



# GUIA DE ADOÇÃO A a Z DA UZ

GUIA DE ADOÇÃO RESPONSÁVEL



## COMEÇOU A SENTIR QUE O SEU SOFÁ TEM ESPAÇO PARA MAIS ALGUÉM?

Se está com vontade de adotar um animal, eis tudo o que precisa de saber, de A a Z.

Com o objetivo de promover a adoção responsável, juntámo-nos à União Zoófila e a dois especialistas em comportamento animal para desenvolver este guia.

Adotar um animal deve ser uma decisão ponderada e baseada na análise de vários fatores. Em média, 1 em cada 3 animais adotados voltam a ser abandonados.



# **A a Z DO CÃO**

## APRESENTAÇÃO

Tal como nós, a maioria dos cães não aprecia ser abordado abruptamente por desconhecidos. Numa primeira visita, devemos evitar encará-los diretamente, debruçar-nos sobre eles ou tocar-lhes, especialmente na zona da cabeça. A melhor abordagem será manter-se numa posição baixa, de cócoras na lateral da box, permitindo que seja ele a tomar a iniciativa da interação. Se o cão se mostrar confortável com a sua presença, festas na lateral do corpo ou junto aos ombros poderão ser mais bem aceites.

## BRINCADEIRA

Brincar é fundamental para o bem-estar físico e emocional dos cães; fortalece o vínculo com os tutores, melhora laços sociais, permite a exibição de comportamentos naturais que aliviam stress e ajudam na adaptação social. É importante que tenham oportunidades de brincar com os tutores, outros animais e sozinhos. Os brinquedos e interações devem ser adaptados às características e preferências de cada cão.

## COMUNICAÇÃO

Os adotantes devem aprender sobre a linguagem corporal dos cães, especialmente os sinais de desconforto. O comportamento é a forma como os cães comunicam as suas necessidades e emoções, o que permite identificar problemas de saúde, evitar conflitos e melhorar a relação familiar. Existem ainda comportamentos normais que em certas situações de potencial stress podem indicar desconforto, tais como: lamber os lábios, bocejar, evitar contato visual ou oferecer a barriga.

## DESPESAS

No processo de pré-adoção, é importante considerar os custos fixos e variáveis. Além do investimento inicial, despesas como alimentação, vacinas, desparasitações e brinquedos são fixas. No entanto, despesas extra também devem ser consideradas, seja para a aquisição de um seguro, hospedagem em férias, sessões de treino, seja para situações mais imprevisíveis como cuidados de saúde urgentes.

## ESTILO DE VIDA

A compatibilidade entre a família e o cão é essencial para uma adoção bem-sucedida. Considere o temperamento, tamanho, idade e comportamento do cão para garantir que o mesmo se adapta às rotinas e disponibilidade dos adotantes. Uma boa compatibilidade leva a mais interação familiar, menos isolamento social, menos stress e maior bem-estar para todos.

## FAMÍLIA

Como família multiespécie existe a responsabilidade de garantir que, após a adoção, o animal escolhido será integrado nas dinâmicas e vivências familiares, assegurando que as necessidades básicas estão satisfeitas, mas também as suas necessidades emocionais e sociais.

## GESTÃO

Se existirem alterações de comportamento, é crucial que os tutores funcionem como um facilitador social, ajustando o ambiente e a rotina para aumentar o sucesso da adoção. Uma gestão eficaz ajuda a reduzir comportamentos indesejados e permite a ocorrência de alternativas mais apropriadas.

## HISTORIAL DE VIDA

As experiências que ocorrem ao longo da vida de um cão contribuem para a formação do seu temperamento e influenciam a forma como reage aos eventos do dia a dia. A maioria dos animais em abrigos já viveu situações de negligência, maus-tratos, abandono e tudo isto tem, inevitavelmente, impacto no seu comportamento. A adoção é um ato de responsabilidade, aceitação do seu passado e compromisso para tornar o seu presente e futuro mais feliz.

## IDENTIFICAÇÃO

Além do microchip associado ao novo tutor, o cão deverá estar identificado com uma chapa anexada à coleira e/ou peitoral. Inicialmente, a casa dos adotantes ainda não é uma referência para o animal o que, juntamente com todas as mudanças que decorrem no processo de adoção, pode resultar numa tentativa de fuga.

## JOVENS E CRIANÇAS

A adoção e a divisão da responsabilidade podem proporcionar aprendizagens sobre empatia, responsabilidade e respeito pelas diferenças entre espécies, especialmente para os jovens. Ainda assim, as crianças podem ter dificuldade em interpretar a comunicação dos cães, colocando-os em situações desconfortáveis. É importante que os adultos supervisionem e orientem as interações para garantir a segurança de todos.

## LOCAL SEGURO

Devemos criar um local seguro em casa, longe de zonas de passagem e estímulos externos, onde o cão se possa refugiar quando estiver desconfortável. Para promover uma associação positiva, é bom oferecer brinquedos e guloseimas nesse espaço – que pode ser a cama do cão, uma divisão específica ou uma caixa transportadora. Isto é especialmente útil para cães mais medrosos. Ajuda-os a sentirem-se seguros, a descansar e facilita a adaptação inicial.

## MEDO

É provável que alguns animais adotados possam apresentar alterações comportamentais motivadas por traumas, experiências passadas menos positivas ou simplesmente por se terem desenvolvido em ambientes muito stressantes ou pouco estimulantes. Proporcionar um ambiente seguro, sem castigos, com rotinas e interações previsíveis é uma boa forma de os ajudar a lidar com alguns medos e a sentirem-se mais seguros na sua nova realidade.

## NECESSIDADES ESPECIAIS

Existem animais que, pela sua condição de saúde ou comportamental, requerem um nível de compromisso ainda maior no que diz respeito à adaptação e gestão do ambiente às suas necessidades particulares. Estes animais precisam de uma família com capacidade, disposição e resiliência para os ajudar a ultrapassar estes desafios, proporcionando a vida que merecem, com segurança e conforto.

## OUTROS ANIMAIS RESIDENTES

Ao introduzir um cão adotado numa casa com outros animais, é importante fazê-lo de forma gradual. O ideal é apresentá-los num ambiente neutro (fora de casa), sem recursos que possam gerar tensão, permitindo que os animais relaxem e tenham uma experiência agradável. Em casa, é fundamental respeitar as rotinas já estabelecidas e dar tempo e espaço para que se sintam confortáveis. Oferecer uma variedade de recursos (comida, água, brinquedos, locais de descanso e atenção), momentos de interação individualizada e, se necessário, haver uma divisão de espaço inicial pode facilitar a convivência, reduzir a tensão social e a probabilidade de conflitos.

## PASSEIO

O passeio é uma das principais fontes de estímulo físico, mental e social para os nossos cães. É muito importante permitir que o cão usufrua de tempo e liberdade para cheirar, explorar, escolher o percurso e optar pelo seu comportamento. Deve tentar optar por material de passeio seguro e confortável. Previamente, pode fazer uma habituação ao uso da coleira e peitoral para que o animal fique mais confortável.

## QUALIDADE DE VIDA

A qualidade de vida é subjetiva. Em condições semelhantes, cães diferentes terão respostas também diferentes entre si. No entanto, existem alguns pontos que devemos ter em conta. Deve garantir que o seu cão tem acesso a água limpa e fresca, alimento suficiente para se manter saudável, um espaço seguro e confortável, cuidados médicos adequados, contacto social, possibilidade de exhibir o seu comportamento natural e ser tratado com amor.

## ROTINAS

O controlo e a previsibilidade do ambiente, relações e rotinas é muito valorizado pelos nossos cães. Numa fase inicial, após a adoção, conseguir prever o resultado das interações sociais e saber exatamente o que vai acontecer em cada momento do seu dia irá ajudá-los a sentirem-se seguros e adaptarem-se mais facilmente à sua nova realidade.

## SEGURO ANIMAL

Cuidar da saúde do seu patudo é cuidar de toda a família! Através de um seguro animal, como o da MAPFRE, é possível ter acesso a apoio veterinário sempre que precisar, prevenir doenças, usufruir de descontos em consultas, vacinação e desparasitação.

## TREINO

Cada cão é um ser único e especial. Os adotantes devem tentar identificar e respeitar as suas características e preferências. A compreensão das necessidades do animal e capacidade de criar uma expectativa realista relacionada com o seu comportamento é essencial na adaptação do ambiente e rotina, seja para promover o seu bem-estar, seja para garantir o sucesso da adoção.

## ÚNICO

Cada cão é um ser único e especial. Os adotantes devem tentar identificar e respeitar as suas características e preferências. A compreensão das necessidades do animal e capacidade de criar uma expectativa realista relacionada com o seu comportamento é essencial na adaptação do ambiente e rotina, para promover o seu bem-estar e para o sucesso da adoção.

## VÍNCULO

Mantermos uma relação assente na compreensão das necessidades, respeito pela sua individualidade e confiança ajuda a fortalecer o vínculo com o nosso animal. Isto reduz a probabilidade de vir a desenvolver problemas de medo/ansiedade ou frustração e traz benefícios de saúde emocional para ambos.

## XIXI E OUTRAS NECESSIDADES

Ter de esperar para fazer as necessidades ou ter de fazê-las num local específico não é algo natural para um cão, e o processo de aquisição dessa aprendizagem pode depender da sua idade, tamanho ou estado de saúde. Numa fase inicial, aumentar o acesso ao exterior e possibilidades onde o cão possa fazer as necessidades em casa, e recompensar após fazer no local desejado, seja dentro ou fora de casa, é uma forma importante de facilitar essa aprendizagem.

**Na rua:** procure locais e períodos do dia sem muito movimento, idealmente onde existam zonas de relva ou terra, e aproveite momentos em que a probabilidade de o cão fazer as necessidades será maior como ao acordar, depois de comer/beber ou brincar para levá-lo à rua.

**Em casa:** não o repreenda em caso de acidente. Mantenha as zonas destinadas às necessidades limpas e tente perceber qual o tipo de substrato que o seu cão prefere

## ZELO

Zelar por um animal vai além do amor que lhe damos. Está no processo de decisão, na preparação da casa, no cuidado que vai passar a ter todos os dias. Está na atenção que damos a coisas tão específicas como alterações de comportamento, reatividade a estímulos, a medos e fobias, a agressividade dirigida a pessoas e outros animais. Está ainda na compreensão quando fazem as suas necessidades no local indesejado, quando roem ou destroem pertences, etc. Alguns destes comportamentos podem ser pedidos de ajuda e não mau comportamento ou um ato de vingança. Nestes casos, não hesite em pedir ajuda ao seu veterinário ou especialistas de comportamento animal – nenhum animal é um caso perdido!

Este guia foi desenvolvido com o apoio de **André Castelo Ferreira**.

O André Castelo Ferreira é consultor de comportamento e treinador de animais, com uma paixão por cães e gatos despertada pelo voluntariado que fez na União Zófila. Licenciou-se em Ciências Psicológicas no ISPA em 2020 e, desde então, aprofundou os seus conhecimentos em comportamento animal através de diversos cursos, incluindo um Curso Avançado Pós-Universitário em Treino de Animais de Companhia no Instituto Português de Psicologia (INSPSIC) e Centro para o Conhecimento Animal, o Master Course – Aggression in Dogs de Michael Shikashio, entre outras formações na área do comportamento, treino e bem-estar animal. Em 2023, concluiu o Curso Avançado Pós-Universitário em Intervenção na Doença Comportamental em Animais de Companhia – Diagnóstico e Tratamento de Problemas Comportamentais pelo INSPSIC. Atualmente, trabalha na Aluga-se Dono, uma empresa que oferece serviços de treino e cuidados para animais de companhia, escola de treino e hospitais veterinários na zona de Lisboa.



# **A a Z DO GATO**

## APRESENTAÇÃO

No primeiro contacto com um gato, observe seu estado emocional e linguagem corporal. Evite usar perfumes ou cremes com odores fortes, uma vez que podem ser um fator de stress. Não force a proximidade, respeite o espaço do gato, fale calmamente e evite movimentos bruscos. Deixe o gato aproximar-se e iniciar o contacto físico quando se sentir à vontade; alguns gatos precisam de mais tempo para se sentirem confortáveis.

## BRINCADEIRA

Brincar é um dos pilares do bem-estar dos gatos. Permite-lhes expressar o seu comportamento predatório em casa. Além de oferecer brinquedos variados e observar as suas preferências, é essencial criar animação com um brinquedo com cabo e um ratinho/penas na ponta, diariamente, estimulando comportamentos naturais que os ajudam a ser mais felizes e equilibrados.

## COMPANHIA

Os gatos são seres sociais, mas o modo como se relacionam varia conforme a personalidade e experiências passadas. É importante dar tempo e espaço para que desenvolvam confiança, oferecer companhia sem invadir o seu espaço e criar interações positivas através de brincadeiras, construindo assim um vínculo seguro e duradouro.

## DESPESAS

Adotar um animal traz despesas mensais e ocasionais. Além do investimento inicial em itens básicos como cama, arranhadores e caixa de areia, é importante considerar os custos com alimentação, areia, brinquedos e consultas veterinárias. Incluir esses gastos no orçamento é parte da responsabilidade do adotante. Criar um mealheiro para o seu animal pode ser uma forma útil de gerir as despesas.

## ESTILO DE VIDA

Na adoção, a idade e outras características são fatores que devem ser considerados. Gatos bebés ou jovens têm mais energia e precisam de mais atenção, pelo que não será uma boa opção se passar muito tempo fora de casa. Se estiver numa fase de vida com menos energia ou capacidade física, considere um gato mais maduro ou sénior.

## FAMÍLIA

Adotar um animal é incluí-lo na dinâmica familiar. É um ato de amor e compaixão que exige harmonia no lar e adaptações nas rotinas e ambiente.

Nota: Também é possível ser uma família temporária, oferecendo um lar e cuidados enquanto o animal aguarda adoção definitiva.

## GRUPO SOCIAL

Para quem já tem gatos em casa, adotar um novo requer tempo, paciência e um plano que os ajude a passar por este momento de adaptação. Para isso é essencial nunca forçar interações e se necessário pedir ajuda a profissionais de comportamento animal. Gatos que vivem na mesma casa podem nunca pertencer ao mesmo grupo social, no entanto, é importante que vivam em harmonia e livres de conflito.

## HISTÓRIA

Como nós, cada animal tem a sua história e passado. É muito importante conhecer a sua história, entender como é que a mesma pode impactar a sua vida atual e como é que, enquanto adotante, pode ajudar o seu animal a iniciar um novo capítulo cheio de amor.

## IDENTIFICAÇÃO

Os animais adotados estarão sempre identificados com um microchip associado ao tutor. O uso de coleira com placa de identificação não é obrigatório e só deve ser equacionado se o gato já está habituado ao uso de coleira. Coleiras sem guizo e com fecho de segurança de abertura automática (para evitar estrangulamentos) são as recomendadas para garantir o seu bem-estar.

## JOVENS E CRIANÇAS

A adoção pode ser uma experiência educativa para crianças, ensinando empatia e responsabilidade. É importante prepará-las para a chegada do animal, destacando a necessidade de respeitar o seu espaço e explicar que não o podem encurralar ou incomodar quando estiver a dormir. No primeiro encontro, as crianças devem estar calmas e deixar que seja o gato a iniciar o contacto. O toque deve ser suave, e o gato deve ter sempre rotas de fuga e esconderijos onde as crianças não possam aceder.

## LINGUAGEM CORPORAL

Reconhecer sinais físicos de stress é a base para compreender melhor um gato, evitar conflitos e criar uma relação de confiança e empatia.

A adoção é um momento em que o gato perde todas as suas referências olfativas, de refúgio e sociais.

Para isso, devemos estar atentos a sinais de stress e responder de forma adequada. Alguns sinais são: pupilas dilatadas, orelhas para o lado ou para trás, chicotear da cauda, corpo tenso ou encolhido, olhar fixo.

Se identificar algum destes sinais dê espaço ao animal, evite movimentos bruscos, evite pegá-lo ao colo ou contacto físico geral. Fale de forma tranquila e com voz baixa.

## MEDO

Os gatos são simultaneamente predador e presa, pelo que é normal que, quando sentem medo ou ansiedade, procurem isolar-se num esconderijo – trata-se de instinto de sobrevivência. Nestes momentos é importante respeitar o seu espaço e aguardar que regressem quando recuperarem. Respeite o seu refúgio e o vosso vínculo vai ser ainda mais forte!

## NECESSIDADES ESPECIAIS

Alguns animais precisam de cuidados especiais devido a condições médicas. É necessário refletir sobre a responsabilidade acrescida de ter um animal nessa condição. No entanto, todos os animais são dignos de um lar e são seres com grande capacidade de adaptação. Do mesmo modo, muitos animais séniores aguardam uma família e uma oportunidade de viverem de forma tranquila, num lar cheio de amor.

## OUTROS ANIMAIS RESIDENTES

Quando já residem outros animais em casa, a introdução do novo gato deve ser gradual e não repentina. Este processo pode demorar semanas ou até meses e deve ser feito por etapas, sem o apressar, evitando stress em ambos os animais, uma vez que pode comprometer o seu sucesso. É muito importante apenas avançar para o passo seguinte quando não são observados sinais de stress (descritos anteriormente).

- 1º passo** O novo elemento deve estar numa divisão à parte, com todos os recursos necessários. Só deve avançar para o próximo passo quando os animais estão confortáveis e ambientados ao estarem em ambientes separados.
- 2º passo** Faça a troca de odores, através de mantas e brinquedos entre os animais, para que se habituem ao cheiro do outro.
- 3º passo** Faça tentativas curtas de contacto visual, através de barreiras como portas de vidro ou redes (nunca ao colo). Não force o contacto.
- 4º passo** Gradualmente, inicie interações sem barreira com o auxílio de brinquedos e biscoitos, associando emoções positivas ao encontro.

## PREVENÇÃO

A prevenção engloba o plano de vacinação, a desparasitação interna e externa consoante as recomendações do médico veterinário, bem como um check-up anual. O tutor tem um papel fundamental na prevenção e deteção precoce de patologias, uma vez que é o primeiro a observar pequenas alterações no bem-estar, de comportamento e de rotina. Ter um olhar atento e saber o que é normal no nosso animal é essencial na manutenção da saúde dos nossos gatos!

## QUALIDADE DE VIDA

Um adotante responsável pode proporcionar uma vida maravilhosa a um gato, comprometendo-se a fazer uma escolha ponderada, a conhecer o animal como ele é e a garantir as suas necessidades. Do mesmo modo, um gato acrescenta um valor extraordinário à vida de quem o acolhe! Neste guia estão listados muitos cuidados e informações valiosas para tomar decisões ponderadas e saber o que esperar.

## RECURSOS

Antes de decidir adotar, deve ter em consideração os recursos necessários para o bem-estar físico e emocional de um gato. Isso inclui uma caixa de areia, taças de água e de comida (afastadas uma da outra e longe da caixa de areia). É importante oferecer arranhadores verticais e horizontais, para que o gato possa exercer o comportamento natural de arranhar. Sendo um animal que explora o ambiente em altura, também devem ser proporcionados locais altos para descansar, como o topo de móveis e torres arranhadoras.

## SEGURO ANIMAL

Cuidar da saúde do seu patudo é cuidar de toda a família! Através de um seguro animal, como o da MAPFRE, é possível ter acesso a apoio veterinário sempre que precisar, prevenir doenças, usufruir de descontos em consultas, vacinação e desparasitação.

## TRANSIÇÃO

A adoção é uma mudança grande para o animal. Deve ter em conta vários pontos que podem agilizar o processo.

**Espaço:** Inicialmente, o gato deve ter acesso a uma divisão da casa, segura e pouco movimentada, onde estão todos os recursos que necessita para o dia a dia.

**Alimentação:** Para diminuir a possibilidade de desconforto e alterações gastrointestinais, é recomendado fazer uma transição gradual da ração habitual da UZ para a nova alimentação. Além disso, deve oferecer comida húmida, todos os dias, adequada à fase da vida e condição do animal. Isto garante a ingestão de água suficiente e promove emoções positivas!

## ÚNICO

Cada animal é único e terá o seu tempo de adaptação, sendo que alguns relaxam mais rapidamente, outros precisam de semanas ou até meses para se sentirem seguros no novo lar. O animal não entende que essa mudança é para melhor, pelo que é importante ter paciência e respeitá-lo.

## VIAGEM PARA CASA

A viagem de carro pode causar bastante stress a um animal que não está habituado ou teve experiências negativas no passado. Para a tornar mais tranquila, conduza suavemente, desligue o rádio do carro ou opte por música relaxante em volume baixo e evite perfumes ou fragrâncias no carro. Coloque cinto de segurança na transportadora e nivele a mesma com uma toalha enrolada por baixo, para não ficar inclinada e o gato sentir-se mais seguro.

## XIXI E OUTRAS NECESSIDADES

As necessidades são um momento de vulnerabilidade e deve ser livre de stress. Para isso, a caixa de areia, idealmente sem tampa e porta (para que o gato consiga estar atento ao ambiente), não deve ser colocada num local de passagem ou perto de máquinas de lavar ou secar. A areia deve ser limpa diariamente e reposta de forma a que não se veja o fundo quando o gato cava e tapa as necessidades.

## ZELO

Zelar por um animal vai além do amor que lhe damos. Está no processo de decisão, na preparação da casa, no cuidado que vai passar a ter todos os dias. Está na atenção que damos a coisas tão específicas como garantir que não existem materiais perigosos, cortantes, plantas tóxicas, etc. Na colocação de rede em janelas ou varandas acessíveis ao gato, no cuidado redobrado com janelas basculantes, que podem ser perigosas e só devem ser abertas com supervisão. Não hesite em pedir ajuda ao médico veterinário habitual ou comportamentalista se forem observadas alterações de comportamento como urina ou fezes fora da caixa de areia, vocalizações excessivas, reatividade a pessoas, tensão ou conflito entre animais, perda de pelo numa zona do corpo por lambadura excessiva, ingestão recorrente de materiais não comestíveis. Alterações de comportamento são pedidos de ajuda e não sinais de má educação ou vingança.

Este guia foi desenvolvido com o apoio de **Inês Dias**.

A Inês Dias formou-se em 2020 pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro em Medicina Veterinária e, desde então, exerce como médica veterinária de animais de companhia. Em 2023, concluiu o Curso Avançado Pós-Universitário em Intervenção na Doença Comportamental em Animais de Companhia – Diagnóstico e Tratamento de Problemas Comportamentais, pelo Instituto Português de Psicologia (INSPSIC). Com um foco especial na prevenção e comportamento animal em cães e gatos, a sua missão é ajudar famílias e consciencializar a sociedade sobre a importância desses temas – promovendo a redução do abandono de animais, da eutanásia e da lotação em instituições de abrigo e canis municipais, além de contribuir para a saúde pública. Atualmente, realiza consultas de medicina veterinária comportamental, trabalha em abrigos na área da prevenção e reabilitação de cães e gatos, e oferece palestras e workshops para diversos públicos.



A adoção responsável é uma experiência gratificante que beneficia tanto os adotantes quanto os animais, mas requer esforços e mudanças na rotina de ambos.

Esperamos que este Guia seja capaz de desmistificar receios, clarificar dúvidas e de criar confiança, tanto no processo como no próprio adotante, assim como auxiliá-lo durante todo o processo.

Que o espaço livre no seu sofá seja ocupado rapidamente e durante uma vida inteira, cheia de amor e felicidade!

Um agradecimento especial a **Inês Dias** e a **André Castelo Ferreira**, sem os quais, este guia não teria sido possível.





**MAPFRE**