

AURICULOTERAPIA COMO FERRAMENTA DE CUIDADO EM SAÚDE NA ATENÇÃO BÁSICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Autora: Elidiane Lira da Silva, Fisioterapeuta, Residente do Programa Multiprofissional Integrada em Saúde da Família (UPE).

Orientadora: Dr^a. Paulette Cavalcante de Albuquerque, Médica, Doutora em Saúde Pública, Professora adjunta (UPE).

*UNIVERSIDADE DE PERNAMBUCO- UPE
FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS- FCM
elifisio.lira@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), aprovada pela portaria nº 971, de 03 de maio de 2006, enquanto uma política do Sistema Único de Saúde (SUS) veio contribuir para o cuidado no âmbito da prevenção, promoção, manutenção e recuperação da saúde através de práticas naturais, possibilitando maior acesso da população a esses serviços, de acordo com os princípios e diretrizes do SUS. É um marco decisivo do processo de institucionalização destas abordagens no SUS, passando a ser a referência para a estruturação das PIC no sistema de saúde brasileiro.

Ao atuar nos campos da prevenção de agravos e da promoção, manutenção e recuperação da saúde baseada em modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo, a PNPIC contribui para o fortalecimento dos princípios fundamentais do SUS. Nesse sentido, o desenvolvimento desta política deve ser entendido como mais um passo no processo de implantação do SUS. (BRASIL, 2013, p.7).

O aumento constante do fluxo de pessoas atendidas na Atenção Básica com problemas de saúde, decorrentes de estresse e ansiedade, traz a necessidade da inclusão das práticas integrativas e complementares em saúde no âmbito da saúde mental, principalmente através de atividades em grupo, pois além de oferecer o cuidado para um maior número de pessoas, propõe os benefícios

inerentes dos processos grupais, contribuindo assim para ampliação das possibilidades do cuidado integral a saúde e a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas no território em que elas vivem.

A auriculoterapia é uma prática integrativa e complementar em saúde (PICS) implantada no SUS em 2006, através da PNPIC, e trata-se de um método de diagnóstico e de terapêutica por meio da estimulação de pontos específicos do pavilhão auricular através de estímulos mecânicos, eletromagnéticos, térmicos ou outros que têm relação com todo o corpo. Para isso, utilizam-se agulhas, sementes de mostarda, objetos metálicos ou magnéticos, sendo assim possível estimular os acupontos reflexos.

Esta prática é bastante conhecida e utilizada na China desde a Antiguidade e faz parte de um conjunto de técnicas terapêuticas, que tem como base os preceitos da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Acredita-se que tenha sido desenvolvida juntamente com a acupuntura sistêmica (corpo), que é, atualmente, uma das terapias orientais mais populares em diversos países e tem sido amplamente utilizada na assistência à saúde para aliviar dores ou tratar diversos problemas físicos ou psicológicos, como ansiedade, enxaqueca, obesidade ou contraturas (FERREIRA, 2010).

Em 1990, a Organização Mundial da Saúde (OMS), reconheceu a auriculoterapia como terapia de microssistema para promoção e manutenção da saúde no tratamento de diversas doenças. Desde então, diversos estudos vêm sendo realizados e publicados, a fim de comprovar a importância clínica da auriculoterapia. (WHO, 1990).

A auriculoterapia um método prático, de rápida aplicação, que permite o atendimento de uma quantidade maior de usuários do sistema único de saúde, em um menor tempo e com um baixo custo (TESSER ; NEVES; SANTOS, 2016).

Este trabalho tem o objetivo de descrever um relato de experiência de formação de um grupo de cuidado que utiliza a auriculoterapia como ferramenta na promoção da saúde, realizado em uma Unidade de Saúde da Família (USF), na cidade do Recife- PE.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência do trabalho realizado pela Residência Multiprofissional Integrada em Saúde da Família da Faculdade de Ciências Médicas (FCM) da Universidade de Pernambuco (UPE), com a implantação de um grupo de cuidado que utiliza a auriculoterapia, como

ferramenta para o cuidado em saúde. A formação do grupo contou com a participação de 11 usuários, 10 mulheres e 1 homem, na faixa etária adulta com diversas condições de saúde, decorrentes de estresse e ansiedade, da Unidade de Saúde da Família (USF), Sítio São Braz, localizada no bairro de Dois Irmãos, Recife – PE.

Foram realizados dez encontros semanalmente, no período de Março de 2017 a Junho de 2017 na Unidade de Saúde da Família (USF), com duração em média de duas horas. Nos encontros foram proporcionados dois momentos distintos e complementares, o primeiro momento foi reservado para expressão e compartilhamento das demandas apresentadas pelos usuários, com o objetivo de acolhimento, reflexão e apoio para identificação de estratégias de enfrentamento. O segundo momento realizava-se a prática de auriculoterapia, seguindo um protocolo de estimulação de acupontos relacionados com o tratamento dos sintomas de ansiedade, foram utilizados os seguintes pontos: Shen Men, simpático, coração, ansiedade, ponto de neurastênia e occipital.

Sobre a aplicação da auriculoterapia, primeiramente o usuário era posicionado sentado, após a devida localização dos pontos reativos com um localizador de pontos, o pavilhão auricular era higienizado com algodão e álcool etílico 70% e aplicadas sementes de mostarda afixadas com micropore ou esparadrapo e os participantes foram orientados para estimularem as sementes no mínimo três vezes ao dia, com pressão moderada. Os participantes foram orientados para a retirada das sementes 24 horas antes do atendimento e, se houvesse desconforto, prurido e sinais de alergia, deveria retirar as sementes antes do próximo encontro.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A auriculoterapia, é comumente praticada pelos acupunturistas e outros profissionais atuantes no SUS, está associada à medicina tradicional chinesa, com a qual tem afinidades e uma ligação fácil e bem estabelecida. Na Atenção Básica, a auriculoterapia pode ser usada tanto em atendimentos individuais, como em atendimentos coletivos, e há muitas experiências de ambos os tipos.

Estudos comprovam os efeitos da auriculoterapia na diminuição dos sintomas de ansiedade, que é muito comum em adultos e consiste em preocupação excessiva com manifestação de diversos eventos com repercussão sistêmica. Estas manifestações geralmente ocorrem na maioria dos dias por pelo menos 6 meses, e sua evolução tende a cronicidade. A ansiedade, a preocupação e os

diversos sintomas físicos, como: inquietação, fatigabilidade, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular, perturbação do sono, causam bastante sofrimento e interfere no funcionamento social ou ocupacional dos indivíduos. (KNAPP et al, 2007).

Para a medicina tradicional chinesa, as doenças psíquicas são reflexo de um desequilíbrio na disposição dos órgãos (coração, baço, pâncreas, pulmão, rim e fígado) Na perspectiva da medicina ocidental os transtornos de ansiedade são uma união de sinais e sintomas que interferem no equilíbrio biopsicosociocultural e espiritual dos pacientes. (PEÑA, 2008).

Na prática clínica o tratamento para os sintomas de ansiedade é empregado à terapia medicamentosa com a utilização de vários fármacos, provenientes de diversas classes terapêuticas, como os Benzodiazepínicos- BDZ, e Antipsicóticos. Entretanto, todas essas substâncias apresentam algumas alterações sistêmicas inconvenientes, como sedação, amnésia, podem provocar abuso e /ou dependência, síndrome de abstinência e interações com agentes depressores do sistema nervoso central (ANDREATINI et al, 2001, FAUSTINO et al, 2010).

A eficácia dos tratamentos farmacológicos e psicoterapêuticos é limitada e os efeitos colaterais dos fármacos podem reduzir a adesão do paciente, o que justifica a busca por novas terapias complementares em saúde que podem trazer resultados bastante satisfatórios na diminuição dos sintomas de ansiedade (PINTO, 2015).

Embora as PIC sejam múltiplas, algumas tem sido estudado cientificamente, caso típico da acupuntura, mas também da meditação, e inclusive da auriculoterapia, entre outras (ZHAO et al. 2015). Alguns estudos mostram seu custo-efetividade em sistemas de saúde e impacto favorável na Atenção Básica (HERMAN & KOOREMAN 2012).

Alguns participantes deram seus depoimentos de como se sentiam após a realização dos atendimentos de auriculoterapia nos encontros na USF:

“M.F.M. S, diz que está menos agitada e nunca mais foi socorrida para UPA e que a sensação de agonia no peito diminuiu.”.

“M.G.R, relatou que sente-se mais leve e que nunca mais teve a sensação de agonia no peito, voltou a sair mais vezes de casa ,principalmente indo à praia.”

“J.S. A, disse: Estou conseguindo dormir melhor, e me sinto mais relaxada.”

“E.M.S, diz: Estou conseguindo pegar o ônibus sozinha, atividade que não estava fazendo por medo.

Diante disto, este relato vem a mostrar como a auriculoterapia pode ser uma ferramenta primordial no cuidado em saúde de diversas condições de saúde, como no tratamento dos sintomas de ansiedade, e demonstrar como a realização de grupos com pacientes com condições de saúde semelhantes pode ser uma estratégia para o acompanhamento de usuários atendidos na Atenção Básica, promovendo uma melhor qualidade de vida dos pacientes, e ampliando o cuidado em saúde no SUS.

4. CONCLUSÕES

A realização desse projeto de implantação do grupo de cuidado utilizando a auriculoterapia têm se mostrado positiva, pois esta atividade possibilitou a criação de um campo para a prática de uma terapia complementar em saúde, como a auriculoterapia, contribuindo para o fortalecimento das PIC no sistema único de saúde, difundindo ações de cuidado em saúde e contribuindo para o tratamento de problemas de saúde, como os sintomas de ansiedade.

O desenvolvimento da prática da abordagem grupal, possibilita conhecimento detalhado dos usuários atendidos na USF, como também a socialização dos participantes do grupo, compartilhamento de experiências de vida e acolhimento dos indivíduos, Fortalecimento do vínculo com a unidade de saúde, empoderamento dos usuários na promoção da saúde.

5. REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. 2 ed. 2013.

FAUSTINO, T.T; ALMEIDA, R. B; ANDREATINI, R. **Plantas medicinais no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada: Uma revisão dos estudos clínicos controlados**. Revista Brasileira de Psiquiatria. Curitiba. Vol 32. n.4, 2010.

FERREIRA, A. A. **A Acupuntura na Medicina**. Lisboa: Lidel, 2010.

HERMAN, P.M.; POINDEXTER, B.L.; WITT, C.M. et al. **Are complementary therapies and integrative care cost-effective? A systematic review of economic evaluations.** BMJ Open, v.2, p.1-16, 2012. doi:10.1136/bmjopen-2012-001046.

KNAPP, P; et al. **Terapia Cognitivo-Comportamental na prática Psiquiátrica.** Porto Alegre: Artmed, 2007.

KOOREMAN, P.; BAARS, E.W. **Patients whose GP knows complementary medicine tend to have lower costs and live longer.** Eur J Health Econ., v.13, n.6, p.769-76, 2012.

PEÑA, H.Z; VIDAL, A.F. **Auriculoterapia y Fitoterapia en los transtornos generalizados de ansiedad.** Rev. Hosp. Psiquiátrico de la Habana.V5, n. 1, 2008.

PINTO, P.C.T. **Efeito da auriculoterapia na perturbação de ansiedade generalizada.** Dissertação de Mestrado em Medicina Tradicional Chinesa. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Universidade do Porto, 2015.

TESSER, C.D; NEVES, M.L; SANTOS. M.C. **Introdução à formação em auriculoterapia Módulo 1.** Florianópolis. 2016. Universidade Federal de Santa Catarina.

WHO (World Health Organization).**Report of the working group on auricular acupuncture nomenclature.** France, 1990.

ZHAO H, TAN J, WANG T, JIN L. **Auricular therapy for chronic pain management in adults: A synthesis of evidence.** Complementary Therapies in Clinical Practice, vol.21, p.68-7, 2015.