

ENTREVISTA COM DR. HÉLIO JOSÉ GUILHARDI (MAIO/2006)
PARA REVISTA CHECK UP – EDITORA LOPSO
ASSUNTO: AMIGO ANIMAL

Um aspecto extremamente importante para aprimorar as relações entre o homem e seu animal de estimação é o conhecimento das leis que regem os comportamentos de cada espécie. A Análise do Comportamento é uma área da Psicologia especialmente habilitada para ensinar como instalar, desenvolver e alterar comportamentos no seu “discípulo”. Há uma série de técnicas e procedimentos para manejar comportamentos, tais como modelação, *fading*, reforçamento positivo, extinção etc. O domínio de tal área permite ao dono do animal desenvolver ao máximo o potencial do seu “companheiro”, tornando-o obediente, participativo, diferenciado, de tal modo que se consegue desfrutar a companhia do “amigo” com prazer.

1. O que uma pessoa deve levar em consideração antes de adquirir um animal de estimação: cães, gatos, aves?

Em primeiro lugar, ter sensibilidade ao outro (o caso, o “outro” é o animal). Ou seja, as necessidades do animal devem ter importância para mim. O frio que ele sente, a sede, a fome, a dor, a solidão devem ser respeitados e meu conforto, preferências, cansaço etc. não podem prevalecer – indiferentes às carências do outro. Assim, mesmo cansado, me levanto e preparo a comida do meu animal de estimação. Se você não for sensível ao outro, não busque um animal de estimação. Você pode fazer-lhe mal. Ele está sempre em desvantagem, pois está fora do seu ambiente natural, indefeso, desprotegido, uma vez que os dotes da natureza, em nossas casas, não funcionam em sintonia com o processo de seleção natural. Não é justo, nem humano tirá-lo do contexto que lhe é próprio e abandoná-lo à própria sorte. E, finalmente, tudo o que fizer pelo seu animal deve ser feito com afeto: vibrar com as realizações e satisfações dele; sofrer com as dores dele. Desta forma, a sua relação com seu animal é gratificante para ambos. Você deve se realizar com seu leal companheiro.

2. Fale sobre mitos e verdades relacionados à interação homem-animal como, por exemplo, se uma pessoa que tem alergias pode ter um animal.

O mito mais freqüente está relacionado, a meu ver, com os sentimentos do animal em relação ao seu dono. Num extremo, as pessoas pensam que seu “amiguinho” tem sentimentos como ela; no outro, afirmam que é um “bicho” e não sente. A verdade é que a interação entre o animal e seu dono é intensa e desenvolvem-se discriminações muito sutis entre ambos. Tanto um, como o outro captam mudanças mínimas de comportamento; na rotinas, nos encadeamentos de respostas. Desta maneira, há uma comunicação não verbal elaborada e que simula troca de afeto. Não posso afirmar que os animais apresentam os afetos humanos; mas nós podemos ter pelos animais afetos humanos. Tal constatação basta. Essencialmente, a manutenção de boas rotinas mantém

comportamentos e emoções intactos e saudáveis. Em relação à segunda parte da pergunta, acredito que um médico poderia melhor respondê-la. No entanto, como psicólogo, posso afirmar que interações estressantes produzem vulnerabilidades, no mínimo, afetivas (tristeza, ansiedade, preocupação etc.). Como e quanto os sentimentos afetam o funcionamento do organismo é questão a ser respondida, mas que exercem influências não resta dúvida. E, deste ponto, conclui-se que sofrem mais os organismos mais vulneráveis da relação.

3. Que perfil a pessoa que quer adquirir um cão, gato ou ave deve ter?

A pessoa deve ser afetiva; ter disponibilidade mínima de tempo para cuidar rotineiramente do seu animal; ser capaz de quebrar rotinas para situações de urgências (ferimentos, atropelamentos, dores agudas etc.); ter curiosidade para ler, investigar, saber mais sobre hábitos, rotinas, alimentação etc. do animal; compartilhar seu espaço físico e, eventualmente, sua rotina com o animal; ter habilidades para envolver as demais pessoas da família nos cuidados dispensados ao “parceiro”. A relação entre o dono e seu bichinho deveria ter características semelhantes às dos humanos entre si, porém num nível menos intenso.

4. Qual animal é mais indicado para pessoas que trabalham fora? E para uma família que tem crianças? E para idosos?

Pessoas que trabalham fora deveriam colaborar, curtir, conviver o possível com animais de pessoas próximas. Não é indicado deixar os animais muito tempo a sós (não estou considerando, neste caso, aqueles pouco convencionais, tais como cobras, iguanas, roedores de hábitos noturnos). Os animais solitários podem satisfazer necessidades de solidão e de expressão de afetos dos humanos, mas eles próprios pouco recebem em troca. Como consequência, manifestam carências através de comportamentos anômalos. Peixes talvez possam ser uma opção para pessoas que ficam muito ausentes de casa. Para crianças, animais que expressam afetos (neste sentido, os cachorros são imbatíveis) e que interajam abertamente, porém sem brutalidade (mesmo que não seja intencional. Um movimento brusco e intenso machuca, apesar da alegria e boa vontade do animal...). As crianças, ao se relacionar com os animais, aprendem a expressar e receber afeto. Devem ser estimuladas a cuidar deles, a notar dificuldades e proezas de seus “inseparáveis amigos”. O animal é um excelente professor de afetividade, de auto-estima, de responsabilidade, de disciplina, e é fundamental para o desenvolvimento de repertório social. Para os idosos, recomenda-se “companheiros” com as mesmas características apontadas para as crianças, mas principalmente aqueles que estimulem os idosos a emitirem comportamentos, tais como sair de casa; fazer exercícios físicos moderados, mas sistemáticos; que estimulem a interação social e os façam sentir-se úteis. Para os idosos – como para as crianças –, são importantes fontes de afeto, gostaria de voltar a enfatizar.

5. Quais são os animais mais indicados para crianças, desde bebês até pré-adolescentes? E dentro das espécies (cães, gatos, aves), quais são as raças mais indicadas?

Animais mais indicados são aqueles de boa índole, mansos, tranquilos. Para crianças, conforme comentado, aqueles que interajam mais freqüentemente e que demonstrem afeto são mais indicados. Acredito que o melhor animal para uma criança é aquele que os pais mais adoram. Sendo amado, o “amigo” será mais bem tratado, o que dará para a criança importantes modelos de interação com animais e, através de generalização, bons modelos de interação com outras pessoas. Além disso, qualquer animal bem cuidado será mais dócil, mais afetivo, mais acolhedor. Há necessidade de bom senso na escolha do animal de estimação. Por exemplo, o que fazer se a criança adora cachorros, mas o pai gosta de passarinhos? Sugiro, neste caso, que ambos fiquem felizes: cachorro para o filho, passarinho para o pai e paciência para a mãe.

6. Quais benefícios uma pessoa que tem animal de estimação pode ter com relação à saúde física e psíquica?

Muitos e importantes benefícios. Assim, há troca de afetos; a pessoa sente-se amada e útil; desenvolve responsabilidade e disciplina – para cuidar da rotina e das necessidades do animal; os “amigões” propiciam interações sociais entre as pessoas – que conversam sobre seus bichinhos (e, por sinal, quantas histórias são contadas!); estimulam atividades físicas, passeios; o dono melhora sua auto-estima; desenvolve tolerância à frustração. Como se vê, não é pouco!

7. Como os animais de estimação podem ajudar pessoas solitárias ou que têm depressão? Quais animais são mais indicados para elas?

Os animais devem ser escolhidos, não impostos. Devem ser bem tratados, pois assim são mais gratificantes e dão menos trabalho; devem ser incluídos na rotina da pessoa, dentro de limites (é muito agradável ter seu animal de estimação por perto, tranquilo, enquanto você lê ou assiste à televisão, por exemplo); a pessoa deve ser bem informada sobre as características e hábitos do animal, pois assim pode tratá-lo de forma mais adequada. Os animais são excelentes companheiros e sua dependência gera sentimentos de eficiência e utilidade; suas iniciativas despertam sentimentos de prazer e orgulho (às vezes, de zanga passageira, quando são travessos). Os animais têm mais função de prevenção de sentimentos de solidão e de depressão, do que função terapêutica. Explico melhor: uma pessoa deprimida pode se sentir incomodada com a presença de um animal; alguém ansioso pode se irritar ainda mais com a presença do animal. Os benefícios da companhia do animal de estimação advêm da convivência construída passo a passo, não da intromissão arbitrária. O animal inesperado pode ser indesejável e isso traz perdas para o dono e para o próprio animal.