**A ARTE-TERAPIA COMO ALIADA AO TRATAMENTO DA ANSIEDADE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO**

Wender Dhiego Soares¹, Anderson Eduardo Anadinho da Silva¹, Laryssa Maria Ribeiro Araújo¹, Sara Martins Pereira¹, Sarah Mendes de Oliveira²

¹Discentes do curso de Medicina do Centro Universitário Atenas, Paracatu-MG.

²Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Uberlândia. Docente no Centro Universitário Atenas, Paracatu-MG.

**Introdução:** Para conter a COVID-19, os esforços foram direcionados, principalmente, para elucidação dos mecanismos fisiopatológicos da doença, visando melhorar o prognóstico dos pacientes, assim como prevenir novos casos. Nesse contexto, as repercussões indiretas da afecção tendem a ser subestimadas, especialmente no tocante às desordens mentais. A despeito dos transtornos de ansiedade serem frequentes no decorrer da vida, chegando a afetar cerca de 9% das crianças e por volta de 15% dos adultos, durante a pandemia da COVID-19 e da sua consequente necessidade de isolamento social, a prevalência da ansiedade alcançou quase 30% da população em geral. **Objetivos:** Analisar a arte-terapia como ferramenta de auxílio no manejo da ansiedade no contexto de isolamento social. **Revisão:** O cenário pandêmico da COVID-19 revelou o isolamento social como fundamental para conter o contágio. Esse fato ocasionou incertezas que contribuíram com o acréscimo dos casos de ansiedade, em função do medo e da insegurança decorrentes das repercussões financeiras, na medida em que o desemprego aumentou, assim como ao bombardeio de notícias impactantes. Diante disso, o acompanhamento profissional dessas manifestações tornou-se essencial, entretanto, é pouco abrangente, devido ao custo do tratamento usual da ansiedade. Nesse diapasão, a arte-terapia se enquadra como uma das alternativas que pode auxiliar no tratamento dessa afecção. A favor desse método, tem-se que a arte é inclusiva, sendo possível de ser realizada, por exemplo, com uma folha de papel, como no caso do origami. A possibilidade do baixo custo colabora para sua aplicabilidade, sendo possível de ser incentivada e promovida nas áreas cobertas pelas Estratégias de Saúde da Família. Visto que a arte-terapia parece atuar no relaxamento, aumentar a autoestima, trabalhar na regulação das emoções, assim como promover uma maior aceitação do indivíduo por si próprio, pode constituir como efetiva na colaboração para redução da exasperação da ansiedade. Contudo, apesar do custo-benefício e de possibilitar sua realização no ambiente doméstico, preservando as orientações da OMS sobre o distanciamento social, a efetividade da arte-terapia é difícil de ser afirmada em ensaios clínicos randomizados (ECR), pois a maioria dos estudos sobre o tema apresentam vieses, o que tornam os dados questionáveis, assim como a metodologia, que não apresenta um padrão entre os estudos. **Conclusão:** Conclui-se que, embora a real efetividade da arte-terapia seja árdua de ser estudada em ECR, ela pode atuar como complemento ao tratamento usual da ansiedade. No cenário da pandemia, pode ser usada como uma ferramenta de grande potencial para melhorar a qualidade de vida da população em geral, principalmente daqueles que não possuem acesso ao tratamento convencional.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Arte-terapia. Pandemia.