

OFERTA DE SESSÕES DE AURICULOTERAPIA À COMUNIDADE

GUILHERME RODRIGUES PRADO¹; LUCAS DA SILVA DELLALIBERA²,
JOSSANE DA SILVA DEL SACRAMENTO³, JOSIANE KÖNZGEN SCHNEID⁴,
GABRIELI ASSIS DA SILVA COVA⁵, ADRIZE RUTZ PORTO⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas – guilhermerodriguesprado13@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – dellaliberalucas.97@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – jossanesacramento70@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – josianeconzgenschneid@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – gabrielicova@hotmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – adrizeporto@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), denominadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como medicinas tradicionais e complementares, foram institucionalizadas no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), aprovada pela Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006. Em março de 2017, a PNPIC foi ampliada com mais 14 práticas a partir da publicação da Portaria nº 849/2017, totalizando 29 práticas (BRASIL, 2017).

A auriculoterapia é uma dessas práticas, sendo uma técnica de estimulação de pontos específicos da orelha (geralmente por meio do uso de sementes vegetais esféricas aderidas à pele, como a de mostarda) (BRASIL, 2017). Em uma metanálise com 860 participantes, houve redução de ansiedade (IC -6,35; -4,05) e estresse (IC -28,14; -11,70) significativas, quando tratados com auriculoterapia (MUNHOZ *et al.*, 2022).

Considerando a relevância de promoção de saúde e bem-estar por meio da auriculoterapia, são oferecidas sessões por meio de projeto de extensão universitário. A atividade está vinculada ao projeto de extensão de Práticas integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde (PIC-RAS), da Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas (FE-UFPel). O projeto atua desde 2017, na divulgação e ofertas das PICS na rede de atenção à saúde na região sul do Rio Grande do Sul.

Para tanto, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da oferta de sessões de auriculoterapia à comunidade, incluindo tanto a acadêmica, como estudantes e servidores da universidade, e a população em geral de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma ação “Oferta de sessões de auriculoterapia”, que é oferecida desde outubro de 2022, contando na equipe com uma docente da enfermagem, técnica de enfermagem do hospital, mestrando da enfermagem e acadêmica do curso de farmácia, todos vinculados à UFPel e com formação em auriculoterapia.

A ação acontece semanalmente com a disponibilização, meia hora antes dos atendimentos iniciarem, de 15 fichas dispostas em frente ao laboratório 257 da FE-UFPel, localizada no campus Anglo, onde estão três servidoras que já atuam nesse laboratório, que colaboram com a ação. Os atendimentos geralmente são

desenvolvidos no período de uma hora, podendo contemplar mais pessoas, além das 15 fichas, se for dentro desse tempo. A equipe se organiza via software de mensagens instantâneas, definindo quem irá a cada semana para realização dos atendimentos.

A sessão ocorre com o auriculoterapeuta chamando na porta do referido laboratório o número de cada ficha, convidando o participante a entrar no laboratório e sentar em uma cadeira. Para aqueles que preencheram um pequeno formulário que está anexo com clips a ficha plastificada com número e nome do projeto e ação. Este papel está disposto em uma mesa junto às canetas para preenchimento, que já é respondido durante a espera das pessoas pelo início da ação em poltronas em frente ao laboratório. As informações que constam neste formulário são: nome, data, e-mail, idade, gênero, ocupação, já fez auriculoterapia antes, problemas de saúde, objetivos do atendimento de hoje.

Quando o auriculoterapeuta visualiza que no formulário foi respondido ser a primeira vez do participante com essa prática, é explicado que a auriculoterapia faz parte da medicina tradicional chinesa, avaliando-se a orelha, por esta ser um microssistema que corresponde ao corpo todo e se mostrando um mapa auricular contendo esses pontos, de modo que estão dispostos como se fosse um feto de cabeça para baixo. Além disso, é exposto a escola francesa de auriculoterapia, desenvolvida por Paul Nogier, a qual propõe uma abordagem neurofisiológica, também reconhecendo a orelha como reflexo do corpo inteiro. É possível integrar ambas as abordagens, criando uma junção que combina os conhecimentos da medicina tradicional chinesa com os avanços da escola francesa.

Ainda, que na ação é utilizada principalmente sementes de mostarda, sendo mostrado a placa onde as sementes estão dispostas com uma fita adesiva hipoalergênica. Também é detalhado sobre o instrumento apalpador que é utilizado para localizar por pressão nos pontos da orelhas, o local de maior sensibilidade para o participante.

Igualmente, é explanado que não precisa de cuidados adicionais no banho, pois pode molhar, sem esfregar durante a higiene e nem com a toalha ao secar a orelha. A semente pode permanecer por sete dias e, o próprio participante retira elas, se informando que nos dois primeiros dias, conforme a sensibilidade de cada um pode haver desconforto e que nas primeiras sessões, se escolhe a orelha oposta se a pessoa tiver lado específico de ficar deitada para dormir e assim evitar de atrapalhar o sono e rejeição por esse motivo com a técnica.

Indica-se que o pico do efeito do estímulo da semente no ponto é no terceiro dia e que ao quinto dia o efeito desaparece, sendo percebido especialmente em quem tem dor crônica, de forma que a dor retorna. Diante de dúvidas, também são estas sanadas dentro do que é indicado pela literatura referente a auriculoterapia.

Então, posteriormente, a esse esclarecimento, quando é a primeira vez, ou se já tem experiência com o recebimento da técnica, a sessão é iniciada com a inspeção das orelhas, observando-se alterações, como manchas, pontos avermelhados, arroxeados ou esbranquiçados, vasos ingurgitados e pontos de dor verificados com o instrumento apalpador. Somado a isso, é identificado o que consta no formulário preenchido pelo participante e o auriculoterapeuta define a quantidade de pontos a serem fixados por meio de retirada com pinça da semente que está na placa. O protocolo é iniciado com um ponto chave chamado “Shen men” que representa o equilíbrio físico-emocional das pessoas. E os demais pontos são definidos conforme as queixas descritas e avaliação da orelha.

Durante ou após a fixação, os pontos são descritos atrás do papel do formulário e informados à pessoa. É detalhado sobre “apertar” as sementes que consiste na intensificação do estímulo sobre os pontos, e já realizado em todos eles naquele momento da sessão e, assim, a pessoa é dispensada e chamada pelo auriculoterapeuta a próxima ficha no corredor externo ao laboratório. Os formulários servem apenas para acompanhamento da ação e dos participantes, sem divulgação dos nomes e situações de cada um e ficam de posse da docente que organiza a ação e participa como auriculoterapeuta, sendo também quem instrui em dúvida da equipe, faz discussão dos casos e situações e necessidades de aplicação de pontos, pela experiência com a prática desde 2019.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

No formulário de atendimento, houve 468 sessões de auriculoterapia de outubro de 2022 a dezembro de 2023 (não sendo ainda computados os de 2024). Entre os objetivos de atendimento, em 149 relataram ansiedade, 127 dor e 20 estresse, entre outros. 411 (89,3%) foram mulheres e 49 homens, 241 (52,2%) entre 13 a 39 anos e 221 de 40 a 92 anos, com média de 42,15 anos ($dp=14,53$). 228 (50,3%) possuem a ocupação de técnicos administrativos em educação, sendo 113 comunidade externa, 88 estudantes e 24 professores, 110 (24,9%) não tinham feito antes a auriculoterapia. 98 (20,9%) relataram como primeiro objetivo melhorar a ansiedade, sendo o mais prevalente e 370 outros objetivos.

Não foi observada relação da ansiedade quanto primeiro objetivo citado pela pessoa atendida (teste de Mann Whitney; $p=0,604$), mas sim ser técnico administrado em educação e ansiedade ($p=0,035$) e não teve relação com ter feito antes (teste qui-quadrado; $p=0,902$), com a idade ($p=0,111$) e sexo ($p=0,964$).

Em uma pesquisa com 371 técnicos da UFPel, houve associação de estresse com relação à estrutura inadequada de trabalho e falta de apoio social, assim como alta exigência laboral (LOPES; SILVA, 2018). O estresse, considerando, assim como na pesquisa, que muitos dos técnicos atuam na reitoria, sob demandas exigentes, pode levar a quadros de ansiedade.

Além disso, é comum as pessoas referirem que a ação tem auxiliado elas de forma global em relação a sua saúde e bem-estar, sendo procurada a ação pela divulgação que acontece nas redes sociais do projeto, pelas pessoas quererem ter a vivência com a prática, por indicação de quem já participou e por encaminhamento de serviços de saúde. A equipe de auriculoterapeuta se sente também retribuída com os resultados que são relatados pelos participantes, pela procura da ação e pelo aprendizado já que a experiência com a técnica é aprimorada conforme as condições das pessoas se apresentam, as diferenças anatômicas das orelhas entre os indivíduos, os estudos e discussões entre os auriculoterapeuta sobre os pontos mais indicados, a vivência com os efeitos e tentativas de aplicação em pontos que possam ser mais efetivos de acordo a demanda.

Em alguns momentos, tecnologias são ofertadas, como Stiperterapia (pastilhas impregnadas de silício, que funciona como filtro energético no pavilhão auricular) e Bandagem auricular magnética (rica em magnetos). Considerando que o atendimento é individualizado, a auriculoterapeuta Jossane, por também atuar em consultório particular, agrega a ação de extensão, com suas capacitações, experiências e outros materiais.

Outro aspecto a ser relatado com a experiência na ação é de ser comum a interação entre auriculoterapeuta e pessoa atendida, caracterizando como uma escuta ativa sobre as queixas, o que também já produz alívio das situações, pois as convivências presenciais e interações mais pessoas não é mais tão frequente com os ritmos de vida da sociedade contemporânea. A escolha do participante para receber essa prática, também é um espaço com sentido de autocuidado, de pausa para si.

No curso da enfermagem, a auriculoterapia é umas práticas, que teoricamente e por meio de vivência em oficina, os estudantes já conhecem, sendo a ação extensionista também uma oportunidade para seguimento no tratamento e também útil para demonstrar a viabilidade da aplicação da prática enquanto futuros profissionais da saúde. Assim, com a ação promove-se a disseminação de saberes sobre auriculoterapia para a comunidade, com intuito de divulgar que as PICS são seguras no cuidado em saúde e no SUS.

4. CONSIDERAÇÕES

Por intermédio dos atendimentos foi possível realizar a avaliação do pavilhão auricular, identificar os pontos agudizados e realizar a intervenção necessária para a melhora do quadro da semana dos atendidos. A equipe percebeu que a maioria dos pacientes retornaram para continuar o tratamento, pois vivenciaram uma melhora geral em suas condições e satisfação com a PICS.

E os estudantes da área da saúde, que fazem parte da equipe, expressam que vem sendo uma ótima experiência atender as pessoas em uma oferta de uma possibilidade não farmacológica para cuidado da saúde, pois possibilitou a prática da auriculoterapia em vários diagnósticos e a troca de experiências entre os auriculoterapeutas.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria N° 849, de 27 de março de 2017.** Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiopraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Diário Oficial da União, Brasília, 2017.

LOPES, S. V.; SILVA, M. C. da. Estresse ocupacional e fatores associados em servidores públicos de uma universidade federal do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 11, p. 3869–3880, nov. 2018.

MUNHOZ, O. L. et al. Effectiveness of auriculotherapy for anxiety, stress or burnout in health professionals: a network meta-analysis. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, p. e3708, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/3P9DhfbGCNqTRLXZ7cyqZZJ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 set. 2024.