos e animais na qualidade de vida das pessoas durante o período da pandemia. Para isso, foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa, disseminada via formulário eletrônico por todo país junto a pessoas que mantiveram companhia e vínculos com animais de estimação durante período de isolamento social. Esta pesquisa se direcionou para a percepção dos participantes sobre o papel deste tipo particular de relacionamento.

O VÍNCULO HUMANO-ANIMAL: PERSPECTIVAS TERAPÊUTICAS

A relação entre seres humanos e animais não é recente, sendo datada desde os tempos remotos. Em sua evolução, a convivência com os animais trouxe vantagens ao homem, sendo uma das principais fontes de auxílio e suporte nas atividades cotidianas. Com o passar dos anos, essa relação foi se tornando ainda mais próxima, traduzindo-se em um vínculo de companheirismo e afetividade (CAETANO, 2010).

Atualmente, observamos a presença dos animais em nossa cultura e cotidiano, em ambientes domésticos e de trabalho, assumindo papéis muito ativos de assistência física e mental. Este laço cooperativo e empático se torna ainda mais evidente no círculo familiar, onde o animal de estimação é encontrado com maior frequência. Ao se tornar parte integrante de uma família, os cães e os gatos, principalmente, passam a compartilhar os mesmos hábitos de seus tutores e ocasionam mudanças nas relações e dinâmicas intrafamiliares (FUCHS, 1987). Cabe ressaltarmos que o termo estimação - associado aos animais domesticados - sugere um apreço e afeição por parte de seus protetores que também se tornam responsáveis pelos seus cuidados e bem-estar.

Os efeitos positivos da interação humano-animal na afetividade, apoio social, redução de estresse, ansiedade, depressão, suporte e melhora na qualidade de vida para as duas partes têm sido alvos de estudos em diversas áreas (HONORATO et. al, 2012; CEBALLO e GÓIS, 2016; ALVES & STEYER, 2019). Seus benefícios terapêuticos, psicológicos, fisiológicos e psicossociais têm feito com que, cada vez mais, os animais sejam inseridos em estratégias de promoção de saúde. Intervenções como Atividades Assistidas por Animais (AAA) e as Terapias Assistidas por Animais (TAA) e algumas outras modalidades como a Cinoterapia e a Equoterapia, vem sendo adotadas por médicos e terapeutas com resultados em tratamentos que vão além da "cura". Trata-se da prestação de apoio emocional por meio de visitas recreativas que contribuem para a melhora da saúde física, social, emocional e/ou de funções cognitivas (GIUMELLI e SANTOS, 2016). Ademais, a utilização dos animais como ferramenta terapêutica promove a quebra da rotina e diminuição do sentimento de solidão em hospitais e instituições (RIBEIRO, 2014).

Não é surpresa que, frente a tantos proveitos, verificamos um aumento significativo de adoções de animais de estimação no Brasil, principalmente durante o período de isolamento social. Segundo dados da ABINPET¹⁰, o país possui a terceira maior população de animais de estimação do mundo, contando com 144,3 milhões de cães, gatos, aves, peixes, répteis e pequenos mamíferos no ano de 2019. Já no ano de 2020, com a pandemia, houve uma média geral de crescimento de 2,0% na população animal. Reportagens e entrevistas relatando a alta na procura de animais, especialmente cães e gatos, acabaram por indicar maior procura pela companhia de um animal neste período. Em São Paulo, a ONG União Internacional Protetora dos Animais (UIPA) registrou uma procura 400% maior por adoções de cães e gatos (CNN, 29/07/2020). Foram ainda feitas exposições de pesquisas que apontavam os benefícios da convivência com animais de estimação durante o isolamento social (EL PAÍS, 03/07/2020).

Dados como estes ilustram o modo como, enquanto espécie, somos seres sociais e buscamos afeto e apego (BOLWBI, 2002). Os animais domésticos representam uma forma conhecida e segura de companhia com a qual estamos habituados a dividir nossas vivências afetivas. Ainda assim, precisam ser considerados atentamente que para além de ter com quem dividir o ambiente durante a pandemia, trata-se de existências com particularidades, necessidades comuns e singulares e que demandam afeto e cuidado. Além disso, se para os humanos o confinamento social apresentou-se como um aspecto negativo alterando a forma de sociabilidade e organização do cotidiano, isto também pode se aplicar aos animais domésticos que também viveram alterações na qualidade de vida, rotinas de passeio, alimentação e convivência.

¹⁰ Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação

No Brasil, particularmente no campo da saúde mental, a introdução de animais com perspectiva terapêutica foi realizada por Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatra brasileira que em seu pioneirismo passou a ser considerada uma “rebelde”, ao declarar-se contrária aos métodos agressivos e torturantes dos tratamentos psiquiátricos praticados até então. Foi responsável por propor uma nova maneira de se relacionar com os usuários de instituições de saúde mental, enfatizando a centralidade do afeto a partir de práticas de Terapêutica Ocupacional (TO) em ateliês de pintura, música, teatro e modelagem, onde os pacientes poderiam fazer atividades manuais de maneira criativa e livre. Seu trabalho trouxe grandes contribuições à medicina e à psicologia no país no que tange à luta antimanicomial, sendo até hoje uma referência no cuidado em saúde mental. Nise declarava abertamente seu amor pelos animais, de modo que esse convívio se tornou uma das motivações para esta nova forma de pensar o afeto, principalmente na prática terapêutica (LEAL, 1994).

De acordo com a Dr^a Nise, o afeto representa um importante suporte psíquico para os pacientes esquizofrênicos, havendo, nestes casos, a necessidade de estabelecimento de pontos de referência e apoio onde possam investir afetivamente. Nos ateliês ou oficinas era valorizada a presença de monitores, que poderiam servir como suporte para os investimentos afetivos, favorecendo o processo terapêutico. Segundo a Dr^a Nise, estes monitores, funcionavam como uma espécie de *catalisador* do processo vivido pelos usuários, permitindo um maior ordenamento e organização do sujeito em relação ao caos psíquico, ao ambiente, à realidade externa e aos outros sujeitos - visto que o contato com a realidade dependeria, em primeiro lugar, do relacionamento confiante com alguém, até que posteriormente pudesse se expandir para as demais pessoas e para o ambiente. Os monitores não intervinham nem opinavam sobre as obras feitas pelos usuários, apenas permanecendo silenciosamente demonstrando interesse e simpatia pela atividade desenvolvida (SILVEIRA, 1981). Nos questionamos o quanto os animais de estimação acabaram por desempenhar, no período de isolamento social, função de ancoragem, suporte e presença tão importantes para a promoção de saúde mental, semelhantes ao suporte oferecido pelos monitores durante as oficinas. Não seriam também as relações com os animais de estimação baseadas na aceitação, no não julgamento e na presença empática?

Nos trabalhos realizados no Hospital Psiquiátrico do Engenho de Dentro, os animais foram introduzidos no espaço de saúde mental fazendo a função de co-terapeutas, numa estratégia para fazer emergir a afetividade dos usuários, construindo uma ponte de contato. A Dr^a. Nise pôde acompanhar de perto as vantagens da presença dos animais nos espaços de cuidados em saúde mental por meio da adoção da pequena cadela Caralâmpia feita por um usuário. Através dessa vivência, Silveira (1981) conclui que o cachorro reúne características próprias muito favoráveis para que

ele se torne um ponto de referência no mundo externo, sendo essencial na contribuição no tratamento e na diminuição da solidão, visto que “nunca provoca frustrações, dá incondicional afeto sem nada pedir em troca, traz calor e alegria ao frio ambiente hospitalar” (SILVEIRA, 1981, p. 81). Os pacientes do Hospital de Engenho de Dentro demonstraram zelo e cuidado aos animais de estimação que frequentavam o local, estabelecendo diálogos, construindo casas, criando histórias, formando uma relação de identificação e amizade que coloca os animais na posição de catalisadores potentes, conceito criado pela Dr^a Nise da Silveira. Ou seja, verificou-se que os clientes escolhiam acolher aqueles animais com determinadas características, cuja relação produzia atração e conforto. Percebeu-se então que neste contato, investimos afeto ao mesmo tempo em que somos beneficiados por ele. Além disso, o convívio humano-animal contribuiu de forma positiva para a sociabilidade dos sujeitos atendidos pela Dr^a Nise que apresentaram melhora em sua comunicação e interação social. Ademais, o vínculo com os animais possibilitou uma mediação com outras relações, assim como inspiração e estímulo psíquico. A partir destas experiências, passou-se a compreender que, no que concerne à relação com animais domésticos, além de poderem ser um componente no grupo familiar, ocupam o lugar de *catalisadores de emoções* - elemento do convívio social cuja presença se torna indispensável, até mesmo, à manutenção e ao bom funcionamento do grupo e de seus integrantes. Nestes termos, a adoção de animais de companhia, domésticos ou terapêuticos para pessoas em adoecimento físico ou psíquico ganha dimensões mais inteligíveis.

A expressão criativa adotada pela Dr^a. Nise transformou e inovou o que se entendia por intervenção terapêutica, voltando o foco para o sujeito e para as experiências vivenciada por ele, possibilitando um contato entre o doente e o mundo e dando-lhe a chance de narrar a própria história (SCHLEDER e HOLANDA, 2015). Uma destas experiências foi essencial para determinar um dos pilares de sua clínica: a emoção de lidar. Silveira (1998, p. 30) descreve a história de Luiz Carlos, um dos frequentadores da Terapia Ocupacional, que atraído por um pedaço de veludo estendido sobre a mesa entrou na sala, dirigiu-se à monitora e perguntou se poderia fazer com aquele pano um gato. Manipulando aquele tecido ele lhe dá uma forma e relata que a sensação do objeto em suas mãos lhe gerava uma "emoção de lidar", expressão que foi fomentadora da mudança na maneira como era pensada a terapêutica ocupacional. Além da emoção de lidar, um dos alicerces fundamentais da clínica de Silveira, o afeto catalisador também se destaca de forma particular (DAMIÃO JÚNIOR, 2021). Sua perspectiva transdisciplinar ancorada nestes fundamentos descreve e indica uma atitude e compreensão totalmente nova a respeito da saúde mental, dando primordialidade ao afeto para o desenvolvimento do trabalho e deixando de lado a racionalidade. Como coloca Nise, a questão não era apagar por completo o racional, mas permitir que o afeto não fosse esvaziado (LEAL, 1994).

Apesar dos benefícios do vínculo humano-animal à saúde mental aqui salientados, o uso de animais como recurso terapêutico ainda é pouco praticado por psicólogos. Garcia (2009 *apud* GIUMELLI e SANTOS, 2016) expõe que o animal, como meio para ações interventivas, tem a função terapêutica, pois atua sobre fenômenos psicológicos, além de contribuir para o estabelecimento de vínculos entre terapeuta e paciente e auxiliar em casos onde há dificuldades de comunicação. Ainda assim, este recurso tem sido mais aproveitado e descrito em literatura por outros profissionais da área da saúde como médicos, fonoaudiólogos, fisioterapeutas e por terapeutas ocupacionais.

Em nossa pesquisa, a busca por produções científicas que servissem como referência à construção teórica deste artigo se tornou um desafio. A procura em bases acadêmicas teve como descritores os termos *saúde mental*, *psicologia*, *terapia* e *animais*, focando em artigos em português produzidos nos últimos 10 anos. Nas plataformas eletrônicas da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) não foram encontrados resultados correspondentes ou que contivessem os descritores selecionados. No Portal de Periódicos da CAPES a busca recuperou 117 resultados, entretanto, somente 01 abrangeu todos os descritores e relacionou-se com o tema aqui trabalhado. Substituindo o termo *terapia* por *psicoterapia* foram obtidos 65 resultados, porém apresentando apenas 01 artigo especificamente relacionado à inter-relação com a saúde mental. Neste sentido, observamos que o tema da pesquisa proposta apresenta um foco ainda pouco explorado pelo campo de estudo das psicologias.

MÉTODO

Foi realizada uma pesquisa qualitativa, através de um questionário eletrônico disseminado pelas redes sociais, visando investigar como os participantes percebiam a sua relação com animal(is) de estimação e como qualificaram a importância desta relação no contexto de enfrentamento à pandemia de COVID-19 e ao isolamento decorrente das medidas de contenção sanitária do vírus.

Para tal, foram selecionadas sujeitos maiores de 18 anos, residentes no Brasil. Os critérios de inclusão na pesquisa consideravam participantes que fossem tutores de pelo menos um animal de estimação, independente da espécie, e que tivessem resguardado o distanciamento social por pelo menos um mês. Além disso foram consideradas variáveis tais como dados sócio-demográficos, a espécie animal, quantidade de animais e pessoas por residência, tempo de convivência com o animal e duas perguntas abertas como: “Ao pensar no vínculo com o seu animal de estimação, quais são as primeiras palavras que vêm à sua mente?” e “Dê a sua opinião sobre a

convivência com seu(s) animal(is) de estimação durante o período de isolamento social”, que se constituíram como os questionamentos centrais desta investigação.

Participaram deste estudo um total de 77 pessoas, que correspondiam aos critérios de inclusão estabelecidos e tiveram suas respostas incluídas nos resultados. Todos os participantes deram anuência à participação na pesquisa declarando “aceite” ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os dados foram coletados no período de novembro de 2020 a fevereiro de 2021. Foi realizada análise quantitativa para descrever a amostragem e análise qualitativa das respostas evocadas pelos participantes, mais especificamente, a análise de conteúdo de Bardin (2011).

RESULTADOS

Em relação à composição da amostra, percebeu-se que os 77 participantes tinham idade entre 18 e 75 anos, de diferentes gêneros com predomínio do sexo feminino (78%), residiam em cidades dos estados do RJ, MG, SP, PE, SC e PA. Em relação à renda familiar mencionada, os dados variaram de R\$600,00 a mais de R\$5.000,00. Cabe ressaltar que quase um terço da amostra (29%) tinham renda superior a R\$5.000,00, o que favoreceu melhores condições econômicas para a manutenção de seus animais e da condição de distanciamento social. Apesar de não ser o foco da pesquisa, este dado suscitou questionamentos a respeito dos possíveis impactos para a convivência humano-animal em condições socioeconômicas menos favorecidas.

Com relação à convivência com outras pessoas em um mesmo ambiente durante o período de isolamento, 36% dos respondentes apontaram a presença de 3 outras pessoas em seu espaço. Supõe-se que todas as pessoas que coabitaram neste período pertenciam à mesma família. Sobre o tempo de permanência em isolamento social, em uma variação entre 1 a 10 meses, sendo que a faixa mais frequente (18%) se mantiveram isolados por, no mínimo, 3 meses.

Além dos dados anteriores, o questionário utilizado para a coleta de dados se orientou para o vínculo entre os tutores e seus animais de estimação. As informações obtidas apontam maior contato com mamíferos –cachorros e gatos (82%). As demais espécies compostas por aves (9%), peixes (4%) e répteis (5%) representaram um número menor da amostra. Também avaliamos o número de animais com quem os entrevistados conviveram durante a coleta dos dados e obtivemos como resultado mais frequente (36%) dois animais. Nesse período as respostas a respeito do tempo geral de convivência variaram entre 1 a 20 anos, com maior concentração em torno de 2 anos. Tendo em vista que a pandemia de COVID-19 se tornou um fato amplamente noticiado como uma realidade no Brasil a partir do início do ano de 2020,

a maior parte das relações tutor-animal tiveram seu início em período anterior à pandemia.

No que diz respeito aos dados qualitativos obtidos a partir da análise das respostas dos participantes às perguntas abertas, conforme assinalado anteriormente, percebemos que os termos mais frequentemente utilizados por eles para se referirem ao vínculo com seus animais de estimação foram respectivamente: *amor, companheirismo, carinho e cuidado*.

Em relação à análise do conteúdo das respostas, percebeu-se a emergência de seis categorias que abordam a compreensão dos participantes sobre a experiência de convivência com seus animais de estimação durante o período de distanciamento social e os efeitos para a saúde mental:

Categoria 1: Efeitos da pandemia

Nesta categoria foram agrupadas respostas que remetem à percepção dos efeitos para a saúde emocional causados pelo distanciamento social e restrição quanto aos diferentes espaços de convivência social e trocas afetivas. São feitas referências ao sofrimento psíquico decorrente do medo da morte de pessoas queridas e da dependência emocional percebida pelos respondentes de forma mais exacerbada em si e nos animais.

a) efeitos da pandemia sobre si:

“Ter um pet em casa foi muito importante no meu isolamento, eles com certeza me ajudaram muito, sempre me acalmaram e me relaxaram quando eu estava no meio das minhas crises (Depressão e ansiedade generalizada), eles foram e são super importantes pra mim.”

“Quando você fica tanto tempo dentro de casa você acaba meio carente, querendo estabelecer contato e trocar afeto. Meus animais foram um bálsamo para quando sentia uma vontade louca de sair e encontrar gente”.

b) efeito da pandemia sobre os animais, sobretudo pela dependência emocional e sofrimento, percebidos pelos tutores como aspecto problemático:

“Eu acredito que o nosso cachorro voltou a ser completamente dependente da nossa presença, ficando extremamente ansioso e triste quando algum de nós precisa sair, assim como ele era quando chegou em casa, ainda filhote [...]”

“Acredito que eles (o cachorro ainda mais) estejam muito mais apegados a nós. Ficaram muito mais dependentes da gente, assim como nós ficamos deles”

Categoria 2: Cuidado de si

Nesta categoria são evocados conteúdos relativos ao cuidado experimentado na relação com o animal a partir da convivência com o animal de estimação e com os cuidados concretos com ele como passear, limpar, dar carinho. Na percepção dos participantes, na medida em que podiam cuidar de seus animais, esse contato se revertia em cuidado com a própria saúde mental evidenciando a lógica “*cuido, logo me cuido e sou cuidado*”. Esta categoria foi subdividida em:

- a) cuidado com a própria saúde mental a partir de experiência de conforto emocional:

“Neste período minha experiência com meu pet tem sido de muito aprendizado, sobretudo, de mim mesmo. Poder dar e receber carinho, saber que tenho algo ou alguém por perto a quem devo cuidar tanto quanto de mim mesmo... Saber disso me faz levantar todos os dias acreditando que existe alguém que precisa de mim tanto quanto eu preciso, e, assim, eu levo a vida com um pouco mais de leveza, pois olhar tudo a minha volta e perceber o caos lá fora me faz refletir o agora e como eu quero continuar até que tudo isso termine.”

- b) Como companhia e fonte de afeto e alívio para os sentimentos de solidão/falta de contato e de tédio, bem como de sintomas psicológicos como depressão e ansiedade:

“Tem sido vital para conseguir passar por dias difíceis, pois é no cuidado com eles que percebo cuidar de mim. Além de não me sentir sozinha, pois sempre converso com eles e brinco.”

86

Categoria 3: Sensorialidade

Nesta categoria foram agrupadas respostas que evocavam a importância da sensorialidade no manejo de efeitos emocionais desagradáveis decorrentes do distanciamento social e de menor contato e trocas físicas, bem como demonstração de afeição por meio de ações que envolvessem o toque, o contato e as respectivas sensações neste período. Apesar de a sensorialidade ser um aspecto ligado ao cuidado de si, optou-se por torná-la uma categoria à parte por evocar aspectos específicos ligados sobretudo ao toque e a sensação de presença evocada pelo contato físico. Nas respostas foram evidenciados comportamentos como “fazer carinho”, “tirar pulgas”, “ficar perto”, “brincar junto”, “passear no jardim” e “correr”

“A Sofia sempre me faz companhia, e até mesmo fazer carinho nela me faz bem... Ela doente é algo desesperador... Ela parece me entender”

“Meus animais foram o que me trouxeram alegria nesse período difícil. Sempre que parava para brincar com eles, era um momento em que conseguia me acalmar do estresse e me sentir amada, calma”

Categoria 4: Ancoragem

Nesta categoria foram agrupadas respostas que evidenciam um efeito do que denominamos de “ancoragem”, ou seja, a ideia de que a manutenção da própria vida em seus diversos aspectos se torna importante na medida em que se é conectado e responsável por um ser que depende integralmente dos cuidados oferecidos pelo cuidador para se manter vivo e saudável física e emocionalmente. Nesta categoria também percebemos a menção ao sentimento de que os animais eram parte efetiva da família.

“A convivência e o afeto intensificou muito. Cuidar deles ficou a maior ocupação dos membros da família.”

“Ter a cachorrinha com a gente, foi muito importante, graças a sua personalidade ativa e bagunceira, esteve sempre nos colocando para cima, nos animando a fazendo rir. Ela, sem dúvida se tornou -mais ainda- a alegria da casa, em um momento tão delicado, agradecemos a ela, por ser nossa e estar com a gente, pois foi super importante tê-la nesse momento de pandemia.”

Categoria 5: Compreensão

Nesta categoria foram agrupadas respostas que evocavam experimentação por parte dos respondentes do sentimento de serem compreendidos incondicionalmente - sem julgamentos - em suas necessidades afetivas por parte de seus animais e, reciprocamente, a experiência de maior sensibilidade e abertura quanto à percepção das possíveis necessidades emocionais como carência e medo da solidão experimentadas por eles. Neste sentido, algumas falas apontam para o fato de que a intensificação do tempo de convivência entre seres humanos e animais domésticos poderia ter se concretizado como uma via de intensificação do relacionamento entre eles, de modo que os animais pudessem perceber seus tutores e sentimentos manifestados, influenciando no comportamento de ambos. Percebemos assim, os animais como aqueles que sinalizam sobre os afetos manifestados pelos tutores, mesmo que estes não os percebam.

“Elas estão sempre por perto para dar apoio. Se estou triste, as gatas ficam ao meu lado. Parecem que sentem quando algo não está indo muito bem.”

Categoria 6: Ganhos decorrente do vínculo tutor-animal

Nesta categoria foram reunidas respostas que evocavam de maneira consistente a experiência de gratidão pelo tutor-animal sentida pelos participantes. Nestas respostas fica evidente a percepção de que o vínculo permitiu o fomento da

relação com o animal que passou a ser marcada pela intimidade e por maior percepção e empatia pelas particularidades de cada animal como preferências, necessidades, etc. Além disso, também é indicado o reconhecimento da passagem por momento difícil e psiquicamente exigente e da importância do autocuidado.

“Os bichinhos sempre nos ajudam a lidar com o dia a dia agitado através do seu amor sincero e puro. Durante essa fase de isolamento os bichinhos se fizeram ainda mais presentes. Eles nos servem como companhia, distração e prazer. Ajudando assim a aliviar o estresse de estar trancado sem poder sair.”

Durante o processo de seleção das falas para esta categoria nos deparamos, com o dado importante que, apesar de todos os aspectos positivos para a saúde mental reconhecidos como decorrentes da relação tutor-animal, da intimidade adquirida e da ampliação perceptiva sobre as necessidades específicas dos animais, ocorre ainda uma percepção marcada por posição utilitarista deste vínculo em que o animal é descrito como algo que se “tem” na família e que está “servindo” à alguma coisa: dar carinho, fazer companhia, quebrar o tédio, diversão. É importante destacar que esta compreensão aparece na contramão da literatura que utilizamos como base para este estudo e foi bastante dificultoso fazer a separação da visão utilitarista de falas que claramente expressam afeto e cuidado para com os animais.

DISCUSSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

88

Em relação à amostra que compôs a pesquisa percebemos tratar-se de pessoas que puderam se manter em isolamento social por pelo menos um mês. Ainda que esse não seja o foco do estudo, este aspecto mostrou-se relevante uma vez que é claramente perpassado por aspectos socioeconômicos, haja vista a possibilidade de permanecer em isolamento e a condição socioeconômica desses indivíduos, com renda mensal superior a R\$5,000.

Fazendo uma comparação com os dados divulgados pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas) no PNAD COVID 19 (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios), nos deparamos com uma estimativa no período entre 20/09/2020 e 26/09/2020 de 2,7 milhões de pessoas afastadas do trabalho devido ao distanciamento social em uma curva decrescente ao longo do tempo. Dados indicaram, no período de novembro de 2020, que a maior proporção de pessoas afastadas do trabalho, em decorrência da pandemia, está situada entre militares e servidores estatutários, seguido de empregados do setor público sem e com carteira assinada. Ainda nesta amostra 879 mil pessoas afastadas deixaram de receber remuneração, entre aqueles que se mantiveram ocupados, 19,6% tiveram um rendimento menor do que o normalmente recebido. Entre os 7,9 milhões de pessoas

que puderam se manter trabalhando remotamente estavam as pessoas com nível superior completo ou pós-graduação. Ainda segundo dados desta pesquisa do IBGE, o rendimento médio real efetivamente recebido de todos os trabalhos das pessoas ocupadas, em relação aos estados que apresentaram maior incidência nas respostas obtidas em nosso estudo, foram: RJ (R\$ 2.625,00); SP (R\$2.694,00); MG (R\$ 1.902,00); SC (R\$ 2.372,00), PE (R\$ 1.746,00); PA (R\$ 1.606,00).

Dentre as limitações desse estudo, percebemos que a maioria dos entrevistados correspondem a uma pequena parcela da população que conseguiu se manter em isolamento social com renda mensal superior a R\$ 5.000,00. Em um recorte de cor, o IBGE mostrou que entre as pessoas que não procuraram ou conseguiram trabalho em sua localidade no período pandêmico, 9,7% eram pretas ou pardas, seguido de 5,9% de pessoas brancas. Em relação ao nível de instrução, aparece um quantitativo de 9,6% das pessoas com ensino fundamental completo ao médio incompleto, seguido de 9,1% das pessoas com ensino médio completo ao superior incompleto e 7,9% das pessoas sem instrução ao fundamental incompleto.

No que se refere aos marcadores sociais levantados em nossa pesquisa, percebemos, contudo, que seu alcance fica limitado quanto à ocupação e nível de instrução dos entrevistados. Além disso, percebemos a falta de um recorte de cor ou raça para compor o estudo realizado. Sendo assim, nos deparamos com a limitação do acesso ao questionário, uma vez que sua divulgação se deu pelas mídias sociais. Esse processo de coleta dos dados já pressupõe a existência de conexão estável de internet e algum domínio sobre o uso dos recursos digitais.

A partir da nossa pesquisa entendemos que o vínculo humano-animal se mostrou potente e independente do tempo de convívio. Todos os respondentes consideraram essa partilha benéfica para sua qualidade de vida e saúde mental na redução dos impactos ocasionados pelo isolamento social. Levando em consideração a singularidade das respostas obtidas, optamos por fazer alguns destaques que se mostraram pertinentes. O primeiro destes é a questão da *sensorialidade*, categoria esta que evidencia as trocas físicas e se relaciona ao estabelecimento de relações de afeto entre seres que compartilham o mesmo ambiente. Os elementos, toque, carinho e brincar apresentaram-se de forma recorrente nas falas, associando-se também, até certo ponto, ao estímulo à saúde física, uma vez que o cuidado com os animais demandava passeios eventuais, brincadeiras, etc. Ainda neste sentido, e em relação à categoria cuidado de si, os respondentes à pesquisa associaram o fato de cuidar do outro estimular o autocuidado e, especialmente à saúde mental, ampliando formas de resiliência no momento de isolamento social.

Outro destaque que se mostrou bastante relevante foi a relação entre os ganhos decorrentes do vínculo com os animais e uma postura utilitarista aparente em algumas falas. Fica clara uma visão do animal que é carregada de afeto, mas muito marcada

por uma objetificação com o emprego do verbo "ter", "possuir" e termos como "dono". Esse tipo de articulação paradoxal nos colocou diante do questionamento de que modo nós enquanto sociedade nos relacionamos com os animais. Por esse não ser o foco da nossa pesquisa, não encontramos nas respostas do questionário material suficiente para fazer uma análise que abrangesse esta questão.

A partir da pesquisa desenvolvida, percebemos o quanto a relação animal de estimação- tutor, mostrou-se relevante como elemento protetivo e reparador em relação aos agravos à saúde mental decorrentes da pandemia de COVID-19. Neste sentido, as respostas dos participantes evocam o efeito catalisador que os animais domésticos tiveram neste período (Silveira, 1981). Ademais, na elaboração desta pesquisa, percebemos a necessidade de ampliação do debate sobre esta temática, sobretudo no campo da psicologia, uma vez que as publicações científicas sobre esta temática se mostram escassas.

REFERÊNCIAS

ABINPET. Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação. ALVES, L. e STEYER, S. **Perspectivas em Psicologia**, Uberlândia, vol. 23, n. 2, pp. 124 - 142, Jul/Dez, 2019.

BARDIN, L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011.

BOWLBY, John. Apego e perda: apego, v. 1. Tradução de Álvaro Cabral. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

CAETANO, E. C. S. As contribuições da TAA- Terapia Assistida por Animais à Psicologia (Trabalho de Conclusão de Curso de Psicologia). Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC, Criciúma, 2010.

CEBALLOS, M. C. e GÓIS, K. C. R. **Revista Brasileira de Zootecias** 17(2): 45-50. 2016.

DAMIÃO JÚNIOR, M. Fundamentos do método de Nise da Silveira: clínica, sociedade e criatividade. **Junguiana**, São Paulo , v. 39, n. 1, p. 91-100, jun. 2021.

DUQUIA, R, G; CLEURI, M. P. S. "Convivência com Animais de Estimação: Um Estudo Fenomenológico". **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, vol. XXII, núm. 1, julho, 2016, pp. 49-58 Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt Terapia de Goiânia. Goiânia, Brasil

FIOCRUZ. Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19, 2020.

FUCHS, H. O animal em casa: um estudo no sentido de des-velar o significado psicológico do animal de estimação. 1988. Tese (Doutorado em Psicologia Experimental) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1988. doi:10.11606/T.47.2018.tde-27042018-151119. Acesso em: 2022-03-07.

GIUMELLI, R. D.; SANTOS, M. C. P. Convivência com animais de estimação: um estudo fenomenológico. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 22, n. 1, p. 49-58, jun. 2016.

HONORATO, L. A.; HOTZEL, M. J.; GOMES, C. C. de M.; SILVEIRA, I. D. B.; KRENAK, A. Ideias para adiar o fim do mundo. 2ª ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

LEAL, L. G. P. Entrevista com Nise da Silveira. **Psicologia: Ciência e Profissão** [online]. 1994, v. 14, n. 1-3.

MACHADO FILHO, L. C. P. Particularidades relevantes da interação humano-animal para o bem-estar e produtividade de vacas leiteiras. **Ciência Rural**, 42(Cienc. Rural, 2012 42(2)).

PEREIRA, M. ; OLIVEIRA, L.; COSTA, C.; BEZERRA, C.; PEREIRA, M. ; SANTOS, C.; DANTAS, E. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Development**, 9(7): 1-35, e652974548.

SCHLEDER, K. S. ; HOLANDA, A. F. Nise da Silveira e o enfoque fenomenológico. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 21, n. 1, p. 49-61, jun. 2015.

SILVEIRA, N. da. Imagens do inconsciente. Rio de Janeiro: Alhambra, 1981.

SILBEIRA, N. da. Gatos: a emoção de lidar. Rio de Janeiro: Léo Christiano Editorial, 1998.

RIBEIRO, A. F. de A. (2014). Cães Domesticados e os Benefícios Da Interação. **Revista Brasileira De Direito Animal**, 6(8). SILVEIRA, N. da. O Mundo das Imagens. São Paulo: Editora Ática, 1992.

<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/adocao-de-caes-e-gatos-cresce-durante-a-quarentena/>

<https://brasil.elpais.com/sociedade/2020-07-03/o-importante-papel-dos-animais-de-estimacao-durante-a-pandemia.html>

