

EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NA DOR CRÔNICA: UMA REVISÃO NARRATIVA

ALINE KOHLER GEPPERT¹; **BÁRBARA PEREIRA TERRES²**; **ADRIZE RUTZ PORTO³**

¹*Universidade Federal de Pelotas – aline.geppert@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – barbaraterres@hotmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – adrizeporto@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são reconhecidas desde o final dos anos 1970, com a Primeira Conferência Internacional de Assistência Primária em Saúde (Alma Ata, Rússia, 1978). Neste mesmo período, a Organização Mundial da Saúde (OMS) instituiu o Programa de Medicina Tradicional, com o objetivo de criar políticas externas para essa área. No Brasil, a consolidação e formalização dessas abordagens de atenção à saúde ocorreram na década de 1980, especialmente após o surgimento do Sistema Único de Saúde (SUS). Com o envolvimento popular, os estados e municípios obtiveram mais autonomia na elaboração de suas políticas e medidas de saúde, implementando iniciativas pioneiras. A 8^a Conferência Nacional de Saúde (CNS), realizada em 1986, foi um marco importante para a inclusão das PICS no sistema de saúde do Brasil, garantindo ao usuário o acesso democrático à sua escolha (BRASIL, 2006).

As PICS foram inseridas no SUS no ano de 2006, pela portaria GM/MS nº 971 e institucionalizadas por meio da Política Nacional de PICs no SUS (PNPIC) (BRASIL, 2015), foram ampliadas nos anos de 2017 e 2018, totalizando 29 práticas reconhecidas pelo Ministério da Saúde (MS) (BRASIL, 2018). As PICS são complementares aos tratamentos convencionais, melhorando a qualidade de vida e percepção da dor pelo paciente.

Dentre estas 29 PICS está a auriculoterapia, é uma técnica terapêutica que busca a regulação psíquica e orgânica do indivíduo através da estimulação de pontos energéticos na orelha, onde todo o corpo é representado como um microssistema. Para isso, são utilizados estímulos como agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico ou sementes de mostarda, especialmente preparados para esse fim. A auriculoterapia faz parte de um conjunto de práticas terapêuticas que têm origem nas tradições chinesas e francesas, sendo que a versão brasileira resulta da combinação dessas duas, utilizando-se de estímulos em pontos específicos da orelha para tratar diversas condições de saúde, incluindo a dor crônica (BRASIL, 2018).

De acordo com o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Dor Crônica elaborado pelo MS, as técnicas para o controle da dor incluem um conjunto de abordagens educacionais, físicas, emocionais e comportamentais que visam ao paciente uma sensação de controle sobre sua condição, além de estimular a responsabilidade e o envolvimento ativo no tratamento. Intervenções não medicamentosas são recomendadas como uma estratégia eficaz (BRASIL, 2024). Essas intervenções vêm resultando na redução do uso de medicamentos, sem

substituir o tratamento convencional de saúde, aumentando a qualidade de vida e bem-estar, além de ser um tratamento não invasivo.

Uma meta-análise sobre os efeitos da auriculoterapia para dor crônica, avaliou 17 estudos. A revisão mostrou que a auriculoterapia foi eficaz na redução da intensidade da dor crônica, de modo significativo, com uma diferença média padronizada de 1,84 (Intervalo de Confiança de 95%: 0,60, 3,07) em cinco estudos. As pesquisas indicam que a auriculoterapia pode ser um tratamento não farmacológico eficaz para o tratamento da dor crônica, embora sejam necessários mais ensaios em larga escala e bem projetados para confirmar esses efeitos de forma mais robusta (ASHER *et al.*, 2010). Outra meta-análise analisou 15 ensaios clínicos e concluiu que a auriculoterapia pode ser eficaz para o alívio da dor crônica, especialmente em casos como dor lombar crônica e cefaléia tensional. A redução da intensidade da dor foi observada nas primeiras 48 horas, embora os efeitos diminuam após três meses de tratamento (YANG *et al.*, 2017).

O objetivo do presente trabalho é descrever os resultados de pesquisas a partir de revisão narrativa da literatura sobre efeitos da auriculoterapia na dor crônica.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa composta pelas seguintes etapas. No primeiro momento foi adotada a pergunta norteadora: quais são os efeitos da auriculoterapia na dor crônica? Na segunda etapa foram estabelecidos os critérios de inclusão: (I) apresentar dados sobre o uso da auriculoterapia; (II) artigos na língua inglesa, espanhola e portuguesa; (III) artigos dos últimos cinco anos. Os critérios de exclusão foram: (I) textos, cartas, estudos que não foram voltados à aplicação de auriculoterapia em humanos.

A busca dos dados foi realizada no Google Acadêmico nos meses de setembro e outubro de 2024. Foram utilizadas as palavras-chave (*auriculoterapia*) AND (*dor crônica*). Foram encontrados 1.360 trabalhos científicos.

Por fim, com a leitura dos artigos, 10 foram selecionados para integrar a revisão. Procedeu-se então à leitura na íntegra dos artigos e compilados os efeitos da auriculoterapia na dor crônica.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a amostra final foram selecionados 10 artigos, dentre eles três na língua inglesa e cinco do ano de 2021. O ano de publicação variou de 2019 a 2024.

De acordo com o estudo de Carvalho *et al.* (2022) que analisou os efeitos da auriculoterapia como intervenção para melhoria da dor e qualidade de vida dos colaboradores de uma instituição de ensino privada, esta revelou-se uma alternativa promissora entre as práticas terapêuticas voltadas para o tratamento de alterações físicas e mentais que resultam em dor, redução da qualidade de vida e limitações nas atividades diárias. Os resultados deste estudo indicam que essa técnica é rápida, prática, acessível e eficaz.

Outro estudo, desta vez um ensaio clínico randomizado controlado, duplo-cego, realizado com 189 universitários de uma universidade do Sul do Brasil para análise de resultados do uso isolado e combinado da reflexoterapia podal e auriculoterapia para lombalgia aguda inespecífica nos estudantes, apresentou melhora significativa na redução da lombalgia, porém o uso

combinado não apresentou melhores resultados em comparação ao uso isolado. Embora o estudo tenha mostrado resultados significativos e semelhantes nas diferentes intervenções, não foi realizado o estímulo diário dos pontos auditivos ao longo da pesquisa, sendo esta uma sugestão para novos estudos (MEDEIROS *et al.*, 2021).

A auriculoterapia também apresenta outras formas de ser aplicada, como é o caso do estudo clínico randomizado para avaliar o alívio da dor crônica da coluna vertebral com o uso de Laser de baixa frequência, ao final das 10 sessões foi constatada uma melhora significativa na dor crônica da coluna vertebral, bem como um aumento dos limiares de dor em resposta ao estímulo mecânico nas regiões cervical, torácica e lombar, ainda assim, 15 dias após o término da intervenção, os resultados contribuíram significativamente nas variáveis mencionadas, promovendo uma melhoria prolongada na capacidade funcional dos integrantes do estudo (MENEZES, 2020).

O uso de sementes de mostarda na auriculoterapia é muito comum, além de sua eficácia no alívio da dor, tem a vantagem de seu custo benefício. Para Silva, Araújo e Guerino (2021) em seu ensaio clínico randomizado cego, com dois grupos: sendo que um utilizou sementes de mostarda para acupressão nos pontos auriculares “Shen-Men”, “Rim”, “Simpático” e “Coluna Lombar” e o outro grupo utilizou espuma de poliuretano de baixa densidade no lugar das sementes. Ambos os grupos realizaram quatro sessões de auriculoterapia, com trocas semanais. O grupo que fez uso das sementes de mostarda apresentou redução na temperatura média nos termogramas verificados em 0,8°C também aumentando o limiar álgico à pressão na região da coluna lombar em 0,4Kgf dos participantes deste grupo comprovando sua eficácia.

4. CONCLUSÕES

Nesta revisão narrativa, todos os estudos apresentaram efeitos positivos no uso da auriculoterapia na dor crônica. Identificou-se importante redução nos níveis álgicos, assim como a prática auxiliou no bem-estar físico e mental, proporcionando uma melhor qualidade de vida daqueles que vivem com dor crônica.

Além dos resultados citados, também ficou evidente a eficácia da auriculoterapia independente dos mecanismos utilizados, sejam eles o uso do laser de baixa frequência e sementes de mostarda. Ficando evidente que é possível investir na implementação da auriculoterapia em serviços públicos ou privados para redução da dor, sendo esta uma prática não invasiva, complementar ao tratamento convencional, de baixo custo e de fácil aplicabilidade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASHER, Gary N. et al. Auriculoterapia para tratamento da dor: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* , v. 16, n. 10, p. 1097-1108, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1089/acm.2009.0451>. Acesso em: 10 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006.** Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS:** atitude de ampliação de acesso. 2. edição. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 702, de 21 de março de 2018.** Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018.

DE CARVALHO, Ana Flávia Machado et al. Os efeitos da auriculoterapia sobre a dor e qualidade de vida. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 13, p. e267111335410-e267111335410, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/35410>. Acesso em: 8 out. 2024.

DE MEDEIROS, Graciela Mendonça da Silva et al. Uso isolado e combinado da reflexoterapia podal e auriculoterapia para lombalgia aguda: ensaio clínico randomizado. **Revista Renome**, v. 10, n. 2, p. 68-78, 2021. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/renome/article/view/4599/5220> Acesso em: 7 out. 2024.

MENEZES, F. S da. Efeito da auriculoterapia com laser em pessoas com dor crônica na coluna vertebral - ensaio clínico randomizado. 2020. 68 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) - Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG, 2020. Disponível em: <http://bdtd.unifal-mg.edu.br:8080/handle/tede/1677> Acesso em: 7 out. 2024.

SILVA, A.P.G da; ARAÚJO, M.G. de; GUERINO, M. R. Efeitos da auriculoterapia com sementes de mostarda na dor lombar crônica de profissionais de enfermagem. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 28, p. 136-144, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/yPPCYygwppQG3MQs7McmHrs/#> Acesso em: 7 out. 2024.

YANG, Li-Hua et al. Efficacy of Auricular Acupressure for Chronic Low Back Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine**, v. 2017, n. 1, p. 6383649, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2017/6383649>. Acesso em: 10 set. 2024.