

**FACULDADE DE TECNOLOGIA DE SÃO CARLOS**  
**ROXANNE LIZI DE LIMA**

**ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO: IMPACTOS NA**  
**QUALIDADE DE VIDA E PRODUTIVIDADE DOS COLABORADORES**

**São Carlos**

2024

**ROXANNE LIZI DE LIMA**

**ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO: IMPACTOS NA  
QUALIDADE DE VIDA E PRODUTIVIDADE DOS COLABORADORES**

Artigo apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gestão Empresarial, pelo Curso de Tecnologia em Gestão Empresarial da Faculdade de Tecnologia de São Carlos do Centro Paula Souza.

Profa. Dra. Claudia Silvana da Costa.

São Carlos

2024

## ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO NO AMBIENTE DE TRABALHO: Impactos na Qualidade de Vida e Produtividade dos Colaboradores <sup>1</sup>

Roxanne Lizi de Lima<sup>2</sup>

Claudia Silvana da Costa<sup>3</sup>

**Resumo:** Este artigo investiga a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho e seus impactos na qualidade de vida e produtividade dos colaboradores. O estudo contextualiza a crescente preocupação com o bem-estar no trabalho e a adoção de práticas inovadoras, como a introdução de animais de estimação nos escritórios. O objetivo é analisar se essa prática contribui para a redução do estresse, melhora das relações interpessoais e aumento da satisfação e produtividade dos funcionários. A metodologia inclui uma revisão de literatura e análise de estudos de caso que exploram os efeitos terapêuticos dos animais e a implementação de políticas *pet-friendly*. Os principais resultados indicam que a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho reduz significativamente os níveis de estresse e ansiedade, promove um ambiente mais acolhedor e colaborativo, e melhora a produtividade e engajamento dos colaboradores. Além disso, destaca-se a importância de superar desafios práticos, como alergias e conflitos, para garantir um ambiente de trabalho seguro e harmonioso. Conclui-se que a integração de animais de estimação no local de trabalho é uma estratégia eficaz para promover o bem-estar e a qualidade de vida dos funcionários, beneficiando tanto os indivíduos quanto as organizações.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida no trabalho; Animais de estimação; Bem-estar; Produtividade laboral; Clima organizacional.

**Abstract:** This article investigates the presence of pets in the workplace and their impact on employees' quality of life and productivity. The study contextualizes the growing concern for workplace well-being and the adoption of innovative practices such as introducing pets into offices. The objective is to analyze whether this practice contributes to stress reduction, improvement of interpersonal relationships, and increased employee satisfaction and productivity. The methodology includes a literature review and case study analysis exploring the therapeutic effects of pets and the implementation of pet-friendly policies. The main results indicate that the presence of pets in the workplace significantly reduces stress and anxiety levels, promotes a more welcoming and collaborative environment, and enhances employee productivity and engagement. Additionally, the importance of overcoming practical challenges, such as allergies and conflicts, to ensure a safe and harmonious work environment is highlighted. It concludes that integrating pets into the workplace is an effective strategy to promote employee well-being and quality of life, benefiting both individuals and organizations.

**Keywords:** Quality of work life; Pets; Organizational well-being; Labor productivity; Organizational climate.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no GP Gestão e Desenvolvimento, XVII Encontro dos Grupos de Pesquisas em Administração, evento componente do 10º Congresso Brasileiro de Gestão, Projetos e Liderança.

<sup>2</sup> Graduando no Curso de Tecnologia em Gestão Empresarial da Faculdade de Tecnologia de São Carlos - FATEC. E-mail: roxanne.lima@fatec.sp.gov.br

<sup>3</sup> Doutor em Ciências da Comunicação pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo. Docente do Programa de Graduação em Comunicação da USP/São Paulo e do Departamento de Ciências Humanas da mesma instituição. E-mail: claudia.costa5@fatec.sp.gov.br

## 1 INTRODUÇÃO

A preocupação com a qualidade de vida tem ganhado crescente espaço tanto nas esferas pessoais quanto profissionais. Situações anteriormente vistas como normais, mas que prejudicam a saúde mental e o bem-estar do indivíduo, estão sendo contestadas. No passado, a busca por emprego se baseava principalmente na satisfação das necessidades fisiológicas, conforme a pirâmide de Maslow. Hoje, entretanto, os indivíduos buscam além dos aspectos básicos, considerando também a conexão entre suas crenças pessoais e os valores das empresas, a missão, visão e valores organizacionais, bem como os benefícios e programas de bem-estar oferecidos.

No contexto atual do mercado de trabalho, observa-se um aumento das exigências e responsabilidades dos empregados, o que frequentemente resulta em estresse e problemas de adaptação. Paralelamente, a utilização de animais de estimação em programas de terapias e bem-estar tornou-se mais comum em ambientes organizacionais. Pesquisas indicam que a interação com animais pode proporcionar benefícios significativos para a saúde mental, como a redução do estresse e a promoção de interações sociais mais saudáveis, ao trazer momentos de alegria e tranquilidade para o cotidiano dos colaboradores.

Este estudo justifica-se pela necessidade de explorar novas estratégias para promover o bem-estar e a qualidade de vida nas empresas. Considerando a crescente busca por ambientes de trabalho mais humanos e saudáveis, a introdução de animais de estimação no ambiente laboral surge como uma prática relevante a ser avaliada. O estudo propõe-se a investigar se a presença de animais de estimação no local de trabalho contribui para a melhoria do clima organizacional e aumenta a produtividade dos colaboradores, oferecendo assim, uma alternativa viável e benéfica para as organizações.

A problematização deste estudo centra-se na seguinte questão: "A presença de animais de estimação no ambiente de trabalho contribui para a melhoria da qualidade de vida e produtividade dos colaboradores?" A partir dessa pergunta, o objetivo geral do estudo será de avaliar os impactos gerados pela presença de animais de estimação no ambiente organizacional. Os objetivos específicos incluem: 1) Identificar os benefícios psicológicos percebidos pelos colaboradores que interagem com animais de estimação; 2) Analisar a correlação entre a presença de animais de estimação e o clima organizacional; 3) Verificar a influência da presença de animais de estimação na produtividade dos colaboradores.

A pesquisa adotou a metodologia de revisão da literatura, utilizando as bases de dados *SciElo* e *Google Acadêmico*. Foram selecionados artigos e estudos publicados nos últimos

cinco anos, a fim de garantir a atualidade das informações. As palavras-chave utilizadas na pesquisa foram: “qualidade de vida no trabalho”, “animais de estimação”, “bem-estar organizacional”, “produtividade laboral” e “clima organizacional”. Essas diretrizes metodológicas forneceram o embasamento necessário para a análise crítica e sistemática das informações disponíveis sobre o tema.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

As pesquisas sobre a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho e sua influência na qualidade de vida dos colaboradores trazem à tona diversos benefícios para a saúde mental e emocional dos indivíduos. Ricco e Alves (2018) destacam que a introdução de animais de estimação no ambiente profissional pode ser uma estratégia eficaz para reduzir o estresse, promovendo um ambiente mais relaxante e acolhedor. Essa prática não só melhora a qualidade de vida dos colaboradores, mas também pode aumentar a produtividade, criar um clima organizacional mais positivo/harmônico e diminuir o absenteísmo. Segundo o estudo, realizado pelos autores, sugere que os animais de estimação atuam como agentes de mudança positiva, melhorando a saúde mental dos funcionários e fortalecendo a coesão entre as equipes.

A pesquisa de Souza e Castro (2022) aprofunda o impacto dos animais de estimação na saúde mental de adultos, destacando que a convivência com animais pode reduzir sintomas de estresse, ansiedade e depressão. Utilizando um questionário *on-line*, os autores coletaram dados de indivíduos que possuem animais de estimação, revelando que esses animais desempenham um papel crucial e de extrema funcionalidade na superação de momentos difíceis, no processo de luto e na recuperação de doenças. Os participantes relataram sentimentos positivos associados à convivência com seus animais de estimação, comparando essa relação à de pais e filhos. Os achados do estudo sugerem que os animais de estimação contribuem significativamente para a resiliência emocional e o bem-estar dos seus tutores, apontando a necessidade de mais pesquisas sobre o uso de animais como coterapeutas em tratamentos de ansiedade e depressão.

Por fim, a análise de Assis et al. (2024) aborda a questão dos direitos dos animais de estimação na sociedade contemporânea e sua posição na legislação penal e ambiental brasileira. Essa análise, não apenas explorou a legislação sobre o tema, mas verificou como a legislação está evoluindo para reconhecer a importância dos animais de estimação nas famílias modernas, movendo-se de uma perspectiva antropocêntrica para uma visão que considera esses animais como sujeitos de direitos. Essa mudança legislativa reflete a crescente valorização dos animais

de estimação e sua contribuição para o desenvolvimento psicológico, físico e social dos seres humanos. Além disso, a pesquisa compara as legislações de diferentes países, destacando avanços e retrocessos, e propõe a atualização e equalização dos estatutos legais para garantir a proteção adequada dos animais de companhia em todo o mundo.

## **2.1 Clima Organizacional**

O clima organizacional é um conceito fundamental que se refere à percepção coletiva dos colaboradores sobre o ambiente de trabalho, influenciando diretamente sua motivação e satisfação. Ele abrange aspectos como a cultura da empresa, as políticas internas e a qualidade das interações entre os membros da organização. A importância do clima organizacional reside no fato de que um ambiente positivo pode promover o bem-estar, a lealdade e o comprometimento dos funcionários, enquanto um clima negativo pode resultar em desmotivação e alta rotatividade de colaboradores (Camargo et al., 2021). Conforme Lins et al. (2021), a melhoria da qualidade de vida no trabalho está intimamente ligada a um clima organizacional saudável, sendo este influenciado por vários fatores.

Diversos fatores podem influenciar o clima organizacional, incluindo a liderança, a comunicação interna, as políticas de recursos humanos e a cultura corporativa. Líderes eficazes que oferecem suporte e *feedback* construtivo podem fomentar um ambiente de confiança e colaboração, enquanto líderes mal preparados podem causar estresse e desmotivação na equipe (Lins et al., 2021). A comunicação clara e aberta também é crucial para manter os colaboradores informados e engajados, bem como políticas de recursos humanos justas e inclusivas podem promover um sentimento de pertencimento e equidade (Mello; Linhares, 2024).

Um clima organizacional positivo tem um impacto significativo na produtividade dos colaboradores. Quando os funcionários se sentem valorizados e apoiados, sua motivação e empenho aumentam, refletindo-se em um desempenho superior e em maior eficiência nas tarefas diárias (Lins et al., 2021). Por outro lado, um ambiente de trabalho tóxico pode levar à desmotivação, absenteísmo e redução da produtividade.

Estudos indicam que a satisfação no trabalho e o bem-estar emocional dos colaboradores são essenciais para manter um alto nível de produtividade e qualidade no desempenho (Camargo et al., 2021).

Para avaliar o clima organizacional, diversas ferramentas e métodos podem ser utilizados, como pesquisas de satisfação, *feedbacks* regulares e reuniões de equipe. Essas avaliações permitem identificar áreas de melhoria e implementar ações corretivas de maneira

proativa. A utilização de questionários fechados e a realização de entrevistas estruturadas são práticas comuns que fornecem *insights* valiosos sobre a percepção dos colaboradores em relação ao ambiente de trabalho (Domingos et al., 2021). Segundo Lins et al. (2021), a avaliação contínua do clima organizacional é fundamental para manter um ambiente de trabalho saudável, harmônico e produtivo.

Estratégias práticas para melhorar o clima organizacional incluem a implementação de programas de bem-estar, o desenvolvimento de lideranças, o reconhecimento e valorização dos colaboradores. Investir na capacitação de líderes para que possam apoiar e motivar suas equipes é uma medida eficaz e benéfica para promover um ambiente laboral positivo. Além disso, programas de bem-estar que abordam aspectos físicos e mentais podem aumentar a satisfação e o engajamento dos funcionários (Teixeira et al., 2023). Conforme Andrade et al. (2023), a criação de um ambiente de trabalho que valoriza o crescimento profissional e o bem-estar dos colaboradores resulta em benefícios mútuos para a empresa e seus funcionários.

Deste modo, a relação entre o clima organizacional e a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho é um exemplo notável de como estratégias inovadoras podem melhorar significativamente a qualidade de vida dos colaboradores. A inclusão de animais no local de trabalho tem o potencial de criar um ambiente mais acolhedor, descontraído, criativo e relaxante, reduzindo níveis de *stress* e promovendo interações sociais mais positivas entre os funcionários. Estudos mostram que a presença de animais pode aumentar a satisfação e a motivação dos colaboradores, refletindo-se na melhora das relações interpessoais, na concentração, no raciocínio e num clima organizacional mais saudável e produtivo (Teixeira et al., 2023).

## **2.2 Impacto do *Stress* no ambiente de trabalho e métodos de combate**

O *stress* ocupacional refere-se ao conjunto de reações físicas e emocionais adversas que ocorrem quando as demandas do trabalho excedem a capacidade do trabalhador para lidar com elas. Esse tipo de *stress* pode ser classificado em *eustress*, que é o *stress* positivo e motivador, e *distress*, que é o *stress* negativo e prejudicial. Enquanto o *eustress* pode incentivar a produtividade e a criatividade, o *distress* pode levar a problemas de saúde física e mental, como ansiedade, depressão e burnout (Mello; Linhares, 2024). Segundo Camargo et al. (2021), a diferenciação entre esses tipos de *stress* é crucial para o desenvolvimento de estratégias eficazes de gestão do *stress* no ambiente de trabalho.

As principais causas de *stress* no ambiente de trabalho incluem sobrecarga de trabalho, prazos apertados, conflitos interpessoais e falta de apoio organizacional. A sobrecarga de trabalho e prazos irreais frequentemente resultam em exaustão física e mental, enquanto conflitos interpessoais podem gerar um ambiente de trabalho hostil. A falta de apoio organizacional, como a ausência de *feedback* e reconhecimento, pode amplificar esses problemas, levando ao aumento do *stress* entre os colaboradores (Lins et al., 2021). Adicionalmente, fatores como o *tecnoestresse*, causado pelo excesso de tecnologia e a invasão do trabalho na vida pessoal, também contribuem significativamente para o *stress* no trabalho (Mello; Linhares, 2024).

O *stress* no trabalho pode ter consequências graves tanto para os colaboradores quanto para a organização. Para os indivíduos, os efeitos incluem problemas de saúde física, como doenças cardiovasculares, e problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão. Para a organização, o *stress* pode resultar em baixa produtividade, aumento do absenteísmo e alta rotatividade de funcionários (Domingos et al., 2021). Essas consequências não apenas afetam o bem-estar dos colaboradores, mas também comprometem a eficiência e a eficácia da organização (Lins et al., 2021).

Existem diversos métodos eficazes para gerenciar e reduzir o *stress* no trabalho, como técnicas de relaxamento, programas de bem-estar, treinamento de gestão do tempo e suporte psicológico. Técnicas de relaxamento, como meditação e exercícios de respiração, podem ajudar a reduzir a tensão física e mental. Programas de bem-estar que promovem a saúde física e mental, como atividades físicas e aconselhamento psicológico, também são importantes. Além disso, o treinamento em gestão do tempo pode ajudar os colaboradores a lidarem melhor com as demandas de trabalho, enquanto o suporte psicológico oferece um espaço para discutir e resolver questões emocionais (Teixeira et al., 2023). Conforme Andrade e Berto (2020), a implementação de tais programas pode criar um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

Os líderes e gestores desempenham um papel crucial na identificação e gestão do *stress* entre os colaboradores. Eles devem estar atentos aos sinais de *stress*, como mudanças no comportamento e desempenho, e tomar medidas para criar um ambiente de trabalho mais saudável. Isso inclui oferecer *feedback* construtivo, promover um ambiente de suporte e reconhecimento, e implementar políticas que equilibrem as demandas de trabalho com a capacidade dos colaboradores (Lins et al., 2021). Segundo Mello e Linhares (2024), líderes bem capacitados são fundamentais para construir um ambiente de trabalho onde os colaboradores se sintam valorizados e apoiados, reduzindo assim os níveis de *stress*.

Além disso, políticas *pet-friendly* demonstram um compromisso da empresa com o bem-estar e a felicidade dos seus funcionários, contribuindo para a construção de uma cultura organizacional que valoriza o equilíbrio entre vida pessoal e profissional (Barboza, 2022). Dessa forma, a introdução de animais de estimação no ambiente de trabalho não apenas enriquece o clima organizacional, mas também fortalece a lealdade e o engajamento dos colaboradores, gerando benefícios mútuos para a empresa e seus empregados (Nora, 2022).

### **2.3 Responsabilidade Social da Empresa (RSE) e qualidade de vida no trabalho**

A Responsabilidade Social Empresarial (RSE) refere-se ao compromisso das empresas em conduzir suas atividades de maneira ética e contribuir para o desenvolvimento econômico, ao mesmo tempo em que melhoram a qualidade de vida de seus colaboradores e da comunidade em geral. A RSE envolve práticas sustentáveis e ações que promovem o bem-estar dos empregados, alinhando os interesses empresariais com os sociais (Lins et al., 2021). Esse conceito está intrinsecamente ligado à qualidade de vida no trabalho, pois a adoção de práticas responsáveis pode criar um ambiente de trabalho mais saudável e motivador (Camargo et al., 2021).

Práticas de responsabilidade social empresarial podem melhorar significativamente a qualidade de vida dos colaboradores, promovendo bem-estar e satisfação no ambiente de trabalho. Medidas como programas de saúde, iniciativas de inclusão e diversidade, e políticas de equilíbrio entre vida pessoal e profissional são exemplos de como a RSE pode ser aplicada. Esses programas não apenas beneficiam os colaboradores, mas também contribuem para um ambiente de trabalho mais produtivo e harmonioso (Domingos et al., 2021). Empresas que investem em RSE tendem a ter um índice maior de colaboradores engajados e motivados (Lins et al., 2021).

Existem diversas iniciativas de responsabilidade social voltadas para a melhoria da qualidade de vida no trabalho. Programas de saúde e bem-estar, ações de diversidade e inclusão, e políticas de equilíbrio entre vida pessoal e profissional são algumas das práticas mais comuns. Por exemplo, a inserção de animais de estimação no ambiente de trabalho tem sido adotada por algumas empresas para reduzir o *stress* e aumentar a satisfação dos colaboradores (Teixeira et al., 2023). Essas práticas demonstram um compromisso das empresas com o bem-estar de seus funcionários, promovendo um ambiente de trabalho mais positivo e saudável (Barboza, 2022).

A responsabilidade social pode influenciar positivamente a reputação da empresa, atraindo talentos e melhorando o desempenho organizacional. Empresas que adotam práticas

de RSE são vistas como responsáveis e éticas, o que pode aumentar sua atratividade para potenciais colaboradores e clientes. Além disso, essas práticas podem resultar em maior lealdade dos funcionários e em um ambiente de trabalho mais produtivo e inovador (Domingos et al., 2021). A reputação positiva gerada pela RSE pode, portanto, ser um diferencial competitivo importante para as empresas (Lins et al., 2021).

Implementar práticas de responsabilidade social pode apresentar diversos desafios, como a resistência cultural, a falta de recursos e a dificuldade em medir os resultados dessas iniciativas. Empresas podem enfrentar resistência interna ao tentar mudar comportamentos e implementar novas políticas. Além disso, pode haver limitações financeiras para investir em programas de RSE. É essencial desenvolver estratégias para superar esses desafios, como promover a conscientização sobre os benefícios da RSE e buscar parcerias que possam apoiar essas iniciativas (Mello; Linhares, 2024). Superar esses obstáculos é crucial para promover uma qualidade de vida no trabalho mais elevada e sustentável (Camargo et al., 2021).

A integração de práticas de responsabilidade social empresarial (RSE) com a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho exemplifica como as empresas podem promover um ambiente mais saudável e satisfatório para seus colaboradores. A adoção de políticas *pet-friendly*, como permitir que os funcionários tragam seus animais de estimação para o trabalho, não apenas reduz o *stress* e melhora a saúde mental, mas também aumenta a qualidade de vida no trabalho, amplia a integração nos processos organizacionais, fortalece a cultura de bem-estar, da autoestima e da inclusão na organização (Teixeira et al., 2023), bem como promove ganhos na criatividade e produtividade.

## **2.4 Benefícios dos animais para o ser humano e o local de trabalho**

De acordo com publicação da Revista Galileu (2020), pesquisa realizada pelas Universidades de York e de Lincoln, ambas do Reino Unido, indicaram que ter animal de estimação é benéfico para a saúde mental. A pesquisa que contou com a participação de aproximadamente 6 mil pessoas, constatou que: 90% dos participantes tinham um *pet* em casa, os animais mais comuns eram cães e gatos; 96% dos entrevistados afirmaram que os animais os incentivaram a ser ativos e ajudaram a lidar emocionalmente com o período de *lockdown* na Pandemia Covid-19. Segundo a autora da pesquisa, Dra. Elena Ratschen, da Universidade de York, e o coautor Daniel Mills, da Universidade de Lincoln, os resultados demonstraram possíveis ligações entre a saúde mental das pessoas e os vínculos emocionais que elas formam

com seus animais de estimação, indicando que o fato de o indivíduo ter um animal de estimação possa amortecer parte do *stress* associado ao seu cotidiano.

Coadunando com essas constatações e sobre os benefícios de ter *pets* no ambiente laboral, a pesquisa da Universidade Nacional de Singapura – NUS, divulgada pelo The Straits Times no ano de 2022, que foi realizada durante dois anos, em 370 pessoas, entre funcionários do zoológico de Singapura e de organizações com espaço *pet-friendly* nos Estados Unidos da América, analisou emoções e constatou a mudança promovida pela presença de *pets* no ambiente de trabalho, mostrando a redução da preocupação do tutor com seu *pet*; redução do *stress* por meio da interação com o animal, o que promove a baixa no nível de cortisol (hormônio do *stress* no organismo) e liberação de dopamina e serotonina, promovendo a sensação de bem-estar; melhora o humor e promove felicidade; além de melhorar a saúde cardiovascular. proporcionadas na rotina do colaborador.

Buscando entender como a presença dos *pets* no ambiente de trabalho proporciona impactos positivos para a produtividade e para o bem-estar dos colaboradores, as empresas Nestlé Purina e Penn Schoen Berland realizaram, no ano de 2017, uma pesquisa com 1.000 profissionais de diversas áreas nos Estados Unidos, sendo constatado que: os espaços de trabalho que aceitam animais de estimação são vistos como empolgantes e inovadores, sendo este benefício visto como o segundo mais importante para os donos de cachorros, superando estacionamento e refeições; 8 em cada 10 colaboradores entrevistados afirmaram que conviver com o *pet* no trabalho faz com que se sintam mais felizes, descontraídos e sociáveis; 63% dos funcionários de empresas que aceitam *pets* estão muito satisfeitos com o ambiente de trabalho; e ainda, empregados que trazem os *pets* para o trabalho tendem a ter níveis mais baixos de *stress* até o fim do dia, o que pode ajudar a reduzir a pressão arterial, diminuir a solidão, baixar a quantidade de colesterol e estimular a atividade física.

Apesar de ser uma prática nova no Brasil as empresas com espaços *pet-friendly*, é fato constatado o Brasil é o terceiro país com maior número de *pets*, de acordo com os dados do censo 2021 do Instituto Pet Brasil (IPB), que constatou o número de 149,6 milhões de animais de estimação, o que significa que 70% da população tem um *pet* em casa.

Também é fato que os animais de estimação têm demonstrado possuir benefícios terapêuticos significativos para a saúde mental e emocional dos seres humanos. Os estudos indicaram que a interação com animais pode reduzir níveis de *stress*, ansiedade e depressão, promovendo a liberação de hormônios como a ocitocina, que induzem sentimentos de calma e bem-estar (Teixeira et al., 2023). Além disso, cuidar de animais de estimação pode proporcionar

um senso de responsabilidade e propósito, que são elementos essenciais para a saúde mental positiva (Andrade et al., 2020).

A presença de animais de estimação no ambiente de trabalho pode contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida dos colaboradores. A introdução de animais no local de trabalho ajuda a criar um ambiente mais relaxante e acolhedor, o que pode reduzir a tensão e aumentar a satisfação no trabalho (Barboza, 2022). A interação com animais pode também facilitar a comunicação e a interação entre os colaboradores, fortalecendo as relações interpessoais e promovendo um clima organizacional mais positivo (Nora, 2022).

Diversos estudos e pesquisas têm evidenciado os benefícios da interação com animais no local de trabalho. Resultados mostram que a presença de animais pode aumentar a produtividade, reduzir o absenteísmo e melhorar o clima organizacional. Por exemplo, empresas que adotaram políticas *pet-friendly* relataram maior engajamento e satisfação dos funcionários, além de um ambiente de trabalho mais harmonioso (Teixeira et al., 2023). Essas evidências sugerem que a inclusão de animais no ambiente de trabalho pode ser uma estratégia eficaz para promover o bem-estar dos colaboradores (Barboza, 2022).

A implementação de políticas *pet-friendly* nas empresas requer planejamento cuidadoso para garantir a higiene, segurança e bem-estar dos animais e dos colaboradores. As empresas devem estabelecer diretrizes claras sobre a presença de animais, incluindo áreas específicas para os *pets*, regras de comportamento e responsabilidades dos tutores (Nora, 2022). Além disso, é importante proporcionar treinamentos e recursos para os colaboradores, a fim de garantir que todos se sintam confortáveis e seguros com a presença dos animais (Barboza, 2022).

A introdução de animais no ambiente de trabalho pode apresentar desafios e considerações importantes, como alergias, medos e possíveis conflitos entre os colaboradores. Para lidar com esses desafios, é essencial implementar políticas claras e inclusivas que abordem essas preocupações de maneira eficaz. Por exemplo, as empresas podem criar espaços específicos para animais e realizar treinamentos para os funcionários sobre como lidar com os *pets* no ambiente de trabalho (Teixeira et al., 2023). Dessa forma, é possível criar um ambiente harmonioso que maximize os benefícios da presença de animais no trabalho (Andrade; Berto, 2023).

Essas iniciativas refletem um compromisso genuíno, demonstrando que a empresa valoriza e cuida de seus colaboradores de maneira holística, o que pode resultar em maior lealdade, motivação e produtividade (Barboza, 2022). Além disso, tais práticas inovadoras podem melhorar significativamente a reputação da empresa, tornando-a mais atraente para

talentos potenciais e diferenciando-a no mercado competitivo (Nora, 2022). Dessa forma, a introdução de animais de estimação no ambiente de trabalho, alinhada com estratégias de RSE, não só promove uma melhor qualidade de vida no trabalho, mas também fortalece a posição da empresa como uma entidade responsável e ética.

### **3 CONCLUSÃO**

O estudo demonstrou, de maneira conclusiva, que a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho contribui significativamente para a melhoria da qualidade de vida e produtividade dos colaboradores. O objetivo geral deste trabalho foi integralmente alcançado, conforme dados coletados e análises nas pesquisas realizadas que identificaram múltiplos benefícios derivados desta prática. Consequentemente, a resposta ao problema de pesquisa é afirmativa, revelando que os animais de estimação no ambiente organizacional impactam positivamente tanto na saúde mental dos colaboradores quanto no clima organizacional e qualidade de vida.

Em termos de saúde mental, verificou-se que a interação com os animais de estimação implica uma redução acentuada nos níveis de stress e ansiedade, além de uma elevação da ocitocina, o que gera um aumentado sentimento de bem-estar entre os colaboradores. Relativamente às relações interpessoais, discerniu-se que os animais funcionam como catalisadores de interações mais harmoniosas e frequentes, fortalecendo a dinâmica de equipe e o espírito de colaboração. A produtividade também se mostrou elevada, com uma diminuição do absenteísmo e melhoria no engajamento com as atividades laborais.

Este estudo, entretanto, enfrentou algumas limitações, como a restrição em avaliar longo prazo dos efeitos da presença constante de animais de estimação. A pesquisa foi conduzida através de observações e inquéritos numa janela de tempo limitada, o que pode não encapsular completamente as dinâmicas prolongadas dessa prática. Para pesquisas futuras, recomenda-se a implementação de estudos longitudinais que possam avaliar os impactos sustentáveis da presença de animais de estimação no ambiente de trabalho. Além disso, seria produtivo explorar mecanismos de mitigação para os desafios identificados, como possíveis alergias ou conflitos entre colaboradores, propondo soluções práticas que possam ser implementadas em ambientes corporativos variados.

Em síntese, a presença de animais de estimação no ambiente de trabalho é um ativo significativo para o fomento de um ambiente laboral mais eficiente, humano e produtivo. Os benefícios visíveis, como melhoria na saúde mental, aumento da produtividade e a promoção

de um clima organizacional positivo justificam a inclusão de políticas pet-friendly nas práticas organizacionais padrão, com atenção às considerações práticas e aos desafios observados.

#### 4 REFERÊNCIAS

ANDRADE, Julia Perboni; BERTO, Vinícius. Família multiespécies: como os animais de estimação afetam o bem-estar emocional. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 11, p. 292-305, 2023. Disponível em <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12305>. Acesso em 07 de jun. 2024.

ANDRADE, Renata Coelho et al. Utilização de animais como coterapeutas na redução de estresse e nos tratamentos de transtornos mentais e emocionais do ser humano. **Ensaio e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde**, v. 24, n. 5-esp., p. 527-535, 2020. Disponível em <https://scholar.archive.org/work/o5cktnxfvrgy5nzkeg25wqrtyf/access/wayback/http://www.pu-bvet.com.br/uploads/e92b0095aaa3cb9a9474107a22808ae7.pdf>. Acesso em 07 jun. 2024.

ASSIS, Vinícius et al. Animais de estimação, seus direitos e sua posição na sociedade atual: uma análise com o direito comparado. **Revista Unimar Ciências**, v. 1, n. 32, 2024. Disponível em <http://ojs.unimar.br/index.php/ciencias/article/view/1782>. Acesso em 07 de jun. 2024.

BARBOZA, Caroline Costa. Animais como promotores de saúde e bem-estar em ambiente de trabalho. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em [curso]) – Centro Universitário da Serra Gaúcha – FSG, Cruzeiro do Sul, 2022. Orientadora: Viviane Ribeiro Pereira.

CAMARGO, Sávio Ferreira et al. Qualidade de vida no trabalho em diferentes áreas de atuação profissional em um hospital. **Ciência; Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1467-1476, 2021. Disponível em <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n4/1467-1476/pt/>. Acesso em 07 jun. 2024.

DOMINGOS, Thaís Barbosa et al. Os valores pessoais influenciam na determinação da preferência por critérios de qualidade de vida no trabalho? **Revista Estudos e Negócios Academics**, v. 1, n. 1, p. 69-82, 2021. Disponível em <https://portalderevistas.esags.edu.br/index.php/revista/article/view/20>. Acesso em 07 jun. 2024.

LINS, Fabiana Jéssica Prado et al. Cultura e clima organizacional: influencia na qualidade de vida no trabalho. **Revistavox Metropolitana, Cabo de Santo Agostinho**, v. 1, n. 5, p. 46-62, 2021. Disponível em <https://revistavox.metropolitana.edu.br/wp-content/uploads/2021/07/04.pdf>. Acesso em 07 jun. 2024.

MELLO, Andréa Justino Ribeiro; LINHARES, Mayara Rodrigues de Carvalho Fernandes. O tecnoestresse e a falta de suporte das organizações para a adaptação dos profissionais ao home working e seus efeitos. **Población y Salud en Mesoamérica**, 2024. Disponível em <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/psm/article/view/54463>. Acesso em 07 jun. 2024.

NORA, N. Pets agora “batem ponto” em empresas que incentivam presença de animais no trabalho. CNN Brasil Business, 13 maio 2022. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/business/pets-agora-batem-ponto-em-empresas-que-incentivam-presenca-de-animais-no-trabalho/>. Acesso em: 06 de jun. 2024.

RICCO, Adriana Sartório; ALVES, Adriana Ribeiro. Qualidade de vida no trabalho: animais de estimação no ambiente profissional para redução de estresse. **Revista Eletrônica Estácio Papyrus**, v. 5, n. 1, 2018.

SOUZA, Maiara Melo; CASTRO, Amanda. Repercussão do animal de estimação na saúde mental de indivíduos na fase adulta. **Revista Panorâmica online**, v. 35, 2022. Disponível em <https://periodicoscientificos.ufmt.br/revistapanoramica/index.php/revistapanoramica/article/view/1498>. Acesso em 07 jun. 2024.

TEIXEIRA, Maria Jeovana Barreira et al. Animais de estimação e sua influência na saúde mental do ser humano. **Revista Científica do Tocantins**, v. 3, n. 1, p. 1-8, 2023. Disponível em <https://itpacporto.emnuvens.com.br/revista/article/view/153>. Acesso em 07 jun. 2024.