

MANUAL DA ANSIEDADE EM CÃES

Professora Érika Zanoni Fagundes Cunha
Doutora em Zoologia



A Autora:

Possui graduação Medicina Veterinária pela Universidade Federal do Paraná (2003), especialização em Neurociência Clínica (2020), mestrado em Ciências Veterinárias pela Universidade Federal do Paraná (2005) e doutorado em Zoologia pela Universidade Federal do Paraná (2019). É pós-graduanda em Neurogestão (2021). Tem experiência na área de comportamento, atuando principalmente nos seguintes temas: neurogestão, neurociência, estresse, transtornos mentais, intervenções assistidas por animais e meio ambiente. No ensino superior atua desde 2006, como docente. Escreveu um dos capítulos do livro "As vinte melhores estratégias do ensino do bem-estar animal" publicado pela World Animal Protection:" em 2015. Publicou o capítulo "Ensaio de uma cosmo visão teleológica para uma elaboração de uma legislação específica da TAA" que foi a base do novo projeto de Lei do Congresso Nacional a respeito da Intervenção Assistida por Animais. É membro da Animal Behavior Society, da Sociedade Brasileira de Neurociência e Comportamento e Sociedade Brasileira de Etologia. Atualmente atua como diretora das relações institucionais do Centro Superior de Ensino dos Campos Gerais (CESCAGE). No setor de extensão, coordena o grupo Mascotes da Alegria que realiza intervenções assistidas por animais há 9 anos. Na pós-graduação é coordenadora da residência de saúde coletiva. Atua também na gestão do Colégio Vila Militar CESCAGE e como docente no ensino Fundamental II da disciplina de Cuidar de animais.

Contatos: (clique para acessar)



[erika.e.zanoni](#)



[erika_zanoni](#)



erikazanbr@yahoo.com.br



Sumário

A Autora	02
Introdução	04
Relação Homem Animal	05
Emoções Animais	06
Bem Estar Animal	07
O Estresse Nos Animais	08
Estresse Em Cães	09
Ansiedade	10
Alternativas Para Aliviar A Ansiedade	
1. Enriquecimento Ambiental	11
2. Produtos Naturais	11
3. Terapia Farmacológica	11
4. Aromaterapia	12
5. Manejo Do Estresse Do Tutor	12
Referências	14

INTRODUÇÃO

Hoje em dia com o estreitamento do relacionamento entre humanos e animais, observamos um aumento nas ocorrências dos problemas comportamentais. Os animais possuem necessidades emocionais como nós seres humanos. Quando os mantemos com restrições de oportunidades de execução dos comportamentos normais para a espécie, observamos desordens comportamentais e problemas graves relacionados ao medo e à ansiedade. Se o animal não pode manifestar sua motivação interna, seu bem-estar está comprometido.

Muitos proprietários não consultam espontaneamente o médico veterinário acerca dos problemas comportamentais, talvez porque não percebam que este profissional tenha alternativas para resolver a situação. Para atender às necessidades desses animais, dos proprietários e com o objetivo de melhorar a relação entre eles existe uma especialidade na medicina veterinária denominada “psiquiatria animal”, que consiste na tríade de “aconselhamento psicológico” ao dono, manejo do ambiente e terapia farmacológica (quando necessário). O vínculo entre seres humanos e animais poderia ser muito melhor se os humanos não criassem expectativas demasiadamente humanas. O conhecimento sobre as necessidades internas do animal, gera informações sobre como promover bem-estar.

O objetivo desse material é fornecer aos clínicos e estudantes de medicina veterinária, informações sobre essa nova ciência que é o bem-estar animal, que vem ganhando espaço com o fim de promover e garantir condições para que os animais possam viver com satisfação sob o domínio do homem.



RELAÇÃO HOMEM ANIMAL

As evidências mais antigas da amizade entre o homem e os cães datam de 12 mil anos antes de Cristo. Para se livrar do frio, o homem das cavernas dormia com o cão. A grande mudança deu-se a partir dos tempos modernos, com a criação de cães para a função principal de guarda, de tração ou utilidade para acompanhar tropeiros, além da condição de estimação.

Nós amamos tanto os animais porque existe em humanos uma necessidade automática de cuidar. Esse amor se deve também à necessidade de preenchimento da atenção que se consegue muito facilmente com a disponibilidade da empatia animal. Outro motivo é fisiológico, foi provado cientificamente que a relação em humanos e animais é semelhante à relação mãe-filho, pelas observações dos mesmos picos hormonais de dopamina e ocitocina.

Animais possuem uma sintonização emocional muito forte com o dono e percebem através de expressões faciais e fisiológicas que é hora de agir, normalmente, se posicionando ao nosso lado e ali permanecem como ouvintes das dores humanas. Segundo a Dra. Irvênia Prada, estudiosa das emoções animais:

"O animal percebe alguns estímulos no ambiente, que entram no seu organismo e vai até o cérebro. Ao processar, tem a sensação. Ao colocar para fora o que está sentindo, expressa a emoção. Por meio de sinais fisiológicos ou do comportamento, demonstra o que está sentindo".



EMOÇÕES ANIMAIS

Emoção é definida como uma manifestação de reações psicomotoras, geralmente acompanhadas de alterações neurovegetativas em resposta a um estímulo ambiental (BRANDÃO, 1997). A emoção é um sinal quase instintivo, o sentimento é interpretação. Charles Darwin, pai da teoria da evolução, observou que os animais apresentam emoções como felicidade, surpresa e raiva. O pesquisador português Damásio (2009) escreveu a teoria mais aceita pela comunidade científica sobre as emoções animais, mas não sobre os sentimentos.

O animal é senciente, ou seja, é capaz de sentir dor, medo, prazer e felicidade. Por meio de sinais fisiológicos ou do comportamento eles demonstram o que estão sentindo. Se o animal não pode manifestar sua motivação interna e seu comportamento natural a qual foi predestinado, seu bem-estar está comprometido e o relacionamento com o meio fica prejudicado. Mecanismos fisiológicos e comportamentais regulam as necessidades de um organismo, se caso incessantemente for exigido de um animal um esforço contínuo para manter seu meio interno em equilíbrio, este indivíduo não será capaz de sustentar tal situação por muito tempo.

Até pouco tempo não se falava muito a respeito nas reais necessidades dos animais. Acreditava-se que para cuidar de um animal bastava alimentá-lo e aplicar técnicas sanitárias. Hoje sabe-se que os animais necessitam de uma estimulação ambiental complexa e estes podem experimentar sofrimento físico e psicológico. As síndromes comportamentais, portanto, teriam como função inicial uma compensação para a frustração ou inadequação do meio (BROOM & MOLENTO, 2004).

Animais podem desenvolver comportamentos estereotipados até desordens relacionadas a ansiedade e ao medo em resposta às frustrações e estas estão relacionadas principalmente a um ambiente pouco enriquecido. (Enfatizar no canto direto com letra maior)



BEM ESTAR ANIMAL

Bem-estar animal pelo o pesquisador Donald M. Broom (1942) é o estado do animal em relação às suas tentativas de se relacionar com o meio ambiente. Mecanismos fisiológicos e comportamentais regulam as necessidades de um organismo se incessantemente for exigido de um animal um esforço contínuo para manter seu meio interno em equilíbrio, este indivíduo não será capaz de sustentar tal situação por muito tempo. O estresse resultante desse processo levará necessariamente à doença física e ao deterioramento mental. Quando impedimos os animais de executarem seus comportamentos naturais eles poderão desenvolver comportamentos estereotipados até desordens relacionadas a ansiedade e ao medo.



O ESTRESSE NOS ANIMAIS

Estresse pode ser definido como a soma de respostas físicas e mentais causadas por determinados estímulos externos que permitem ao indivíduo superar determinadas exigências do meio ambiente e o desgaste físico e mental causado por esse processo.

Existem algumas diferenças entre os tipos de estresse e como eles afetam o organismo animal:

O “**Estresse bom**” é aquele que prepara o animal para lutar por sua vida. Alguns sistemas fisiológicos são recrutados para preparar o animal para as situações normais da vida tais como dilatação de pupilas, inibição de processos digestivos, aumento da frequência cardíaca, dilatação de brônquios, aumento da pressão arterial, quebra das reservas de glicose, aumento do catabolismo proteico e ativação de sistema neuroendócrino. Dependendo da espécie e de sua posição na natureza, executa também comportamentos compatíveis com sua espécie na tentativa de sobrevivência como lutar, fugir para bem longe ou se fingir de morto.

O “**Estresse ruim**” se torna prejudicial ao animal quando mecanismos fisiológicos e comportamentais são insistentemente recrutados para tentar manter o organismo em equilíbrio. É um esforço contínuo, árduo e pesado para o organismo e o animal não conseguirá sustentar essa situação por muito tempo, algo de terrível provavelmente irá acontecer. O estresse crônico provoca estimulação exagerada do simpático e predispõe a elevação de pressão arterial, diminuição de insulina, aumento do risco de diabetes, no estômago há estimulação para produção de ácido clorídrico, desequilíbrio do sistema imunológico e diminuição da libido (MELO, 2010).

FOWLER (2008) divide os agentes estressores em 4 grupos: somáticos, psicológicos, comportamentais e mistos. Os agentes somáticos são os que produzem sensações físicas. Os psicológicos são os que provocam sentimento de frustração, rejeição, medo, ansiedade, etc. Os agentes comportamentais são ligados aos psicológicos, porém que limita os movimentos, as motivações internas e a execução do comportamento natural para a espécie. Já os agentes mistos são a diminuição da variedade de alimentos, má nutrição, intoxicações, problemas sanitários, cirurgias, queimaduras, medicamentos e contenção.

A fase de exaustão é o período de falência orgânica. (ORSINI & BONDAN, 2006). O estresse se torna prejudicial ao animal quando mecanismos fisiológicos e comportamentais são insistentemente recrutados para tentar manter o organismo em equilíbrio. É um esforço contínuo, árduo e pesado para o organismo e o animal não conseguirá sustentar essa situação por muito tempo, algo de terrível provavelmente irá acontecer. O estresse crônico o levará à uma doença física ou à morte.

ESTRESSE EM CÃES

Os cães em situações de estresse extremo apresentam algumas alterações comportamentais como a diminuição da ingestão de alimento podem se tornar temperamentais, caprichosos, vocalizar com intensidade e até adquirir o hábito de morder as patas compulsivamente. Uma vez que o “furo” no bem-estar seja identificado, é de nossa responsabilidade ajudar nossos animais, a fim de evitar que esse processo resulte em alguma doença física.



ANSIEDADE

A ansiedade pode ser definida como um estado subjetivo de apreensão ou tensão, difuso ou vago, frequentemente acompanhado por uma ou mais sensações físicas, como aumento na pressão arterial, frequência cardíaca, e respiração, urgência de micção ou defecação, induzido pela expectativa de perigo, dor ou necessidade de um esforço especial. A inquietação e o desejo de movimentar-se são também comuns. A ansiedade é também um impulso motivacional fundamental em muitas formas de comportamento e, como o medo, tem importante significado adaptativo e evolutivo (BRANDÃO, 2001).

O diagnóstico dos transtornos de ansiedade em humanos é inteiramente baseado nos relatos do próprio paciente, o que seria impossível na medicina veterinária, mas pode-se contar com os responsáveis para relatar comportamentos. As crises de ansiedade são crises espontâneas de mal-estar, sensação de perigo eminente associadas a sintomas de hiperatividade autonômica (ABREU, 2007).

É importante observar também o aborrecimento dos humanos é uma das causas fundamentais da maioria dos problemas de comportamento nos animais de estimação. Se há alguém ansioso na casa, provavelmente algum animal vai se sintonizar com essa energia. Alterações comportamentais são os primeiros sinais de que algo não está bem. É que a maioria dos cães, convivendo com o homem, desenvolveu através da flexibilidade de comportamentos, uma fabulosa forma de expressão. As causas do estresse nos peludos são na maioria das vezes, um conflito na relação com o homem e a restrição da oportunidade de realizar comportamentos básicos de cachorro. Lembrando que a ansiedade em cães é um problema sério que prejudica o vínculo com os proprietários, mas existe tratamento (terapia comportamental, ambiental e farmacológica).

Sinais clínicos:

- Cães podem se tornar temperamentais, caprichosos;
- Vocalizar com intensidade;
- Adquirir o hábito de morder as patas compulsivamente;
- Alterações comportamentais na ausência do dono;
- Comportamentos destrutivos;
- Distúrbios de eliminação.

Quando os cães lambem as patas, vocalizam intensamente, destroem objetos, urinam e defecam em locais inapropriados, eles só são estão querendo dizer:

- Minha liberdade está restrita;
- Estou com medo ou reagindo a um perigo incerto;
- Sinto sua falta;
- Tenho ciúmes;
- Preciso da sua ajuda.

ALTERNATIVAS PARA ALIVIAR A ANSIEDADE

1. ENRIQUECIMENTO AMBIENTAL

O enriquecimento ambiental é uma forma de melhorar o funcionamento biológico do animal e por definição, de acordo com Newberry (1995) apud Vieira et al (2012), existem cinco tipos, sendo eles:

- Físico: Está relacionado à estrutura física do ambiente onde ele vive, consiste na introdução de aparatos que o deixam semelhante ao habitat natural da espécie. Exemplos: grama, terra, poça de água, etc.

- Sensorial: Consiste em estimular os cinco sentidos do animal. Sons com vocalização, odores de fezes e urina são exemplos. Exemplo: Utilização de feromônios que são vendidos em Pet Shop.

- Cognitivo: Objetiva a capacidade mental do animal e ocorre com dispositivos mecânicos a serem manipulados. Exemplo: brinquedos que estimulem a resolução de problemas com recompensa. <http://www.petgames.com.br/>

- Social: Caracterizado pela interação intra e interespecífica que pode ser criada no ambiente. Exemplo: um outro cão ou animal para minimizar a solidão.

- Alimentar: Promove um ambiente mais próximo do natural, podendo-se fazer variações na alimentação, de acordo com o hábito de cada espécie. Exemplo: ossos de bovinos ou suínos.

2. PRODUTOS NATURAIS

- Passiflora
- Valeriana
- Triptofano

SUGESTÃO DE FÓRMULA (DROGA VET):

Valeriana..... 30mg/2ml
Passiflora..... 100mg/2ml
Triptofano..... 50 mg/2ml
Suspensão sabor carne qsp....100 ml

ADMINISTRAR 1 ML A CADA 5 KG A CADA 24 HORAS.

3. TERAPIA FARMACOLÓGICA

SOMENTE O MÉDICO VETERINÁRIO POSSUI A COMPETÊNCIA PARA ANALISAR E DECIDIR PELO USO DE MEDICAMENTOS QUE ATUAM NO SNC.

Os mais utilizados são Amitriptilina e Fluoxetina.

4. AROMATERAPIA

Os óleos essenciais são responsáveis por conferir aroma e sabor característico às plantas e estão relacionados à atração de polinizadores, proteção contra insetos e de diversas funções necessárias à sobrevivência da planta (SANTOS et al., 2004). Estes são extraídos das plantas e utilizados para uma infinidade de problemas do nosso cotidiano. Existem muitos estudos científicos a respeito dos benefícios da aromaterapia no controle das emoções, estresse e ansiedade.

Os óleos mais indicados para foco, atenção e cognição são:

- Bergamota
- Camomila- alemã
- Laranja
- Manjerona
- Lavanda

Blend Calmante

30 ml de óleo de camomila-alemã

5 gotas de óleo de lavanda

5 gotas de óleo de manjerona

5 gotas de óleo de bergamota

Massagear suavemente o corpo de animal colocando algumas gotas em uma escova massageadora para cães

Como vimos anteriormente, a concentração tem muito a ver com nosso estado emocional e pode ser influenciada por nosso humor, os óleos essenciais podem proporcionar uma maneira segura e natural de promover sentimentos de concentração.

5. MANEJO DO ESTRESSE DO TUTOR

I. MINDFULNES

É uma prática de meditação muito estudada e com resultados excelentes para alívio de estresse e ansiedade. Kabat-Zinn professor da Universidade de Massachusetts desenvolveu o método na década de 70 e sua intensão era afastar a prática de religião. Nessa visão, não há necessidade de sentar e fazer posições de iogue, apenas estar disposto e tentar se concentrar na meditação guiada. Quando os pensamentos invadirem a prática, deve-se ter atitude de amorosidade e compreensão e retomar o exercício.

Existem aplicativos específicos nos celulares e também algumas meditações guiadas no youtube. Um programa de 8 semanas é capaz de modicar a atenção e foco dos alunos.

II. RELAXAMENTO MUSCULAR PROGRESSIVO

É uma técnica utilizada para o alívio do estresse e relaxamento de cada grupo muscular por vez. Foi desenvolvida por Jacobson e é uma novidade para combate de dores crônicas e estresse. Lembrando que a dor do isolamento social é comparada a uma dor física, ocorrem no córtex cingulado anterior.

A técnica:

Mãos: Feche suas mãos fortemente até sentir a tensão. Mantenha esta posição durante 10 segundos, e pouco a pouco, solte um a um os seus dedos sentindo o relaxamento.

Ombros: Encolha os ombros suavemente para cima, em direção às orelhas. Sinta a tensão por alguns instantes, mantenha esta posição durante 5 segundos e depois solte e sinta o descanso... repita 5 vezes.

Pescoço: leve o queixo em direção ao peito por alguns segundos, depois relaxe.

Boca: Abra a boca e estique a língua o máximo possível durante 10 segundos. Depois relaxe. Depois, em vez de tirar a língua para fora, leve a contra o céu da boca, sinta a tensão e relaxe.

Respiração: Continue o exercício de relaxamento com um simples exercício de respiração: inspire durante 5 segundos, retenha o ar durante 6 segundos, e solte-o durante 7 segundos.

Costas: Com os ombros apoiados no encosto da cadeira, incline um pouco o corpo para a frente de modo que as costas fiquem curvadas; mantenha esta posição durante 10 segundos e depois relaxe.

Pés: Estique os dedos como se quisesse ficar na ponta dos pés. Perceba a tensão durante 10 segundos para depois soltar e perceber o relaxamento.

III. PROCURAR AJUDAR PROFISSIONAL EM SITUAÇÕES DE ESTRESSE EXTREMO OU ANSIEDADE.

Procurar ajuda não é sinal de fracasso ou de fragilidade e sim um ato de coragem!



REFERÊNCIAS

- ABREU, C.T. **Memória emocional de macacos prego (Cebus spp.): Desenvolvimento de um novo teste e efeitos dos hormônios estradiol e progesterona.** Tese de Doutorado. Universidade de Brasília, 2006.
- BOCCIA, M.L. **The physiology of grooming: a test of the tension reduction hypothesis.** Am. J. Primatol. 4:399-418 1987.
- BROOM, D.M ; MOLENTO, C.F.M. **Bem-estar animal: Conceito e questões relacionadas-revisão.** Archives of Veterinary Science v.9, n.2, p.1-11, 2004.
- DAMÁSIO, A. R. **O erro de Descartes. Emoção, razão e o cérebro humano.** São Paulo: Companhia das Letras, 2009.
- DARWIN, C. **A expressão das emoções no homem e nos animais.** São Paulo: Companhia das letras, 1872. Tradução publicada em 2009.
- DOLAN, R.J. **Emotion, cognition and behavior.** Science, 298, p. 19191-1194, 2002.
- DURHAM, E.R. **Chimpanzés também amam: a linguagem das emoções na ordem dos primatas.** Revista de Antropologia, São Paulo, USP, 2003, v.46 n 1 p. 85-142.
- FOWLER, M. E. Behavioral clues for detection of illness in wild animals: models in camelids and elephants. In: M. E. FOWLER; R. E. MILLER (Orgs.); **Zoo and wild animal medicine.** Current Therapy. 6th ed, p.33–49, 2008. St. Louis: Saunders Elsevier.
- GRAEFF, F. G. Ansiedade. In: F. G. Graeff; M. L. Brandão (Orgs.); **Neurobiologia das doenças mentais.** 4th ed, p.109–144, 1997. São Paulo: Lemos.
- LENCASTRE, M.P.A. **Bondade, Altruísmo e Cooperação. Considerações evolutivas para a educação e a ética ambiental.** Revista Lusófona de Educação, 2010, 15. P.113-124.
- MELO, S. R. **Neuroanatomia - Pintar para aprender.** São Paulo: Roca, 2010.
- MIOTTO, G.P; LEITE, P.V; WALKER, C.C; LINO, N.C; MARCONDES, I.C.M; ITAVO, C.C.B.F. **Comportamento visual de macacos-prego (Cebus apella) mantidos em cativeiro, submetidos a diferentes contados com seres humanos.** Zootec, Águas de Lindóia, 2009.
- O'BRIEN,T.G. **Allogrooming behaviour among adult female wedge-capped capuchin monkeys.** Anim Behav 46:499-510 1993.
- ORSINI, H.; BONDAN, E. F. **Fisiopatologia do estresse. Tratado de Animais Selvagens: Medicina Veterinária.** p.35–45, 2006. São Paulo: Roca.
- PINHA, P.S. **Interações sociais em grupos de macacos-prego (Cebus libidinosus) no Parque Nacional de Brasília.** Dissertação de Mestrado. Universidade de Brasília, 2007.
- SANTOS, A. S.; ALVES, S. M.; FIGUEIREDO, F. J. C.; ROCHA NETO, O. G. **Descrição de sistema e métodos de extração de óleos essenciais e determinação de umidade de biomassa em laboratório.** Comunicado Técnico-Embrapa, Belém, v. 99, n. 1, p. 1-6, 2004.
- VIEIRA, A.G; GEORGETE, MF; OLIVEIRA, L.W. **Enriquecimento ambiental físico para macacos-pregos (Cebus apella) cativos na Associação Mata Ciliar.** Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer- Goiânia, v.8, n-14; p-1216-1225, 2012.



*"Ninguém pode se queixar da falta de um amigo podendo ter um cão."
(Marquês de Maricá)*