

## 6 benefícios de animais na vida das crianças



Quem cresceu com animais de estimação saberá indicar mais do que um motivo para que os mais pequenos passem pela mesma experiência. Para os que não tiveram esta oportunidade, o Rodinhas mostra-lhe 6 benefícios associados ao convívio entre animais e crianças.

### **A idade certa para se ter um animal de estimação**

Para que não existam quaisquer preocupações em deixar uma criança sozinha com um animal, esta deverá ter maturidade motora suficiente. Desta forma, já saberá como interagir melhor com um animal e começará a pedir para auxiliar nas tarefas relacionadas com os cuidados do próprio animal.

De acordo com a maturidade da criança e com o seu ritmo de desenvolvimento, a idade mais apropriada para levar um animal de estimação para casa, caso ainda não exista um, deverá ser **a partir dos 4 anos. Desta forma, garante que os miúdos já conseguem compreender e respeitar regras.**

### **Vantagens de ter um animal de estimação**

Esqueça o ladrar, o miar ou as brincadeiras que podem testar a sua paciência. Ter um animal de estimação é ter um amigo para a vida e os miúdos serão os primeiros a senti-lo. O Rodinhas deixa-lhe outros 5 motivos para começar a considerar a adoção de um animal de

estimação.

## **1. Fortalecem o sistema imunitário das crianças**

Se alguns pensam que os animais podem desencadear alergias nas crianças, a realidade é bem diferente. O convívio entre crianças e animais protege os mais pequenos de possíveis infecções e diminuem o risco de doenças como a asma ou a dermatite atópica. Considere os animais de estimação como uma espécie de “treino” para as defesas dos mais pequenos. Desta forma, o seu sistema imunitário aprende a lidar com agentes externos.

## **2. Desenvolvimento emocional dos miúdos**

Os animais de estimação estão diretamente ligados ao desenvolvimento de várias capacidades como autocontrolo, a socialização e a capacidade afetiva. Estes amigos de quatro patas ainda ajudam os mais pequenos a interpretar os seus sentimentos e as necessidades, trabalhando a empatia para com outro ser.

## **3. Os animais são os melhores terapeutas**

Crianças com transtornos físicos ou neurológicos retiram muitos benefícios do convívio com animais de estimação. São vários os terapeutas que utilizam os animais como parte do tratamento das crianças com diversas condições, como o autismo, por exemplo, e a terapia assistida por animais (TAA) é uma realidade para muitos.

## **4. Ensinam vários valores para a vida**

Ter um animal de estimação é uma forma de as crianças aprenderem, desde cedo, várias lições que levarão para o resto das suas vidas. Ter um animal desde criança ensina sobre o nascimento, a reprodução, possíveis acidentes, morte e outros acontecimentos que podem vir a ser marcantes.

## **5. Maior sentido de responsabilidade**

Crescer com um animal de estimação é aprender a ter sentido de responsabilidade desde pequeninos. As crianças vão assumindo papéis cada vez mais importantes na vida do seu animal de estimação, como levá-lo a passear, dar-lhe de comer ou outras necessidades.

## **6. Mais atividade física e menor risco de obesidade**

Levar o cão a passear ou brincar com ele é uma excelente forma de incentivar ao movimento físico das crianças. Além de afastarem o sedentarismo, a Universidade de Alberta, no Canadá, provou, em 2017, que as crianças que conviveram com animais durante a gestação das suas

mães, produzem menos "Oscillospira". Esta é uma bactéria do intestino ligada ao risco do aumento de peso.

Ter um animal de estimação é ter um amigo para a vida. Os amigos de quatro patas ajudam as crianças a desenvolver várias capacidades emocionais e sociais. Está na hora de reunir a família, analisar os horários e condições da vossa casa e pensar a possibilidade de integrar um novo elemento na família! O Rodinhas garante: todos ficam a ganhar.