



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
Escola de Ciências Sociais e da Saúde
Coordenação de Psicologia

A Terapia Assistida por Animais (TAA) em Pacientes Idosos: Uma revisão sistemática

Gabriela Alves Silva Coelho de Moraes
Júlia Paschoal Fernandes de Paiva

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Daniela Campos

Goiânia, novembro de 2025



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS

Escola de Ciências Sociais e da Saúde

Coordenação de Psicologia

A Terapia Assistida por Animais em Pacientes Idosos: Uma revisão sistemática

Gabriela Alves Silva Coelho de Moraes

Júlia Paschoal Fernandes de Paiva

Estudo apresentado como requisito para conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás.

Professora: Dra. Daniela Campos.

Goiânia, novembro de 2025

Pró-Reitoria de Graduação – PROGRAD

Curso de Psicologia

Eixo: Integração e Prática

Disciplina: Trabalho de Conclusão de Curso II

Professor(a): Daniela Cristina Loureiro

**ATA DE SESSÃO PÚBLICA DE APRESENTAÇÃO DE TRABALHO
DE CONCLUSÃO DE CURSO**

No dia 24/11/25, às 8:30 horas, o (a)(s) estudante(s)

Gabriel Alves Silva Coelho de Moraes
Julia Paschoal Fernandes de Paiva

do curso de **Psicologia** da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, expôs, em Sessão Pública de Apresentação de Trabalho de Conclusão de Curso, o trabalho intitulado

A TERAPIA ASSISTIDA POR ANIMAIS EM PESSOAS
IDOSAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

para a Banca de Avaliação composta pelos (as) docentes:

MARINA DE MORAES E RAYDO MORABI
DANIELA ESTELA ALVES

O trabalho da Banca de Avaliação foi conduzido pelo (a) docente Presidente que, inicialmente, após apresentar os docentes integrantes da Comissão, concedeu 20 minutos ao (a) estudante (a) para que este (a) expusesse o trabalho. Após a exposição, o (a) docente Presidente concedeu a palavra a cada membro convidado da Comissão para que estes arguissem o (a) estudante. Após o encerramento das arguições, a Banca de Avaliação, reunida isoladamente, avaliou o trabalho desenvolvido e o desempenho do (a) estudante na exposição, considerada a trajetória deste (a) no desenvolvimento do TCC. Como resultado da avaliação, a Banca de Avaliação deliberou pela:

☒ **Aprovação;**

☐ **Aprovação, condicionado às correções recomendadas pelos membros da banca;**

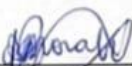
☐ **Reprovação.**

Aprovação, condicionada às correções recomendadas pelos membros da banca:

A Banca de Avaliação conclui que o(a) estudante está **APROVADO(A) condicionado às correções** de forma e/ou conteúdo **recomendados**. As correções deverão ser indicadas no formulário de Avaliação Final de Trabalho de Conclusão de Curso. O(A) estudante terá o prazo de 07 dias para os ajustes e entrega da versão final ao professor (a) orientador (a), contado a partir da data da sessão de apresentação pública do TCC.



Professor(a) Orientador (a) - Presidente



Professor(a) Convidado (a) – Avaliador (a)



Professor(a) Convidado (a) – Avaliador (a)

Agradecimentos

Agradeço, primeiramente, a Deus. Reconheço que, sem a sua presença e sem as forças que me sustentaram nos momentos mais difíceis, este caminho não teria sido possível. Foi Ele quem iluminou meu propósito e colocou a Psicologia no meu caminho, guiando cada passo com cuidado e bênçãos. Depois, estendo minha gratidão à minha família, meus pais e irmão. Todo apoio e dedicação que sempre tiveram por mim se refletem nesta conquista. A confiança que depositaram na minha trajetória e no meu potencial me ofereceu segurança para seguir em frente. Nada disso teria sido possível sem o amor constante e o compromisso deles com a minha formação e com o meu futuro. Ao meu irmão, cujo carinho e compreensão foram fundamentais desde o momento em que deixei nosso lar para iniciar esta nova etapa. Sou imensamente grata por tê-lo ao meu lado, mesmo quando a distância se fez presente.

À minha segunda família, meus tios e primas. O acolhimento, o cuidado e o apoio que me ofereceram tornaram minha jornada mais leve. Receberam-me com carinho e me deram estrutura quando eu mais precisei. Carrego uma eterna gratidão por tudo o que fizeram e seguem fazendo por mim.

Com o coração cheio de saudade, agradeço à minha avó, Alzira (in memoriam). Embora não esteja presente fisicamente, sua memória vive intensamente no meu coração. Espero que, de onde estiver, ela se orgulhe de mim e do caminho que trilho. Levo comigo todo o amor, os ensinamentos e a força que ela sempre me transmitiu.

Por fim, expresso minha sincera gratidão aos meus amigos e colegas da faculdade, cuja convivência tornou esta trajetória mais leve e significativa. Sou profundamente grata por cada laço construído, pelas aprendizagens compartilhadas e pelo apoio constante ao longo do caminho. A presença de vocês iluminou meus dias, trazendo alegria, parceria e equilíbrio nos momentos mais desafiadores. Que nossa amizade se fortaleça e que possamos continuar crescendo e caminhando juntos.

A todos vocês, meu profundo e sincero obrigada. Com todo o meu amor, Gabriela.

Agradecimentos

Agradeço, com todo o meu afeto, aos meus pais, cuja presença cuidante e constante sustentou cada etapa da minha trajetória. Foram eles que, com amor, paciência e dedicação, me ofereceram condições para crescer, aprender e seguir com segurança pelo caminho que escolhi. Nada do que construí até aqui existiria sem o apoio incondicional que sempre me deram. Ao meu irmão, registro minha gratidão por sua lealdade e pelo companheirismo que atravessa a minha vida. Sua presença constante e generosa me ajudou a ser alguém melhor e fortaleceu minhas convicções sobre o futuro profissional que desejo trilhar. Ele foi, e é, parte essencial do meu amadurecimento.

Aos meus colegas de faculdade e às amizades que se formaram nesse percurso, agradeço pela compreensão, gentileza e pelo apoio que nunca me faltaram. Em meio aos desafios, encontrei nessas pessoas um espaço de acolhimento, troca e motivação, o que tornou a jornada acadêmica mais leve, significativa e humana.

De forma muito especial, agradeço ao meu cavalo, Arizona. Sua presença silenciosa, mas cheia de sentido, acompanhou meu processo de desenvolvimento pessoal. O cuidado, o vínculo e a delicadeza dessa relação marcaram profundamente quem eu sou hoje. Arizona foi mais do que um companheiro: foi uma força sensível e constante que me ensinou sobre confiança, afeto e presença.

Agradeço também ao Vitor, que, mesmo em tão pouco tempo, se tornou alguém de grande importância na minha vida. Sua companhia boa, sua generosidade e sua presença estável me ofereceram segurança e apoio nos meses finais desta construção. Sou profundamente grata pelo amor, pela parceria e pelo afeto que ele tem me oferecido.

A todos vocês, deixo registrada minha gratidão mais sincera. Cada um, à sua maneira, contribuiu para que este trabalho se tornasse possível e para que eu me tornasse a pessoa e a profissional que estou me tornando.

Com muito carinho, Júlia.

Resumo

Este trabalho apresenta uma revisão sistemática da literatura sobre a Terapia Assistida por Animais (TAA) como intervenção complementar no cuidado à saúde mental de idosos. Para alcançar este objetivo, o trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão sistemática da literatura, de caráter descritivo, exploratório e com abordagem qualitativa. A metodologia seguiu o protocolo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA 2020), uma diretriz reconhecida por aprimorar a transparência e a qualidade na elaboração de revisões. A busca foi realizada na base de dados Portal de Periódicos da CAPES, e contemplou publicações no período de 2016 a 2025. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e as etapas de identificação e triagem, o corpus final da revisão sistemática foi composto por cinco artigos científicos. Os resultados evidenciaram que a TAA para idosos promove melhora no humor, redução de sintomas depressivos e ansiosos, estímulo à cognição e fortalecimento de vínculos sociais, sendo conduzida por equipes multidisciplinares com animais treinados, especialmente cães. Apesar dos benefícios, foram identificadas limitações como amostras reduzidas e ausência de padronização, reforçando a necessidade de mais pesquisas para consolidar a TAA como prática segura e eficaz no contexto geriátrico.

Palavras-chave: Idosos; Saúde Mental; Terapia Assistida por Animais.

Abstract

This study presents a systematic literature review on Animal-Assisted Therapy (AAT) as a complementary intervention in the mental health care of older adults. The research employed a descriptive, exploratory, and qualitative approach, following the PRISMA 2020 protocol to ensure methodological rigor and transparency. The literature search was conducted in the CAPES Journal Portal, covering publications from 2016 to 2025. After applying inclusion and exclusion criteria and completing the identification and screening phases, five scientific articles were selected for analysis. The findings indicate that AAT contributes to improved mood, reduced symptoms of depression and anxiety, cognitive stimulation, and enhanced social bonds among the elderly. These interventions are typically carried out by multidisciplinary teams using trained animals, particularly dogs. Despite the reported benefits, limitations such as small sample sizes and lack of standardization were observed, underscoring the need for further research to establish AAT as a safe and effective practice in geriatric mental health care.

Keywords: Animal-Assisted Therapy; Elderly;

Sumário

Introdução	07
Metodologia	09
Resultados e Discussão	12
Considerações Finais	19
Referências	22

Introdução

O envelhecimento populacional tem se intensificado de forma expressiva no Brasil, representando um fenômeno demográfico que exige atenção dos setores de saúde pública e assistência social. Dados do Censo Demográfico de 2022 (IBGE, 2023) apontam que a população com 65 anos ou mais cresceu 57,4% em 12 anos, alcançando mais de 22 milhões de pessoas, o equivalente a 10,9% da população total. Esse cenário reflete não apenas um avanço na expectativa de vida, mas também o surgimento de desafios relacionados ao cuidado integral e à qualidade de vida dos idosos.

Diante desses desafios associados ao envelhecimento populacional, embora abordagens terapêuticas convencionais como, tratamento medicamentoso e intervenções psicoterapêuticas sejam valiosas, nem sempre são suficientes ou acessíveis a todos (Carvalho et al., 2024; Bento et al., 2024). Neste contexto, a Terapia Assistida por Animais (TAA) emerge como uma intervenção complementar inovadora (Kamioka et al., 2014; Beetz et al., 2012). Estudos demonstram que a interação com animais estimula a liberação de ocitocina, reduzindo níveis de estresse e ansiedade, além de favorecer a manutenção de funções cognitivas e da mobilidade (Friedmann et al., 2011; Nordgren; Engström, 2014).

O uso da TAA tem origens históricas que remontam ao século XVIII, quando William Tuke, na Inglaterra, já ressaltava os benefícios do contato com animais em instituições psiquiátricas. Contudo, sua consolidação como prática terapêutica moderna ocorreu a partir dos anos 1960, com o psiquiatra infantil Boris Levinson, que observou como seu cachorro facilitava a comunicação e a criação de vínculos com crianças em psicoterapia (Fine, 2019). Desde então, a TAA tem se expandido como prática interdisciplinar, especialmente em contextos de saúde mental, reabilitação e cuidados geriátricos, sendo reconhecida pela sua capacidade de reduzir sintomas emocionais, estimular funções cognitivas e ampliar a qualidade de vida.

Diante desses efeitos positivos, torna-se relevante compreender como a TAA é caracterizada e aplicada na prática. Trata-se de uma modalidade de intervenção planejada, na qual animais treinados e selecionados são inseridos em contextos de cuidado sob supervisão profissional. Seu propósito é potencializar o bem-estar físico, psicológico e social dos participantes, utilizando a interação humano-animal como recurso terapêutico (Fine, 2019). Para isso, as sessões são previamente estruturadas, com objetivos definidos de acordo com a demanda do paciente, podendo ser aplicadas em hospitais, instituições de longa permanência, escolas ou espaços clínicos. Nessas situações, o vínculo estabelecido com o animal atua como mediador de processos emocionais, cognitivos e sociais, favorecendo a adesão ao tratamento e a experiência de acolhimento.

Em um estudo conduzido por Moretti et al. (2011), observou-se que idosos com demência que participaram de sessões de TAA apresentaram melhora significativa no humor, redução de sintomas depressivos e maior engajamento social quando comparados ao grupo controle. Esse efeito pode ser explicado pela ativação de respostas fisiológicas e emocionais positivas diante do contato físico e da presença do animal, como a liberação de ocitocina e endorfinas, associadas à sensação de prazer e relaxamento (Beetz et al., 2012). As atividades estruturadas nas sessões como, acariciar, alimentar ou conduzir o animal, estimulam a memória, a atenção e a coordenação motora, reforçando a autonomia e a autoestima dos idosos (Bernabei et al., 2013).

Dessa forma, a TAA se configura como uma prática integrativa que não apenas reduz sintomas emocionais e cognitivos, mas também promove um espaço de vínculo e motivação, tornando-se uma intervenção promissora no cuidado em saúde mental de idosos com depressão e demência. No entanto, sua implementação enfrenta desafios, como a falta de regulamentação específica, protocolos padronizados e resistência de profissionais que desconhecem sua eficácia (Moreira et al., 2020). Desse modo, torna-se imprescindível a

sistematização de evidências científicas que validem a TAA como prática segura e eficaz, sobretudo no contexto geriátrico.

Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo geral analisar na literatura publicada evidências da eficácia da Terapia Assistida por Animais (TAA) como intervenção complementar no tratamento de idosos. Para tanto, propôs especificamente investigar os benefícios da TAA na regulação emocional, interação social e bem-estar psicológico; identificar impactos na cognição, funcionalidade e qualidade de vida; levantar limitações e contraindicações, incluindo barreiras institucionais, éticas e financeiras; e propor diretrizes para implementação segura e padronizada da TAA em contextos clínicos e institucionais. A sistematização dessas evidências visa contribuir para a validação científica e prática da TAA, oferecendo subsídios para sua aplicação ética e eficaz na promoção do envelhecimento saudável.

Metodologia

O método adotado para o desenvolvimento deste estudo, de caráter descritivo, exploratório e com abordagem qualitativa, consistiu em uma revisão sistemática da literatura sobre a aplicação da Terapia Assistida por Animais (TAA) em idosos, considerando os benefícios, limitações e barreiras apontados pela literatura científica. A revisão sistemática é um tipo de investigação científica que reúne, avalia criticamente e sintetiza os resultados de múltiplos estudos primários para responder a uma pergunta específica, utilizando métodos sistemáticos e explícitos para identificar, selecionar e analisar pesquisas relevantes (Galvão & Ricarte, 2019).

Para a produção desta pesquisa bibliográfica, foi adotado o protocolo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – PRISMA 2020, diretriz amplamente reconhecida por aprimorar a transparência e a qualidade na elaboração de

revisões sistemáticas e integrativas. Em virtude de sua robustez metodológica e confiabilidade científica, o PRISMA foi considerado adequado para nortear este trabalho (Galvão & Sarkis-Onofre, 2022).

A busca dos artigos foi realizada na base de dados do Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior (CAPES), onde essa se fundamenta na integração e acesso a outras bases de dados científicos, centralizando recursos e ampliando o alcance de busca. As estratégias de busca foram elaboradas com a utilização de descritores controlados e não controlados em português, inglês e espanhol, combinados por operadores booleanos, resultando na seguinte estrutura: “terapia assistida por animais” OR “*animal-assisted therapy*” OR “*pet therapy*” AND “idosos” OR “*elderly*” OR “*aged*”. As buscas foram realizadas entre os meses de agosto e outubro de 2025, contemplando publicações no período de 2016 a 2025.

Os critérios de inclusão abrangeram estudos que investigassem a TAA aplicada a idosos com idade igual ou superior a 60 anos, conduzida por profissionais capacitados, publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol e que apresentassem benefícios relacionados à saúde mental, como melhora de sintomas depressivos, de processos cognitivos ou de aspectos socioemocionais. Foram excluídos artigos que incluíam adultos com idade inferior a 60 anos, pesquisas que não tinham a TAA como foco principal (ou que descreviam apenas a presença de animais de companhia sem protocolos terapêuticos), relatos de experiência, publicações duplicadas ou incompletas, além daqueles que analisaram unicamente os benefícios físicos da intervenção.

Após a realização da busca, os artigos foram organizados, revisados por pares e inicialmente submetidos à leitura de títulos e resumos, visando identificar aqueles que atendiam aos critérios de elegibilidade. Em seguida, os textos potencialmente relevantes

foram lidos na íntegra, assegurando a seleção dos estudos que compuseram o corpus final desta revisão. Quando os resumos não forneciam informações suficientes para determinar a pertinência, procedeu-se à leitura integral para garantir uma decisão adequada.

A aplicação da estratégia de busca na base de dados resultou na identificação de 14 artigos, os quais foram revisados por pares em todas as etapas. Após a remoção de duplicados, restaram 12 artigos para a triagem inicial, por meio da leitura de títulos e resumos. Desses, cinco foram excluídos por abordarem exclusivamente intervenções fisioterapêuticas, não atendendo aos critérios de elegibilidade. Assim, sete artigos foram selecionados para avaliação completa, excluindo dois artigos por não terem a pessoa idosa como foco. Finalmente, após a leitura integral e a confirmação dos critérios de inclusão, a composição do corpus final para esta revisão sistemática contou com cinco artigos científicos.

Desse modo, o processo realizado para a chegada do corpus final, foi sistematizado por meio de um fluxograma PRISMA 2020, o qual detalha as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos artigos. Para a análise, as informações extraídas foram registradas em uma planilha, no Documentos Google, previamente estruturada, contemplando dados como autores, ano de publicação, país, objetivo, amostra, tipo de animal utilizado, protocolo de intervenção, instrumentos empregados e principais resultados. Além disso, foram destacados de forma sistemática os benefícios, limitações e barreiras relacionadas à aplicação da TAA em idosos, permitindo uma síntese crítica das evidências disponíveis na literatura. Segue abaixo, o fluxograma realizado:

Fluxograma PRISMA (2016/2025)



Resultados e Discussão

Os estudos analisados adotaram metodologias variadas, incluindo revisões sistemáticas e integrativas, estudos observacionais, relatos de caso e ensaios clínicos com aplicação de questionários e escalas validadas. Em todos os estudos, observa-se o cuidado com a seleção dos animais utilizados na terapia, bem como o acompanhamento por profissionais capacitados. Esse cuidado garante a segurança dos idosos e a eficácia da intervenção. A metodologia adotada em cada pesquisa buscou garantir a validade interna e

externa dos resultados, embora algumas limitações tenham sido apontadas, como amostras reduzidas e escassez de estudos nacionais.

Quanto ao perfil dos idosos participantes, os estudos mostram predominância de mulheres com idade entre 61 e 98 anos, residentes em instituições de longa permanência. Paloski et al. (2018) apontam que “os oito artigos analisados englobam 285 participantes, sendo 206 (73%) mulheres e 79 (17%) homens, com idades entre 72 a 98 anos” (p. 177). A prevalência feminina é atribuída à maior longevidade das mulheres e à maior incidência de demência em idosas institucionalizadas.

Além disso, muitos dos idosos apresentavam comprometimento cognitivo leve a severa, como demência ou Alzheimer. Silva et al. (2022) destacam que “a TAA evidenciou melhora significativa da depressão, das funções cognitivas, do bem-estar, da atenção às atividades e do comportamento” (p. 7). Os idosos demonstraram receptividade à presença dos animais, com relatos de melhora no humor, redução da solidão e aumento da motivação para realizar atividades cotidianas.

1. Técnicas e Funcionamento da Terapia Assistida por Animais (TAA)

De maneira geral, os artigos analisados descrevem que a TAA é conduzida predominantemente por equipes multidisciplinares, compostas por terapeutas, fisioterapeutas, médicos veterinários e outros profissionais da saúde. Esses especialistas atuam de forma integrada e colaborativa, planejando e conduzindo as sessões conforme o perfil de cada paciente e os objetivos terapêuticos estabelecidos (Nordgren & Engström, 2012; Berry et al., 2012, citados por Paloski et al., 2018). Dessa forma, evidencia-se que a TAA exige não apenas uma preparação técnica cuidadosa, mas também coordenação entre diferentes áreas do saber, de modo a assegurar uma intervenção segura, eficaz e adaptada às demandas individuais.

No que se refere aos animais utilizados, observa-se que o cão é o mais frequentemente empregado nas intervenções, sobretudo em virtude de sua sociabilidade, temperamento equilibrado e facilidade de treinamento (Friedman & Krause-Parello, 2018; Swall et al., 2017, citado por Silva et al., 2022). Em complemento, o estudo de Araújo et al. (2022), citado por Souza et al., 2022, apresentou a utilização de cães das raças shih-tzu e sem raça definida em uma instituição de longa permanência, todos devidamente treinados, vacinados e supervisionados por veterinários. Ademais, há registros do uso de outros animais, como gatos, peixes, cavalos (em práticas de equoterapia) e até robôs terapêuticos, empregados em contextos específicos e conforme os objetivos clínicos.

O treinamento dos cães é descrito como um processo criterioso, que envolve etapas de avaliação comportamental, socialização e dessensibilização a estímulos diversos (Flores, 2009, citado por Furtado e Silva et al., 2024). Assim, garante-se que o animal esteja preparado para lidar com diferentes situações terapêuticas, mantendo-se tranquilo e responsivo às demandas dos pacientes. Além disso, reforça-se que o bem-estar animal é um princípio ético central da TAA, o que torna indispensável a constante supervisão de veterinários e a observação de sinais de estresse, cansaço ou desconforto.

As sessões terapêuticas são estruturadas de forma a contemplar atividades variadas e complementares, que podem envolver exercícios físicos (como caminhadas, alongamentos e práticas de equilíbrio), estímulos cognitivos (como comandos, interação verbal e atenção compartilhada) e dinâmicas sociais (a exemplo do carinho, dos cuidados com o animal e da participação em atividades coletivas). Essas atividades são organizadas conforme o perfil e as limitações dos participantes, promovendo integração entre corpo, mente e afeto.

Por exemplo, nas intervenções com equoterapia, os pacientes realizam movimentos sobre o cavalo combinados a atividades voltadas à autoestima e à autoconfiança, como se observar em espelhos durante o percurso, reconhecendo suas conquistas e avanços (Hillere et

al., 2018, citado por Santos et al., 2019). Assim, a prática terapêutica se torna não apenas física, mas também simbólica e emocional, permitindo que o indivíduo perceba seu próprio progresso de forma concreta.

Além disso, as intervenções ocorrem em contextos bastante diversos, como instituições de longa permanência para idosos, hospitais, clínicas de reabilitação e escolas, sendo os espaços adaptados conforme as demandas e limitações de cada público-alvo. O estudo de Travers et al. (2013), por exemplo, descreve sessões semanais com duração entre 40 e 50 minutos, realizadas com cães treinados para trabalhar simultaneamente aspectos físicos e sociais. Essas atividades foram conduzidas por equipes compostas por veterinários e enfermeiros especializados, o que demonstra a importância do acompanhamento técnico especializado durante toda a intervenção.

Por fim, vale ressaltar que a responsabilidade da equipe profissional não se limita à condução das atividades terapêuticas. Ela inclui, também, o monitoramento contínuo do bemestar dos animais, a identificação de sinais de estresse ou desconforto e a garantia de condições seguras e éticas para todos os envolvidos (Berry et al., 2012, citado por Paloski et al., 2018). Desse modo, a TAA se caracteriza por uma prática complexa e cuidadosa, na qual a interação entre humano e animal é mediada por princípios científicos, éticos e relacionais que sustentam sua eficácia e credibilidade como recurso terapêutico complementar.

2. Benefícios da Terapia Assistida por Animais (TAA)

Os artigos analisados evidenciam um conjunto expressivo e diversificado de benefícios decorrentes da Terapia Assistida por Animais (TAA), abrangendo aspectos físicos, emocionais, cognitivos, sociais e outros, os quais reforçam sua eficácia em diferentes contextos clínicos e populacionais. Assim, observa-se que a intervenção não apenas favorece o bem-estar integral dos participantes, mas também contribui para o fortalecimento de dimensões relacionais e funcionais ao longo do processo terapêutico.

2.1. Benefícios Físicos

No que diz respeito aos benefícios físicos, diversos estudos (Peluso et al., 2018; Wesenberg et al., 2019, citados por Silva et al., 2022) demonstraram melhorias significativas nos movimentos corporais, especialmente na atividade motora dos membros superiores e inferiores, bem como aumento do interesse e da adesão às atividades físicas. Além disso, os autores destacam que a presença do animal atua como estímulo motivacional, favorecendo o engajamento dos pacientes nas tarefas propostas.

Um exemplo é o estudo de Hillere et al. (2018), citado por Santos et al., 2019, no qual um idoso institucionalizado participou de sessões de equoterapia com duração de 30 minutos, voltadas ao desenvolvimento do equilíbrio, da coordenação e da postura. Embora não tenham sido observados aumentos significativos em todos os domínios físicos, constatou-se melhora na qualidade de vida geral e no domínio meio ambiente após sete semanas de intervenção.

De forma complementar, Gustafsson et al. (2015), citado por Silva et al., 2022, observaram que a TAA estimula a prática de exercícios físicos, tornando os participantes mais ativos tanto durante quanto após as sessões. Além disso, Odendaal e Meintjes (2003), citado por Furtado e Silva et al., 2024, identificaram que a interação com cães eleva os níveis de oxitocina em humanos e nos próprios animais, reduzindo a pressão arterial e os níveis de cortisol, ao mesmo tempo em que aumenta as endorfinas e a dopamina, hormônios diretamente relacionados ao bem-estar físico. Assim, constata-se que os efeitos fisiológicos da TAA repercutem positivamente na saúde e na vitalidade dos indivíduos atendidos.

2.2. Benefícios Emocionais

Os benefícios emocionais também se mostraram amplamente documentados, revelando melhorias expressivas na qualidade de vida psicológica, redução de sintomas ansiosos e depressivos, e aumento da sensação de segurança e conforto emocional (Teixeira,

2016; Gustafsson et al., 2015; Wesenberg et al., 2019, citados por Silva et al., 2022; Paloski et al., 2018).

Por exemplo, Gustafsson et al. (2015), citado por Silva et al. (2022), relataram que idosos com demência passaram a manifestar sentimentos de afeto, acolhimento e proteção durante as sessões, com ganhos perceptíveis desde o primeiro contato com o animal. De modo semelhante, Kårefjård e Nordgren (2018), citado por Silva et al. (2022), constataram que mulheres idosas entre 61 e 82 anos apresentaram menor desconforto emocional e maior motivação para as atividades cotidianas após a introdução da TAA.

Além disso, Paloski et al. (2018) evidenciaram que a intervenção contribui para a redução da apatia, da angústia e dos sintomas depressivos, promovendo aumento da autoestima, da autoconfiança e do autocuidado. Em contextos hospitalares pediátricos, Bussotti et al. (2005), citado por Silva et al. (2022), acrescentaram que a presença do animal atua como um agente calmante, aliviando a tensão e a ansiedade, o que, por consequência, facilita a adesão das crianças aos tratamentos convencionais. Dessa forma, compreende-se que a TAA favorece não apenas a regulação emocional, mas também a ressignificação das experiências afetivas vivenciadas pelos pacientes.

2.3. Benefícios Cognitivos

No âmbito cognitivo, os resultados indicam que a TAA estimula funções mentais superiores e contribui para a manutenção da autonomia funcional. Segundo Peluso et al. (2018) e Ambrosi et al. (2019), citados por Silva et al. (2022), idosos com demência moderada a grave apresentaram melhora na atenção, na memória e na orientação espacial após participarem de programas regulares de terapia assistida por animais.

Da mesma forma, Morreti et al. (2011), citado por Paloski et al. (2018), destacaram que intervenções conduzidas com cães durante seis semanas resultaram em aumento do desempenho cognitivo e redução dos sintomas depressivos em idosos institucionalizados.

Além disso, Nordgren e Engström (2012, citado por Paloski et al (2018); 2014) verificaram que a frequência e continuidade das sessões contribuíram diretamente para o fortalecimento da independência e da capacidade cognitiva, refletindo-se em melhor qualidade de vida e funcionalidade nas atividades diárias.

Portanto, torna-se evidente que a TAA atua como um estímulo terapêutico multifacetado, capaz de mobilizar tanto processos mentais quanto recursos adaptativos essenciais ao envelhecimento saudável.

2.4. Benefícios Sociais

No que se refere aos benefícios sociais, os estudos são igualmente consistentes ao demonstrar que a TAA fortalece vínculos interpessoais e amplia as habilidades de comunicação e socialização. Autores como Peluso et al. (2018), Swall et al. (2017) e Wesenberg et al. (2019), citados por Silva et al. (2022), apontam que a presença do animal facilita o diálogo e cria um ambiente de acolhimento e aceitação, favorecendo a espontaneidade nas interações.

Em instituições de longa permanência, por exemplo, Oliveira et al. (2016) observaram que a terapia com cães aumentou a disposição para atividades em grupo e reduziu comportamentos agressivos, contribuindo para o fortalecimento da convivência comunitária. De forma complementar, Franceschini e Costa (2019) ressaltaram que o animal atua como mediador da interação social, promovendo empatia, escuta ativa e comunicação interpessoal positiva. Além disso, Macauley (2006), citado por Silva et al. (2022), destacou melhorias nos comportamentos comunicativos na presença do cão terapeuta, evidenciando o papel do animal como facilitador relacional no contexto terapêutico.

Dessa maneira, compreende-se que a TAA ultrapassa a dimensão clínica individual, estendendo seus efeitos às dinâmicas sociais e relacionais dos participantes.

2.5. Outros Benefícios

Para além das categorias descritas, alguns estudos relatam efeitos complementares da TAA, especialmente relacionados à sensação de calma, conforto e relaxamento. Gustafsson et al. (2015), citado por Silva et al. (2022), por exemplo, observaram que o contato direto com cães gerou redução da irritabilidade e sensação geral de tranquilidade entre os idosos atendidos. Em consonância, Ambrosi et al. (2019), citado por Silva et al. (2022), identificaram melhora do humor e diminuição de sintomas depressivos em pessoas com Alzheimer institucionalizadas.

Considerações Finais

O presente estudo teve como objetivo geral analisar na literatura publicada evidências da eficácia da Terapia Assistida por Animais (TAA) como intervenção complementar no tratamento de idosos. A partir da análise dos artigos selecionados, foi possível consolidar as evidências da TAA no cuidado ao idoso. Os estudos demonstram que a TAA é uma modalidade de intervenção planejada, na qual animais treinados e selecionados são inseridos em contextos de cuidado sob supervisão profissional. O propósito é potencializar o bem-estar físico, psicológico e social dos participantes, utilizando a interação humano-animal como recurso terapêutico.

O perfil dos idosos participantes apresentou predominância de mulheres, com idade entre 61 e 98 anos, residentes em instituições de longa permanência. Muitos desses idosos apresentavam comprometimento cognitivo leve a severo, como demência ou Alzheimer. Em termos de aplicação, a TAA é conduzida predominantemente por equipes multidisciplinares, compostas por psicólogos, fisioterapeutas, médicos veterinários e outros profissionais da saúde, o que assegura uma intervenção segura e eficaz. O cão é o animal mais empregado nas

intervenções, sobretudo em virtude de sua sociabilidade, temperamento equilibrado e facilidade de treinamento.

Os achados desta revisão sistemática evidenciam um conjunto expressivo de benefícios decorrentes da TAA, reforçando sua eficácia. No âmbito emocional e psicológico, observou-se a redução de sintomas ansiosos e depressivos, melhora na qualidade de vida psicológica e aumento da sensação de segurança e conforto emocional. A intervenção contribui para a redução da apatia e angústia, promovendo o aumento da autoestima e do autocuidado. No aspecto cognitivo, a TAA demonstrou estimular funções mentais superiores, como a melhora na atenção, na memória e na orientação espacial em idosos com demência. A frequência e continuidade das sessões contribuíram diretamente para o fortalecimento da independência e da capacidade cognitiva. Já nos benefícios sociais, a presença do animal facilita o diálogo, fortalece vínculos interpessoais e amplia as habilidades de comunicação e socialização, criando um ambiente de acolhimento. Além disso, a TAA proporciona efeitos fisiológicos positivos, estimulando a liberação de ocitocina e endorfinas, o que reduz a pressão arterial e os níveis de cortisol, e aumenta a dopamina, associada ao bem-estar físico.

Dessa forma, a TAA se consolida como um estímulo terapêutico multifacetado, que atua na promoção do bem-estar integral e do fortalecimento de dimensões relacionais e funcionais. No entanto, entre as limitações identificadas nos estudos, destacam-se amostras reduzidas, ausência de randomização ou instrumentos não validados. Além disso, sua implementação enfrenta barreiras como a falta de regulamentação específica, protocolos padronizados e resistência de profissionais que desconhecem sua eficácia.

Diante disso, a principal contribuição deste trabalho é a sistematização de evidências que validam a TAA como prática segura e eficaz, oferecendo subsídios para sua aplicação ética e padronizada na promoção do envelhecimento saudável. Como apontamentos para futuras investigações, sugere-se a realização de estudos com delineamento mais robusto,

como ensaios clínicos randomizados, para fortalecer a validade dos resultados. Além disso, é importante identificar e propor diretrizes mais claras para a implementação segura e padronizada da TAA em diferentes contextos clínicos e institucionais. Conclui-se que a TAA é uma intervenção promissora e integrativa no cuidado em saúde mental de idosos, sendo essencial a continuidade das pesquisas para a sua consolidação e aplicação ética e eficaz na prática clínica.

Referências

- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions. *Frontiers in Psychology*, 3, 234. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234>
- Bento, N. N. O., Dantas, K. B. A., Teixeira, M. T. T., Morais, R. P., Peixoto, S. B. de S., & Dantas, E. H. M. (2024). Aspectos psicológicos do envelhecimento. *Editora Atena*. <https://doi.org/10.22533/at.ed.4012418102>
- Bernabei, V., De Ronchi, D., La Ferla, T., Moretti, F., Tonelli, L., Ferrari, B., Forlani, C., & Atti, A. R. (2013). Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia. *Journal of Psychiatric Research*, 47(6), 762–773. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.12.014buen>
- Carvalho, M. dos S., Ferraciolli, A. A., Jacinto, A. L., Gomes, B. C., Portella Filho, C. S. A., Torres Capitani, G. de A., Marques Melo, H. G., Rios Neto, I. M., Oliveira, J. S., Alarcão Sobral, L. L., de Souza Biago, L. C, Rocha Alves, L. I., da Silveira Sparkez, M. D., Ferreira Lippe, M. M., Rezende, M. A., Cohen, R. P., Araújo, S. R., & Diógenes Bezerra, T. (2024). Impacto da depressão na progressão de demências em pacientes geriátricos. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 6(9), 438–452. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n9p438-452>
- Fine, A. H. (Ed.). (2019). Handbook on Animal-Assisted Therapy (5th ed.). *Academic Press*.
- Franceschini, B. T., & Costa, M. P. R. (2019). A eficácia da Terapia Assistida por Animais no desempenho cognitivo de idosos institucionalizados. *Revista Kairós-Gerontlogia PUC*, São Paulo, 22 (2), p. 337-355. <http://dx.doi.org/10.23925/2176901X.2019v22i2p337-355>

- Friedman, E., & Krause-Parello, C. A. (2018). Companion animals and human health: benefits, challenges, and the road ahead for human-animal interaction. *Revue Scientifique et Technique*, 37(1), 71–82. <https://doi.org/10.20506/RST.37.1.2741>
- Friedmann, E., Son, H., & Tsai, C. C. (2011). The animal/human bond: Health and wellness. In A. H. Fine (Ed.). *Handbook on Animal-Assisted Therapy* (pp. 85–107). *Academic Press*.
- Silva, M. A. F., Ramos, E. T. B., Alves-Ribeiro, B. S., de Assis-Silva, Z. M., Rocha, A. C. da S., Maia, G. O., Alves-Sobrinho, A. V., da Silva, L. F., de Urzedo, N. F., & Moraes, I. de S. (2024). Benefícios da relação entre cão e tutor com sintomas de estresse, ansiedade e depressão: revisão de literatura. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 16(2), 1–17. <https://doi.org/10.55905/cuadv16n2-101>
- Galvão, T. F., Tiguman, G. M. B., & Sarkis-Onofre, R. (2022). A declaração PRISMA 2020 em português: recomendações atualizadas para o relato de revisões sistemáticas. *Epidemiologia e serviços de saúde*, 31, e2022364. <https://doi.org/10.1590/SS2237-9622202200011>
- Galvão, M. C. B., & Ricarte, I. L. M. (2019). Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. *Logeion: Filosofia da informação*, 6(1), 57-73. <https://doi.org/10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2023). Censo demográfico 2022: População por idade.
- Kamioka, H.; Okada, S.; Tsutani, K.; Park, H.; Okuizumi, H.; Handa, S.; Mutoh, Y. (2014). Effectiveness of animal-assisted therapy: A systematic review of randomized controlled trials. *Complementary therapies in medicine*, 22(2):371-390. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2013.12.016>

- Moreira, R. M., Santos, C. P., & Andrade, A. R. (2020). A inclusão da terapia assistida por animais na prática clínica. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 16(3), 191–198.
- Moretti, F.; De Ronchi, D.; Bernabei, V.; Marchetti, L.; Ferrari, B.; Forlani, C.; Negretti F.; Sacchetti, L.; ATTI, A.R. 2011. Pet therapy in elderly patients with mental illness. *Psychogeriatrics*, 11(2):125-129. <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2010.00329.x>
- Nordgren, L., & Engström, G. (2014). Animal-assisted intervention in dementia. *Clinical Nursing Research*, 23(1), 7–19.
- Oliveira, G. R., Ichitani, T., & Cunha, M. C. (2016). Atividade Assistida por Animais: efeitos na comunicação e interação social em ambiente escolar Animal Assisted Activity: effects in communication and interpersonal relations efectos sobre la comunicación y la interacción social en el entorno escolar. *Distúrb Comun*, 28(4), 759–763.
- Paloski, L. H., Schutz, K. L., Gonzatti, V., Santos, E. L. M., Argimon, I. I. L., & Irigaray, T. Q. (2018). Efeitos da terapia assistida por animais na qualidade de vida de idosos: uma revisão sistemática . *Contextos Clínicos*, 11(2), 174–183.
- Santos, A. C. A., Araújo, A. M. S., Orlando, D. R., Lobo-Junior, A. R., & Andrade, E. F. (2019). Efeitos da equoterapia sobre a ansiedade e qualidade de vida de um idoso institucionalizado: Um relato de caso. *Enciclopédia Biosfera*, 16(30), 230–237. <https://doi.org/10.4013/etc.2018.112.03>
- Silva, F. do C., Britto, A. M. A., da Silva, L. P. S., Machado, D. A., Fakoury, M. K., dos Santos, K. M., & Ayres, A. R. G. (2022). Efeitos da terapia assistida por animais na qualidade de vida de idosos com síndrome demencial. *Research, Society and Development*, 11(8), e25711830864. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i8.30864>
- Sousa, T. F. de, Amaral, I. C. S., da Silva, J. T., Martini, A. C., da Silva, L. F., & Bezerril, J. E. (2022). Terapia assistida por animais como agente transformador na saúde de idosos em uma instituição de longa permanência da região metropolitana de Goiânia.

Research, Society and Development, 11(17), e257111738576.