

## **AURICULOTERAPIA COMO ESTRATÉGIA DE ALÍVIO DA ANSIEDADE EM TEMPOS DE PANDEMIA, UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

1 Renata Lorena Oliveira Sales

1 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Católica Rainha do Sertão, Egressa da Residência Multiprofissional da Escola de Saúde Pública do Ceará. Pós-Graduada em Enfermagem Obstétrica pela Universidade Estadual do Ceará.

**Área temática:** Ferramentas e Tecnologias no Enfrentamento a COVID-19

**Modalidade:** Pôster Simples

**E-mail do autor:** [renatalorena\\_os@hotmail.com](mailto:renatalorena_os@hotmail.com)

### **RESUMO**

**INTRODUÇÃO:** A pandemia da COVID-19 trouxe incontáveis prejuízos ao homem e dentre eles podemos citar os prejuízos relacionados a saúde mental e desenvolvimento de quadros psicológicos como a ansiedade, diante disto, podemos elencar ferramentas para proteção da saúde mental e dentre elas podemos contemplar a auriculoterapia, prática milenar utilizada em diversos países do mundo para tratamento de problemas físicos e mentais. **OBJETIVO:** Avaliar os atendimentos relacionados à auriculoterapia antes e depois do início da pandemia e compreender se houve aumento ou diminuição na procura por atendimento relacionado a ansiedade no período pandêmico quando comparado ao ano anterior. **MÉTODOS:** Foi realizado levantamento de prontuário de pacientes atendidos no período pré-pandêmico de março de 2019 a março de 2020, e no período pandêmico de abril de 2020 a abril de 2022. Os pacientes que estiveram aptos a ter portuários selecionados foram aqueles que realizaram pelo menos 3 atendimentos com aplicação de esferas. **RESULTADOS:** De acordo com o levantamento realizado 20 prontuários foram selecionados no período pré-pandêmico e 46 no período pandêmico. Dentre eles 5 e 31, respectivamente, apresentavam necessidade de pontos relacionados a ansiedade. **CONCLUSÃO:** Podemos observar 2 pontos importantes, o primeiro é relacionado ao aumento na procura da auriculoterapia e o segundo relacionado ao aumento da necessidade do uso de pontos relacionados a ansiedade. Os prontuários apontam que ocorreu um aumento da necessidade de uso dos pontos relacionados a ansiedade na marca de 42,2% o que acende o alerta para os cuidados relacionados a saúde mental por um longo período de tempo.

**Palavras-chave:** Auriculoterapia, COVID-19, Pandemia.

## INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 trouxe incontáveis prejuízos ao homem e dentre eles podemos citar os prejuízos relacionados a saúde mental e desenvolvimento de quadros psicológicos como a ansiedade, diante disto, podemos elencar ferramentas para proteção da saúde mental e dentre elas podemos contemplar a auricoloterapia, prática milenar utilizada em diversos países do mundo para tratamento de problemas físicos e mentais.

O sentimento de medo é compreendido com uma reação natural e sadia diante de uma ameaça real e eminente, que demanda muitas vezes um agir racional para seu enfrentamento, pautado em informações realistas e concretas, com a finalidade de subsidiar, nesse caso, as medidas de proteção disponíveis. Entretanto, situações em que o medo se faz presente podem, eventualmente, gerar ansiedade, podendo causar, dependendo do grau de intensidade, um grande mal-estar aos indivíduos, acentuando ainda mais os desafios postos pela pandemia. (SILVA *et.al*, 2020)

Segundo Tomim e Nascimento (2021) em consulta a plataforma Scielo em outubro de 2020, objetivando identificar a produção científica sobre o objeto “Saúde mental na Pandemia”, constatou-se que os trabalhos identificados são voltados em pesquisa-ação e bibliométricos, não sendo localizado nenhum que tenha efetuado uma Revisão Sistemática (RS) dos possíveis impactos da pandemia em saúde mental. Tal achado nos faz pensar em quanto a saúde mental é deixada para segundo plano tanto nas práticas assistenciais quanto em trabalhos de pesquisa e assim se faz mostrar a relevâncias de trabalhos como este.

Para Faro *et al.*, (2020) o atual cenário de potencial catástrofe em saúde mental só será devidamente conhecido após passado o período de pandemia e esforços imediatos devem ser empregados, em todos os níveis e pelas mais diversas áreas de conhecimento, a fim de minimizar resultados ainda mais negativos na saúde mental da população.

Dentre muitas alternativas para controle da ansiedade e demais sintomas relacionados à saúde mental, a auricoloterapia se faz presente no cenário nacional e internacional, sendo uma prática milenar utilizada para o alívio de diversos sintomas físicos e mentais onde utiliza pontos dispostos no pavilhão auricular que tem relação com cada parte do corpo humano. Está prática está presente no dia a dia de uma pequena parte da população e necessita de aprofundamento dos profissionais da saúde para difundi-la e assim auxiliar no controle de diversas doenças.

Na auriculoterapia encontramos diversos pontos relacionados a ansiedade e que podem ajudar a aliviar este tipo de sintomas. Em um estudo de revisão integrativa de literatura sobre o tema Jales *et. al* (2019) destacaram os seguintes pontos como os mais utilizados para o protocolo de quadros como ansiedade e depressão, são eles: shen men, simpático, ponto zero, ponto da ansiedade, tálamo, suprarrenal, subcórtex, coração, fígado, rim, neurastenia. Estes pontos, quando estimulados por aplicação de esferas produzem efeitos sistêmicos e auxiliam na melhora saúde mental, aumentam o relaxamento e diminuem tensões que por venturam existam, para isso são necessárias sessões

Kurebayashi *et al*, (2017) destaca que a auriculoterapia tem vantagens importantes, por ser de fácil administração, muito rápida, relativamente barata e por ser realizável com materiais não invasivos e com mínimos efeitos colaterais adversos.

Sendo assim, investir uma adequada assistência à saúde utilizando este tipo de prática terapêutica para melhorar a qualidade de vida da população e para que este período seja abreviado se faz de extrema importância, assim sendo necessário que os profissionais de saúde estejam capacitados para os desafios do cuidado relacionados a saúde mental com todas as ferramentas disponíveis.

Diante do disposto acima o presente trabalho objetiva avaliar os atendimentos relacionados à auriculoterapia antes e depois do início da pandemia e compreender se houve aumento ou diminuição na procura por atendimento relacionado a ansiedade no período pandêmico quando comparado ao ano anterior.

## **2 MATERIAL E MÉTODOS**

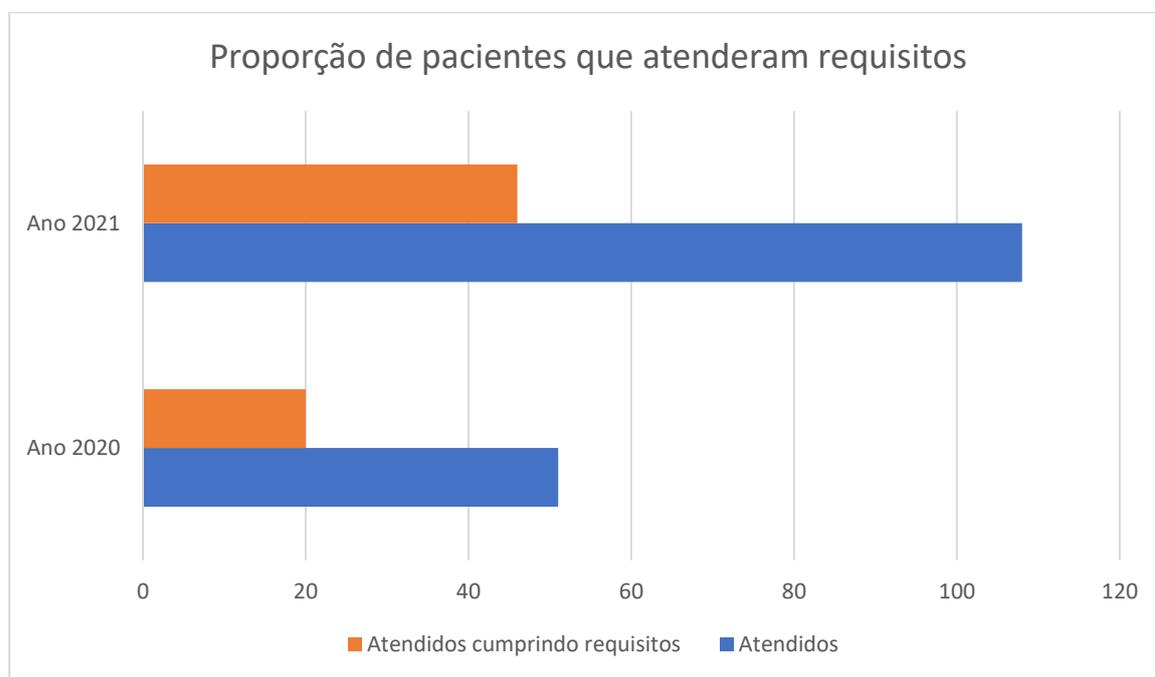
Foi realizado levantamento de prontuário de pacientes atendidos no período pré-pandêmico de março de 2019 a março de 2020, e no período pandêmico de abril de 2020 a abril de 2022. Após este primeiro contato com os dados realizou-se uma seleção de prontuários de clientes que cumpriam critério de inclusão. O critério que foi aplicado para elegibilidade dos pacientes foi a seleção apenas de prontuários que constavam pessoas com pelo menos 10 atendimentos com aplicação de esfera obrigatoriamente, pois estas práticas requerem regularidade para apresentar efeitos desejados e assim um número menor de aplicações poderia nos trazer falsos resultados.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

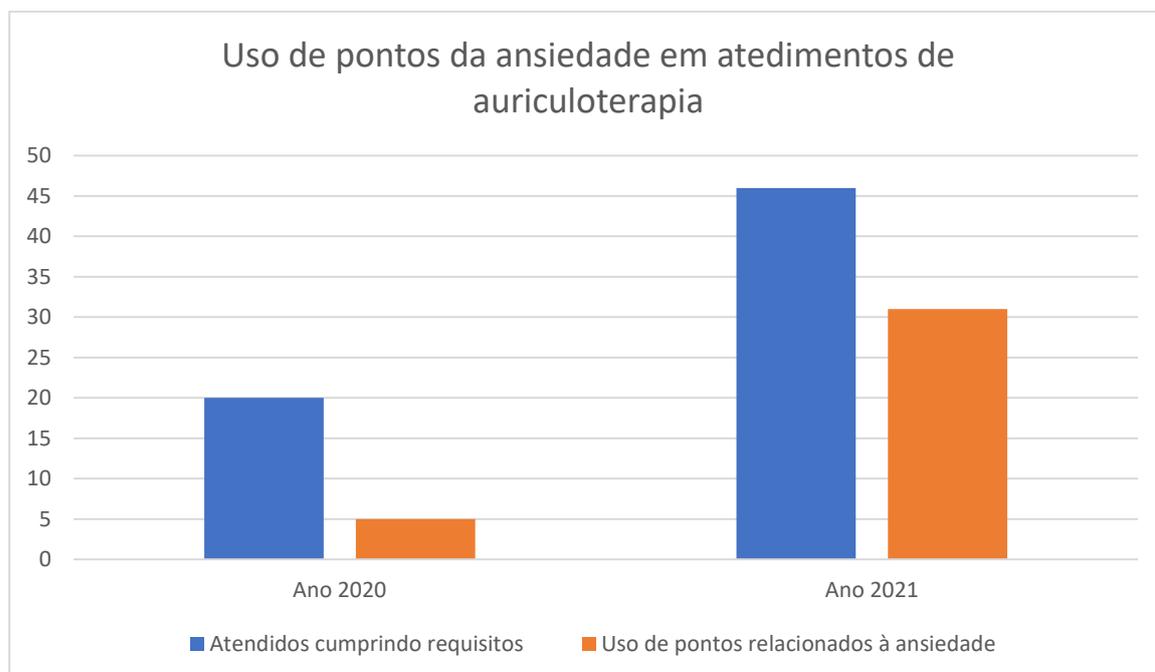
Ao elencar dados relacionados ao período pré-pandemia de março de 2019 a março de 2020 o levantamento mostrou que foi realizado atendimento de 51 pessoas, dentre estas, 20 clientes realizaram pelo menos 10 atendimentos e dentre os vinte, cinco apresentaram relatos de sintomas relacionados a ansiedade com necessidade de aplicação em pontos relacionados.

Já no período pandêmico de abril de 2020 a abril de 2021, 108 pessoas foram atendidas, sendo 46 prontuários selecionados por contar com critério de elegibilidade de no mínimo 10 consultas e aplicações de esferas.

Podemos observar 2 pontos importantes, o primeiro é relacionado ao aumento na procura da auriculoterapia o que por si só já pode nos revelar que os pacientes estavam apresentando necessidades maiores de atendimento no período pandêmico. E o segundo ponto destacado está relacionado ao aumento da necessidade do uso de pontos relacionados a ansiedade.



Os prontuários apontam que de 20 prontuários selecionados apenas 5 (25%) apresentavam a necessidade do uso de pontos para controle de ansiedade, enquanto no segundo momento foi observado que de 46 prontuários, 31 (67%) apresentaram a mesma necessidade.



#### 4 CONCLUSÃO

Com base no presente estudo podemos concluir que ocorreu um aumento da necessidade de uso dos pontos relacionados a ansiedade na marca de 42,2% e assim constatamos que a COVID-19 trouxe problemas que vão muito além da saúde física, ela afetou diretamente a saúde mental de boa parte da população, fato que não é surpreendente visto que o mundo passou por longos períodos de incerteza, isolamento, diminuição ou perda de renda, além de enfrentamento a morte de familiares, amigos e colegas de trabalho.

Vale ressaltar que a qualificação dos profissionais frente as práticas como a auriculoterapia se faz essencial, visto que diversos estudos já comprovam sua efetividade com baixo custo e boa resolutividade, principalmente quanto a problemas relacionados à saúde mental. Além disso, a maior procura por estudos relacionados a saúde mental, pois o tema ainda se mostra obscuro, mesmo após termos sido atingidos gravemente após a pandemia.

## REFERÊNCIAS

FARO, A. et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia** (Campinas) [online]. v. 37, I e200074, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/dkxZ6QwHRPhZLsR3z8m7hvF>. Acessado em 2 de set 2022.

JALES R.D.; GOMES A.L.C; SILVA F.V. da; PEREIRA I.L.; COSTA L.F.P; ALMEIDA S.A. Auriculoterapia no cuidado da ansiedade e depressão. **Rev enferm UFPE on line**. 13:e240783 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.240783>. Acesso em: 01 de set de 2022.

KUREBAYASHI L.F.S, TURRINI R.N.T, SOUZA T.P.B, MARQUEs C.F., RODRIGUES R.T.F., Charlesworth K. Auriculotherapy to reduce anxiety and pain in nursing professionals: a randomized clinical trial. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. ;25:e2843, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.1761.2843>. Acesso em: 01 de set de 2022.

SILVA, H.G.N; SANTOS, L.E.S; OLIVEIRA, A.K.S. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. **J. nurs. health**.;v.10, 2020  
Disponível em: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/06/1097482/4-efeitos-da-pandemia-do-novo-coronavirus-na-saude-mental-de-i\\_fNxf8zd.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/06/1097482/4-efeitos-da-pandemia-do-novo-coronavirus-na-saude-mental-de-i_fNxf8zd.pdf). Acesso em: 30 de ago de 2022.

TOMIM G. C.; NASCIMENTO D. T., COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde** v. 18, n 3 ▪ Belo Horizonte, MG ▪ JUL/SET ▪ e-ISSN: 2177- 2754 e ISSN impresso 1983-5205, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.21450/rahis.v18i3.6626>. Acesso em: 30 de ago de 2022.