

STELA PEREIRA COUTINHO PASTOR



**RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E O CONVÍVIO COM ANIMAIS DE
ESTIMAÇÃO EM TEMPOS DE COVID-19**

BRAGANÇA PAULISTA

2022

STELA PEREIRA COUTINHO PASTOR

**RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E O CONVÍVIO COM ANIMAIS DE
ESTIMAÇÃO EM TEMPOS DE COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à disciplina Orientação de Conclusão do Curso, do curso de Psicologia da Universidade São Francisco como exigência parcial para aprovação da disciplina.

BRAGANÇA PAULISTA

2022

SUMÁRIO

RESUMO	3
INTRODUÇÃO	4
MÉTODO	9
CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE	9
CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO	9
RESULTADOS	9
REFERÊNCIAS	10

RESUMO

Coutinho-Pastor, S. P. (2022). *Relação entre saúde mental e convívio com animais de estimação em tempos de Covid-19: uma revisão sistemática*. Trabalho de Conclusão do Curso de Psicologia, Universidade São Francisco, Bragança Paulista.

A pandemia de Covid-19 trouxe grandes mudanças para as relações interpessoais e para o cotidiano. O isolamento e o estresse advindos da crise sanitária mundial podem prejudicar significativamente a saúde mental dos sujeitos, levando-os ao sofrimento psíquico ou até mesmo ao desenvolvimento de transtornos mentais. Neste contexto, esta pesquisa teve como objetivo investigar se há relação entre saúde mental e convivência com animais de estimação em tempos de Covid-19. Utilizaram-se como base de dados Pubmed e as 5 primeiras páginas do Google Acadêmico, e como descritores “pets”, “mental health” e “COVID-19”, previamente consultados no DeCS (descritores em ciências da saúde da BIREME). Considerou-se como critérios de elegibilidade: a) a palavra “pet” ser citada no resumo do artigo (consideraram-se sinônimos e singular/plural como equivalência de inclusão, tais como “domestic animal”, “domestic animals”, “dog”, “dogs”, “cat”, “cats”, “puppy”, “puppies”, entre outros termos cujo significado refere-se ao animal de estimação); b) Ter como objeto de estudo a saúde mental dos seres humanos e não dos pets; c) A saúde mental dos seres humanos ser estudada em relação ao convívio com os pets. Os critérios de exclusão foram: a) tratar-se de revisão na literatura e não de pesquisa empírica; b) Não ter como tema principal a relação entre pet-tutor e a saúde mental humana em tempos de pandemia de COVID-19; c) a publicação não ser em formato de artigo científico; d) a publicação não estar escrita em língua inglesa. Observou-se como resultado _____

Palavras-chave: pets; mental health; COVID-19;

INTRODUÇÃO

O surto pelo novo Coronavírus teve início em Wuhan, na China, e evoluiu rapidamente para o nível mundial (Rubin e Wessely, 2020). A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou oficialmente estado de pandemia na coletiva de imprensa de 11 de Março de 2020 (World Health Organization, 2020). Devido à esta crise delineada, iniciou-se uma gama de mudanças no funcionamento social e nas regras de convivência do mundo todo (e.g., adoção do uso de máscaras, estabelecimento de distanciamento social e higienização com álcool em gel 70%).

De acordo com Werneck e Carvalho (2020), o esquema de resposta à pandemia adotado pelos países pôde ser explicado em quatro fases: contenção, mitigação, supressão e recuperação. A contenção resumiu-se em um rastreamento do vírus em pessoas que passavam pelas fronteiras e de seus contactantes e do estabelecimento de isolamento quando necessário (Werneck & Carvalho, 2020). Segundo Baron et al. (2020), nesta fase houve o estabelecimento de quarentenas em pequenas áreas, de forma a quebrar a cadeia de transmissão. Já a mitigação (Werneck & Carvalho, 2020; Baron et al., 2020), também denominada de isolamento vertical, visou suspender aglomerações de forma a proteger os grupos de maior risco e evitar o colapso do sistema de saúde local. Desta forma, nesta fase são fechados locais de grandes eventos ou aglomerações, tais como: cinemas, teatros, escolas, universidades e shoppings. A supressão (isolamento horizontal) foi o modelo mais radical de distanciamento social (Baron et al., 2020), pensado para diminuir a transmissão rápida e o número de mortes. Nesta fase, o lockdown, no qual as pessoas só saem de casa para comprar suprimentos básicos ou medicamentos, ou para trabalhar, se profissional da saúde (Baron et.

al, 2020) foi estabelecido na espera de que políticas de assistência à saúde forneça medidas terapêuticas e/ou preventivas (Werneck e Carvalho, 2020).

Diante deste contexto de crise sanitária e de distanciamento social como principal medida de contenção do vírus no mundo todo, observou-se a emergência de novas formas configurativas de atividades cotidianas, tais como: a adesão ao *homeoffice* (trabalho remoto) e às aulas remotas, como também o acontecimento à distância de outras atividades que originalmente eram presenciais. Bridi et al. (2020) afirmam que o trabalho remoto se mostrava como tendência mesmo antes da pandemia de COVID-19, ganhando um maior espaço pós pandemia nas diferentes camadas econômicas do Brasil e do mundo. Losekann e Mourão (2020) sustentam que a revolução nas noções de segurança impactou a maneira a qual nos relacionamos, o que conseqüentemente mudou as relações com o trabalho e seus significados. Christoffel et al. (2020) afirmam que, dentre as ações transformadoras adotadas na pandemia, está a educação das famílias em relação às medidas de higiene, tais como o ensino da lavagem correta e frequente das mãos com água e sabão, o uso de álcool em gel 70% e a adesão às máscaras protetivas.

Dadas as mudanças impostas relacionadas ao modo de convivência e práticas de ações cotidianas, a pandemia de COVID-19 deu início a uma série de efeitos para a saúde mental a nível coletivo e individual. Nesse contexto, a situação de vulnerabilidade e a proximidade com a morte pode impactar negativamente o bem-estar das pessoas (Silva, Brito & Pereira, 2021). Ornell et al. (2020) afirmam que a pandemia trouxe implicações para várias esferas da vida, tais como: a organização familiar, o estudo, o trabalho e a utilização de locais públicos. Os autores afirmam que, somadas ao medo da morte, as mudanças nessas esferas podem trazer sentimentos de insegurança, desamparo e abandono.

Rubin e Wessely (2020) afirmam que o excesso de informações midiáticas tem um impacto significativo no pânico generalizado, pois a dissipação exagerada de informações pode levar o público à crença de que estão vivenciando o “fim do mundo”. A ânsia por fatos e a ausência de notícias concretas sobre a pandemia ocasionam a busca por fontes menos confiáveis de informações, uma vez que a quarentena em massa acarreta uma sensação de perda de controle e o aumento da ansiedade coletiva (Rubin & Wesseley, 2020). Ademais, o estudo de Jaloto et al. (2020) também concluiu que o número de horas dedicadas à leitura e escuta de informações sobre a pandemia de COVID-19 está positivamente associado a sintomas de depressão e ansiedade.

As pessoas distanciadas socialmente podem sofrer acometimentos típicos de sofrimento psíquico, tais como: tristeza, preocupação (Mamun & Griffiths, 2020; Wang et. al., 2020), medo de infecção, raiva (Mamun & Griffiths, 2020; Pérez-Fuentes, 2020), tédio, frustração (Brooks et al., 2020; Mamun & Griffiths, 2020), culpa, desamparo, solidão e nervosismo (Mamun & Griffiths, 2020), além de serem sujeitas a um aumento de ansiedade (Jain et. al., 2020; Wang et. al., 2020), estresse, depressão e TEPT (Transtorno de Estresse Pós Traumático) (Brooks et. al, 2020; Jain et. al., 2020; Wang et. al., 2020). No estudo de Wang et al. (2021), feito na China, constatou-se que a quarentena está associada à piora das condições gerais de saúde mental, principalmente na população mais vulnerável, como pessoas com acometimentos psíquicos preexistentes. Salvador et. al. (2021), em seus achados, constatou que a pandemia de COVID-19 também trouxe uma piora na saúde mental dos profissionais de saúde da linha de frente no combate a pandemia, estes profissionais apresentaram maiores níveis de fadiga, estresse, cansaço mental e irritação.

Para Assari e Habibzadeh (2020), a pandemia rompeu com a conexão social, as rotinas diárias e o acesso a recursos, os quais são o cerne da saúde mental humana. O contato

físico, o afeto e o vínculo interpessoal são primordiais para o bem-estar das pessoas, portanto o distanciamento mostrou-se um desafio global a ser enfrentado.

No contexto sanitário apresentado, buscar diferentes formas de enfrentamento no cotidiano da pandemia é essencial para a manutenção da saúde mental da população. Neste sentido, podemos pensar a importância dos animais de estimação no bem-estar geral da população, dado que os pets são cada vez mais reconhecidos como membros da família dos tutores. Alves (2021) cita que há uma tendência atual de que os animais sejam considerados seres sencientes, corroborando com Aguiar (2019) que, a partir da complexidade do vínculo com humanos, considera que os pets têm vidas emocionais sofisticadas. Gazzana e Schmidt (2015) afirmam existir indicativos do reconhecimento das “famílias multiespécie” como uma nova configuração familiar, evidenciada pelo espaço crescente que os animais estão ganhando no arranjo familiar, dado que são capazes de estabelecer fortes vínculos emocionais e recíprocos com os seres humanos.

Cohen (2002), após um estudo populacional e análises clínicas, concluiu que os tutores consideram que amar um animal é uma experiência profunda. Cohen (1997), em sua pesquisa, mostrou que tutores frequentemente fazem sacrifícios para continuar vivendo com seus animais de estimação: tutores diagnosticados com alergia a cachorros ou gatos frequentemente optam por manter os animais dentro de casa, apesar do conselho médico de livrar-se do animal. Uma possível explicação para este resultado é o grande investimento emocional no pet.

Conforme Costa et. al. (2009), na interação humanos-animais há, além da companhia, trocas de vivências emocionais, psicológicas e físicas, o que se revela como uma experiência benéfica. Animais de companhia proporcionam uma melhoria significativa na qualidade de

vida, pois são capazes de melhorar os estados de felicidade em seus tutores, reduzindo a solidão e aprimorando as funções físicas e a saúde emocional (Costa et al., 2009).

Para Fuchs (1987), o animal proporciona alívio para a situação tensa, de modo que a interação com ele funciona como uma válvula de escape para uma situação aflitiva ou tensa. Berzins (2000) afirma que os benefícios da convivência com animais de estimação são físicos, sociais e psíquicos, e lista algumas vantagens de âmbito emocional do relacionamento interespecie: disponibilidade afetiva, amor, amizade e afeto incondicional, reassseguramento emocional, provocação de riso, companhia constante, efeito tranquilizador, além de ser uma ocupação para os tutores.

No contexto da pandemia de COVID-19 e da quarentena, Morgan et. al (2020) constataram, em sua pesquisa realizada em Israel, que há uma associação positiva entre a adoção de cachorros e as restrições sociais impostas pela pandemia, de forma que a adoção de cachorros aumentou significativamente conforme as restrições sociais impostas pela pandemia cresceram. Morgan também afirmou que, durante a quarentena, a taxa de abandono de cachorros não mudou. Tais achados sugerem que há benefícios na relação entre pets e tutores durante a pandemia de COVID-19. Nieforth (2020) diz que, com a falta de contato pessoal e interação humana na pandemia, muitas pessoas voltaram-se para seus animais de estimação para o papel de suporte social complementar. Nieforth conclui, em seu estudo, que as pessoas recorrem aos animais de estimação como fonte de conforto, deste modo conseguindo um alívio do estresse e a sensação de companhia.

Tendo em vista essas pesquisas prévias, o objetivo do estudo foi investigar, por meio de uma revisão bibliográfica na literatura nas bases de dados Pubmed e Google Acadêmico, se há relação entre o convívio com animais de estimação e impactos positivos em saúde mental no contexto do enfrentamento da pandemia de COVID-19. A hipótese é que os

animais de estimação aliviam os sintomas de sofrimento psíquico provenientes do isolamento pela quarentena de COVID-19, uma vez que proporcionam companhia, vínculo e interações afetivas.

MÉTODO

A busca foi realizada por meio das bases de dados eletrônicas Pubmed e Google Acadêmico, sendo utilizados os descritores em inglês “pets”, “mental health” e “COVID-19”, os quais foram previamente consultados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde da BIREME). Utilizaram-se operadores lógicos AND para combinação dos descritores, e o período de publicação selecionado em ambas as bases de dados foram de 2020 a 2022, período da pandemia de COVID-19. Foram acessadas as cinco primeiras páginas na busca exploratória do Google Acadêmico, e analisou-se a totalidade dos resultados encontrados na base de dados *Pubmed*.

Critérios de Elegibilidade

Durante a leitura dos resumos, foram utilizados os seguintes critérios de elegibilidade:

- a) a palavra “pet” ser citada no resumo do artigo (consideraram-se sinônimos e singular/plural como equivalência de inclusão, tais como “domestic animal”, “domestic animals”, “dog”, “dogs”, “cat”, “cats”, “puppy”, “puppies”, entre outros termos cujo significado refere-se ao animal de estimação);
- b) Ter como objeto de estudo a saúde mental dos seres humanos e não dos pets;
- c) A saúde mental dos seres humanos ser estudada em *The Effect of Pets on Human Mental Health and Wellbeing during COVID-19 Lockdown in Malaysia*. relação ao convívio com os pets;

Critérios de Exclusão

Os critérios de exclusão foram: a) tratar-se de revisão na literatura e não de pesquisa empírica; b) não ter como tema principal a relação entre pet-tutor e a saúde mental humana em tempos de pandemia de COVID-19; c) a publicação não ser em formato de artigo científico; d) a publicação não estar escrita em língua inglesa; e) o estudo não ter grupo controle de pessoas sem pets;

RESULTADOS

Foram encontradas 64 publicações através dos mecanismos de busca adotados. Após a leitura do conteúdo integral dos artigos, 32 foram descartados por não ter como tema principal o objeto desta revisão bibliográfica, 15 por tratar-se de revisão na literatura e não de estudo empírico e 8 por não apresentarem um grupo controle de população sem pet estudado. Resgatou-se para a presente revisão bibliográfica 9 artigos que atenderam totalmente aos critérios de elegibilidade (Pubmed=6 e Google acadêmico=3).

Tabela 1

Levantamento dos Artigos Pesquisados

Autores (ano)	Objetivo	Delineamento	Instrumentos	Participantes	Principais resultados
Grajfoner et al. (2021)	Explorar se e como pets impactam a saúde mental e o bem-estar da população na Malásia durante as medidas de lockdown sob a Ordem Nacional de Controle de Movimento (ONCM), implementada por conta da pandemia de COVID-19.	Estudo quantitativo transversal	Questionário sociodemográfico próprio foi aplicado com adição das seguintes escalas: a) The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS); b) Depression, Anxiety, and Stress (DASS-21); c) Brief Resilience Scale (BRS); d) Coping Self-Efficacy (CSE); e) Positive and Negative Affect Schedule (PANAS).	448 adultos (224 tutores de pets e 224 não-tutores de pets), residindo na Malásia e territórios federais e com idade entre 18 e 70 anos.	Tutores de pets tiveram níveis mais altos de bem-estar, lidaram melhor com situações adversas e experienciaram mais emoções positivas durante o lockdown. Não houve diferenças em níveis de depressão, estresse, resiliência, ansiedade e emoções negativas entre os dois grupos.
Phillipou et al. (2021)	Identificar se ter um gato e/ou cachorro está associado a um melhor bem-estar psicológico durante o período de lockdown em Victoria - Austrália na pandemia de Covid-19.	Estudo quantitativo transversal	Questionário sociodemográfico próprio foi aplicado com adição das seguintes escalas: a) UCLA Loneliness Scale-Revised; b) Brief Resilience Scale (BRS); c) European Health Interview Surveys-Quality of Life (EUROHIS-QoL); d) Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21).	263 adultos (138 tutores de pets e 125 não-tutores de pets), residindo na Austrália e com idade a partir de 18 anos.	Ter um animal de estimação foi associado a piora na qualidade de vida e não impactou na resiliência ou na solidão da população. Durante a pandemia, os animais de estimação podem aumentar a sobrecarga dos donos e causar uma piora na qualidade de vida.

Autores (ano)	Objetivo	Delineamento	Instrumentos	Participantes	Principais resultados
Mueller et al. (2021)	Explorar e avaliar o papel dos animais de estimação e o apego ao pet em relação à solidão e ao manejo do estresse em adolescentes antes e durante a pandemia de COVID-19.	Estudo quantitativo longitudinal	Questionário próprio sociodemográfico e de solidão e manejo de estresse foi aplicado com adição da seguinte escala de apego ao pet: a) Network of Relationships Inventory-Pet (NRI-Pet).	1390 adolescentes, sendo 1033 da coleta realizada antes da pandemia de COVID-19 (571 tutores de pet e 462 não-tutores de pet) e 357 da coleta realizada durante a pandemia de COVID-19 (195 tutores de pet e 162 não-tutores de pet), residindo no nordeste dos Estados Unidos e com idade entre 10 e 16 anos.	Os resultados indicam que ter um pet não amenizou a solidão no período da pandemia de COVID-19, mas foi um fator preditivo no aumento da solidão entre o período pré e pós pandêmico. Não houve diferença para tutores de cachorros nesse aumento. O estudo também sugeriu possíveis diferenças entre espécies de pets.
Denis-R obichau d et al. (2022)	Avaliar a associação entre a tutoria de pet e a qualidade de vida, a solidão, a ansiedade, o estresse, a saúde no geral e a saúde mental de canadenses durante a pandemia de COVID-19.	Estudo quantitativo transversal	Questionário previamente utilizado pelo Statistics Canada foi aplicado, com adição das seguintes escalas: a) EQ-5D-5L para qualidade de vida; b) Curta escala para medição de solidão; c) Generalized Anxiety Disorder (GAD-7) score.	1500 adultos (750 tutores de pets e 750 não-tutores de pets), residindo no Canadá e com idade a partir de 18 anos.	Os resultados sugerem que não há associação entre a tutoria de pet e indicadores de saúde mental e bem-estar medidos no estudo.
Xin et al. (2021)	Explorar a influência dos pets na intervenção dos problemas psicológicos dos indivíduos durante a pandemia de COVID-19.	Estudo quantitativo transversal	Questionário sociodemográfico próprio utilizado. Adicionou-se a seguinte escala: a) Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21).	756 pessoas (181 tutores de pets e 575 não-tutores de pets), residindo na China e com idade a partir de 12 anos.	Há um impacto do papel dos pets nos sentimentos e nas positivas mudanças psicológicas

de seus tutores.

Autores (ano)	Objetivo	Delineamento	Instrumentos	Participantes	Principais resultados
Oliva e Johnstone (2021)	Capturar a experiência do lockdown da pandemia de COVID-19 em australianos que vivem sozinhos, com e sem um cachorro ou um gato.	Estudo quali-quantitativo transversal	Questionário sociodemográfico próprio utilizado. Adicionou-se as seguintes escalas: a) Pet Interactions subscale of the Cat/Dog Owner Relationship Scale (C/DORS); b) Freiburg Mindfulness Inventory (FMI); c) UCLA Loneliness Scale-Revised; d) Depression, Anxiety and Stress Scale 21-item Version (DASS-21).	384 adultos (256 tutores de pets e 128 não-tutores de pets), australianos e com idade a partir de 18 anos.	Tutores de gatos obtiveram escores mais baixos em mindfulness comparados a indivíduos sem pets. Por outro lado, estresse e depressão foram preditores de solidão, enquanto o escore de mindfulness e ter um cachorro foram fatores protetivos, o que sugere que a rotina de sair de casa e caminhar com o cachorro oferece uma oportunidade de socializar.
Ratschen et al. (2020)	Investigar correlações entre saúde mental, solidão, tutoria de animais de companhia, vínculo e interações humano-animal e explorar a percepção de tutores de pets sobre o papel dos animais durante o lockdown da pandemia de COVID-19.	Estudo quantitativo transversal e retrospectivo	Questionários próprios utilizados: sociodemográfico, sobre o isolamento e sobre o convívio com o pet. Adicionou-se as seguintes escalas: a) Comfort from Companion Animals Scale (CCA); b) Short Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS); c) Mental Health Subscale of the SF-36 (MHI-5); d) UCLA Loneliness Scale-Revised.	5926 adultos (5323 tutores de pets e 603 não-tutores de pets), residentes do Reino Unido e com idade a partir de 18 anos.	Uma pior saúde mental pré-lockdown foi associada a um vínculo mais forte humano-animal. Ter um pet foi associado a uma menor piora na saúde mental e na solidão desde o início do lockdown.

Autores (ano)	Objetivo	Delineamento	Instrumentos	Participantes	Principais resultados
Hawkins e Brodie (2020)	Examinar se a presença do pet e o apego humano-pet funcionaram como fatores protetivos contra o impacto negativo das medidas de lockdown na saúde mental humana no decorrer do tempo.	Estudo quantitativo longitudinal	Questionários próprios utilizados: sociodemográfico, sobre a saúde mental, sobre o isolamento e sobre o convívio com o pet. Adicionou-se as seguintes escalas: a) Lexington Attachment to Pets Scale (LAPS) ; b) Psychological General Well-Being Index (PGWBI); c) Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) ; d) Positive and Negative Affect Scale (PANAS).	86 adultos (72 tutores de pets e 14 não-tutores de pets), residentes do Reino Unido e com idades entre 20 e 77 anos.	Os achados sugerem que ter um pet ao qual o tutor é fortemente apegado pode causar dificuldades únicas no começo da pandemia, o que pode influenciar negativamente a saúde mental. No entanto, com o passar do tempo, ser muito apegado a um pet pode ser benéfico para a redução da ansiedade e das emoções negativas conforme flexibilizam-se as restrições da pandemia.
Ayder et al. (2021)	Examinar em crianças a relação entre o senso de responsabilidade, distúrbio do sono, hiperatividade, raiva e ter um pet durante o período da pandemia de COVID-19, como também o apego a diferentes tipos de pets.	Estudo quantitativo transversal	Questionário próprio sem utilização de escalas validadas.	266 crianças (120 tutores de pets e 146 não-tutores de pets), com idades entre 0 e 12 anos.	O senso de responsabilidade de crianças que têm um pet é mais desenvolvido que aquelas que não possuem animais de estimação. Também foi observado que distúrbios do sono são mais comuns em crianças que não têm pet. Ademais, crianças que não têm pet

REFERÊNCIAS

Assari, S., & Habibzadeh, P. (2020). The COVID-19 emergency response should include a mental health component. *Archives of Iranian medicine*, 23(4), 281.

Aydemir, E., Bilge, İ., Chatzisuouleiman, G., Musul, M., & Özel, T. (2021). Investigation of the effects of the interaction between pets and children on development and psychology during the covid-19 pandemic period. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 10(1), 203-209.

Baron, M. V., dos Santos, M. P., Isa, C. P. M., dos Santos, A. C., Marangoni, C., Werle, T. M., & da Costa, B. E. P. (2020). Contenção, mitigação e supressão no combate à pandemia do COVID-19: levantamento e análise. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 10(54), 2653-2660.

Berzins, M. A. V. D. S. (2000). Velhos, cães e gatos: interpretação de uma relação.

Bridi, M. A., Bohler, F. R., Zanoni, A. P., Braunert, M. B., Bernardo, K. A. D. S., Maia, F. L., ... & Bezerra, G. U. (2020). O trabalho remoto/home-office no contexto da pandemia COVID-19. *Curitiba: Universidade Federal do Paraná, Grupo de Estudos Trabalho e Sociedade*.

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920.

Costa, E. C., Jorge, M. S. B., de Albuquerque Saraiva, E. R., & de Lima Coutinho, M. D. P. (2009). Aspectos psicossociais da convivência de idosos com animais de estimação: uma interação social alternativa. *Psicologia: teoria e prática*, 11(3), 2-15.

Cohen, S. (1997). Allergic patients do not comply with doctors' advice to stop owninAssari, S., & Habibzadeh, P. (2020). The COVID-19 emergency response should include a mental health component. *Archives of Iranian medicine*, 23(4), 281.

Aydemir, E., Bilge, İ., Chatzisuouleiman, G., Musul, M., & Özel, T. (2021). Investigation of the effects of the interaction between pets and children on development and psychology during the covid-19 pandemic period. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 10(1), 203-209.

Baron, M. V., dos Santos, M. P., Isa, C. P. M., dos Santos, A. C., Marangoni, C., Werle, T. M., & da Costa, B. E. P. (2020). Contenção, mitigação e supressão no combate à pandemia do COVID-19: levantamento e análise. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 10(54), 2653-2660.

Berzins, M. A. V. D. S. (2000). Velhos, cães e gatos: interpretação de uma relação.

Bridi, M. A., Bohler, F. R., Zanoni, A. P., Braunert, M. B., Bernardo, K. A. D. S., Maia, F. L., ... & Bezerra, G. U. (2020). O trabalho remoto/home-office no contexto da pandemia

COVID-19. *Curitiba: Universidade Federal do Paraná, Grupo de Estudos Trabalho e Sociedade.*

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920.

Costa, E. C., Jorge, M. S. B., de Albuquerque Saraiva, E. R., & de Lima Coutinho, M. D. P. (2009). Aspectos psicossociais da convivência de idosos com animais de estg pets. *BMJ: British Medical Journal*, 314(7079), 517.

Cohen, S. P. (2002). Can Pets Function as Family Members? *Western Journal of Nursing Research*, 24(6), 621–638. doi:10.1177/019394502320555386

Christoffel, M. M., Gomes, A. L. M., Souza, T. V. D., & Ciuffo, L. L. (2020). A (in) visibilidade da criança em vulnerabilidade social e o impacto do novo coronavírus (COVID19). *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73.

Denis-Robichaud, J., Aenishaenslin, C., Richard, L., Desmarchelier, M., & Carabin, H. (2022). Association between Pet Ownership and Mental Health and Well-Being of Canadians Assessed in a Cross-Sectional Study during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2215.

Fuchs, H. (1987). *O animal em casa: Um estudo no sentido de des-velar o significado psicológico do animal de estimação* (Doctoral dissertation, Universidade de São Paulo).

Gazzana, C., & Schmidt, B. (2015). Novas configurações familiares e vínculo com animais de estimação em uma perspectiva de família multiespécie. In *Anais do III Congresso de Pesquisa e Extensão da Faculdade da Serra Gaúcha* (pp. 1000-1020).

Grajfoner, D., Ke, G. N., & Wong, R. M. M. (2021). The effect of pets on human mental health and wellbeing during COVID-19 lockdown in Malaysia. *Animals*, 11(9), 2689.

Hawkins, R. D., & Brodie, Z. P. (2020). The role of human-pet attachment on people's mental health over time during COVID-19 lockdown. In *NRS Mental Health 2020 Annual Scientific Meeting, United Kingdom*.

Jaloto, A., Zuanazzi, A. C., Gonçalves, A. P., & Salvador, A. P. (2021). Relationship between sociodemographic variables, Covid-19 pandemic behaviors, and psychological aspects. *Brazilian Journal of Psychotherapy*, 23(2).

Losekann, R. G. C. B., & Mourão, H. C. (2020). Desafios do teletrabalho na pandemia Covid-19: quando o home vira office. *Caderno de Administração*, 28, 71-75.

Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2020). First COVID-19 suicide case in Bangladesh due to fear of COVID-19 and xenophobia: Possible suicide prevention strategies. *Asian journal of psychiatry*, 51, 102073.

Morgan, L., Protopopova, A., Birkler, R. I. D., Itin-Shwartz, B., Sutton, G. A., Gamliel, A., ... & Raz, T. (2020). Human–dog relationships during the COVID-19 pandemic: Booming dog adoption during social isolation. *Humanities and Social Sciences Communications*, 7(1), 1-11.

Mueller, M. K., Richer, A. M., Callina, K. S., & Charmaraman, L. (2021). Companion animal relationships and adolescent loneliness during COVID-19. *Animals*, *11*(3), 885.

Nieforth, L. O., & O'Haire, M. E. (2020). The role of pets in managing uncertainty from COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, *12*(S1), S245.

Ornell F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Debates em Psiquiatria*, *10*(2), 12-16.

Pérez-Fuentes, M. D. C., Molero Jurado, M. D. M., Martos Martínez, Á., & Gázquez Linares, J. J. (2020). Threat of COVID-19 and emotional state during quarantine: Positive and negative affect as mediators in a cross-sectional study of the Spanish population. *PloS one*, *15*(6), e0235305.

Oliva, J. L., & Johnston, K. L. (2021). Puppy love in the time of Corona: Dog ownership protects against loneliness for those living alone during the COVID-19 lockdown. *International Journal of Social Psychiatry*, *67*(3), 232-242.

Phillipou, A., Tan, E. J., Toh, W. L., Van Rheenen, T. E., Meyer, D., Neill, E., ... & Rossell, S. L. (2021). Pet ownership and mental health during COVID-19 lockdown. *Australian veterinary journal*, *99*(10), 423-426.

Ratschen, E., Shoesmith, E., Shahab, L., Silva, K., Kale, D., Toner, P., ... & Mills, D. S. (2020). Human-animal relationships and interactions during the Covid-19 lockdown phase in the UK: Investigating links with mental health and loneliness. *PloS one*, *15*(9), e0239397.

Rubin, G. J., & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. *Bmj*, *368*.

Salvador, A. P., Jaloto, A., Zuanazzi, A. C., Gonçalves, A. P., Machado, G. M., & de Francisco Carvalho, L. (2021). Impact of anxiety, stress, and burnout symptoms in Brazilian health professionals during the COVID-19 pandemic. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, *1*, 7-13.

Silva, W. A. D., Brito, T. R. S., & Pereira, C. R. (2021). Anxiety associated with COVID-19 and concerns about death: Impacts on psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, *176* (110772), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110772>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International journal of environmental research and public health*, *17*(5), 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

Wang, Y., Shi, L., Que, J., Lu, Q., Liu, L., Lu, Z., ... & Shi, J. (2021). The impact of quarantine on mental health status among general population in China during the COVID-19 pandemic. *Molecular psychiatry*, *26*(9), 4813-4822.

Werneck, G. L., & Carvalho, M. S. (2020). A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. *Cadernos de Saúde Pública*, *36*, e00068820.

World Health Organization. WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 (11 de Março de 2020) Disponível em: <<https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>>. Acesso em 03 de Março de 2022.

Xin, X., Cheng, L., Li, S., Feng, L., Xin, Y., & Wang, S. (2021). Improvement to the subjective well-being of pet ownership may have positive psychological influence during COVID-19 epidemic. *Animal Science Journal*, 92(1), e13624.