



## AVALIAÇÃO DOS BENEFÍCIOS DO CONVÍVIO COM ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO COMO TERAPIA ADJUNTA PARA O COMBATE À DEPRESSÃO E À ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA.

**AMUY, Isadora Leão<sup>1</sup>** (isadoraleo@hotmail.com); **SOARES, Luzinátia Ramos<sup>2</sup>** (luzinatia@uems.com); **KUSANO, FREITAS, Tânia Marchesi<sup>3</sup>** (tcmarche@yahoo.com.br);

<sup>1</sup>Discente do curso de Medicina-UUCG.

<sup>2</sup>Docente do curso de Medicina-UUCG.

<sup>3</sup>Docente do curso de Medicina-UUCG.

As desordens ansiosas e os transtornos de humor são condições muito prevalentes em jovens adultos, principalmente entre os estudantes universitários, seja causada pela solidão, pela transição para a vida adulta, seja pela cobrança acerca da aceitação social e do desempenho acadêmico. Tendo em vista a dimensão de impacto desta problemática, este estudo busca correlacionar a convivência entre estudantes e os animais domésticos com a superação de situações estressantes e de sintomas ansiosos e depressivos, avaliando a importância da convivência desses estudantes com seus animais domésticos na superação da solidão e identificando os seus benefícios. Tratou-se de revisão sistemática sem metanálise realizado de agosto de 2019 a outubro de 2020, conforme extensão dos prazos pela PROPP. O estudo utilizou como base de dados bibliográfica a NIH (National Library Medicine – Pubmed), utilizando as ferramentas MESH terms. A estratégia de busca fez uso de termos científicos cadastrados como Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), a partir do uso dos seguintes: *anxiety, students, pets e depressive disorder*. Esperou-se encontrar correlações promissoras entre esses animais e a melhora de sintomas de depressão e ansiedade em universitários, de forma a mostrar a terapia animal como alternativa adjuvante no tratamento dessas condições clínicas. Assim como o esperado, os animais de estimação possuem alto potencial de melhora dos níveis de estresse em ansiedade em estudantes universitários e, apesar do tema carecer de estudos maiores e apesar da complexidade do espectro do estresse e sua característica multifatorial, conclui-se que é preciso um olhar mais interessado para essas ferramentas de bem-estar e de cura, que são nossos verdadeiros companheiros.

**Palavras-chave:** Ansiedade, Depressão, Terapia animal, Estudantes, Terapia Assistida Animal, Animais de estimação, Pets.

Anxiety, Students, Animal Assisted Therapy, Depressive Disorder, Pets.

**Agradecimentos:** Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela concessão de bolsa de iniciação científica à primeira autora.

