

TERAPIA ASSISTIDA COM ANIMAIS COMO RECURSO EM SAÚDE MENTAL

ANIMAL-ASSISTED THERAPY AS A MENTAL HEALTH RESOURCE

Thatiana Lisboa Pereira¹; Eduardo Vieira Lima¹; Marcel Vasconcellos²

RESUMO

Introdução: Desde o século IX, há registros de auxílio a enfermos usando animais. Atualmente, a Terapia Assistida com Animais (TAA) tem objetivos terapêuticos e é feita por profissionais e animais capacitados. O cão (*Canis lupus familiaris*) é o mais utilizado por facilidade em aquisição e treinamento. Em relação à saúde mental, são descritos acolhimento com humanização, bem-estar e ganho em socialização e autoestima. No Brasil, a prática está presente em poucas instituições. É necessário maior conhecimento e divulgação para agregar os benefícios da TAA aos pacientes portadores de distúrbios mentais no Brasil. **Objetivos:** Identificar estudos de atenção à saúde mental com utilização da terapia assistida com animais e os respectivos impactos terapêuticos. **Métodos:** Trata-se de uma revisão sistemática de artigos indexados nas bases de dados do Pubmed e Scielo, sem restrição de período e idioma. Foram utilizados os descritores: “Animal-Assisted Therapy”; “Mental Health”, e excluídos artigos que não apresentaram compatibilidade do conteúdo ou texto na íntegra. A revisão seguiu as Diretrizes PRISMA (*Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). **Resultados:** A busca resultou em 15 artigos dos quais foram selecionadas 11 publicações. **Discussão:** Observou-se uma utilização potencial da TAA, porém a falta de dados consistentes e estudos padronizados na literatura pesquisada impediu uma análise crítica no que tange seus benefícios terapêuticos. **Conclusões:** Há potencial na utilização da TAA na saúde mental, contudo a comprovação de seus benefícios terapêuticos requer estudos robustos e padronizados que suportem uma análise quanto a sua segurança e eficácia.

Descritores: Terapia assistida por animais; Assistência à Saúde Mental; Animais.

ABSTRACT

Introduction: Since the ninth century, there are records of aid to the sick through contact with animals. Currently, Animal-Assisted Therapy (AAT) has therapeutic objectives and is performed by trained professionals and animals. Dogs (*Canis lupus familiaris*) are most used as they are readily available and easy to train. With regard to mental health, gains with humanization, well-being, socialization, self-esteem and self-care are described. In Brazil, the use of AAT is not common with little use in institutional setting. Greater knowledge and dissemination are needed to add the benefits of the practice to patients with mental disorders in Brazil. **Aims:** To identify mental health care studies using animal-assisted therapy and the respective impacts identified in these studies. **Methods:** This is a systematic review of articles indexed in Pubmed and SciELO databases, without period and language restrictions. The descriptors used were: “Animal-Assisted Therapy”; “Mental Health”, and articles that did not present content or full text compatibility were excluded. The review followed the PRISMA Guidelines (*Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). **Results:** The search resulted in 15 articles from which 11 publications were selected. **Discussion:** A potential use of AAT as a resource in mental

1 Discente do curso de Medicina do Centro Universitário Serra dos Órgãos – Unifeso.

2 Docente do curso de Medicina do Centro Universitário Serra dos Órgãos – Unifeso.

health was observed, but there are few consistent data and standardized studies in the researched literature, which prevented a critical analysis regarding its therapeutic benefits. **Conclusions:** There's potential in the use of AAT in mental health, however, the proof of its therapeutic benefits requires robust and standardized studies that support an analysis regarding its safety and efficacy.

Keywords: Animal-assisted therapy; Mental Health Care; Animals.

1. INTRODUÇÃO

Os animais domésticos têm importante papel na vida humana seja como companhia, por trazerem diversão ou até por serem considerados parte da família. Inclusive, há registros dessa interação ainda na pré-história. Um caso interessante que exemplifica essa ligação foi em 2007 quando Leona Helmsey deixou como herança 12 milhões de dólares para seu cão maltês e bem menos para outros familiares, demonstrando um grande vínculo com o canino (PEREIRA MJF; PEREIRA L; FERREIRA, 2007; SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010).

Uma dessas interações interespecies trata-se da utilização terapêutica dos animais visando benefício à saúde humana. Grande parte da literatura atribui ao século XX como marco para o início desse processo, mas estudos aprofundados demonstram que já ocorriam tais intervenções no século IX, na Bélgica, com a “terapia natural” para deficientes físicos (SHUBERT, 2012).

Ao longo dos anos, foi dada importância ao bem-estar oriundo desse tipo de intervenção, sendo associado ao uso em saúde mental. Registros para tal finalidade ocorreram ao final do século XVIII, na Inglaterra, com uso em instituição de longa permanência. Já um termo de muita recorrência utilizado na área, “terapia com animais de estimação”, ascendeu a partir de 1964 quando Boris Levinson, psiquiatra infantil, observou que quando seu cachorro estava presente nas sessões o processo era facilitado, especialmente nos casos de crianças com comportamento muito retraído. Ele expandiu seus trabalhos baseado nessa observação levando à confecção dos inéditos estudos científicos em saúde mental. Desde tal época, vários trabalhos foram lançados e a expansão da prática é notável com a criação em 1976 da Organização Internacional de Terapia Canina (LARSON, 2010; SHUBERT, 2012).

Houve a evolução de “terapia com animais de estimação” para um termo mais abrangente, as Intervenções Assistidas por Animais (IAA) que podem ser realizadas de três modos: Atividade Assistida com Animais (AAA), Educação Assistida por Animais (EAA) e Terapia Assistida com Animais (TAA). A primeira é um momento de lazer junto ao animal, a segunda, a participação no processo de aprendizagem, já a terceira tem objetivos terapêuticos na saúde, sendo feito por profissionais capacitados, animais treinados, dentro de um acompanhamento especializado (PEREIRA MJF; PEREIRA L; FERREIRA, 2007; LARSON, 2010; SHUBERT, 2012; FERREIRA; GOMES, 2017; MARINHO; ZAMO, 2017).

No Brasil, a TAA tem seu marco no início da década de 50 em pacientes esquizofrênicos. Na época, sua introdução não estava em patamar científico, haja vista que a mesma era considerada como “medicina marginal”¹. Em contrapartida, na atualidade, existe a Rede Nacional de Atividade, Terapia e Educação Assistida por Animais que regulamenta o uso de animais. A TAA está presente em poucas instituições no país. O respaldo para seu uso é a associação a maior bem-estar, acolhimento e humanização. Esses benefícios, são essenciais no atendimento aos pacientes portadores de saúde mental, e descritos na Lei n.º 10.216 de 2001 (SHUBERT, 2012; FERREIRA; GOMES, 2017; MARINHO; ZAMO, 2017; BRASIL, 2001).

Na TAA são usadas as mais diversas espécies de animais: cães, cavalos, gatos, pássaros, entre outros. A escolha dependerá do objetivo do tratamento e de sua especificidade. O animal mais comumente utilizado é o cão (*Canis lupus familiaris*), devido a facilidade em sua aquisição e treinamento.

Independentemente de qual seja a espécie escolhida, é essencial que estes animais tenham seu bem-estar garantido e sejam respeitados como membros da equipe de assistência (FERREIRA; GOMES, 2017).

A TAA tem demonstrado excelentes resultados terapêuticos. Seu maior conhecimento e difusão na área médica pode agregar benefícios aos portadores de distúrbios mentais no Brasil.

2. OBJETIVOS

Identificar estudos de atenção à saúde mental com utilização da terapia assistida por animais e os respectivos impactos terapêuticos.

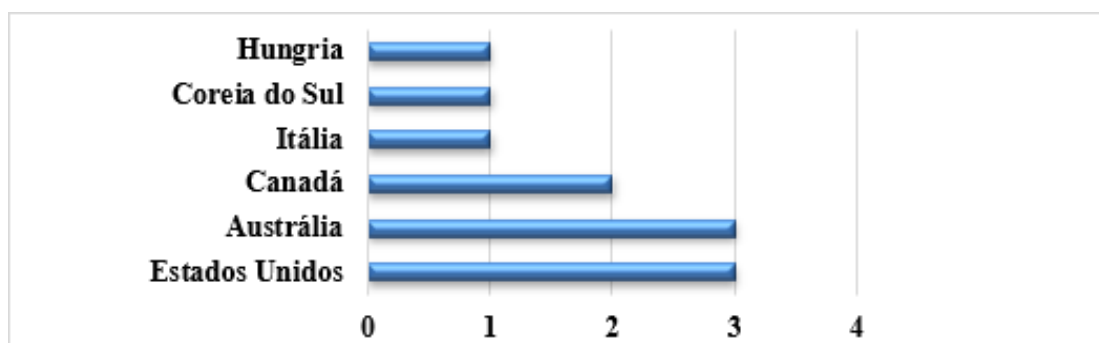
3. MÉTODOS

Trata-se de uma revisão sistemática de artigos indexados nas bases de dados do MEDLINE/Pubmed e SciELO, sem restrição de período e idioma. Foram utilizados os descritores na língua inglesa: “*Animal-Assisted Therapy*”; “*Mental Health*”, e excluídos artigos cujo conteúdo não se relacionem com a saúde mental ou que não disponibilizem o texto na íntegra. A revisão seguiu as Diretrizes PRISMA (*Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*).

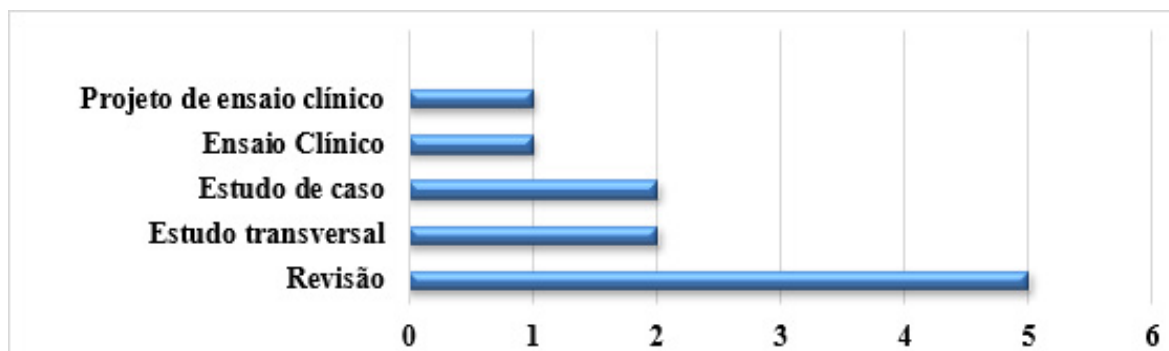
4. RESULTADOS

Foram encontrados 15 artigos na base MEDLINE/Pubmed, todos em língua inglesa. Na base de dados SciELO não foram encontrados artigos com a união dos descritores. Foram excluídos quatro artigos. O gráfico 1 mostra a nacionalidade e o segundo, o desenho de cada estudo.

Gráfico 1. Artigos por nacionalidade



Fonte: Autores.

Gráfico 2. Artigos por desenho de estudo

Fonte: Autores.

Cirulli, *et al.* (2011) denominaram a TAA como uma ferramenta inovadora para a o cuidado em saúde mental. O estudo relatou que apenas a observação de um animal pode amenizar a resposta ao estresse e ansiedade, antes mesmo da criação de um vínculo. Outrossim, o potencial dos animais nas terapias relacionadas a saúde mental foi baseado na necessidade natural humana de atenção/afiliação, sendo o “pet” capaz de criar este vínculo e, assim, ocasionar a liberação de hormônios relacionados ao bem-estar e confiança. Foi comprovada a presença de níveis de ocitocina aumentados e cortisol reduzidos em tutores de cães cujo animal gera olhar recíproco, o que demonstrou regulação comportamental mútua e apego interespecies.

O animal mais identificado no estudo foi o cão que demonstrou habilidades para a TAA. Inclusive, o processo de inserção de cães em instituições de longa permanência mostrou benefícios em relação aos impactos à saúde mental de idosos que passam pelo estresse da separação da família e da vida a qual levavam. Os benefícios foram percebidos não apenas na inserção terapêutica, mas também na recreativa. Ainda, a continuidade da interação com animal demonstrou ser mais eficaz do que exposições intermitentes ou esporádicas nestas instituições (CIRULLI *et al.*, 2011).

A interação pet-criança beneficia o desenvolvimento geral infantil, mas não existem dados quanto ao mecanismo. Em tese, os animais catalisam um ambiente mais descontraído para expressão sem receios. Estudos também sugeriram que crianças com transtorno do espectro autista demonstram espontaneamente maior interesse por interação com animais, sendo a principal hipótese esse tipo de relação ser de mais fácil interpretação do que a interação humana. Além disso, ocorre uma experiência multissensorial – com sons, cheiros, impressão tátil – podendo modular reações dessas crianças que tem baixo limiar de excitação. Nesse grupo, também, há aumento dos comportamentos socialmente apropriados, uso da linguagem e menor agressividade (CIRULLI *et al.*, 2011).

Nesta revisão foi identificada a carência de estudos que utilizem outros grupos de crianças que não portadores de um número muito limitado de condições neurológicas. Destaca-se a inexistência no país de origem, a Itália, de regulamentação específica, mesmo havendo aprovação da prática. Este é um risco, pois esse tipo de terapia é comum com populações mais frágeis como crianças, portadores de doenças e idosos, sendo necessárias regras para proteção destes grupos (CIRULLI *et al.*, 2011).

Já Jones, Rice e Cotton (2019) avaliaram especificamente a “psicoterapia assistida por cães” (PAC) para adolescentes. Nesta faixa etária, é comum o estigma quanto a “falar com estranhos” sobre sua saúde mental, impactando negativamente na busca por ajuda profissional. Este estudo demonstrou que a TAA propicia maior busca ao apoio especializado.

Foi demonstrado que a PAC gera impacto positivo no diagnóstico principal com redução da sintomatologia, conferindo benefícios adicionais ao tratamento padrão. O método também foi

associado a benefícios secundários, incluindo aumento do engajamento geral e redução de comportamentos disruptivos dentro das sessões de tratamento (JONES; RICE; COTTON, 2019).

O estudo não encontrou dados suficientes que evidenciem melhora da autoestima e bem-estar, queixas comuns no grupo estudado. Mesmo sem critérios objetivos, foi possível estimar a aceitabilidade ao método pelas altas taxas de frequência/retenção às sessões. Dados coletados após a terapia apontam que participantes e profissionais atribuíram o sucesso da sessão ao cão (JONES; RICE; COTTON, 2019).

O estudo ainda pontua dados sobre a população adulta: a PAC reduziu a anedonia em esquizofrênicos; internados com dependência de substâncias químicas demonstraram maior fidelização ao tratamento e pacientes com câncer mostraram maior aceitação e menor sofrimento (JONES; RICE; COTTON, 2019).

O artigo destaca que em relação à avaliação de PAC com adolescentes, não é possível criar dados estatísticos de eficiência e eficácia, visto a diversidade de esquemas sem padronização (JONES; RICE; COTTON, 2019).

Poucos estudos vistos no trabalho de Jones, Rice e Cotton (2019) analisaram o cão e raros demonstram que a mesma raça de animal, com temperamentos diferentes, pode causar efeitos distintos em grupos similares. Ainda se destaca que apenas adolescentes que têm interesse pelo tratamento participaram de todos os estudos avaliados, demonstrando auto seleção.

Sikstrom *et al.* (2020) realizaram uma análise qualitativa com pacientes de um hospital de saúde mental e dependência química, *Center for Addiction and Mental Health* – o maior centro de saúde mental da América do Norte, no Canadá. A pesquisa incluiu 38 participantes de 18 a 88 anos, utilizando questionário com 10 perguntas.

O estudo destacou que nesse perfil é difícil recrutar e envolver pacientes em pesquisas e os resultados demonstraram que a presença do cão facilitou este processo, induzindo a motivação e facilitando o vínculo da equipe com o paciente, além de propiciar uma intervenção mais humanizada aos portadores de distúrbios mentais graves em regime de internação. Todas as sessões contaram com um médico antropólogo, cão terapeuta e tutor-voluntário. As percepções do paciente foram unidas às do médico para avaliação final (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Sikstrom *et al.* (2020) apontam que o contato com o cão, também melhora o humor, reduzindo medo e ansiedade, além da redução de cortisol sérico.

Em relação aos cães, durante a coleta de dados para o estudo, todos demonstraram calma e conforto, porém, foi relatado que durante uma sessão, em uma situação de agitação e agressividade de um paciente, o cão presente na TAA se dirigiu a porta para sair do ambiente (CIRULLI *et al.*, 2011).

Estudos de base de SIKSTROM, *et al.* (2020) mostraram que a interação com cães pode amenizar efeitos psicológicos da demência. Os autores destacam os pontos aos quais conseguiram evidenciar resultados:

Motivação: foi percebida diminuição da tendência dos pacientes de saúde mental a ficarem isolados. Por exemplo, um paciente portador de esquizofrenia estava enrolado em cobertas na cama, ele havia se negado a comer e tomar banho. No momento que o cachorro chegou no quarto e pulou na cama, o paciente estendeu os braços e sussurrou algo para o canino. Após isso, ele passou a interagir com a equipe e comentou como aquela interação foi importante para ele (SIKSTROM *et al.*, 2020).

A experiência com o animal também se estende ao “tocar e ser tocado”. No ambiente hospitalar as pessoas não tem esse tipo de contato. Os pacientes também relataram que os cães “fazem você se sentir amado” e que trazem mais energia, relatando “eu estou muito animado e ele (o cão) é o motivo” e “a ‘terapia-pet’ significa que terei bons momentos” (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Rapport (palavra de origem francesa que denomina uma técnica para interagir com outra pessoa com sintonia e empatia): geralmente feita através de “puxar assunto” com temas comuns, como clima. Porém em pacientes hospitalizados esses assuntos não são pertinentes. Logo, iniciar a conversa falando sobre o cão, “ajuda a quebrar o gelo” como descrito por um paciente (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Conexão: pacientes relataram gostar mais dos animais, por conseguirem fazer um vínculo, como afirmado por um paciente: “ele (o cachorro) me escuta, diferente da maioria das pessoas que me ignora”. Alguns participantes declararam valorizar ainda mais a interação com o cachorro, pois receberam poucas visitas durante a internação. Destaca-se que boa parte do público compõe uma população vulnerável para além da questão mental, mas por fragilidade social e histórico de delitos. A conexão foi fortificada pela confiança no cão terapeuta, permitindo o paciente se conectar com o restante da equipe e também fazer uma auto conexão com memórias e sentimentos próprios. Essa auto imersão que ocorreu foi importante para identificar pacientes que aparentavam ter problemas de memória, mas na verdade, não haviam estado em um momento propício para se lembrar ou contar. Por consequência, os pacientes falaram mais sobre seus históricos e sentimentos, permitindo uma anamnese mais completa (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Apesar de os pacientes terem sido internados por condições psiquiátricas agudas, quase todos foram capazes de relatar suas percepções sobre a terapia. Até mesmo uma paciente que declarou não gostar de cachorros e permaneceu distante do animal durante todas as sessões, declarou que gostou do ambiente gerado pela presença do cachorro (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Os pesquisadores classificaram a intervenção como de baixo custo, o que propicia sua implantação. É relatado, ainda, que comparando com outras terapias já implantadas pela equipe, nunca foi percebido um período de tomada de confiança tão rápido. Em suma, a TAA além de amortecer encontros sociais desafiadores, aumenta a riqueza de dados qualitativos (SIKSTROM *et al.*, 2020).

Dell *et al.* (2019), em seu estudo de caso, analisaram a TAA com cães em uma prisão psiquiátrica. Avaliaram 3 pacientes com histórico de violência durante 24 sessões. À época do estudo, tratava-se da única instituição do segmento que oferecia TAA no Canadá. A presença do cão é realidade em prisões dos Estados Unidos e Canadá, porém a grande maioria das intervenções é baseada no treinamento canino, reintegração social do detento e na possibilidade de ofertar uma nova oportunidade ao animal, sendo o benefício à saúde mental um resultado não intencional.

Um dos fundamentos da introdução da TAA é que o código penal canadense diz que um dos objetivos da detenção é a reabilitação – e logo, a inserção dos instrumentos necessários (DELL *et al.*, 2019).

Para embasamento de seu estudo, Dell *et al.* (2019) relataram que a presença animal nas prisões promoveu um senso de responsabilidade, construiu confiança, melhorou a comunicação e diminuiu a automutilação e o comportamento agressivo. Porém, especificamente sobre a TAA, há carência de literatura, sendo os poucos estudos encontrados com foco no benefício para saúde mental do detento e os raros encontrados, com fragilidade metodológica.

Os pacientes deveriam responder os questionários após cada sessão, mas não foi possível manter essa análise, visto que dos 72 esperados, ao final, foram preenchidos apenas 48. Os autores converteram a avaliação gradual de itens de “concordo plenamente” a “discordo plenamente” a valores quantitativos. Em uma escala de 5, a avaliação quanto se sentir confortável/amado pelo cão teve média de 4,6, e quanto a sentir suporte, 4,7 (DELL *et al.*, 2019).

Os autores ainda avaliaram “o porquê” de o paciente se sentir feliz por encontrar o cachorro. Os motivos são mostrados na tabela 1.

Tabela 1. Motivos de alegria por encontrar o cachorro

	1	2	3
Felicidade/diversão	38	29	61
Emoções positivas	75	33	17
Aceitação / não julgamento / amor incondicional	24	57	0
Conforto	38	14	33
Conexão com o cachorro	38	38	6
Não agressividade / amigável	13	10	33
Afeição física	25	14	6
Conexão com o treinador	0	5	6
Amor dos cachorros	13	5	0
Outros	13	5	6

Fonte: Adaptada de Dell *et al.* (2019).

Foi visto que os pacientes pensam nos animais mesmo quando estes não estão lá e conseguem associar boas emoções nesses momentos. Inclusive, quando um paciente teve desejo de automutilação, o profissional que o assistiu mencionou o cão terapeuta e questionou “o que ele (o cão) faria agora?”. O paciente imediatamente se acalmou e não apresentou crises similares (DELL *et al.*, 2019).

A terapia com os cães também promoveu a autorreflexão sobre as atitudes que os pacientes tinham. Foi feita uma avaliação geral sobre como cada paciente se sentia pré e pós sessão, mostrando aumento de 3,3 para 4,8 em máximo de 5. A avaliação pelo terapeuta ainda demonstrou significativa melhora comportamental tanto em condutas relacionados ao diagnóstico principal, como outras relacionadas ao convívio social (DELL *et al.*, 2019).

O estudo mostrou que o programa proposto cumpre o objetivo de gerar acolhimento através da TAA. Isso é especialmente importante no contexto prisional onde os internos vivem em distanciamento social e emocional. Os profissionais são orientados a não geração de vínculos afetivos demasiados e a família promove, por vezes, a perda do vínculo como punição pelo crime ou o próprio paciente a promove como forma de defesa emocional (DELL *et al.*, 2019).

Também foi comprovado que o plano correccional foi alcançado, gerando reflexões e mudanças comportamentais, o que beneficiará o paciente e sociedade quando reintroduzido (DELL *et al.*, 2019).

Já Pelyva *et al.* (2020) apresentaram um estudo com adolescentes em interação com equinos. Seu foco foi em atividade recreativa e todo grupo não possuía diagnóstico de distúrbios físicos e/ou psicológicos. O grupo controle não teve intervenção alguma. O número de avaliados foi de 525, sendo 373 meninas e 152 meninos. O grupo controle contou com 193 jovens e o alvo 332. As crianças estudavam em escolas diferentes – com atividade equina *versus* sem.

Foram perceptíveis mais problemas de relação com colegas entre os meninos e mais problemas emocionais entre as meninas, sendo a proporção meninos:meninas no grupo controle cerca de 1:1 e no grupo com interação com equinos cerca de 1:5 (PELYVA *et al.*, 2020).

Devido a essas diferenças numéricas, os autores realizaram técnicas estatísticas para amenizá-las. Através do coeficiente de redução parcial, concluíram que não houve diferenças significativas de comportamento entre os gêneros (PELYVA *et al.*, 2020).

Em comparação, o grupo alvo teve significativamente menos problemas emocionais e problemas de comportamento e sua atitude pró-social foi significativamente melhor. As chances de ter dificuldades emocionais ou comportamentais foram cerca de quatro vezes maiores entre estudantes do grupo controle do que entre os do grupo alvo (PELYVA *et al.*, 2020).

O comportamento à admissão também foi melhor, o que sugeriu que crianças com habilidades sociais mais fortes são atraídas por equinos, visto ser uma escolha a matrícula. Além disso, ao longo do tempo, o grupo alvo mostrou melhora comportamental significativamente maior que o controle, concluindo que a interação com cavalos traz benefícios (PELYVA *et al.*, 2020).

O estudo não tem metas terapêuticas e mesmo assim as crianças desenvolveram habilidades de atenção e respeito. Os resultados sugerem que jovens que aprendem a ouvir e cuidar do cavalo podem transferir esse conhecimento para a comunicação e comportamento humano-humano. O estudo foi feito em escolas e isso mostra como um ambiente comum dos jovens pode ser útil no apoio mental que muitos deixam de ter em casa (PELYVA *et al.*, 2020).

Hughes *et al.* (2020) abordaram a companhia de animais com idosos. O estudo dividiu sua análise em três grandes grupos, sendo um deles a saúde mental e dos 70 artigos utilizados, 29 abordavam esse tema. Dentre as comorbidades avaliadas, tem-se:

Depressão: um dos trabalhos demonstrou que a interação com animais em idosos institucionalizados fez com que os níveis de depressão não piorassem ao longo do tempo em contrapartida ao que aconteceu com os não envolvidos na atividade. Já os efeitos negativos foram associados a responsabilidade de tutores da comunidade que não se sentiam suficientemente hábeis a cuidar do animal. Também foi visto que a gravidade dos sintomas depressivos foi dependente do tipo de animal o qual possuía, sendo significativamente mais baixas para proprietários de cães do que de gatos. Não houve grupo controle sem animais (HUGHES *et al.*, 2020).

Ansiedade: dentre os achados positivos, um estudo mostrou que institucionalizados com um canário tiveram menos alterações de ansiedade. Assim como para depressão, possuir responsabilidade sob o animal é estressante, diferente do contato mediado por outras pessoas (HUGHES *et al.*, 2020).

Comprometimento cognitivo e demência: os resultados demonstram que a terapia canina diminuiu a progressão da deficiência cognitiva associada com doença de Alzheimer. A inserção de equoterapia em uma instituição demonstrou melhorar a resposta social e diminuição da agitação neste grupo. Devido a característica degenerativa da demência, não é esperado que qualquer intervenção com animais reverta o quadro, mas sim, os estudos esperam avaliar a capacidade de manutenção da capacidade cognitiva de forma evolutiva (HUGHES *et al.*, 2020).

Qualidade de vida: dentre os estudos avaliados, a maioria viu pontos positivos, mas foi demonstrado que mesmo a companhia animal atuando com melhora geral, existem pontos que não se geram benefícios. Os estudos carecem da percepção do idoso quanto a essa interação (HUGHES *et al.*, 2020).

Já Shubert (2012) mostrou que a TAA pode permitir que crianças abusadas criem relacionamentos com os animais, reduzindo um distúrbio de interação que esse trauma pode causar. O estudo também relatou diversas alterações laboratoriais como aumento de ocitocina e diminuição de cortisol, também citados em trabalhos anteriores.

Foi demonstrado que idosos que cuidaram de periquitos tiveram melhora em interação social. Já outro estudo mostra redução de depressão e ansiedade nessa população. Comparando os trabalhos, não foram encontradas diferenças no bem-estar de pessoas que tinham ou não animais (SHUBERT, 2012).

Foram numerosos os trabalhos que abordam a saúde humana, mas poucos relatam os reflexos para o animal, ainda mais para o cão terapeuta (diferente do cão de serviço que auxilia deficiência específica, este cão é treinado para uma relação mais complexa de resposta às reações humanas). Puderam ser destacados como prejuízos ao animal: carência de percepção sobre suas necessidades; uso de treinamento/equipamentos impróprios; usuários finais com treinamento inadequado; transporte estressante; abraços (contra a natureza da espécie); esperança quanto permanência em um lar; consanguinidade na geração; dentre outros. Isso potencialmente gera conflitos nas pesquisas que associam saúde humana *versus* animal. Além disso, a inadaptação pode gerar efeitos ruins ao humano pela falha do tratamento (SHUBERT, 2012).

Foi demonstrado que cães terapeutas/de serviço foram capazes de gerar vínculo da mesma forma que cães sem função específica. Além disso, existem serviços que oferecem uma chance a animais que iriam ser sacrificados, mas não há informação na literatura de como identificar e abordar os cães oriundos de abrigos (SHUBERT, 2012).

Uma forma para estruturar a participação animal é a utilização das “5 liberdades”:

“liberdade de sede, fome e desnutrição; liberdade de desconforto; livre de dor, lesão e doença; liberdade de medo e angústia; e liberdade para expressar comportamento normal, incluindo socialização com sua própria espécie” (SHUBERT, 2012, p26, tradução autoral).

Ko *et al.* (2020) realizaram um ensaio randomizado com idosos acima de 65 anos comparando um grupo alvo que recebeu a terapia com insetos ($n = 56$) e um grupo controle sem os insetos ($n = 53$) por 8 semanas. O grupo alvo recebeu grilos para cuidado em domicílio. Foi um estudo cego simples e o grupo controle não sabia qual era a intervenção.

Foram feitas duas avaliações (pré e pós-intervenção) com testes psicométricos como Escala de depressão Geriátrica e Mini Exame do Estado Mental (MEEM) e análises laboratoriais de marcadores de estresse oxidativo e inflamatório (KO *et al.*, 2016).

Os grupos não diferiram nas características pré-avaliadas. Após a intervenção, não houve divergência quanto aos resultados de ansiedade, insônia, fadiga e estresse. O cuidado de insetos exibiu uma significativa melhoria da qualidade de vida em relação a depressão e função cognitiva, também é seguro e tem efeito positivo de pequeno a médio impacto (KO *et al.*, 2016).

Do grupo alvo, 87% cuidou dos grilos adequadamente, 73,9% relatou que ter grilos de estimação era benéfico para saúde e 67,4% indicou não haver efeitos negativos ou prejudiciais (KO *et al.*, 2016).

Vale ressaltar que o grilo é um animal comum na Ásia, local do estudo. Seu uso pode ter boa associação nostálgica, seu fenótipo lhe confere maior aceitabilidade que outros insetos e é um animal pequeno. Além disso, os grilos vivem em torno de 2 meses, que foi o tempo do estudo (KO *et al.*, 2016).

Em relação às alterações laboratoriais, não houve redução de marcadores inflamatórios associados ao estresse, porém a análise ocorreu por um curto espaço de tempo. Ocorreu limitação pelo fato da maioria dos participantes serem mulheres de uma mesma cidade (KO *et al.*, 2016).

White, Zippel e Kumar (2020) avaliaram 10 estudos realizados com crianças com déficit de atenção/hiperatividade. Os resultados indicaram uma melhoria geral em sintomas de interesse. Foram relatadas amostras com n de 2 a 39, idade de 6 a 14 anos, intervenções de 4 a 32 semanas.

Pontos a serem considerados foram estudos com carência de descrição completa dos métodos; falta de descrição/padronização dos critérios diagnósticos; desnivelamento do embasamento teórico; em alguns trabalhos cujo controle era farmacológico existiram evasões (WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Embasando a justificativa para tais resultados, o estudo mostrou que existe a hipótese de que o cavalo ajuda a construir relacionamentos de confiança, o que é ratificado pelos resultados que mostraram benefício às habilidades de conexão ao cuidar de equinos e que montar pode promover

autoconfiança. Também foi evidenciado que cuidando do animal a criança desenvolve habilidades de conexão com o mesmo e por conseguinte com humanos (WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Saunders *et al.* (2007) projetaram um ensaio clínico randomizado multicêntrico com 220 participantes veteranos com diagnóstico de estresse pós-traumático. Esse estudo compara dois grupos: o focal que recebe um cão terapeuta e o controle, um cão de serviço. Todos pacientes possuíam outro tratamento, tornando a estratégia adjuvante.

Haveria uma fase de observação por três meses para gerar dados de controle e a intervenção seria por 18 meses. Ao final do estudo seria oportunizado ao paciente permanecer com o cão (SAUNDERS, 2007).

O estudo piloto, cujo desenho era comparação entre grupo com animais vs. grupo sem animais, mostrou que, quando existia possibilidade de não receber o cachorro, a adesão foi muito baixa, demonstrando o engajamento no projeto que gera a presença do animal (SAUNDERS, 2007).

O cão proposto tem rígidas regras de treinamento e inspeção e seria adquirido de empresas especializadas nesse serviço. No projeto, foram excluídos pacientes com histórico de violência animal e selecionados apenas aqueles cujo ambiente domiciliar possuía outras pessoas (SAUNDERS, 2007).

Larson (2010) teve como objetivo mostrar a influência de animais para portadores de câncer em tratamento. Foram avaliados 309 pacientes por questionários e revisão de prontuários.

A maioria descreveu que seus animais de estimação os ajudaram durante o câncer. Mas o estudo mostrou que esse grupo tem ansiedade ou preocupações que surgem por não serem capazes de cuidar de seus animais de estimação durante sua doença ou após sua morte. Desses pacientes, 80% relatou estar recebendo auxílio para cuidar de seu animal, evidenciando rede de apoio. Mesmo ao serem alertados quanto ao risco de infecção, apenas 6% tinha essa preocupação (LARSON, 2010).

O estudo foi feito em um centro terciário, sendo que o perfil social das pessoas que frequentam esses locais não corresponde a um perfil geral da população, que provavelmente teria menor rede de apoio, com menos ajuda e recursos ao animal reduzidos (LARSON, 2010).

Foram oferecidas orientações quanto ao que a comunidade pode oferecer de proteção a estes animais. A intervenção do estudo pode ser útil ao disseminar dentre os pacientes informações de que podem fornecer proteção ao animal em caso de falecimento do tutor (LARSON, 2010).

5. DISCUSSÃO

5.1 Bases da relação humano-animal

As relações entre humanos e animais são pautadas em diversos mecanismos de regulação biológica, percepções sociais e de bem-estar. Foi unânime a identificação de concentrações elevadas de ocitocina e reduzidas de cortisol. A ocitocina também é chamada de “hormônio do amor” presente na relação maternal, inclusive de extrema importância na fisiologia materna da lactação. O cortisol é um dos principais hormônios relacionados ao estresse e sua redução demonstra o estado de calma gerado pela interação. Já o estudo que analisou marcadores inflamatórios que seriam liberados em ocasiões de estresse não encontrou relação entre níveis de PCR e a interação animal (SHUBERT, 2012; CIRULLI *et al.*, 2011; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; KO *et al.*, 2016; WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Outro fator importante é a criação de um ambiente mais descontraído, com propensão a criação de vínculos, sem julgamento por parte do animal, também demonstrado em todas as faixas etárias. Também, a relação com animal é menos complexa que a interação humano-humano, permitindo abrir possibilidade de vínculos e posterior progressão para outros tipos de atividades. O *raport*

gerado pela presença animal também embasa sua presença nas sessões, antes mesmo que haja a terapia propriamente dita (SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010; CIRULLI *et al.*, 2011; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016; WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

5.2 Efeitos em crianças

O principal grupo estudado são crianças autistas e com déficit de atenção/hiperatividade. Nesse grupo foram demonstrados benefícios quanto à criação de relações e ao desenvolvimento neurológico. Destaca-se como efeito a apresentação de comportamento social adequado e menor agressividade. A modulação do comportamento nesta idade é importante ao possibilitar a inserção no mundo social de maneira menos traumática. Crianças melhores adaptadas representam adultos com menores taxas de insucesso social e, conseqüentemente, os problemas de saúde mental atrelados a este. Não foram encontrados estudos de crianças sem estas condições (SHUBERT, 2012, CIRULLI *et al.*, 2011; WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Com os pequenos, a decisão de participação ou não passa pelos pais. Isso pode privar jovens com intenções de participar da intervenção que seriam propícios a serem beneficiados. Além disso, influências externas podem ser cruciais na decisão dos pais quanto a permanência no estudo, como no caso em que a criança do controle farmacológico passou por evasão por não estar no grupo de intervenção animal, sem ao menos ter a oportunidade de participar. Isso mostra que existe expectativa dos pais quanto ao resultado e isso pode ser um importante viés a considerar (WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

5.3 Efeitos em adolescentes

Os problemas sociais intrínsecos desta faixa etária são de extrema importância, pois propiciam a avaliação de pessoas que não necessariamente tem patologias – diferente da análise em outras idades. Neste grupo, além de melhora das queixas principais, notam-se comportamentos sociais melhores ao longo das intervenções. A utilização de escolas regulares mostrou como um ambiente comum aos jovens pode ser utilizado em prol da saúde mental destes (JONES; RICE; COTTON, 2019; PELYVA *et al.*, 2020).

5.4 Efeitos em adultos

Nos adultos houve variedade de grupos avaliados, todos portadores de distúrbios mentais ou psicológicos. Logo de início, há evidência de melhor adesão aos estudos pela presença de um animal. Dentre os resultados, destacam-se diversos contextos em que há melhora da motivação, conexão, comunicação e *rapport*, além da redução de comportamentos agressivos. O autoconhecimento gerado pela interação com animal é propício ao tratamento médico, pois o paciente identifica melhor suas fragilidades para que ocorra o tratamento certo (SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010; JONES; RICE; COTTON, 2019; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019).

Os estudos apontam que após a interação com animal, é possível ter benefícios desse vínculo, mesmo quando evocado a distância, apenas com lembranças, o que não ocorre com diversos outros tipos de terapia em saúde mental (DELL *et al.*, 2019).

Os animais nas prisões também contribuíram para medidas correcionais, que tem como intuito a devolução de um ex-detento para a sociedade com melhoras quanto suas condutas sociais. Sendo

a reinserção realizada com sucesso, é menos um fator para a geração de problemas mentais, que são comuns a esse grupo que acaba ficando marginalizado (SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019).

A avaliação de pacientes portadores de câncer mostrou benefícios quando há segurança quanto ao estado do animal em caso de incapacidade de cuidar deste ou falecimento. Esse estudo pode ser replicado a outras morbidades que geram insegurança e estados limítrofes de saúde (LARSON, 2010; JONES; RICE; COTTON, 2019).

5.5 Efeitos em idosos

Os benefícios aos idosos são mostrados principalmente em intervenções com institucionalizados. Nesses casos, a continuidade das intervenções exibiu melhores resultados que exposições esporádicas, mostrando a importância de projetos de atendimento longitudinal (SHUBERT, 2012; CIRULLI *et al.*, 2011; HUGHES *et al.*, 2020).

Os estudos também mostram que na população geriátrica há melhora de humor, depressão, motivação e ansiedade, com exceção de resultados vistos em idosos comunitários com piora dessas condições ao tutorarem um animal, vista às responsabilidades envolvidas numa fase de limitações físicas e cognitivas. Um dos estudos aponta que a grande maioria dos idosos que passaram pela intervenção viram benefícios e ausência de malefícios durante o processo (SHUBERT, 2012; JONES; RICE; COTTON, 2019; HUGHES *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

5.6 O animal

O animal mais identificado nos estudos é o cão. Ele demonstrou aquisição de habilidades importantes à TAA e é de fácil aquisição. É interessante perceber como a utilização pode ser diferenciada conforme a cultura, por exemplo, com o estudo que usou grilos nesta perspectiva. Trata-se de um estudo oriental e provavelmente estudos ocidentais com a mesma abordagem trariam resultados distintos devido a cultura em relação aos insetos ser diferente. Esse dado apenas pode ser comprovado pela execução de tal intervenção (SHUBERT, 2012; CIRULLI *et al.*, 2011; DELL *et al.*, 2019; KO *et al.*, 2016).

Poucos trabalhos avaliam as perspectivas dos animais nessa interação. Mesmo existindo padronização de treinamentos, cada animal é um ser único e de características únicas. Dessa forma, sendo as diferenças entre os seres humanos consideradas, a dos animais também devem ser (SHUBERT, 2012; JONES; RICE; COTTON, 2019; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

O bem-estar dos pets é essencial, pois como em qualquer tipo de relação de sucesso na natureza, as duas partes devem estar envolvidas e satisfeitas. Diferentemente das relações de trabalhos regulamentadas de humanos, o animal, se insatisfeito com sua função, não pode pedir demissão. Por isso, é essencial a participação de especialistas em comportamento animal para interpretar os desejos do mesmo quanto a participação e a efetividade das “5 liberdades” (SHUBERT, 2012; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

Diversos possíveis prejuízos à saúde do animal foram relatados em literatura. É injusto, antiético e ilegal utilizar parâmetros de segurança para apenas uma das espécies envolvidas por ela ser a humana e foco da terapia. Todos os envolvidos têm códigos que regulamentam a participação e estudos que burlem isto devem ser desencorajados e, se realizados, denunciados (SHUBERT, 2012; KO *et al.*, 2016).

Há poucos dados sobre a utilização de animais de abrigos em TAA. Em teoria, é uma forma digna de reintroduzir os pets abandonados. Mas, a carência de protocolos pode gerar “animais de ensaio” não regulamentados. Cabe às autoridades a confecção/implantação de regras (SHUBERT, 2012).

Estudos analisados neste trabalho, já cogitam a seleção de pacientes que, através de análise de histórico, não ofereçam risco ao animal. Em nosso contexto, cães e cavalos foram utilizados e nada foi identificado nos textos como fora dos padrões de qualidade de vida – muitos parâmetros importantes não são citados. Porém, o estudo asiático que coloca em pauta o cuidado de grilos mostrou negligência nos cuidados dos mesmos em cerca de 1/5 dos casos (SAUNDERS, 2007; CIRULLI *et al.*, 2011; KO *et al.*, 2016).

5.7 Desafios e limitações

As interações com animais são complexas e dependentes de muitas variáveis de difícil dimensionamento. Acrescenta-se a isso, a oferta de estudos com metodologias completamente distintas e desenhos não padronizados. Foram observados grupos de análise que incluíram crianças autistas, adolescentes, doenças mentais graves em hospitais psiquiátricos, dentre outros, sendo intervenções de difícil comparação. Em resultado, o presente estudo, mesmo com a captação de dados quantitativos, manteve sua análise ao nível qualitativo para possibilitar comparação dos estudos captados. Torna-se, desse modo, clara a inviabilidade da metanálise (SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010; SHUBERT, 2012; CIRULLI *et al.*, 2011; JONES; RICE; COTTON, 2019; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; HUGHES *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016; WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Outro ponto é que estudos primários obtidos possuem um tamanho amostral pequeno, tornando as estatísticas de pouco valor epidemiológico, ou com corte transversal, que não é ideal para essa avaliação, pois o tratamento seriado com animais gera resultados dinâmicos e contínuos (LARSON, 2010; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

O estudo de Saunders (2007) que apresentou um projeto com critérios de inserção, condução do estudo e embasado em proteger tanto a saúde do humano, quanto a do animal não apresentou continuidade. Logo, a estruturação do projeto, mesmo promissora, não demonstrou sua eficácia.

Outro ponto é que para garantir confiabilidade de dados e segurança, estudos dependem de uma grande equipe multidisciplinar que não é amplamente encontrada à disposição dos estudos. Muitos dados gerados foram transmitidos a partir de percepções de apenas um profissional, em outros, não é relatada assistência integral à saúde do animal com equipe especializada. Isso, além de deturpar dados, gera vícios de resultados e algumas variáveis extras (SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020).

Em relação à atuação médica, é perceptível que não se trata de produtora em quantidade de conteúdos relacionados. Os estudos que apresentam a participação médica de forma ativa, ainda mostram pouca participação de especialistas em psiquiatria, profissional com conhecimento em saúde mental e que possivelmente poderia gerar percepções mais aprofundadas da prática (SAUNDERS, 2007; LARSON, 2010; SHUBERT, 2012; CIRULLI *et al.*, 2011; JONES; RICE; COTTON, 2019; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; HUGHES *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016; WHITE; ZIPPEL; KUMAR, 2020).

Outra carência é a presença de estudos brasileiros nos resultados. Em busca paralela, foi exposto conteúdo nacional do assunto, porém não indexado nas bases de dados utilizadas nesta pesquisa. Isso mostra deficiência das produções em imergir no meio científico ou baixa qualidade que não permitiria submissão. Tais questões não são avaliadas pelo presente artigo.

Um ponto de fragilidade no presente artigo é a utilização apenas dos descritores “*Animal-assisted-therapy*” e “*mental health*”. Após observação de estudos não contemplados na pesquisa, foi evidente que existem termos mais específicos como “*Equine-Assisted Therapy*” e “*Therapy Animals*”

que poderiam ter aumentado a quantidade de estudos a serem avaliados pela presente revisão. Esses estudos falharam ao não incluir TAA como descritor amplo.

Ainda, o objetivo deste artigo é a avaliação de TAA em saúde mental, utilizando os descritores relacionados. Porém, obtiveram-se diversos resultados de interação que não a TAA. De todo modo, as avaliações realizadas contemplam a inserção animal realizada na terapia e embasam os estudos visto os artigos especificamente sobre a intervenção escassos (LARSON, 2010; PELYVA *et al.*, 2020; HUGHES *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

Os estudos primários com metodologia completa demonstraram “auto seleção” ao receber participantes previamente interessados. Além disso, são feitas seleções de perfis para segurança do animal, o que pode ser tendencioso ao promover a retirada de pacientes potencialmente aversos. Vale ressaltar que esta medida é extremamente necessária para segurança do animal e não deve ser suplantada, mas gera viés. Também, esses estudos têm seus pesquisadores como manipuladores da terapia. Mesmo trazendo maior imersão ao projeto, isso diminui o criticismo (JONES; RICE; COTTON, 2019; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019; PELYVA *et al.*, 2020; KO *et al.*, 2016).

Além do animal e do participante, no contexto da TAA tem-se o treinador. Este é um agente fundamental à interação, propiciando uma ponte entre os dois protagonistas. Nenhum dos trabalhos apresentados considerou esta presença como diferencial durante o tratamento (SAUNDERS, 2007; SIKSTROM *et al.*, 2020; DELL *et al.*, 2019).

Nos mais diversos países apresentados neste trabalho existem regras quanto aos estudos com animais e, em paralelo, com humanos. Analisando a realidade do Brasil, pesquisas que tenham união de ambas as regras éticas, criação de uma equipe multidisciplinar, aquisição de animais capacitados, geração de estudos de longo prazo (onerosos), captação e retenção de pacientes ao estudo (que por vezes não têm vaga para tratamento regular em atendimento público), cumprimento a Lei n.º 10.212, além de outros parâmetros que garantam a um estudo legitimidade e confiabilidade são um imenso desafio (BRASIL, 2011, CIRULLI *et al.*, 2011).

6. CONCLUSÕES

Padronizações são necessárias nos desenhos de estudo que incluam o bem-estar humano e animal. Mesmo com limitações em estudos, o Brasil possui grande potencial científico, grandes centros de saúde mental e empresas com interesse em patrocinar a utilização de imagem animal. Unir esforços é essencial vistos os desafios para geração de dados cientificamente relevantes.

Pela TAA ser uma intervenção que lida com o emocional humano, existem variáveis inevitáveis. Quanto melhor a estruturação dos estudos, menos interferências elas causam. Seria interessante a inclusão de avaliações mais profundas dos treinadores e animais de maneira singular.

O bem-estar geral deve ser o foco de estudos futuros e estes, ao trazerem informações mais concretas de intervenções acerca dos animais, público e métodos específicos ajudará na disseminação de maneira segura da Terapia Assistida por Animais e seus potenciais suportes aos portadores de distúrbios mentais no Brasil e no mundo.

7. CONFLITO DE INTERESSE

Não há conflito de interesses.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. LEI Nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2001. CIRULLI, F. et al. Animal-assisted interventions as innovative tools for mental health. *Annali dell'Istituto superiore di sanita*, v. 47, n. 4, p. 341–348, 2011. DELL, C. et al. Animal-assisted therapy in a Canadian psychiatric prison. *International journal of prisoner health*, v. 15, n. 3, p. 209–231, 2019. FERREIRA A.P.S.; GOMES J.B. Levantamento histórico da terapia assistida por animais. *Revista Multidisciplinar Pey Këyo Científico*, v. 3, n. 1, p. 71–92, 2017. HUGHES, M. J. et al. Companion animals and health in older populations: A systematic review. *Clinical gerontologist*, v. 43, n. 4, p. 365–377, 2020. JONES, M. G.; RICE, S. M.; COTTON, S. M. Incorporating animal-assisted therapy in mental health treatments for adolescents: A systematic review of canine assisted psychotherapy. *PloS one*, v. 14, n. 1, p. e0210761, 2019. KO, H.-J. et al. Effect of pet insects on the psychological health of community-dwelling elderly people: A single-blinded, randomized, controlled trial. *Gerontology*, v. 62, n. 2, p. 200–209, 2016. LARSON, B. R. et al. Cancer patients and their companion animals: Results from a 309-patient survey on pet-related concerns and anxieties during chemotherapy. *Journal of cancer education: the official journal of the American Association for Cancer Education*, v. 25, n. 3, p. 396–400, 2010. MARINHO, J. R.; ZAMO, R. Terapia assistida por animais e transtornos do neurodesenvolvimento. *Estud pesqui psicol. Rio de Janeiro*: [s.n.]. v. 2017. PELYVA, I. Z. et al. How equine-assisted activities affect the prosocial behavior of adolescents. *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 8, p. 2967, 2020. PEREIRA M.J.F, PEREIRA L., LAMANO M. Os benefícios da Terapia Assistida por Animais: uma revisão bibliográfica. *Saúde Coletiva*, v. 4, p. 62–66, 2007. SAUNDERS, G. H. et al. Design and challenges for a randomized, multi-site clinical trial comparing the use of service dogs and emotional support dogs in Veterans with post-traumatic stress disorder (PTSD). *Contemporary clinical trials*, v. 62, p. 105–113, 2017. SHUBERT, J. Dogs and human health/mental health: from the pleasure of their company to the benefits of their assistance. *U.S. Army Medical Department journal*, p. 21–29, 2012. SIKSTROM, L. et al. Increasing participation in research with therapy dogs: A qualitative study at a large urban mental health and addiction hospital. *PloS one*, v. 15, n. 8, p. e0238096, 2020. WHITE, E.; ZIPPEL, J.; KUMAR, S. The effect of equine-assisted therapies on behavioural, psychological and physical symptoms for children with attention deficit/hyperactivity disorder: A systematic review. *Complementary therapies in clinical practice*, v. 39, n. 101101, p. 101101, 2020.