

# Para além da infeção – o impacto da pandemia nos animais e tutores

Leonor Melo

---

Um estudo realizado em Espanha, que teve em conta as 3 primeiras semanas de confinamento no país, debruçou-se sobre o efeito deste nas relações dos tutores com os seus animais de companhia (canídeos e felídeos), o apoio que as pessoas retiraram dessas mesmas relações e as consequências do foro comportamental associado às mudanças que se viveram. Já em outubro de 2020 foi publicada outra análise realizada nos Estados Unidos, que pretendeu averiguar também as dificuldades, preocupações e stress relacionados com os cuidados animais neste contexto, assim como compreender a visão geral da relação humano-animal para que se pudesse aferir as expectativas do dono, prevenir problemas comportamentais dos animais e melhorar o bem-estar tanto do dono como do animal. Também se explorou como é que a situação financeira do dono, a sua preocupação com a estabilidade nessa área e a composição do agregado familiar estavam associados com a opção de deixar de ter o animal sobre os seus cuidados. Ambos os estudos serão abordados neste artigo.

Estudos prévios relativos a outros surtos de doenças infecciosas analisaram as consequências psicológicas dos diferentes graus de quarentena, dados os efeitos negativos desta na qualidade de vida e saúde das pessoas (associados à separação dos amigos e familiares, à perda da liberdade, ao ambiente de medo em torno da doença e ao tédio que lhe está possivelmente associado). Os efeitos reportados incluem ansiedade, depressão, insónias, irritabilidade e dificuldades em retomar a vida normal após o confinamento.

Por outro lado, os estudos que se debruçaram sobre as relações humano-animal sugerem que os animais de companhia podem ser a fonte de apoio social necessário para ajudar as pessoas a lidar com situações difíceis. Dada a crise de saúde mental crescente decorrente da pandemia, será importante atentar aos potenciais benefícios da ligação com os animais de companhia, mas também às desvantagens de possuir outros seres a nosso cuidado durante estes tempos difíceis.

Algumas evidências científicas mostram que os animais de companhia podem providenciar o tal apoio social, tanto como catalisadores de interações sociais, como através da ligação inter-

espécie que gera sensações/sentimentos de apoio emocional e companheirismo. Neste aspeto os animais podem ser especialmente importantes para as crianças e jovens em confinamento, já que a interação com os seus pares está limitada e que as crianças por vezes vêm os seus animais de companhia como confidentes, recorrendo a estes em tempos de stress e adversidades.

Possuir um animal de estimação é considerado benéfico em termos de saúde também por outros motivos. Num primeiro panorama está muitas vezes associado a um aumento de atividade física, especialmente no que toca a passear os cães. Para além disso, os animais de companhia também ajudam a nível do controlo do stress, o que é suportado pelas evidências emergentes quanto ao potencial aumento de oxitocina providenciado por estes animais, assim como do controlo dos níveis de cortisol, atenuando o sistema de resposta ao stress.

No que toca ao estudo mais recente, nos Estados Unidos, no fim da primavera e início do verão de 2020 foi detetado um aumento da procura de animais de companhia para adoção, coincidente com o desenvolvimento da pandemia e conseqüente confinamento. Uma vez que evitar o contacto social com pessoas externas à residência é considerado uma das maneiras mais efetivas para combater a propagação da COVID-19, os animais foram considerados uma alternativa atrativa para preencher as necessidades sociais. Para além disso, algumas pessoas poderão ter considerado o cenário de trabalho a partir de casa uma situação ideal para acolher e ajudar na ambientação de um novo animal, já que anteriormente o facto de trabalharem fora da sua habitação não lhes permitia dar a atenção que pretendiam aos mesmos.

No entanto, os novos donos poderão ter subestimado a quantidade de trabalho que um animal de companhia requer ou ter tido expectativas irrealistas em relação aos seus benefícios em termos de saúde e bem-estar. Considerando as pessoas que já possuíam animais, no caso de estarem/terem estado a realizar teletrabalho ou terem ficado desempregadas, também estas passaram a estar mais tempo com eles. Ambos os perfis de donos poderão ter tido expectativas de mitigar a solidão e de preencher das suas necessidades sociais, que normalmente eram alcançadas recorrendo a outras pessoas e que neste caso poderão ou não ter sido atingidas posteriormente.

Em alguns casos, o stress associado a este panorama pode comprometer a relação humano-animal e pode instigar ou acelerar outros problemas.

Assim, é igualmente importante considerar os aspetos mais negativos de possuir um animal durante a crise pandémica. De facto, há estudos que não encontram uma associação entre a

pertença de um animal de companhia e o aumento da saúde ou bem-estar: em que não se demonstra a tal associação entre uma maior atividade física e o facto de se ter um animal de companhia ou o facto de se possuir os mesmos e sentir-se menos só, no caso dos adultos. Ainda se pode considerar que tomar conta de animais com problemas comportamentais pode afetar negativamente o bem-estar humano.

Para além disso, juntam-se a estes a preocupação associada ao risco de ferimentos, dado o tempo acrescido passado em casa e a interação entre cães e crianças. Por outro lado, o elevado tempo passado na residência poderá aumentar a probabilidade de interações sociais e de violência no seio da mesma, da qual o animal pode passar a ser vítima.

Refere-se ainda que o aumento de tempo despendido em casa pode exacerbar alergias ou sintomas de asma.

Financeiramente um animal representa encargos acrescidos. No confinamento, os animais podem representar uma distração no caso do trabalho a partir de casa, especialmente no que toca a cães que tendem a vocalizar.

Com o propósito de entender a relação animal-dono, no estudo relativo a Espanha, fez-se um questionário online que pretendeu aceder a informações relativas a 3 dimensões independentes da mesma:

1. Interação entre ambos (tempo despendido a brincar, em atividades sociais, no grooming)
2. Perceção da proximidade emocional (quão dependente do animal a pessoa é e quanto apoio emocional retira da relação)
3. Perceção dos custos – a que grau as necessidades do animal afetam financeira e temporalmente a pessoa e o seu estilo de vida no geral

Perguntou-se também acerca do efeito do confinamento na qualidade de vida dos animais; quanto é que os mesmos os ajudaram durante esse período e se se chatearam mais frequentemente com os seus animais desde o confinamento. Isto é, pretenderam ter acesso à informação sobre a tensão entre os donos e os animais, sem questionarem diretamente sobre a punição, para que as respostas fossem honestas.

Como o confinamento pode ter potenciado o desenvolvimento ou agravamento de problemas comportamentais nos animais de companhia, fizeram-se perguntas aos detentores

sobre problemas comportamentais comuns entre as espécies (agressão à família, a coabitantes, destruição, defecar/urinar dentro de casa em sítios inapropriados e medo relativamente a sons) ou espécie-específicos (urina fora da caixa de areia, agressão a outros cães durante o passeio, problemas ao ser deixado sozinho na habitação). Foi perguntado, neste sentido, que problemas melhoraram ou pioraram durante confinamento ou se era a primeira vez que demonstrava esse comportamento anormal. Para além disso, inquiriu-se que alterações mais gerais foram observadas (como estarem mais stressados, mais relaxados, mais excitados, mais calmos, se procuraram mais atenção, se se apresentaram mais exigentes, mais frustrados ou mais irritáveis desde o confinamento).

No questionário apresentou-se um conjunto de possíveis preocupações ligadas ao confinamento e verificou-se quais eram as preocupações dos inquiridos, entre as quais:

- a) A saúde dos animais;
- b) A possível dificuldade na obtenção de alimentos para os animais;
- c) Aceder à medicina e aos cuidados veterinários;
- d) Proibições de usufruto dos animais das zonas exteriores;
- e) Ganho de peso por parte dos animais;
- f) Que as crianças não respeitassem o espaço dos animais e a sua necessidade de descansar;
- g) O efeito que a perda de rotina pudesse ter no animal;
- h) Como o animal poderia lidar com voltar à vida normal depois das mudanças associadas ao confinamento terminarem;

Caso fossem donos de cães, questionou-se acerca da frequência e duração total diária dos passeios e os tutores de gatos foram questionados acerca do acesso dos mesmos ao exterior antes e durante o confinamento.

De notar que em Espanha o confinamento teve regras muito restritas, com restrições controladas pela polícia de quem saía de casa e com que propósito. Os donos de cães podiam passeá-los, mas só por períodos curtos. A maioria das pessoas do questionário vivia em apartamentos com um espaço exterior limitado, pelo que para esta população o confinamento representou uma mudança substancial no estilo de vida.

Embora o estudo espanhol tenha sido feito quando a média do período de confinamento era de 3,2 semanas, o que poderá ser considerado um pouco curto, especialmente tendo em conta todo o desenrolar da pandemia desde aí, os estudos anteriores indicaram que confinamentos mais curtos, de 10 dias, por exemplo, já se consideraram associados a consequências psicológicas negativas.

Relativamente às preocupações ligadas ao confinamento, estas apontam para problemas específicos, mas também podem ser consideradas indicadores de um estado subjacente de receio e ansiedade. O medo do desconhecido, que sabemos estar presente durante o período atípico que vivemos, foi considerado um dos elementos base da ansiedade e um componente fundamental nas patologias conhecidas relacionadas com ansiedade.

No caso do estudo americano, a preocupação com a disseminação da doença esteve implícita ou foi mencionada por muitos dos respondentes. Esta teve impacto nos comportamentos diários relacionado com os cuidados animais e contribuiu para questões relacionadas com comportamentos problemáticos.

Vários indivíduos mencionaram a sua preocupação com o facto dos seus animais poderem ser vulneráveis ao COVID-19 ou poderem servir como veículos de disseminação do vírus para pessoas vulneráveis. Embora haja poucos casos reportados de animais de companhia que contraem o vírus e não haja evidências de que os animais podem contrair a doença a partir de animais, a preocupação com o contágio pode contribuir para o abandono animal e a sua eutanásia. Muitas das preocupações expressadas pelos inquiridos foram similarmente caracterizadas por um equilíbrio entre o bem-estar animal e a saúde humana. Esta questão por si pode contribuir para diminuir o bem-estar e aumentar a sensibilidade ou baixar a tolerância às frustrações e aborrecimentos do dia-a-dia. Alguns donos podem considerar que “desistirem” dos seus animais alivia o seu stress e a sua responsabilidade de cuidador.

Apenas 7% da amostra americana (sendo que uma limitação do estudo foi uma amostra enviesada, representando maioritariamente mulheres brancas de estatuto socioeconómico elevado) reportou preocupações e dificuldades relacionadas com o lado financeiro, o que poderá refletir o estado socioeconómico desproporcionadamente representado nesta amostra. No entanto, 2/3 da amostra indicou que estava de alguma maneira preocupada com a diminuição dos ganhos devido à pandemia, indicando uma certa incerteza financeira, uma vez que as consequências económicas da pandemia permanecem pouco claras.

A pandemia criou uma maré de circunstâncias stressantes em todos os aspetos da vida diária, tal como os resultados qualitativos do estudo refletem, os papéis de prestador de cuidados tornaram-se mais pesados em muitos casos. Embora os tipos de preocupações expressados não tenham variado significativamente quando as pessoas tinham a seu cuidado uma criança em casa ou consoante o número de pessoas do agregado familiar (no caso do estudo nos Estados Unidos), verificou-se que os indivíduos solteiros tenderam a reportar mais frequentemente preocupações relacionadas tanto com os animais de estimação, como com os humanos, comparados com os restantes inquiridos. Isto pode refletir stress relacionado à responsabilidade que possuem sobre os animais, sendo esta inteiramente individual. Atendendo a um exemplo, face à possibilidade de adoecer ou ficar incapacitado devido ao vírus, pode ser muito mais significativo em termos de responsabilidade para uma pessoa solteira do que para uma pessoa que possua um companheiro com quem possa contar na partilha dessa responsabilidade.

#### PROBLEMAS GERADOS PELA PANDEMIA

Quanto ao estudo americano, os problemas mais mencionados pelos donos durante os primeiros meses da pandemia foram relacionados com conseguir atingir as necessidades sociais e comportamentais dos seus animais. Relataram ter de pôr de parte o exercício normal dos mesmos em parques, devido ao seu encerramento, o facto de terem de reorganizar os seus horários e as suas rotas, dada a grande afluente de pessoas e o facto de não poderem permitir a socialização devidamente ou expor os seus animais às experiências normais do dia a dia. Por vezes disseram ficar desesperados, irritados ou frustrados com o desejo por atenção que os animais expressavam ou as repetidas interrupções durante o trabalho a partir de casa.

Dado o decorrer da pandemia muitos serviços relacionados com os animais mudaram ou tornaram-se mais inacessíveis, pelo que mitigar comportamentos problemáticos pode ter-se tornado mais difícil.

A possibilidade de as pessoas deixarem de conseguir pagar as suas habitações e o potencial despejo que daí advém, devido à crise financeira e ao desemprego crescente, leva à incapacidade de alguns donos de animais de companhia exercerem as suas funções como tutores e à sua necessidade de arranjar solução para os seus animais, havendo a possibilidade de separação.

## RELAÇÃO DONO-ANIMAL

No estudo americano o afeiçoamento ao animal demonstrou ser significativamente menor no caso dos donos com mais preocupações a nível humano, como o seu próprio bem-estar e saúde mental, problemas com trabalhar a partir de casa com animais e dificuldades com coordenar obrigações e responsabilidades com os cuidados animais. Dado que não se pode inferir causalidade a partir deste estudo, que é transversal, pode apenas supor-se que a ligação dono-animal pode ter sido comprometida pelos problemas do dono com o animal durante a pandemia ou que, alternativamente, o dono pode ser menos tolerante a frustrações e dificuldades relacionadas com o animal devido à sua ligação menos forte pré-existente.

No estudo espanhol, como medida direta de apoio, perguntou-se à população da amostra diretamente “Quanto é que o seu animal de estimação o ajudou durante o confinamento comparado com o período antes do confinamento?” e 74.3% dos inquiridos indicaram que tiveram um aumento desse apoio. No que toca ao apoio que as pessoas receberam do seu animal, houve uma associação positiva entre receber mais apoio e ser do sexo feminino, ter mais proximidade emocional e interação com o animal, aumento na qualidade de vida do animal e melhoria na relação com o animal.

Assim, no que diz respeito à ligação humano-animal, foram verificados aumentos significativos na proximidade emocional e interação com o seu animal de estimação e uma diminuição nos custos percebidos, que medem a extensão com que a presença dos seus animais de estimação interfere com a liberdade de escolha na realização de atividades. Durante o confinamento, a liberdade de escolha do tutor estava já restringida e era de esperar que o animal de estimação tivesse um efeito menor na mesma. Estas alterações demonstram a natureza dinâmica da ligação humano-animal e como esta pode ser afetada pelas mudanças de circunstâncias.

A maioria das pessoas que responderam ao questionário em Espanha (61.8%) indicaram que o confinamento afetou negativamente as suas vidas, no entanto, 11.4% das pessoas reportaram um aumento na qualidade de vida. Houve uma relação positiva entre a qualidade de vida do tutor e a quantidade de espaço exterior disponível em casa que possuíam e com a qualidade de vida do animal.

O nível a que cada pessoa obteve apoio do animal de estimação durante a quarentena esteve negativamente associado à qualidade de vida, o que poderá significar que quanto mais afetada fosse a qualidade de vida da pessoa, mais este apoio obteria do animal.

Os donos de cães tiveram 53.2% mais probabilidade de estar no grupo cuja qualidade de vida aumentou ou se manteve. Tal poderá ter estado relacionado com o facto de em Espanha uma das únicas razões pelas quais as pessoas podiam sair de casa tenha sido para passear o cão, o que não acontecia, claro, com os gatos.

## MUDANÇAS COMPORTAMENTAIS

Na generalidade, os resultados sugerem que alterações gerais no comportamento, tais como excitabilidade e procura de mais atenção, podem ser vistos como fatores de risco ou ainda indicadores precoces de futuros problemas comportamentais mais sérios. Segundo o estudo realizado nos Estados Unidos, os problemas comportamentais são a razão mais comum para o abandono animal e podem afetar o bem-estar do tutor.

Claro que após apenas algumas semanas, no caso do estudo espanhol, não seriam expectáveis mudanças drásticas no comportamento dos animais, como o desenvolvimento de novos comportamentos, mas verificaram-se mudanças nos comportamentos já existentes. Por exemplo, os donos reportaram que 24,7% dos cães que já tinham um problema de vocalização excessiva ou desagradável/exasperante pioraram o problema. Pode associar-se isto a várias razões, desde territorialidade a frustração ou stress. No entanto, não podemos esquecer que a perceção de um aumento da vocalização problemática poderá dever-se apenas ao facto das pessoas se encontrarem em casa e poderem ouvi-la mais frequentemente. Observou-se também um aumento na excitabilidade, nervosismo, irritabilidade e demanda de atenção, que poderão levar ou ter levado a outros problemas com o aumento do período do confinamento ou se estas mudanças forem/tiverem sido mal geridas pelos donos.

No estudo mais precoce comparou-se grupos com mais e menos mudanças gerais comportamentais. Verificou-se uma associação positiva entre os animais não se estarem a adaptar bem e o impacto negativo do confinamento na saúde do dono, na frequência com que o dono se chateava com o animal e com o número de preocupações do dono.

Os resultados deste estudo apontam para um padrão de problemas comportamentais gerais aumentados, que poderão resultar do stress do seio familiar e da diminuição da sua

qualidade de vida. Por sua vez estes podem estar associados a um maior conflito com o dono, um potencial aumento da raiva e punição por parte do mesmo e, assim, a uma degradação do comportamento ao longo do tempo. Isto porque o estado psicológico do dono e o uso de punições já foi antes associado a problemas comportamentais desenvolvidos pelos animais.

Foi interessante notar que o impacto negativo na saúde do agregado familiar foi um fator nas mudanças gerais, já que a saúde é um fator grande de stress no seio familiar. As pessoas não só estão preocupadas com o risco de ficarem infetadas e com os potenciais sinais que podem observar nos membros da família, como com lidar com problemas não relacionados com o COVID-19.

Na maioria dos casos do estudo espanhol, os gatos pareceram lidar muito melhor do que os cães com o confinamento. Uma das razões poderá ser o facto da maioria dos gatos na amostra do estudo ser já indoor; pelo que o confinamento teve pouco ou nenhum efeito no seu ambiente físico. Por outro lado, os cães experienciaram uma redução significativa da duração dos seus passeios e, devido ao confinamento, não puderam/podem interagir com outras pessoas e/ou cães quando vão ao exterior. No entanto, tanto gatos como cães estão agora a partilhar as casas com os donos muito mais tempo. Uma outra explicação para a divergência de sinais em cães e gatos é a resposta normal de gatos a stress ser a redução ou atenuação de certos comportamentos, o que pode passar despercebido aos tutores.

No que toca aos gatos, verificou-se uma associação positiva entre o gato não lidar bem com o confinamento e um aumento da proximidade emocional, o número total de problemas comportamentais e os níveis de preocupação do tutor. Existe ainda uma associação negativa com o número de gatos residentes, ou seja, houve maior probabilidade de lidar bem com esta situação se existissem outros gatos na residência.

Os resultados no trabalho de Ramos et al (2013) sugerem que vários gatos consideram certas formas de contacto com humanos stressantes, o que apoiaria os resultados obtidos neste estudo de que gatos com maior índice de proximidade emocional lidariam pior com o confinamento. Tendo em conta, ainda, que a maioria dos gatos presentes neste estudo vive inteiramente indoors, sendo que são, assim, incapazes de evitar o contacto humano.

Tal como já referido, foram comprovadas associações entre a frequência com que os tutores se irritavam com o seu cão e as alterações gerais de comportamento. Contudo, neste modelo é também encontrado uma conexão com o nível de confinamento: cães apresentavam maior probabilidade de apresentar agravamento do comportamento se todos na casa

estivessem confinados a casa, sendo que o efeito era mais forte em casas nas quais ninguém estava a trabalhar de casa. Isto pode refletir o nível de tensão presente na casa, devido a todos os residentes estarem confinados a um espaço pequeno, sem nada para fazer, mas pode também ser resultado do aumento de interações, aumentando também o número de maus comportamentos visíveis.

Nos EUA, os donos reportaram novos e emergentes problemas comportamentais: o mais frequentemente mencionado foi a ansiedade de separação. Já em Espanha, no início da pandemia, a vocalização excessiva e irritante foi o único problema específico que agravou num número suficientemente grande de cães. Verificou-se uma associação positiva entre o agravamento de vocalizações e o número de adultos (18-64 anos de idade) em casa, aumento da proximidade emocional e a frequência de vezes que o tutor se irritou com o animal de estimação. Por outro lado, foi evidente uma associação negativa entre o número de passeios diários durante o confinamento: os cães que eram passeados mais frequentemente durante o confinamento tiveram menos probabilidade de apresentar agravamentos de problemas de vocalização. O estudo sugere que uma baixa frequência de exercício era um fator significativo, indicando que levar os cães a passear frequentemente, mesmo que em passeios curtos, pode ser útil na prevenção de vocalizações excessivas.

O estudo sugeriu que a intensificação da ligação humano-animal pode causar maior nível de stress nos cães que já apresentavam problemas comportamentais.

## CONCLUSÃO

Em suma, a solidão é um assunto sério e deve ser debatido nas circunstâncias atuais. A verdade é que a quantidade e qualidade de relações sociais podem ser tidas em conta por si só como fator de risco para a mortalidade.

Os resultados do estudo espanhol sugerem que durante o surto atual, a relação que as pessoas mantêm com os seus animais está a ajudar a compensar a drástica redução das interações físicas e sociais das pessoas com outros seres humanos, auxiliando a lidar com o stress e sendo uma fonte de conforto e normalidade durante a pandemia. Ou seja, concluiu-se que os donos obtiveram um apoio substancial por parte dos seus animais, apoio este que aumentou no caso de a qualidade de vida do dono ter sido mais afetada.

A verdade é que no estudo das semanas iniciais de confinamento em Espanha, os animais demonstraram estar a experienciar problemas comportamentais consistentes com stress, sendo que os cães com problemas pré-existentes foram os mais afetados. Houve indícios de que o aumento das necessidades emocionais dos donos pode ter afetado negativamente os problemas comportamentais já existentes dos animais.

Assim, é pertinente que os profissionais relacionados com o bem-estar animal estejam preparados para mitigar os problemas que os donos e os animais estão a enfrentar durante este período. Para além disso, alguns transtornos poderão não se evidenciar até à vida voltar ao normal, às rotinas pré-pandemia e ao trabalho fora de casa por vários dias. Por exemplo, os animais que não experienciavam antes ansiedade de separação, agora encontram-se em risco de se tornarem destrutivos e problemáticos, tal como o estudo americano já relata.

É também muito importante que se disponibilizem recursos e soluções acessíveis e plausíveis para pessoas cujos empregos tenham sido perdidos, tenham instabilidade económica e insegurança em termos de habitação, para que não tenham de abdicar da sua relação com os animais nestas circunstâncias.

## REFERÊNCIAS

Bowen, J., García, E., Darder, P., Argüelles, J. and Fatjó, J., 2020. The effects of the Spanish COVID-19 lockdown on people, their pets, and the human-animal bond. *Journal of Veterinary Behavior*, 40, pp.75-91.

Applebaum, J., Tomlinson, C., Matijczak, A., McDonald, S. and Zsembik, B., 2020. The Concerns, Difficulties, and Stressors of Caring for Pets during COVID-19: Results from a Large Survey of U.S. Pet Owners. *Animals*, 10(10), p.1882.