

AURICULOTERAPIA COMO OPÇÃO TERAPÊUTICA PARA ANSIEDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

FREITAS; Kaline Ribeiro de¹, FREIRE; Sherley Romeiro²

RESUMO

Introdução: A pandemia do novo coronavírus está causando impacto na saúde mental dos indivíduos provocando adoecimentos. Sabe-se que a ansiedade é uma resposta natural do organismo a situações novas e desconhecidas, estando presente em muitos momentos de nossas vidas como uma entrevista de emprego, por exemplo. Mas ela pode se tornar danosa quando essa resposta se torna excessiva. Nos dias atuais, com o aumento de casos de adoecimentos e mortes devido a COVID-19, a Organização Mundial de Saúde (OMS) identificou aumento dos casos de ansiedade, atribuindo isso ao isolamento social, medo de contágio e perda da renda e emprego.

Objetivos: Identificar evidências na literatura científica acerca da auriculoterapia como opção terapêutica para a ansiedade e identificar estudos nessa temática durante o período de pandemia.

Método: Pesquisa bibliográfica com buscas em bases de dados como o Google Acadêmico, Scielo e Portal de Periódicos da CAPES, além de dados oficiais da Organização Mundial de Saúde, com palavras-chave: ansiedade, auriculoterapia e saúde mental, e critérios de inclusão como: trabalhos apresentados nos idiomas português e inglês, publicados nos últimos 5 anos.

Resultados: 3 artigos compuseram a amostra do estudo, sendo 1 deles realizado no período da pandemia. Na revisão sistemática de Corrêa et. al (2019), 24 amostras compuseram o estudo e 22 (92%) tiveram evidências positivas da auriculoterapia para ansiedade, estresse ou depressão.

Outros autores como Belasco e Passinho (2019) utilizaram a auriculoterapia entre estudantes de uma Universidade Federal, realizado no primeiro semestre de 2018 com total de 213 atendimentos, visando minimizar os efeitos da adaptação ao meio universitário, concluído com êxito na prevenção do agravamento do quadro de ansiedade.

Trigueiro et. al (2020), relataram em seus estudos a aplicação da auriculoterapia em 48 trabalhadores de uma base do serviço de atendimento móvel de urgência, no período da pandemia, em uma cidade do Nordeste brasileiro. Esses autores mencionaram que a prática visou contribuir com a melhora dos sintomas físicos (dor) e emocionais (ansiedade, estresse), maior promoção da saúde e aumento da disposição para o trabalho, sendo requisitada sua continuidade.

Conclusão: As evidências disponíveis neste estudo acerca dos efeitos da auriculoterapia como opção terapêutica para a ansiedade, mostrou dados promissores nesse contexto. Com 1 estudo identificado durante o período da pandemia em profissionais de saúde da linha de frente, significa que essa prática terapêutica foi percebida como benéfica para reduzir os riscos à saúde mental nesse momento de crise sanitária. Com isso, comprehende-se que a auriculoterapia é um importante método terapêutico para ansiedade, minimizando impactos negativos até mesmo nas repercussões da COVID-19.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade, Auriculoterapia, Saúde Mental.

¹ Instituto Federal do Ceará, kaline.ribeiro@ifce.edu.br

² Instituto Federal do Ceará, sherley.freire@ifce.edu.br