

Animais e coronavírus: cuidados que devem ser tomados com os pets



Donos de pets podem ficar tranquilos: nenhum relatório oficial publicado sugere que animais de estimação sejam fonte de infecção da Covid-19 para seres humanos. É o que garante o veterinário Paulo Abilio Varella Lisboa, pesquisador do Instituto de Comunicação e Informação em Saúde, da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz).

O especialista lembra que há menos de 25 relatos em todo o mundo de cães e gatos infectados - nenhum deles no Brasil. “Considerando que a população mundial de cães e gatos está em torno de 2 bilhões, o número de animais infectados representa menos de 0,001% do total”, explica Lisboa.

Até o momento, não há estudos que mostrem a permanência do novo coronavírus na pele ou nos pelos de cães e gatos. O convívio com os bichos, no entanto, requer cuidados de higiene básicos, depois de eles circularem por

áreas possivelmente contaminadas - mesmo sem pandemia. Basta higienizar as patas e o focinho do animal com água e sabão neutro em um pano umedecido.

Segundo Lisboa, também não há relatos, estudos ou pesquisas que provem haver risco de contaminação por outros pets, como papagaios, canários, periquitos, calopsitas e hamsters, ou mesmo animais de produção, como vacas, cavalos, cabras, patos e porcos.

Ter bichos por perto, ao contrário, pode ser muito benéfico para reduzir a ansiedade e proporcionar bem-estar, especialmente em época de isolamento. “Pessoas felizes têm menos estresse e melhor escore imunológico, sendo, naturalmente, menos suscetíveis a doenças”, aponta o veterinário.

Com informações da Fiocruz e da Folha de S. Paulo.



DICA DE BEM-ESTAR

A cada edição selecionamos dicas para nossos leitores passarem bem por esse momento. Quer contribuir? Envie sua dica para informeinca@inca.gov.br. Participe!

Dormir bem é fundamental para ter uma rotina saudável e proveitosa. Se você deseja aumentar sua disposição, vale a pena investir na melhora da qualidade do sono. Isso pode começar com rituais simples: tome um banho quente e relaxante, deixe o quarto o mais escuro possível e evite a luz de telas de TV e celulares algumas horas antes de ir para a cama. Também é recomendado evitar cafeína e bebidas alcoólicas à noite.

Outro hábito que contribui para um dia a dia mais produtivo é acordar cedo. Quem ainda não tem esse costume pode ajustar o relógio biológico com um pouco de disciplina. Experimente levantar duas ou três horas mais cedo que o habitual, tomar café da manhã e fazer uma atividade física, além de passar a se deitar também mais cedo. O mais importante é prestar atenção ao próprio ritmo para promover as mudanças mais adequadas ao seu organismo e ao seu estilo de vida.



GALERIA INCA

Envie suas fotos para o nosso e-mail informeinca@inca.gov.br. Uma foto será selecionada e pode ser a sua. Na próxima edição, o tema da Galeria será EQUIPES DO INCA.



TEMA: DIA DAS CRIANÇAS | Maria Vitória, de 7 anos, filha de Andrea Cassiano Freire, técnica de enfermagem do Ambulatório do Tórax no HC I.