



O Impacto das Terapias Assistidas por Cães na Promoção do Bem-Estar Psicológico

Um Projeto de Intervenção em Contexto Escolar · Estudo de caso: *Agrupamento D. Afonso Henriques*

Sónia Santos · Diretora de Operações, Smiledog – Cães Terapeutas

Evolução ao longo do ano letivo de 2025/2026 (outubro de 2025 a junho de 2026)

Enquadramento e Objetivos

O aumento das dificuldades emocionais, da ansiedade e dos problemas de interação social em crianças e adolescentes reforça a necessidade de estratégias inovadoras de promoção da saúde mental. Este projeto de intervenção comunitária, em contexto escolar, utiliza as Terapias Assistidas por Cães como complemento ao apoio psicológico e socioemocional, promovendo o bem-estar psicológico, a autorregulação emocional, as competências sociais e a inclusão dos participantes, e contribuindo para o seu desenvolvimento integral. Os resultados são monitorizados e analisados periodicamente, permitindo acompanhar a evolução das crianças e aperfeiçoar continuamente as práticas implementadas.

Metodologia

Abordagem qualitativa, com observação sistemática de indicadores emocionais, comportamentais e relacionais, registados sessão a sessão pelas técnicas responsáveis. As sessões decorrem em modalidade individual, a pares ou em pequeno grupo, consoante o perfil e as necessidades de cada criança, incluindo sempre um momento de interação direta com o cão terapeuta devidamente certificado. Este poster analisa o Agrupamento D. Afonso Henriques, comparando dois momentos de avaliação ao longo do ano letivo: outubro de 2025 e junho de 2026.

Indicadores nucleares avaliados: Independência, Convivência, Participação, Concentração e Interação com o Cão.

Caracterização da amostra

Momento	Crianças acompanhadas	Sessões registadas
Out. 2025	31	99
Jun. 2026	32	86

26 crianças têm registos comparáveis nos dois momentos, permitindo avaliar a evolução individual.

Perfil clínico das crianças acompanhadas

Problemática	n	Out. 2025	Jun. 2026	Variação
Perturbação do espectro do autismo	10	2,9	3,5	+0,6
Atraso global do desenvolvimento	7	2,4	3,5	+1,1
Perturbação da linguagem	5	2,7	3,7	+1,0
Paralisia cerebral	2	1,2	3,4	+2,2

Índice nuclear médio (0-5) por problemática. O índice sobe em todas as problemáticas com dimensão suficiente para análise (n ≥ 2), incluindo as que partem de valores iniciais mais baixos.

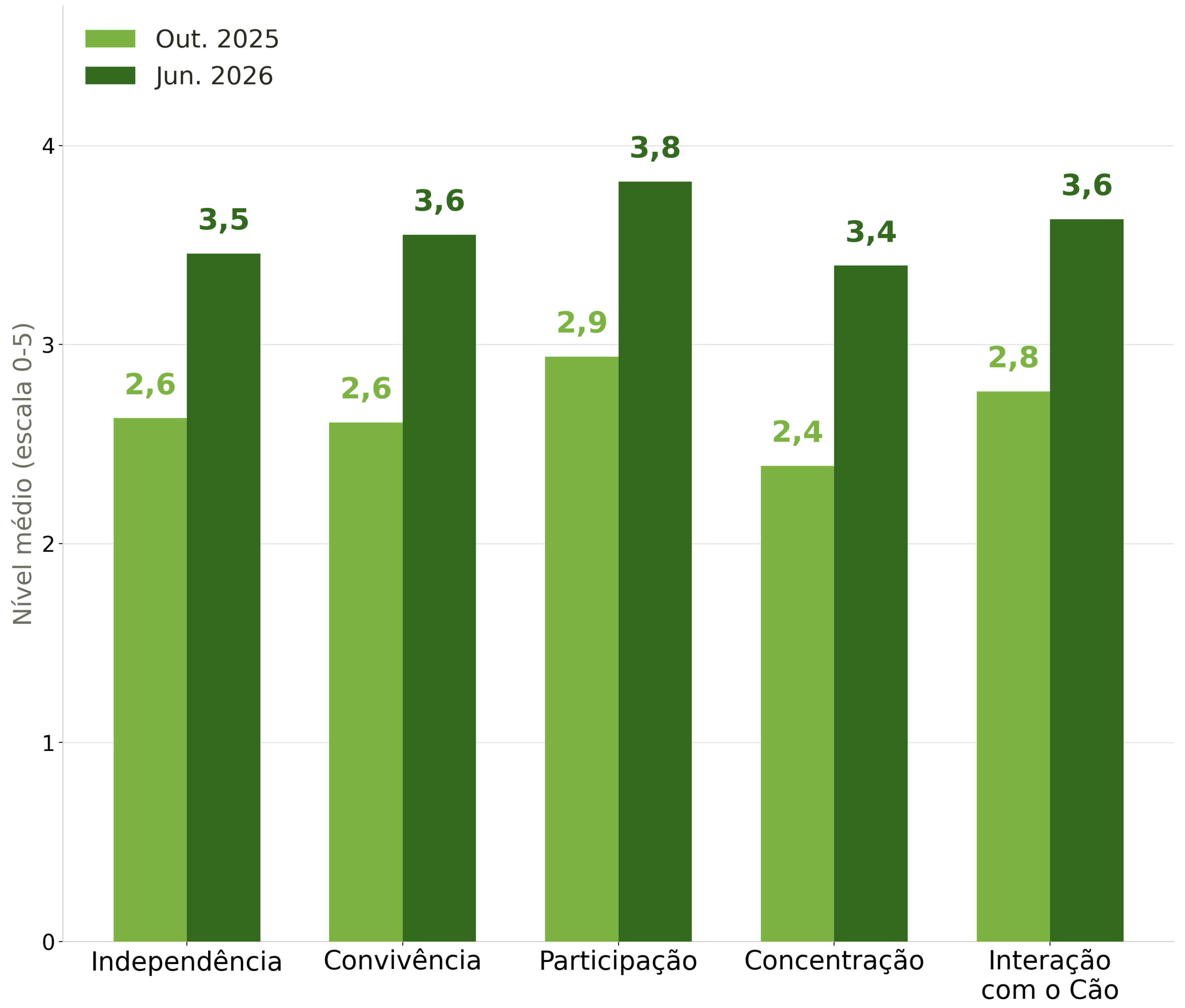
Discussão e Conclusão

As avaliações evidenciam melhorias consistentes no bem-estar psicológico das crianças acompanhadas: redução da tensão emocional, maior autorregulação, reforço das competências sociais e maior participação nas atividades. O cão terapeuta assume um papel central como mediador da relação terapêutica, facilitando a comunicação, a expressão emocional e a construção de vínculos de confiança — resultados consistentes com a evidência científica sobre Terapias Assistidas por Cães em contexto escolar.

Numa análise à evolução individual, 12 das 25 crianças com dados completos (48%) registam um ganho de pelo menos 1 ponto no índice nuclear médio, e apenas 3 não apresentam melhoria neste período — um sinal consistente de que a intervenção produz efeitos mensuráveis já no espaço de um ano letivo.

A monitorização periódica permite identificar oportunidades de melhoria e consolidar práticas baseadas na evidência, sustentando a continuidade e o eventual reforço da intervenção no agrupamento. Estes resultados reforçam a relevância de programas de Intervenção Assistida por Cães como resposta continuada — e não pontual — à promoção da saúde mental em contexto escolar.

Evolução do Agrupamento no Ano Letivo 2025/2026

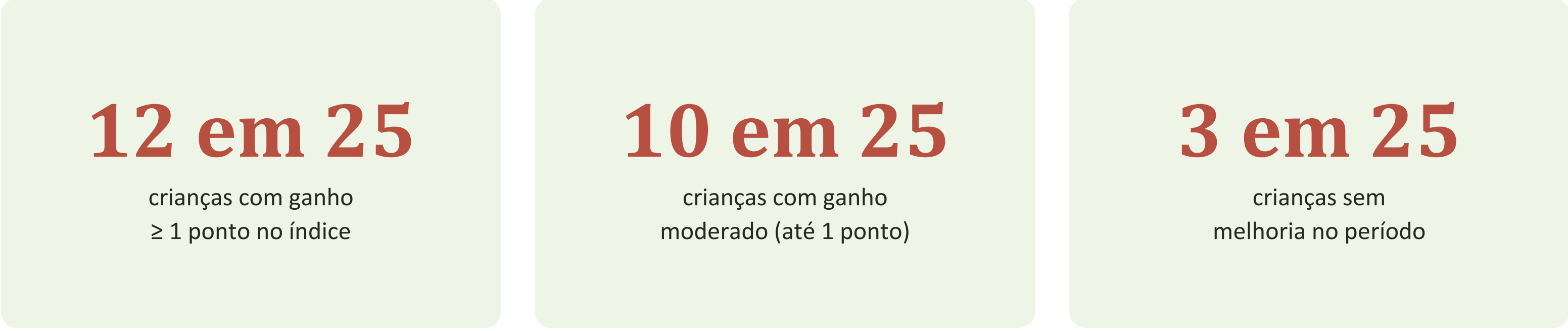


Nível médio dos indicadores nucleares, out. 2025 vs. jun. 2026 — crianças com registos em ambos os momentos (n=26). Escala de observação de 0 (não observado) a 5 (consistente/autónomo).

Todos os indicadores nucleares registam melhoria entre outubro de 2025 e junho de 2026. As subidas mais expressivas ocorrem em Concentração (+42,1%) e Convivência (+36,2%); Participação atinge o valor médio mais alto no final do ano letivo (3,8 em 5), e a Interação com o Cão sobe de forma consistente (2,8 → 3,6), confirmando o papel do cão terapeuta na construção do vínculo e da confiança ao longo do ano letivo.

A Independência também regista um ganho relevante (2,6 → 3,5), sinal de uma maior autonomia das crianças na realização das atividades propostas — um dos objetivos centrais do projeto.

Como se distribui a evolução?



A larga maioria das crianças com dados completos nos dois momentos (22 em 25, 88%) apresenta alguma melhoria no índice nuclear médio, e quase metade (48%) regista um ganho substancial — igual ou superior a 1 ponto na escala de 0 a 5 — no espaço de um único ano letivo.