

AURICULOTERAPIA EM AÇÃO: EXTENSIONISTAS UNIVERSITÁRIOS PROMOVENDO TECNOLOGIA SOCIAL DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

GABRIELI ASSIS DA SILVA COVA¹; JOSIANE KÖNZGEN SCHNEID²; JOSSANE
DA SILVA DEL SACRAMENTO³; ADRIZE RUTZ PORTO⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – gabrielicova@hotmail.com

²Univesidade Federal de Pelotas– josianekonzgenschneid@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – jossanesacramento70@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – adrize.porto@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) representam um avanço importante no reconhecimento e na valorização de diferentes racionalidades médicas dentro do Sistema Único de Saúde (SUS). Reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como medicinas tradicionais e complementares, elas foram incorporadas ao SUS por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), criada pela Portaria nº 971/2006. Mais de uma década depois, a atualização da política, em 2017, ampliou para 29 as práticas oferecidas em serviços públicos de saúde no Brasil (Brasil, 2006; Brasil, 2017).

Dentre essas práticas, a auriculoterapia tem recebido crescente atenção da comunidade científica e dos serviços de saúde. Baseada na estimulação de pontos auriculares que correspondem a regiões corporais e funções fisiológicas, a técnica é reconhecida por contribuir para a redução de sintomas relacionados ao estresse, ansiedade, dor e distúrbios do sono (Munhoz *et al.*, 2022). Seu baixo custo, simplicidade de aplicação e potencial terapêutico a tornam uma estratégia relevante tanto em nível individual quanto coletivo, especialmente em tempos de aumento das demandas por saúde mental.

No contexto universitário, a integração entre ensino, pesquisa e extensão possibilita que práticas como a auriculoterapia extrapolem o caráter clínico, assumindo também uma dimensão formativa e social. Desde 2017, o projeto de extensão Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde (PIC-RAS), vinculado à Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), tem promovido atividades voltadas à disseminação e oferta das PICS. Essas ações contribuem para ampliar o acesso da população a recursos terapêuticos complementares e, ao mesmo tempo, aproxima estudantes da realidade do SUS, estimulando reflexões críticas sobre a integralidade do cuidado e promoção da saúde.

Neste trabalho, objetiva-se relatar a experiência da oferta de sessões de auriculoterapia à comunidade de Pelotas/RS, contemplando tanto o público universitário quanto usuários externos, e discutir seus desdobramentos na promoção de saúde e na formação acadêmica em saúde.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência da ação intitulada “*Oferta de Sessões de Auriculoterapia*”, realizada desde outubro de 2022 no campus Anglo da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL). As sessões ocorrem semanalmente no laboratório 257 da Faculdade de Enfermagem (FE-UFPeL), oferecidas por uma equipe composta por acadêmica do curso de farmácia, enfermeira do hospital escola e docente do curso de enfermagem.

Para a organização do atendimento são disponibilizadas com antecedência de 30 minutos, o total de 15 fichas para uma triagem inicial anterior à sessão. Porém, caso haja tempo hábil dentro do período determinado para a oficina, a equipe sempre busca contemplar mais participantes. A escala de voluntários é previamente combinada.

No início da sessão, o auriculoterapeuta chama os participantes conforme a ordem numérica das fichas, convidando-os a ingressar no laboratório e a se sentar. Durante a espera, os participantes preenchem um formulário simples, disponibilizado juntamente às fichas de atendimento, no qual são solicitadas informações como: data, nome, idade, gênero, ocupação, e-mail, já fez auriculoterapia antes, problemas de saúde e objetivos no atendimento de hoje.

Nos casos em que o formulário indica que se trata da primeira experiência do participante com a técnica, é realizada uma explicação introdutória sobre a auriculoterapia. Apresenta-se sobre sua origem na Medicina Tradicional Chinesa, que compreende a orelha como um representante em menor escala do corpo humano, semelhante a um feto invertido.

A técnica utilizada na ação baseia-se, predominantemente, no uso de sementes de mostarda fixadas à pele com fita adesiva hipoalergênica. Para localizar os pontos de maior sensibilidade, o auriculoterapeuta emprega um instrumento apalpador. Aos participantes, orienta-se que as sementes podem permanecer na orelha por até sete dias, não havendo restrições quanto ao banho, exceto a recomendação de evitar fricção excessiva durante a higiene.

Explica-se também que a sensibilidade pode gerar leve desconforto nos primeiros dias e que, quando necessário, a aplicação é feita na orelha oposta ao lado de costume para dormir, de modo a não prejudicar esse descanso noturno. É informado que o efeito terapêutico costuma atingir seu pico no terceiro dia, reduzindo-se gradativamente até o quinto, quando os sintomas podem retornar, sobretudo em casos de dor crônica.

Posteriormente às orientações, é iniciada a avaliação clínica da orelha, que inclui a inspeção de possíveis alterações, como manchas, colorações anormais, vasos ingurgitados e pontos dolorosos à palpação. Essa análise é associada às informações registradas no formulário, o que permite ao profissional definir a quantidade e os locais de aplicação. O protocolo, inclui de forma sistemática, o ponto denominado *Shen Men*, reconhecido por sua contribuição no equilíbrio físico e emocional. Os demais pontos são selecionados de acordo com as queixas relatadas e os achados clínicos na orelha.

Após a fixação das sementes, o profissional explica ao participante o funcionamento da técnica, incluindo a importância da estimulação manual periódica, apertando os pontos a fim de potencializar os efeitos. Todas as informações sobre os pontos aplicados são registradas no verso do formulário, que é posteriormente arquivado para fins de acompanhamento interno da ação. Ressalta-se que esses registros não são divulgados, preservando a confidencialidade e privacidade dos participantes.

A coordenadora da atividade, que além de atuar como auriculoterapeuta, orienta a equipe quanto às dúvidas clínicas e à seleção de pontos, com base em

sua experiência acumulada na prática desde 2018. Dessa forma, a ação não apenas oferece atendimento à comunidade universitária e externa, mas também constitui espaço formativo e de integração entre ensino, serviço e extensão.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A partir das fichas de atendimentos preenchidas pelos participantes, com a ação de extensão, no período de 26/8/2022 a 29/2/2024, a ação do projeto teve um total expressivo de 536 sessões, demonstrando uma alta demanda e a capilaridade da ação extensionista. A ação ainda segue em execução, porém os dados estão sendo compilados. A ampla faixa etária dos participantes, entre 13 e 92 anos (média de 42 anos), indica que a auriculoterapia é uma prática receptiva para um público vasto, desde adolescentes até idosos. Isso sugere que a técnica é percebida como de baixa invasividade e com ampla aplicabilidade para diversas queixas relacionadas às diferentes fases da vida.

Um dado que merece destaque e segue uma tendência nacional observada em outras práticas integrativas é a baixa adesão do sexo masculino: apenas 52 participantes (aproximadamente 9,7% do total). Frequentemente, homens são menos propensos a buscar cuidados preventivos ou terapias complementares, associando a busca por ajuda a uma fragilidade. O projeto, portanto, evidencia um importante desafio de saúde pública: como engajar a população masculina em ações de autocuidado e promoção da saúde, necessitando de estratégias de comunicação e abordagem específicas para este público.

A composição do público atendido reflete claramente o caráter extensionista do projeto, que visa a integração entre a universidade e a sociedade, sendo 86 estudantes, 66 TAEs (Técnicos Administrativos em Educação) e 18 docentes: Juntos, esse público interno da universidade representa aproximadamente 31,7% do total. Isso demonstra que o projeto cumpriu um papel crucial no bem-estar da comunidade universitária, oferecendo um alívio para o estresse e as demandas físicas e mentais inerentes ao ambiente acadêmico. Os demais (cerca de 68,3%) eram da comunidade externa. Este é talvez o dado mais significativo em termos de impacto social. Mostra que a universidade conseguiu abrir suas portas e oferecer um serviço de saúde relevante para a população do seu entorno, cumprindo sua função social de irradiar conhecimento e cuidado para além dos seus muros.

O fato de 384 participantes (cerca de 71,6% do total) já conhecerem a auriculoterapia antes da sessão é um indicador potente. Ele aponta para a popularização e crescente disseminação de conhecimento sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. A técnica, por ser simples e não-farmacológica, encontra boa aceitação, facilitando a adesão das pessoas que chegam ao projeto não por desconhecimento, mas em busca de um benefício específico que já esperam da prática.

O dado de que 98 participantes citaram a ansiedade como seu principal problema é extremamente revelador e dialoga diretamente com o contexto de saúde global e pós-pandêmico. A ansiedade é considerada o mal do século XXI, e este projeto confirma que ela é uma das maiores demandas de saúde mental na comunidade atendida. A auriculoterapia se posiciona como uma ferramenta terapêutica valiosa para o manejo não-farmacológico de sintomas ansiosos, oferecendo um momento de pausa, escuta e estímulo de pontos que promovem

relaxamento e equilíbrio. Projetos de extensão como este funcionam como uma porta de entrada branda e um complemento importante para o cuidado em saúde mental.

4. CONSIDERAÇÕES

A aceitação e a demanda por práticas integrativas de saúde no contexto de uma ação de extensão universitária. Os resultados não apenas validam a viabilidade do projeto, mas também revelam tendências importantes sobre as necessidades de saúde da comunidade atendida, com destaque para os transtornos mentais.

Os dados mostram que o projeto de extensão em auriculoterapia foi bem-sucedido em atingir um público diversificado, com significativa penetração na comunidade externa, confirmando a relevância social da ação. O perfil dos usuários evidencia a necessidade de estratégias específicas para atrair o público masculino e corrobora a auriculoterapia como uma prática acessível e procurada, principalmente para o alívio da ansiedade.

A partir da ação é possível vislumbrar outras estratégias para expansão desta, como campanhas direcionadas, desenvolvendo-se materiais de comunicação, estabelecer parcerias com serviços de saúde mental da universidade e do município para encaminhamentos mútuos, implementar um sistema de avaliação de resultados, oferecer workshops para a comunidade entender melhor os princípios e benefícios das PICS, fortalecendo a autonomia no autocuidado. Este projeto vai além de oferecer sessões terapêuticas; ele atua como um termômetro das necessidades de saúde da comunidade e um vetor de promoção do bem-estar integral.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Inclui novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Diário Oficial da União, Brasília, 2017.

MUNHOZ, O. L. **Efetividade da auriculoterapia para ansiedade, estresse e burnout em profissionais da saúde**: revisão sistemática com metanálise em rede. 2022. 194 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) - Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, RS, 2022. Disponível em: https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/24302/TES_PPGENFERMAGEM_2022_MUNHOZ_OCLARIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 29 ago. 2025.