

UNILEÃO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

ALANY OLIVEIRA COSTA CONRADO

**ACUPUNTURA AURICULAR: RECURSO UTILIZADO CONTRA A ANSIEDADE  
EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Juazeiro do Norte-CE

2020

ALANY OLIVEIRA COSTA CONRADO

**ACUPUNTURA AURICULAR: RECURSO UTILIZADO CONTRA A ANSIEDADE  
EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Revisão integrativa apresentada à Coordenação do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, como requisito para a obtenção do grau de bacharelado em Enfermagem.

**Orientador:** Prof<sup>o</sup>. Esp. José Diogo Barros

Juazeiro do Norte-CE  
2020

ALANY OLIVEIRA COSTA CONRADO

**ACUPUNTURA AURICULAR: RECURSO UTILIZADO CONTRA A ANSIEDADE  
EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Revisão integrativa apresentada à Coordenação do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, como requisito para a obtenção do grau de bacharelado em Enfermagem.

Orientador: Prof<sup>o</sup>. Esp. José Diogo Barros

Aprovada em \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Esp. José Diogo Barros  
Orientador

---

Prof<sup>a</sup>. M.a. Geni Oliveira Lopes  
Examinador 1

---

Prof<sup>a</sup>. Esp. Maria do Socorro Nascimento de Andrade  
Examinador 2

*A priori, quero destacar que sem a direção dada por Deus, a conclusão deste trabalho não seria possível. Por causa disso, dedico esta monografia a Ele, com muita gratidão no coração. A posteriori, aos meus familiares e amigos que sempre me motivarem a ir além do que posso alcançar.*

## AGRADECIMENTOS

Inicialmente, quero agradecer a Deus, que no decorrer dessa trajetória, me fez ter feito ver o caminho, sobretudo, nos momentos que pensei que não ia conseguir. Sem Ele nada seria, fui abençoada com meu sonho de um dia ser **Enfermeira**. Durante a trajetória nada foi fácil, tive que ter calma, paciência e perseverar, pois, unir-me ao Criador fazendo-o de minha fortaleza. Ter fé em Deus e em mim mesma me ajudou a elevar minha autoestima e me deu energia para continuar, pois a **FÉ** é uma palavra de etimologia latim “fides”, que significa confiança, crença e credibilidade. Unindo a fé a força e a coragem, consegui executar uma ação, logo, usufruir dela para realizar meus objetivos e minhas metas.

Ao meu marido **Francisco Alan Cruz Conrado Carneiro** pela compreensão e paciência demonstrada durante o período do projeto, bem como pelo apoio incondicional e pela confiança dele depositada em mim. Obrigada por sempre acreditar, te amo.

Sou grata aos meus pais, **José Correia de Oliveira** e **Ana Maria de Oliveira Costa**, por sempre me incentivarem e acreditarem que eu seria capaz de superar os obstáculos que a vida me apresentou.

Aos meus excelentíssimos professores, em especial a **José Diogo Barros**, **Maryldes Lucena Bezerra de Oliveira**, **Katia Monaisa de Sousa Figueiredo** minhas referências e inspirações, cheguei onde cheguei devido aos vossos ensinamentos, prometo utilizar todos os conhecimentos científicos adquiridos ao longo da minha formação acadêmica para fazer o que estiver ao meu alcance no que diz respeito a salvar, ajudar, acolher, cuidar e consolar vidas. Tenho minha eterna gratidão e respeito a todos vocês!

Aos meus amigos que durante todo o tempo que permaneci na universidade, pelas horas de estudo, pelas vezes que repartimos o que tínhamos, e por, em muitas ocasiões, terem ouvido meus desabafos e pelo acolhimento e consolo que recebi. Obrigada pela atenção, consideração e pela força. Fico extremamente honrada em terminar esta jornada ao lado de vocês.

Ao **Centro Universitário Doutor Leão Sampaio**, pelo qual sempre depus total confiança e acreditei nos métodos de ensino, no corpo docente e na estrutura ofertada. Muito obrigada por ter sido a oportunidade, o canal da minha formação, que Deus abençoe essa instituição e que seja por milhares de anos o berço de excelentes profissionais.

A todos os **funcionários e colaboradores** do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio instituição, em especial aos colaboradores da biblioteca e setor financeiro, por toda simplicidade e atenção no atendimento.

Quero deixar um agradecimento em especial ao meu orientador, **Prof. Esp. José Diogo Barros**, por todos os ensinamentos repassados e pelas conversas descontraídas. Para mim você é uma fonte de inspiração profissional e pessoal. Saiba que o senhor ilumina o caminho de todos os alunos que têm a sorte de tê-lo como mestre.

A minha banca examinadora, as professoras **Gení Oliveira Lopes e Maria do Socorro Nascimento de Andrade** pelas valiosas contribuições para a construção deste estudo.

Finalizo minhas palavras confessando que o sentimento de saudade se perpetuará em meu coração, porém, compreendo e aceito a finalização desse ciclo, e peço a Deus que ele inicie o outro, e que ele esteja presente assim como ele ficou neste que se passou.

Por tudo isso eu agradeço e louvo a Deus!

*Confie sempre em si mesmo, deseje continuamente realizar seus objetivos, pois como disse Abraham Lincoln: “Tenha sempre em mente que a sua resolução de atingir o sucesso é mais importante do que qualquer coisa.” Acredite!*

## RESUMO

**CONTEXTUALIZAÇÃO:** A presença da ansiedade em estudantes universitários é um fato recorrente no mundo, o que afeta o emocional e a relação de aprendizagem desses indivíduos.

**OBJETIVO:** Este estudo visa comprovar a eficácia da auriculoterapia como um recurso para o tratamento da ansiedade em estudantes universitários.

**METODOLOGIA:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura de abordagem qualitativa. A pesquisa foi desenvolvida por meio da coleta nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medline via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A amostra inicial foi composta por 266198 artigos, que após a aplicação dos critérios de inclusão, o número decaiu para 6113, e logo após, foi aplicado os critérios de exclusão, obtendo-se assim, um total de 76 artigos. Em seguida, foi feita uma leitura prévia desses artigos para serem selecionados um total de oito artigos que se adequavam no objetivo do trabalho científico.

**RESULTADOS:** A análise dos trabalhos mostrou que o estudo apresentou a eficácia da auriculoterapia na redução dos níveis de ansiedade, e que para maximizar ainda mais esses resultados positivos, deve-se utilizar um tratamento que dure ciclos de dez sessões cada, realizados semanalmente, diariamente, ou em dias alternados, e intermediados por um descanso do pavilhão auricular de duas a quatro semanas. Ademais, os pontos mais utilizados nessa terapia são: ponto Shenmen, relaxamento, fígado, pulmão, tronco cerebral, mestre cerebral, coração, valium ou tranquilizante, simpático e endócrino.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os benefícios da utilização das práticas de auriculoterapia sobre os efeitos da ansiedade se mostraram como uma técnica eficaz e que não possui efeitos colaterais e/ou métodos invasivos, o que justifica a viabilidade dessa prática no meio universitário.

**DESCRITORES:** auriculoterapia; ansiedade; enfermagem; acupuntura; universidade.

## ABSTRACT

**CONTEXTUALIZATION:** The presence of anxiety in university students is a recurring fact in the world, which affects the emotional and learning relationship of those surveyed.

**OBJECTIVE:** This study proves the effectiveness of auriculotherapy as a resource for the treatment of anxiety in university students.

**METHODOLOGY:** This is an Integrative Literature Review with a qualitative approach. The research was developed through the collection in the databases Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medline via Virtual Health Library (VHL) and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS). The initial sample consisted of 266198 articles, which after applying the inclusion criteria, the number dropped to 6113, and soon after, the exclusion criteria were applied, thus obtaining a total of 76 articles. Then, a previous reading of articles was made to select a total of eight articles that fit the objective of the scientific work.

**RESULTS:** An analysis of the studies revealed that the study showed the effectiveness of auriculotherapy in reducing anxiety levels, and that to maximize these positive results even more, a treatment that lasts cycles of ten years each, carried out weekly, daily, or on alternate days, and mediated by a two to four week ear rest. In addition, the most used points in this therapy are: Shenmen point, relaxation, liver, lung, brain stem, brain master, heart, valium or tranquilizer, sympathetic and endocrine.

**FINAL CONSIDERATIONS:** The benefits of using auriculotherapy practices on the effects of anxiety if it exists as an effective technique and has no invasive effects and / or methods, which justifies the practical feasibility of this practice in the university environment.

**DESCRIPTORS:** auriculotherapy; anxiety; nursing; acupuncture; university.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Os cinco elementos.....	17
Figura 2 – A anatomia da orelha.....	18
Figura 3 – Mapa Auricular.....	19
Figura 4 – Principais pontos da auriculoterapia no tratamento da ansiedade.....	22

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>2 OBJETIVOS</b> .....	14
2.1 OBJETIVO GERAL.....	14
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
<b>3 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	15
3.1 Medicina Tradicional Chinesa .....	15
3.2 Brasil Chinês.....	16
3.3 Os cinco elementos.....	17
3.4 Anatomia da Orelha.....	18
3.5 A auriculoterapia em seu berço .....	20
3.6 Diagnóstico auriculoterápico .....	21
3.7 Auriculoterapia como forma de tratamento para a ansiedade.....	22
<b>4 METODOLOGIA</b> .....	23
4.1 BUSCA BIBLIOGRÁFICA .....	23
4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO .....	23
4.3 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO .....	23
4.4 INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS .....	23
4.5 FLUXOGRAMA.....	24
4.6 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS.....	24
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	25
5.1 AURICULOTERAPIA E SUA RELAÇÃO COM A ANSIEDADE .....	31
5.2 VANTAGENS DA UTILIZAÇÃO DA AURICULOTERAPIA EM RELAÇÃO A TERAPIA MEDICAMENTOSA.....	31
5.3 PRINCIPAIS PONTOS TERAPÊUTICOS UTILIZADOS EM QUADROS DE ANSIEDADE .....	32
5.4 DURAÇÃO DAS SESSÕES TERAPÊUTICAS DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE:.....	32
5.5 EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE: .....	32
<b>6 CONCLUSÃO</b> .....	34
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	35

## 1 INTRODUÇÃO

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) por se tratar de uma medicina energética, toma como parâmetro a existência de uma estrutura ativa que sobrepassa o corpo físico, e reitera que pelo corpo humano circunda uma energia por meio de canais que tem pontos característicos, que ao serem sensibilizados podem equilibrar toda a circulação energética funcional do corpo. Entretanto, a doença se caracteriza pelo desarranjo dessa energia que controla e harmoniza os órgãos (PORPORATTI, 2015).

Por se tratar de terapias de natureza filosóficas, a MTC tem como suas diretrizes a teoria YIN YANG, que nada mais é que um princípio da filosofia chinesa onde yin e yang são duas energias opostas que se complementam. Segundo os chineses, o mundo é composto por forças contrárias, e encontrar o equilíbrio entre elas é essencial (CABRAL, 2016).

Quando os imigrantes japoneses chegaram ao Brasil em meados do século XIX, para o cultivo do chá no Rio de Janeiro, trouxeram consigo seus costumes, suas crenças e também a Medicina Tradicional Chinesa (QUEIROZ, 2015).

Além da acupuntura, outro ramo da medicina tradicional chinesa que merece ser destacado é a auriculoterapia, que é uma prática intercalar de combate a diversas patologias, tendo como base a prerrogativa que a orelha é um microssistema e zona reflexa. Existe uma compreensão simbólica que a orelha simboliza um feto invertido, e com isso, refere-se a um método de diagnóstico ou mediação baseado no pavilhão auricular, sobretudo para o alívio de dores (ROMOLI, 2010).

A ansiedade é um transtorno psiquiátrico que atinge crianças e adultos, e que na atualidade está cada vez mais em ascensão, na qual as causas em quase todos os quadros são desconhecidas. Essa inquietação do ser é normal, quando passamos por fases difíceis, onde é preciso de calma e paciência e não é possível ter esse controle de sentimentos, mas a partir do momento em que essa situação se conserve por um determinado tempo maior, é aí que está o problema (SPINOZA, 2015).

Na visão da MTC, a ansiedade está ligada com os sistemas do coração e do rim, de forma energética, e esse desequilíbrio que se gera no corpo pelos ataques de ansiedade, altera um dos princípios fundamentais da MTC, o equilíbrio (YIN YANG), fazendo com que apareçam diferentes dores e sofrimentos. A auriculoterapia baseia-se nos mesmos princípios da acupuntura, mas só se centra nos pontos da orelha para reduzir a dor e toma como base a cartografia auricular (WEIZEMANN, 2010).

A relevância desse estudo é direcionada para o meio científico, visto que a carência de estudos de cunho científico sobre a Medicina Tradicional Chinesa, no Brasil, ainda se mostram baixos. Outrossim, a relevância é voltada em mostrar para os profissionais da saúde, uma técnica de terapia alternativa para a ansiedade, eficaz, de baixo custo e pouco invasiva, para tratamento de diversos pacientes, sobretudo os estudantes universitários, que se acometem diariamente a essa patologia.

Diante disso, cabe a esse estudo analisar por meio da literatura, a eficiência da auriculoterapia no tratamento da ansiedade em estudantes universitários. Diante do exposto, toma-se como partida a seguinte pergunta base: como a auriculoterapia pode contribuir para o tratamento da ansiedade em estudantes universitários?

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

- ✓ Investigar a eficácia da auriculoterapia no transtorno da ansiedade nos estudantes universitários por meio de uma revisão integrativa de literatura.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ✓ Identificar quais os efeitos sobre o estresse após a aplicação da Auriculoterapia;
- ✓ Verificar a eficiência da auriculoterapia no tratamento da ansiedade.

### 3 REFERENCIAL TEÓRICO

#### 3.1 Medicina Tradicional Chinesa

Com sua origem datada há mais de 5000 anos, ao longo do rio amarelo, a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) consiste em um sistema de medicina que tem sua base conceituada na filosofia de que a doença é resultante do fluxo indevido da força vital, o Qi. O restabelecimento do equilíbrio do yin e yang (forças opostas), resulta na cura das patologias na visão médica chinesa. É válido ressaltar, que durante os séculos, diversas transformações foram ocorrendo, o que resultou no aperfeiçoamento das práticas médicas chinesas (PORPORATTI, 2015).

Tendo como pilares filosóficos o budismo, o taoísmo e o confucionismo como base, a Medicina Tradicional Chinesa entende que doenças são apenas caminhos que objetivam a transformação pessoal. Atualmente, existem oito métodos de alta notoriedade para o tratamento de patologias por meio da Medicina Tradicional Chinesa, são eles: Fitoterapia Chinesa, Acupuntura, Tuina ou Tui Ná, Dietoterapia, Auriculoterapia, Moxabustão, Ventosaterapia, Práticas Físicas (GOSWAMI, 2005).

Para a Medicina Tradicional Chinesa, o corpo humano é reconhecido por três componentes básicos:

Energia (Chi);

Matéria (Jin);

Mente (Shen).

Desse modo, a atuação de qualquer um desses componentes básicos, seja de maneira isolada ou conjunta, pode levar a terapia. Outrossim, vale ressaltar que para a MTC a patologia não é vista como um fato isolado, mas sim, como um processo. Dessa forma, é fundamental que o indivíduo mude sua postura no que tange aos hábitos e costumes que possam contribuir para o adoecimento (ABE, 2006).

Com efeito, a teoria central da Medicina Tradicional Chinesa consiste na filosofia fundamental do Yin Yang, que afirma que a formação do universo é dada pela união de dois componentes opostos que se interligam e se completam. Nesse cenário, o fato de existir um Yin, obrigatoriamente, haverá um Yang, que regulam assim, as quatro estações e equilibram os cinco elementos. A polaridade dessa força, faz com que uma dependa da outra para existir, devido, sobretudo, o ciclo dos movimentos da natureza (SANTOS, 2014).

### 3.2 Brasil Chinês

No decorrer de praticamente todo o século XIX, a chegada de chineses, para suprir a mão de obra brasileira, esteve em legítimo debate. Em meio a esse cenário, por volta de 1812, a imigração chinesa para o Brasil se iniciou devido, sobretudo, ao fato de Dom João VI ter destinado para o país cerca de quatrocentos chineses para intensificar o cultivo de chá no Brasil, devido, principalmente, pelas semelhanças climáticas entre o Brasil com o oriente tropical. Entretanto, o ideário de produzir e exportar chá fracassou, o que desmotivou o contínuo da exportação de chineses para o país (QUEIROZ, 2015).

Outrossim, é oportuno mencionar que devido as pressões internacionais, principalmente da Inglaterra, para o fim da escravidão, a discussão por uma possível substituição da mão de obra escrava se intensificou. Nesse prisma, impulsionado pela recusa de europeus a virem para o Brasil, sobretudo pela falta de políticas que garantissem direitos aos emigrantes, bem como, a ausência de um estado laico e por fim, a imagem negativa do Brasil relacionada a maus tratos a colonos europeus, muitos latifundiários brasileiros da época demonstraram interesse na mão de obra chinesa. Porém, apenas em 1892 a lei que possibilita a entrada de imigrantes asiáticos no Brasil, foi promulgada, o que demonstra o quanto a colonização esteve ligada a construção de uma identidade nacional nos moldes europeus (CARTIER, 2003).

Ademais, por consequência do implemento do comunismo na China por Mao Tsé Tung e, conseqüentemente, as guerras que estavam ocorrendo na China em 1950, assim como, a escassez de alimentos no país favoreceram o fluxo da imigração chinesa para o Brasil que cresceu de maneira escalar e, por consequências desses fatos, a quantidade de chineses no Brasil aumenta a cada dia, essencialmente, no setor de comércio como lojas e pastelarias (QUEIROZ, 2015).

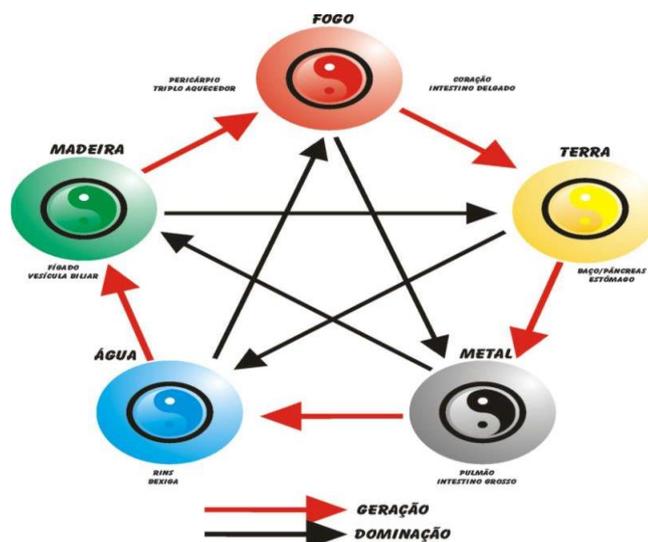
### 3.3 Os cinco elementos

É válido pontuar que de acordo com a MTC, a teoria dos cinco elementos consiste em madeira, fogo, terra, metal e água tendo as primeiras menções meio milênio antes de cristo. Nesse panorama, o corpo humano, órgãos e tecidos equivalem aos cinco elementos. A saúde, dessa forma, corresponde a regulação automática, por meio dos cinco sistemas, do próprio corpo, de acordo com as leis do yin e yang, bem como a regularização entre os cinco elementos do mundo exterior (CABRAL, 2006).

É importante citar que uma das principais bases para a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) é a teoria dos cinco elementos, que é caracterizada pelo ciclo que sintetiza o controle, já que essa teoria afirma que durante esses ciclos, os elementos se sucedem ininterruptamente, visto que, cada um tem origem no seu antecessor, bem como origina o que lhe sucede. Dessa forma, a água sintetiza a madeira, a madeira origina o fogo, o fogo sintetiza a terra, a terra origina o metal e, por fim, o metal sintetiza a água concluindo assim o ciclo (MACIOCIA, 2010).

Existem diversas associações e metáforas entre a natureza e a civilização chinesa. Dessa forma, esses cinco elementos permitem um diagnóstico através da simbologia entre qualidade e sensações, a partir do comportamento, da compleição física, da umidade do corpo, da respiração, do aspecto da língua do paciente e do pulsar do punho. (CABRAL, 2006).

Figura 1: Os cinco elementos:



Fonte: <https://www.joacir.com.br/a-teoria-dos-cinco-elementos-e-essencial/>

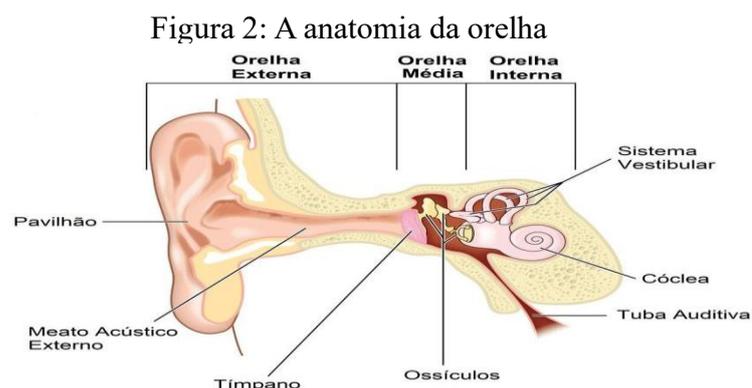
### 3.4 Anatomia da Orelha

Também denominada por órgão vestibulo-coclear ou estado acústico, a orelha é o órgão responsável pela audição. Sua localização fica situado, em sua maior parte, no osso temporal, é encontrado na caixa craniana. Suas principais funções são a do equilíbrio e a de ouvir sons externos por meio das vibrações sonoras. A divisão da orelha se dá em três partes: orelha externa, orelha média e por fim, orelha interna (ESHEKEVARI, 2013).

A parte correspondente a orelha externa é composta pelo pavilhão auditivo, que possui cerca de 3 centímetros e é formado por tecido cartilaginoso recomposto por tecido epitelial e tem como principal função a captação e canalização dos sons para a orelha média. Vale mencionar que é na orelha externa que ocorre a fabricação de cerume ou cera, que é uma substância gordurosa e amarelada, e tem como função o reter poeira e agentes invasivos, como micróbios existentes no ar e podem adentrar no ouvido (DOMINGOS, 2011).

Outrossim, a orelha média inicia-se em uma membrana delicada, denominada tímpano, e é formada por um espaço aéreo chamado de cavidade timpânica. No interior da orelha média e suspensos por ligamentos, estão localizados três ossículos que possuem formatos que os denominam: martelo, bigorna e estribo. A orelha média possui uma comunicação, também, com a faringe, por meio da tuba auditiva, permitindo assim, que o ar adentre no ouvido médio, para que o ar atmosférico iguale a pressão interna desse canal com a pressão atmosférica (FEROLLA ANA, 2018).

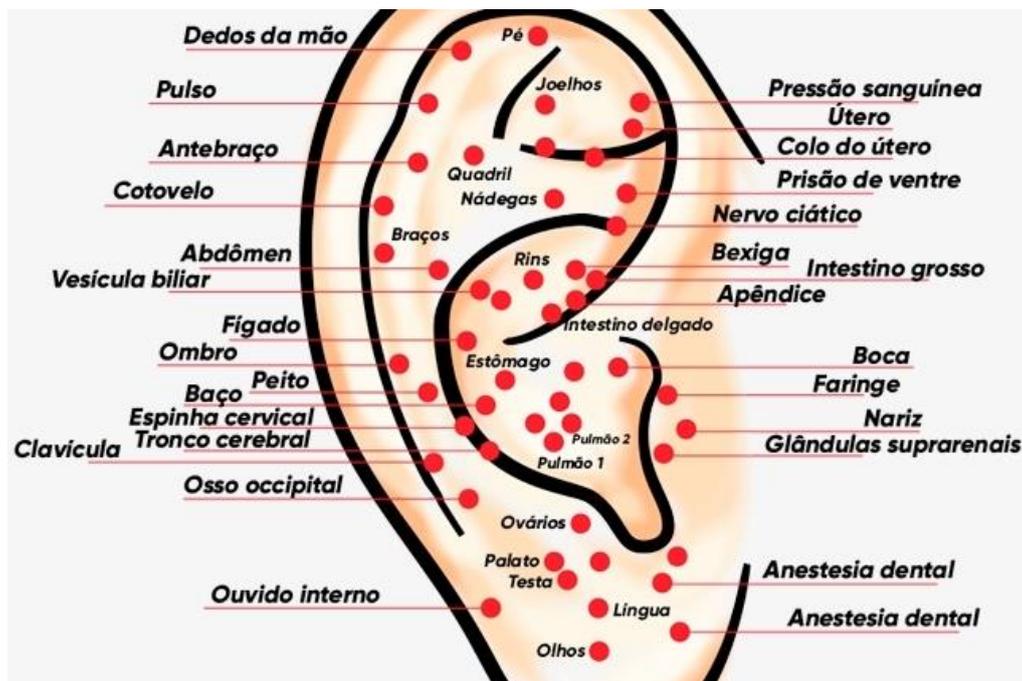
Por fim, também chamada de labirinto, a orelha interna é revestida por membrana, preenchida por líquidos e formada por escavações no osso temporal. Nesse viés, o labirinto se divide em duas partes, uma anterior e uma posterior, e são formadas, respectivamente, pela cóclea ou caracol, bem como pelo vestíbulo e pelos canais semicirculares (PAPIN; QUINHONEIRO; LAURIS; MASSOLA, 2017).



Fonte: <https://conhecimentocientifico.r7.com/audicao/>

Outrossim, vale ressaltar que a anatomia da orelha para a Medicina Tradicional Chinesa, difere da medicina ocidental, visto que, o pavilhão auditivo é visto como uma representação de um feto de cabeça para baixo e que existem diversos pontos específicos e estratégicos que levam a suas utilizações em tratamentos da acupuntura, bem como da auriculoterapia. Segue abaixo alguns dos principais pontos do pavilhão auditivo:

Figura 3: Mapa auricular



Fonte: <https://www.tuasaude.com/auriculoterapia/>

### 3.5 A auriculoterapia em seu berço

A auriculoterapia consiste em um dos microsistemas da medicina tradicional chinesa e fundamenta suas teorias nas bases neurofisiológicas, fazendo proveito do pavilhão auricular durante os tratamentos terapêuticos, devido ao fato deste possuir uma representação dos órgãos e estruturas do corpo, utilizando assim, os reflexos exercidos sobre o sistema nervoso central, gerando estabilidade no interior do organismo (BRASIL, 2014).

Os primórdios da auriculoterapia datam há muitos milênios, devido ao fato de ter sido encontrado em pinturas egípcias que demonstravam o tratamento de cialgia por meio do pavilhão auricular. Entretanto, de maneira mais sistemática, o desenvolvimento e a descoberta da auriculoterapia, foi concedida pelo Dr. Paul Nogier, no país da França. Sua especificidade contradizia os métodos terapêuticos da época, já que, a maioria dos tratamentos médicos eram químicos, ou seja, para cada patologia existia um medicamento específico. Segundo Nogier, o ser humano devia ser notado sob o aspecto físico, pois todo o sistema biológico era sensível a estímulos que transcendiam os estímulos químicos ativos (MARTINI, 2008).

Com efeito, é pertinente salientar que a ausência de efeitos colaterais foi um dos intuitos principais do Dr. Nogier, para a administração de tratamentos físicos em detrimento das terapias medicamentosas, já que esse fato melhoraria a qualidade de vida de seus pacientes. Outro fator importante que corroborou para o desenvolvimento de tais foi a sua afinidade pela medicina manual e pela acupuntura (BRASIL, 2014).

Em 1951, o relato de um dos seus pacientes, de que havia sido curado de uma dor ciática através de uma cauterização em sua orelha, realizada em Marselha, excitou a curiosidade do Dr. Paul, o que o levou a querer entender como essa cura peculiar havia ocorrido. Destarte, após 30 anos, Dr. Paul Nogier, conseguiu compreender, de fato, os mecanismos de reflexão do pavilhão auditivo, e conseqüentemente, a auriculoterapia havia sido criada (MARTINI, 2008).

Em 1970, o Dr. Olivério Carvalho introduziu basicamente a auriculoterapia no Brasil, por meio dos seus cursos ministrados sobre essa técnica de medicina oriental, e sobre os princípios de Nogier, o que contribuiu, de forma significativa para o desenvolvimento do estudo (ROCHA; CRAICE; BARBOSA; GALLIAN, 2015).

### 3.6 Diagnóstico auriculoterápico

Na Medicina Tradicional Chinesa, existem diversas formas de diagnósticos e de tratamentos, dentre eles se encontra a auriculoterapia, que é um dos microssistemas encontrados na medicina oriental, e que afirma que uma pequena parte do corpo, o pavilhão auricular, pode refletir todo o corpo. Nessa ótica, o diagnóstico da auriculoterapia visa fortalecer a resistência natural do corpo, bem como combater o agente causador da patologia, tendo como base os microssistemas e os macros sistemas (AMARAL; MEJIA, 2012).

O diagnóstico pela observação é um dos princípios da Medicina Tradicional Chinesa, e é baseado na teoria que cada microssistema do corpo humano reflete o todo. Assim sendo, pode-se citar como exemplos importantes de diagnose por meio da aplicação desse princípio, o diagnóstico da face, da língua, do pulso e da orelha (LOPES; CAPOBIANCO; FIALHO; LEOPOLDO, 2010).

O diagnóstico para a Medicina Tradicional Chinesa consiste em uma observação das manifestações reflexas dos microssistemas, realizadas a partir de uma observação que parte do exterior para o interior. Tal fato ocorreu, sobretudo, pela necessidade de observação de algumas áreas do corpo que podiam refletir outras regiões, podendo assim, efetuar a confirmação de áreas reflexas, os microssistemas, já que no passado, devido a cultura tradicional pacientes não podiam expor o corpo por completo (ANDREOLI, 2011).

Dessa forma, um exemplo que pode ser citado de diagnóstico presente na auriculoterapia é o que envolve o pavilhão auricular, que por meio de uma imagem reflexa de um feto de cabeça para baixo, pode, através de uma observação minuciosa, denunciar a presença de desarmonias energéticas nessas regiões, devido a presença de dor, aumento da sensibilidade em regiões específicas, coloração diferenciada, ou aspecto anatômico, e com isso, informar uma possível patologia presente nesse paciente observado (SENNA; SILVA; BERTAN, 2012).

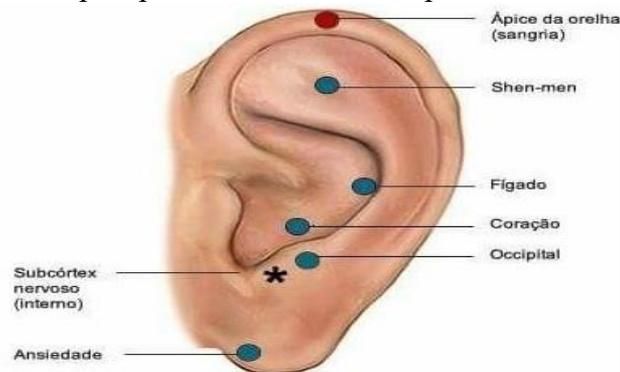
Portanto, confirmada a desarmonia presente no paciente, ficará notório uma reação reflexa na região equivalente do pavilhão auricular, expondo a alteração. Logo, como regra primária para o sucesso de um diagnóstico preciso, não se deve tocar no pavilhão auricular antes de executar uma observação minuciosa, haja vista que “nunca se deve tocar em um espelho, pois isso embaça sua imagem” (SENNA; SILVA; BERTAN, 2012).

### 3.7 Auriculoterapia como forma de tratamento para a ansiedade

Por certo, é pertinente salientar que um dos métodos mais comumente utilizados nesse tipo de tratamento é o ponto Shenmen que fica localizado na fossa triangular do pavilhão auditivo, devido, sobretudo, pelo seu elevado potencial analgésico, sedativo e anti-inflamatório. Contudo, dependendo do diagnóstico inicial, podem ser escolhidos outros pontos reflexos a serem utilizados no tratamento, como o Rim, occipital, coração e estômago, ou até mesmo, uma combinação com a acupuntura sistêmica. Outrossim, vale ressaltar que um tratamento com auriculoterapia, geralmente, duram ciclos de 10 sessões cada, que são realizadas semanalmente, diariamente, ou em dias alternados, e que são intermediados por um descanso do pavilhão auricular de duas a quatro semanas (AMARAL; MEJIA, 2012).

Portanto, fica exposto que a modalidade integrativa de tratamento supracitada, se mostra bastante eficaz devido, sobretudo, a sua naturalidade e resposta imediata, possibilitando, por consequência, a diminuição gradual ou total da ansiedade e outras patologias, sem a necessidade de terapias medicamentosas. Além disso, é importante mencionar os principais pontos da auriculoterapia utilizados no tratamento da ansiedade, nos quais se destacam:

Figura 4: Principais pontos da auriculoterapia no tratamento da ansiedade



Fonte: <https://br.pinterest.com/pin/701998660640355798/>

## 4 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura que tem como seguinte problema de pesquisa: como a auriculoterapia pode contribuir para o tratamento da ansiedade em estudantes universitários? Seguindo da formulação da hipótese para a saúde: A auriculoterapia se mostra como uma possibilidade de tratamento eficaz para a mitigação dos sintomas da ansiedade. Vale ressaltar que esta revisão foi construída seguindo os protocolos cientificamente aceitos (SOUZA; SILVA; CARVELHO, 2010).

### 4.1 BUSCA BIBLIOGRÁFICA

A obtenção da bibliografia ocorreu nos meses de junho a setembro de 2020. Foram utilizadas as seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medline via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). As palavras chaves utilizadas para a busca foram: auriculoterapia, ansiedade e enfermagem.

### 4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Durante a busca da literatura, os critérios de inclusão utilizados foram: artigos que se enquadrem em datas de publicação dos últimos dez anos; artigos gratuitos e completos, que abordem o uso da auriculoterapia no tratamento da ansiedade em universitários com publicação em português, inglês e espanhol.

### 4.3 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Foram excluídos artigos que fogem a temática escolhida, estudo de casos específicos, estudos realizados em animais; estudos repetidos na base de dados, artigos pagos e resumos.

### 4.4 INSTRUMENTO E PROCEDIMENTO PARA COLETA DE DADOS

A priori, foi realizado uma busca por meio da palavra-chave “auriculoterapia”, o que gerou um resultado de 62 artigos na SciELO, 214 artigos na BVS e 91 artigos na LILACS. Ademais, utilizando a palavra-chave “ansiedade”, foram obtidos um resultado de 2514 artigos na SciELO, 61049 na BVS e 4009 na LILACS. Da mesma forma, aplicando a palavra-chave “enfermagem” foram encontrados 22328 artigos na SciELO, 150084 na BVS e 28847 na LILACS. Dentre esses, foram selecionados dezenove artigos para serem analisados levando em consideração os critérios de inclusão e exclusão, e a correlação das três palavras-chaves

aplicadas na obtenção da bibliografia base. Após uma inspeção minuciosa dos títulos e resumos dos artigos supracitados, foram selecionados oito artigos, sendo assim escolhida a amostra final.

#### 4.5 FLUXOGRAMA

<b>PALAVRA-CHAVE</b>	<b>BASE DE DADOS</b>	<b>TOTAL DE ARTIGOS</b>	<b>CRITÉRIOS DE INCLUSÃO</b>	<b>CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO</b>	<b>ARTIGOS UTILIZADOS</b>
<b>AURICULOTERAPIA</b>	SCIELO	62	33	7	1
	BVS	214	60	9	1
	LILACS	91	34	7	1
<b>ANSIEDADE</b>	SCIELO	2514	332	4	1
	BVS	61049	5300	24	1
	LILACS	4009	137	5	0
<b>ENFERMAGEM</b>	SCIELO	22328	166	8	1
	BVS	150084	48	10	1
	LILACS	28847	13	2	1
					<b>TOTAL = 08</b>

#### 4.6 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS

Utilizando conhecimentos pré determinados, foi realizado uma leitura detalhada da literatura estabelecida. Nesse prisma, vale ressaltar que foi feita uma organização das informações, visando uma ordenação dos dados levando em conta os de periodização sugerida por SOUZA; SILVA; CARVELHO (2010). Posteriormente, foi executada uma comparação entre os resultados obtidos em cada artigo. Em seguida, os dados levantados foram estudados e discutidos considerando os aspectos relevantes para a literatura da área da saúde.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A seguir, será exposto os resultados obtidos nesta pesquisa, dispostos por meio da apresentação de tabelas contendo as informações relevantes acerca de cada artigo selecionado para compor a discussão dos dados encontrados.

Nos artigos, foram citados diversos casos para aplicação da auriculoterapia no que tange a ansiedade, dentre eles se destacaram nos procedimentos emergenciais, nos estudantes e nas equipes multiprofissionais dos sistemas de saúde. Dessa forma, tendo em vista a quantidade de estresse e ansiedade que esses grupos de pessoas são submetidos diariamente, a necessidade de terapias para o combate dessas patologias é inegável. Sendo assim, os autores dos artigos supracitados indicam o uso da auriculoterapia para mitigar tais sintomas, bem como para oferecer uma melhor qualidade de vida, o que, conseqüentemente, ocasionará em um melhor rendimento seja em suas profissões, seja nos seus estudos.

Após a exposição dos artigos científicos, que serão dispostos em formas de tabela, será feita a discussão, na qual será aberto subtópicos para relacionar o conteúdo dos artigos selecionados.

<b>Artigo 1</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Auriculoterapia efeito sobre a ansiedade	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Artigo de revisão
<b>ANO:</b> 2015	<b>PERIÓDICO:</b> Revista Cubana de Enfermería
<b>INSTITUIÇÃO:</b> Universidade Federal de Alfenas. Minas Gerais. Brasil; Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto. São Paulo. Brasil	<b>AUTORES:</b> Caroline de Castro Moural; Camila Csizmar CarvalhoI; Andréia Maria SilvaI; Denise Hollanda IunesI; Emilia Campos de CarvalhoII; Érika de Cássia Lopes ChavesI

**SÍNTESE DO ESTUDO:** O estudo realizado nesse artigo científico se utilizou de diversas condições clínicas que tangem a ansiedade. Dentre tais situações, destacaram-se procedimentos emergenciais, como cirurgias e procedimentos odontológicos. Destarte, os pontos utilizados no decorrer da aplicação da auriculoterapia foram o Shenmen, relaxamento, fígado e pulmão. Analisando o pavilhão auricular foi constatado que em 42,9% das ocasiões foi definido o tratamento unilateral, em 21,4% foi optado pelo tratamento bilateral, e em 35,7% não houve um esclarecimento sobre qual tratamento foi utilizado.

A respeito do ambiente adequado para realização da técnica de auriculoterapia, foi informado que em apenas 35,7% dos casos foram revelados em quais locais os procedimentos foram realizados. Vale destacar que a notoriedade em destacar a formação que o profissional que realiza os procedimentos auriculares foi bastante enfatizado por esse estudo, no qual, 35,7% possuíam certificado em acupuntura, 21,5% possuíam instrução por outros profissionais com experiência na área, porém, em 42,6% dos casos essa informação não foi revelada.

Observando-se o efeito da auriculoterapia sobre a ansiedade, constatou-se que a eficácia foi de 78,11%. Por outro prisma, em 7,14% dos estudos submetidos, a hipótese primária não pode ser confirmada, ou seja, o protocolo auriculoterapêutico utilizado não se mostrou eficaz.

Conclui-se, portanto, que o estudo resulta que a auriculoterapia se mostra como um tratamento seguro, de rápida aplicação, com ampla realização, e que se mostrou como uma prática integrativa e complementar benéfica para o tratamento da ansiedade.

<b>Artigo 2</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem.	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Ensaio Clínico Randomizado
<b>ANO:</b> 2012	<b>PERIÓDICO:</b> Rev Esc Enferm USP
<b>INSTITUIÇÃO:</b> Universidade de São Paulo – USP	<b>AUTORES:</b> Juliana Miyuki do Prado, Leonice Fumiko Sato Kurebayashi, Maria Júlia Paes da Silva.
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> Com efeito, vale ressaltar que este artigo utilizou de uma pesquisa de campo, no qual, foram utilizados pessoas de diversas idades, do sexo masculino e do sexo feminino, com o intuito de ampliar a amostragem, e assim, consequentemente, aumentar a credibilidade da pesquisa, sobre o assunto: Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem. Além disso, foi constatado que os pontos auriculoterapia Shenmen e Tronco Cerebral se mostraram eficazes.</p> <p>O melhor resultado obtido na amostra na primeira avaliação, logo após oito sessões, com uma melhora de 20,97%, o que levou aos autores chegarem na conclusão de que oito sessões de tratamento de auriculoterapia são suficientes para constatar a eficácia da técnica para o controle dos sintomas da ansiedade. Vale ressaltar ainda que os resultados mostraram uma melhora em 85,4% da população no tratamento dos seguintes sintomas: desgastes, dores nas costas, comer em excesso e cansaço.</p> <p>Igualmente, o complemento do estudo de campo é feito com a citação de outros diversos estudos referentes à eficácia da auriculoterapia no combate dos sintomas da ansiedade e estresse, como uma pesquisa em acupuntura auricular na Áustria, para tratamento de pacientes com patologias gastrointestinais que necessitavam de uma ambulância para chegarem ao hospital, chegando a conclusão que a acupuntura auricular é um tratamento</p>	

efetivo para mitigar o estresse e a ansiedade desses pacientes. Outro estudo citado foi um estudo descritivo realizado em Cuba, no ano de 2008, associando a auriculoterapia a fisioterapia no tratamento de transtornos generalizado de ansiedade.

Portanto, concluiu-se que por meio do tratamento com auriculoterapia, obteve-se redução dos níveis de ansiedade depois de oito sessões. Nesse viés, em dados percentuais, constatou-se que os pontos Shenmen e Tronco Cerebral foram mais eficazes 20,97% em relação aos demais pontos utilizados.

<b>Artigo 3</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Anxiety and performance of nursing students in regard to assessment via clinical simulations in the classroom versus filmed assessments	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Ensaio controlado
<b>ANO:</b> 2014	<b>PERIÓDICO:</b> Investigación y Educación en Enfermería
<b>INSTITUIÇÃO:</b> EERP-USP	<b>AUTORES:</b> Carla Regina de Souza Teixeira, Luciana Kusumota Marta Cristiane Alves Pereira, Fernanda Titareli Merizio Martins Braga, Vanessa Pirani Gaioso, Cristina Mara Zamarioli, Emilia Campos de Carvalho
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> Esse ensaio controlado sintetiza a importância do tratamento da ansiedade para promover um melhor desempenho de aprendizagem nos alunos de enfermagem, bem como destaca os impactos que os transtornos de ansiedade geram no aluno de uma forma geral. Nesse contexto foi citado que os estudantes de enfermagem apresentam dificuldades para aprender técnicas da enfermagem, como a receptividade dos pacientes, assim como no controle de suas emoções, sentimentos de insegurança medo ou timidez.</p> <p>Para os autores, o raciocínio crítico e a tomada de decisões que são indispensáveis para a prática de enfermagem, podem ser comprometidas devido a altos níveis de ansiedade (algo bastante comum, haja vista que no estudo descritivo realizado em 129 estudantes de enfermagem constatou que 100% dos entrevistados possuíam algum nível de estresse).</p>	

<b>Artigo 4</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Efeitos da acupuntura no tratamento da ansiedade: revisão integrativa	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Revisão integrativa
<b>ANO:</b> 2015	<b>PERIÓDICO:</b> Revista Brasileira de Enfermagem

<b>INSTITUIÇÃO:</b> REBEn	<b>AUTORES:</b> Sueli Leiko Takamatsu Goyatál, Carolina Costa Valcanti AvelinoI, Sérgio Valverde Marques dos SantosII, Deusdete Inácio de Souza JuniorIII, Maria Dorise Simão Lopes GurgelIV, Fábio de Souza TerraI
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> Essa publicação científica contou com a revisão integrativa de dezenove artigos para demonstrar a eficácia, bem como os benefícios da utilização da acupuntura para o tratamento da ansiedade. Segundo os autores, a Organização Mundial de Saúde indica a acupuntura para o tratamento da ansiedade com eficácia maior que a medicação convencional, haja vista que o procedimento é considerado fácil de aplicar, seguro, não possuem toxinas, não ocasiona dependência nem contraindicações.</p> <p>Nos estudos realizados, dois artigos apresentam, como profissional da acupuntura, enfermeiros, e enfatiza que, no Brasil, esses profissionais estão investidos na área de conhecimento e prática profissional devido, sobretudo, após a publicação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Práticas Complementares, em 2006, e da regulamentação da terapia por acupuntura como especialidade do profissional enfermeiro em 2008.</p> <p>As análises dos dados demonstram que, apesar das evidências científicas permanecem ainda limitadas, e os estudos muitas vezes apresentam problemas metodológicos, os resultados mostram que os efeitos da acupuntura no tratamento da ansiedade têm se mostrado significativos se comparados aos tratamentos convencionais</p>	

<b>Artigo 5</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Auriculoterapia para redução de ansiedade e dor em profissionais de enfermagem: ensaio clínico randomizado.	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Ensaio clínico randomizado.
<b>ANO:</b> 2017	<b>PERIÓDICO:</b> Rev. Latino-Am. Enfermagem
<b>INSTITUIÇÃO:</b> Universidade de São Paulo - USP	<b>AUTORES:</b> Leonice Fumiko Sato Kurebayashi, Ruth Natalia Teresa Turrini, Talita Pavarini Borges de Souza, Carolina Felicio Marques, Renata Tavares Franco Rodrigues, Karen Charlesworth.
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> Este estudo trata-se de um ensaio clínico randomizado, no qual tem como principal objetivo, comprovar a eficácia da auriculoterapia no combate a ansiedade. Dessa forma, o artigo enfatiza que o melhor resultado para a redução da ansiedade foi o da auriculoterapia com agulhas. Porém, foi citado também, que as agulhas podem produzir dor local e risco de infecção, o que viabiliza o tratamento com sementes como outra forma de exercer a auriculoterapia no combate a ansiedade, já que, mesmo produzindo um menor resultado, causa menos desconforto ao paciente.</p> <p>Os pontos de tratamento utilizado foram avaliados em quatorze artigos, sendo o Shenmen e o Relaxamento os mais citados. Outros pontos utilizados foram Tronco Cerebral, Mestre Cerebral, Coração, Valium ou Tranquilizante, Simpático e Endócrino para o tratamento de problemas emocionais.</p>	

Em suma, o protocolo de tratamento da auriculoterapia utilizado na equipe de enfermagem hospitalar em São Paulo, constatou diferenças relevantes para a redução da ansiedade após dez sessões, tendo maior destaque o grupo que se submeteu ao tratamento com agulhas, onde o índice de ansiedade teve uma redução de 17%.

<b>Artigo 6</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Aplicabilidade da auriculoterapia com agulhas ou sementes para diminuição de estresse em profissionais de enfermagem.	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Estudo clínico randomizado.
<b>ANO:</b> 2011	<b>PERIÓDICO:</b> Revista da escola de enfermagem da USP
<b>INSTITUIÇÃO:</b> Universidade de São Paulo - USP	<b>AUTORES:</b> Leonice Fumiko Sato Kurebayashi <sup>1</sup> , Juliana Rizzo Gnatta, Talita Pavarini Borges, Geysa Belisse, Suzana Coca, Akemi Minami. Telma Moreira Souza, Maria Júlia Paes da Silva
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> O artigo estudado, trata-se de um estudo clínico randomizado, que objetiva comprovar a aplicabilidade da auriculoterapia com agulhas ou sementes para diminuição de estresse em profissionais de enfermagem. Destaca-se, nesse artigo, que o estímulo aos pacientes com agulhas não precisava ser elevado para alcançar os resultados esperado, fato esse que justifica, em parte, os resultados inferiores durante a utilização das sementes. Todavia, a utilização de sementes e ímãs magnéticos são os métodos mais indicados pelo fato de não serem invasivos, e os pacientes apresentarem maior conforto nessa utilização.</p> <p>Existe bastante discussões a respeito da ação da auriculoterapia e especula-se que a técnica funcione devido aos grupos de células pluripotentes que contém informações de todo o corpo, formando as microrregiões de arco reflexo, que espelham todas as macrorregiões do corpo.</p> <p>Portanto, o presente estudo chegou à conclusão de que o tratamento de auriculoterapia com agulhas e sementes conseguiu reduzir o estresse, tendo destaque o tratamento com agulhas quando comparado com as sementes. Vale ressaltar, que o artigo concluiu que o efeito positivo se manteve por quinze dias após o término da pesquisa.</p>	

<b>Artigo 7</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Auriculoterapia no cuidado da ansiedade e depressão.	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Revisão integrativa da literatura.
<b>ANO:</b> 2019	<b>PERIÓDICO:</b> Revista de enfermagem UFPE On Line
<b>INSTITUIÇÃO:</b> Universidade Federal de Pernambuco	<b>AUTORES:</b> Renata Dantas Jales, Anna Luiza Castro Gomes, Francisca Vilena da Silva, Ivoneide Lucena Pereira, Lorena de

	Farias Pimentel Costa, Sandra Aparecida de Almeida.
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> O objetivo desse artigo, por meio do método de uma revisão integrativa da literatura, de 2013 a 2018, realizada nos meses de julho e agosto de 2018 nas bases de dados se MEDLINE , CINAHL, LILACS, SCOPUS e biblioteca virtual SCIELO, teve como objetivo principal o de investigar o uso da auriculoterapia no tratamento da ansiedade e depressão.</p> <p>A priori, foi evidenciado que a classe médica foi a maior responsável pela autoria da maior parte dos artigos utilizados como base de dados, destacando a grande oferta, sobretudo no âmbito internacional, de programas de pós-graduação em nível de mestrado em terapias alternativas. Entretanto, o fato de os dois artigos de origem nacional terem sido produzidos pela enfermagem justificou o motivo da enfermagem ter sido a primeira classe profissional de saúde a adotar o uso das PICs, através do parecer normativo 004/95 do Conselho Federal de Enfermagem.</p> <p>Outrossim, foi dado ênfase a eficácia ofertada pelo tratamento utilizando agulhas em relação ao demais métodos de tratamento da auriculoterapia, como as sementes e ímãs magnéticos, porém, os autores orientam o uso de sementes por gerar menos desconforto e poder ser aplicada, quando em protocolo, por pessoas treinadas.</p> <p>Observou-se que um fator presente em todos os artigos utilizados como base de dados o resultado positivo na mitigação da ansiedade e depressão. Entretanto, concluiu-se que existe uma necessidade de produção de mais produções científicas sobre a temática pesquisada que demonstrem os benefícios da auriculoterapia nos distúrbios de ansiedade e sua ampla utilização.</p>	

<b>Artigo 8</b>	
<b>TÍTULO DO ESTUDO:</b> Influência da auriculoterapia no tratamento de ansiedade e depressão em alunos de graduação.	<b>TIPO DO ESTUDO:</b> Pesquisa descritiva e transversal.
<b>ANO:</b> 2019	<b>PERIÓDICO:</b> Mostra acadêmica do Curso de Fisioterapia da UniEVANGÉLICA.
<b>INSTITUIÇÃO:</b> UniEVANGÉLICA	<b>AUTORES:</b> Adryelle de Brito Ferreira, André Luiz Bastos Dos Santos, Brenda Maria de Almeida Maximiano, Layse Tatielle de Carvalho Gonçalves, Rafael Gustavo Nunes de Oliveira, Viviane Lemos Silva Fernades, Elisângela Schmitt Mendes Moreira, Humberto de Sousa Fontoura.
<p><b>SÍNTESE DO ESTUDO:</b> Essa produção científica trata-se de uma pesquisa descritiva que objetiva identificar as melhorias que o método da acupuntura traz aos estudantes de fisioterapia que possuem ansiedade e depressão.</p> <p>Partindo como objetivo principal tratar ou mitigar os sintomas associados à ansiedade e depressão em estudantes, o estudo indica a utilização do tratamento por meio da acupuntura proveniente da filosofia taoísta. Ademais, é evidenciado no estudo que essa técnica é amplamente utilizada em países orientais como China, Japão e Coreia, sendo aplicado tanto na promoção como na prevenção de saúde. Vale ressaltar que a aplicação de auriculoterapia,</p>	

além de constituir alternativa de baixo custo e alta praticidade, auxilia na democratização da saúde e enriquece o conhecimento científico ocidental ao complementá-lo na formulação do diagnóstico e no tratamento de casos clínicos.

Portanto, conclui-se que a problemática levantada a respeito da presença de diversos casos de ansiedade e depressão nos estudantes necessita de uma intervenção que possa ser eficaz nesse controle. Nesse prisma, os autores recomendaram a acupuntura como a forma ideal para o tratamento dessas patologias em questão.

### 5.1 AURICULOTERAPIA E SUA RELAÇÃO COM A ANSIEDADE

A ansiedade é uma patologia que afeta a humanidade, e pode ser definida como um sentimento de inquietação, apreensão e tensão. Em suma, essa doença é tida como uma resposta natural do próprio organismo, entretanto, em algumas situações, pode estar concatenada a diversos acontecimentos específicos da vida. Dessa forma, a auriculoterapia, em suas diversas formas de aplicação como agulhas intradérmicas, esferas e sementes, e por meio de estímulos de pontos no pavilhão auditivo, vem se mostrando, cada vez mais, como um efetivo método de auxílio ao tratamento da ansiedade.

### 5.2 VANTAGENS DA UTILIZAÇÃO DA AURICULOTERAPIA EM RELAÇÃO A TERAPIA MEDICAMENTOSA

Com efeito, vale ressaltar que os autores das produções científicas utilizadas como base de dados indicam o uso da auriculoterapia em relação a terapias medicamentosas devido, principalmente, a Organização Mundial de Saúde indicar a acupuntura para o tratamento da ansiedade com eficácia maior que a medicação convencional, haja vista que o procedimento é considerado fácil de aplicar, seguro, não possui toxinas, não ocasiona dependência nem contraindicações. Dessa forma, por se tratar de uma terapia não invasiva que tem como princípio um dos microssistemas da medicina tradicional chinesa e fundamenta suas teorias nas bases neurofisiológicas, fazendo proveito do pavilhão auricular durante os tratamentos terapêuticos, devido ao fato deste possuir uma representação dos órgãos e estruturas do corpo, utilizando assim, os reflexos exercidos sobre o sistema nervoso central, gerando estabilidade no interior do organismo.

Portanto, fica exposto que a modalidade integrativa de tratamento supracitada, se mostra bastante eficaz devido, sobretudo, a sua naturalidade e resposta imediata, possibilitando, por

consequência, a diminuição gradual ou total da ansiedade e outras patologias, sem a necessidade de terapias medicamentosas.

### 5.3 PRINCIPAIS PONTOS TERAPÊUTICOS UTILIZADOS EM QUADROS DE ANSIEDADE

Os pontos utilizados nos artigos científicos, no decorrer da aplicação da auriculoterapia, sempre fazem referência ao ponto Shenmen, relaxamento, fígado, pulmão, tronco cerebral, mestre cerebral, coração, valium ou tranquilizante, simpático e endócrino. Assim sendo, é pertinente salientar que um dos métodos mais comumente utilizados nesse tipo de tratamento é o ponto shenmen que fica localizado na fossa triangular do pavilhão auditivo, devido, sobretudo, pelo seu elevado potencial analgésico, sedativo e anti-inflamatório. Contudo, dependendo do diagnóstico inicial, podem ser escolhidos outros pontos reflexos a serem utilizados no tratamento, como o rim, occipital, coração e estômago, ou até mesmo, uma combinação com a acupuntura sistêmica.

### 5.4 DURAÇÃO DAS SESSÕES TERAPÊUTICAS DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE:

Por certo, foi destacado nos artigos científicos que a ocorrência de um tratamento com auriculoterapia, geralmente, dura ciclos de dez sessões cada, que são realizadas semanalmente, diariamente, ou em dias alternados, e que são intermediados por um descanso do pavilhão auricular de duas a quatro semanas. Entretanto, em um dos artigos foi citado que o melhor resultado possível, no que diz respeito a diminuição dos sintomas da ansiedade, foi obtido após a oitava sessão de tratamento.

### 5.5 EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE:

O presente estudo comprovou, por meio de uma revisão integrativa, não só a eficácia do tratamento da ansiedade por meio da auriculoterapia, como também a melhora na vida dos pacientes que se submetem a esse tipo de terapia, assim como, as vantagens desse recurso em relação a outros métodos de tratamento mais comuns, como a utilização de medicamentos por exemplo. Todos os artigos aqui estudados mostraram uma eficácia elevada, e indicaram a auriculoterapia como a forma ideal de combater problemas como ansiedade e depressão, devido, sobretudo, por se tratar de um tratamento seguro, de rápida aplicação, com ampla

realização, e que se mostrou como uma prática integrativa e complementar benéfica para o tratamento dessas patologias.

#### 5.6 EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS:

Dos artigos selecionados, apenas um (o segundo artigo listado nas tabelas) faz relação diretamente com estudantes universitários, e os resultados são ótimos do ponto de vista do controle dos sintomas da ansiedade, o que acarreta, para o autor, uma melhora significativa no desenvolvimento da relação ensino aprendizagem, visto que, com a mitigação do quadro da ansiedade, os sintomas de desgastes, dores nas costas, comer em excesso e cansaço, o que atrapalham, de maneira significativa, o desempenho dos alunos universitários durante o período acadêmico. Portanto, para o autor desse artigo, a comprovação da eficácia da auriculoterapia para o tratamento da ansiedade em estudantes universitários se mostrou considerável.

## 6 CONCLUSÃO

Os protocolos auriculares fazem parte de uma estrutura pragmática que tem como finalidade alcançar um maior resultado possível no que diz respeito ao tratamento de diversas patologias, sobretudo a ansiedade, a qual os pacientes estão submetidos pelos mais variados motivos. O presente estudo contou com o esclarecimento, por meio da literatura, desses protocolos que passam tanto pelos principais pontos auriculares usados no tratamento da ansiedade, sendo eles o Shenmen, relaxamento, fígado e pulmão, como também, a importância que o ambiente, no qual se submeterá o tratamento, tem para alcançar os resultados esperados.

No que diz respeito a utilização da auriculoterapia para o controle da ansiedade, o estudo comprovou, através de uma revisão integrativa de literatura, que essa prática de origem na Medicina Tradicional Chinesa se mostra como uma técnica promissora, de baixo custo, pouco invasiva e que possui um resultado bastante satisfatório no que diz respeito a mitigação dos sintomas relacionados a ansiedade.

Esse estudo pode contribuir para tornar notório para o meio científico, como também, no âmbito da saúde, a eficácia da auriculoterapia no tratamento da ansiedade, sobretudo para estudantes universitários, mostrando sua eficácia e os benefícios que essa prática pode gerar devido aos métodos utilizados e as qualificações profissionais que irá envolver no seu manuseio.

Apesar do estudo submetido se mostrar bastante promissor, a carência de matérias de cunho científico, principalmente de fontes confiáveis e reconhecidas no meio científico, no que diz respeito a utilização da auriculoterapia para tratamento da ansiedade exclusivamente em estudantes universitários, dificultou o aprofundamento dessa revisão integrativa nesse quesito.

Outrossim, a viabilidade da continuidade de pesquisas e aprofundamentos nesse assunto pode resultar em incentivos maiores para a prática da auriculoterapia que é amplamente utilizada no oriente, entretanto, pouco empregada no ocidente, e que se mostra bastante eficaz no tratamento da ansiedade e suas relações diretas com o aperfeiçoamento das práticas de saúde.

## REFERÊNCIAS

ABE, GISLAINE; **Medicina tradicional chinesa**; Disponível em: < <https://www.unifesp.br/>> Acesso em 20/10/2020

AMARAL, AINDA; MEJIA, DAYANA; **Microsistema orelha e sua utilização como diagnóstico**; Disponível em: <[https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/16/62\\_-\\_Microsistema\\_orelha\\_e\\_sua\\_utilizaYYo\\_como\\_diagnostico.pdf](https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/16/62_-_Microsistema_orelha_e_sua_utilizaYYo_como_diagnostico.pdf)> Acesso em: 06 JUN 2020.

ANDREOLI; **Acupuntura Auricular Chinesa**; Editora: Andreoli; Disponível em: Biblioteca Nacional do Brasil; Acesso em: 08/09/2020

BRASIL; **Auriculoterapia Chinesa para melhoria de qualidade de vida de equipe de enfermagem**; Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/reben/v68n1/0034-7167-reben-68-01-0117.pdf>> Acesso em: 14/11/2020

CABRAL, MARILENE; **As duas faces da montanha. Estudos sobre Medicina Chinesa e Acupuntura**; Disponível em: <<https://www.estantevirtual.com.br/livros/marilene-cabral-do-nascimento/as-duas-faces-da-montanha-estudos-sobre-medicina-chinesa-e-acupuntura/62367669>> Acesso em: 11/11/2020

CARTIER, H; **manual prático de acunputura**; Disponível em: < <https://www.livrariaunesp.com.br/manual-pratico-de-acupuntura-kim-choo-h-icon/p>> Acesso em 12/11/2020

DORIA, MARÍLIA; LIPP, MARILDA; SILVA, DELVO; **O Uso da Acupuntura na Sintomatologia do Stress**; Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/pcp/v32n1/v32n1a04.pdf>> Acesso em: 03 JUN 2020.

DOMINGO, SARA; **Auriculoterapia, Trabalho de conclusão de Curso**, Disponível em: <<https://www.acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/38751/R%20-%20E%20-%20SARA%20JANE%20JEAN%20DOMINGO.pdf?sequence=1>> Acesso em: 02 JUN 2020.

ESHEKEVARI, LADAN; **Agulhas que acalmam**; Disponível em: <  
<https://anfipmg.org.br/informacoes/noticias/item/222-agulhadas-que-acalmam> > Acesso em:  
08/11/2020

FEROLLA, ANA; **Dermatologia, Série Manual Prático para Concursos**; Disponível em: <  
<https://m.atheneu.com.br/produto/dermatologia-serie-manuais-praticos-para-concursos-915> >  
Acesso em 07/11/2020

FERREIRA, ADRYELLE; DOS SANTOS, ANDRÉ; MAXIMIANO, BRENDA;  
GONÇALVES, LAYSE; DE OLIVEIRA, RAFAELA; MOREIRA, ELISÂNGELA;  
FONTOURA, HUMBERTO; **Influência da auriculoterapia no tratamento de ansiedade e  
depressão em alunos de graduação**. Artigo publicado em: 2019; Disponível em: <  
<http://anais.unievangelica.edu.br/index.php/fisio/article/view/4334> > Acesso em 24/09/2020

GERHARDT, T.E., SILVEIRA, T.D. **Métodos de pesquisa**, 1ª edição: 2009. Disponível em:  
<<http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>> Acesso em: 20 MAR. 2020.

GISLAINE, CRISTINA, ABE; **Medicina Tradicional Chinesa**, Revista Neurociências V14  
N2 (supl-versão eletrônica) –abr/jun, 2006. Disponível em:  
<<http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2006/RN%2014%20SUPLEMENTO/Pages%20from%20RN%2014%20SUPLEMENTO-13.pdf>> Acesso em: 04 JUN 2020.

GOSWAMI, USHA; ZIEGLER, JOHANNES; **Reading Acquisition, Developmental  
Dyslexia, and Skilled Reading Across Languages: A Psycholinguistic Grain Size Theory**;  
Artigo publicado em 2005; Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/> > Acessado  
em: 20/10/2020

GOYATA, SUELI; AVELINO, CAROLINA; DOS SANTOS, SERGIO; JUNIOR,  
DEUSDETE; GURGEL, MARIA; TERRA, FÁBIO; **Efeitos da acupuntura no tratamento  
da ansiedade: revisão integrativa**. Artigo publicado em: 2015; Disponível em: <  
<https://www.scielo.br/pdf/reben/v69n3/0034-7167-reben-69-03-0602.pdf> > Acesso em  
21/09/2020

JALES, RENATA; GOMES, ANNA; DA SILVA, FRANCISCA; PEREIRA, IVONEIDE; PIMENTEL, LORENA; ALMEIDA, SANDRA; **Auriculoterapia no cuidado da ansiedade e depressão**. Artigo publicado em: 2019; Disponível em: <

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1052366> > Acesso em 23/09/2020

KUREBAYASHI, L.F.S., SILVA, M.J.P. **Eficácia da auriculoterapia chinesa para o estresse em equipe de enfermagem: ensaio clínico randomizado**. Disponível em:<[http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n3/pt\\_0104-1169-rlae-22-03-00371.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v22n3/pt_0104-1169-rlae-22-03-00371.pdf)> Acesso em: 21 MAR. 2020.

KUREBAYASHI, LEONICE; GNATTA, JULIANA; BORGES, TALITA; BELISSE, GEYSA; COCA, SUZANA; MINAMI, AKEMI; SOUZA, TELMA; SILVA, MARIA; **Aplicabilidade da auriculoterapia com agulhas ou sementes para diminuição de estresse em profissionais de enfermagem**. Artigo publicado em: 2011; Disponível em: <

<https://scielo.org/>> Acesso em 23/09/2020

KUREBAYASHI, LEONICE; TURRINI, RUTH; SOUZA, TALITA; MARQUES, CAROLINA; RODRIGUES, RENATA; CHARLESWORTH, KAREN; **Auriculoterapia para redução de ansiedade e dor em profissionais de enfermagem: ensaio clínico randomizado**. Artigo publicado em: 2017; Disponível em: < <https://scielo.org/>> Acesso em 23/09/2020

LOPES; CAPOBIANCO; FIALHO; LEOPOLDO; **Sistema de conhecimento para diagnóstico em acupuntura: uma modelagem usando o CommonKADS**; Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-530X2011000200010](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-530X2011000200010)> Acesso em 09/11/2020

MACIOCIA, GIOVANNI; **Prática da medicina chinesa**. Obra publicada em 2010; Disponível em: < <https://www.dilivros.com.br/livro-pratica-da-medicina-chinesa-a-9788572418171,m34554.html>> Acesso em 11/11/2020

MARTINI, LARAÍNE; CARDOSO, MAISA; SANTOS, MELISSA COSTA. **Medicina Tradicional Chinesa no Tratamento da Obesidade.** Disponível em: <

<http://siaibib01.univali.br/pdf/Laraine%20Martini%20e%20Maissa%20Cardoso.pdf>> . Acesso em: 24/10/2020.

MOURA, CASTRO; CARVALHO, CAMILA; SILVA ANDREIA; IUNES, HOLLANDA; CARVALHO, EMILIA; CHAVES, ERIKA; **Auriculoterapia efeito sobre a ansiedade.**

Artigo publicado em: 2014; Disponível em:

<<http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/596/90>> Acesso em 20/09/2020

MIYUKI, JULIANA; KUREBAYASHI, LEONICE; SILVA, MARIA; **Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem;** Disponível em:

<<https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n5/23.pdf>> Acesso em: 05 JUN 2020.

OLIVEIRA, M.F de. Metodologia científica: **um manual para a realização de pesquisas em Administração** / Maxwell Ferreira de Oliveira. -- Catalão: UFG, 2011. 72 p.: il. Disponível em<[https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual\\_de\\_metodologia\\_cientifica\\_-\\_Prof\\_Maxwell.pdf](https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf)> Acesso em: 20 MAR. 2020.

PAPIN; QUINHONEIRO; LAURIS; MASSOLA; **Malformation and hearing loss in oculoauriculo vertebral spectrum;** Disponível em: <

[https://repositorio.usp.br/result.php?filter\[\]=about:%22ORELHA%20EXTERNA%22](https://repositorio.usp.br/result.php?filter[]=about:%22ORELHA%20EXTERNA%22) > Acesso em 12/11/2020

PORPORATTI, LUÍS; **Protocolos de acupuntura para o tratamento da disfunção temporomandibular;** Disponível em: < <https://www.scielo.br> > Acesso em 02/10/2020

PRADO, JULIANA; KUREBAYASHI, LEONICE; SILVA, MARIA; **Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem.** Artigo publicado em: 2012; Disponível em: < <https://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n5/23.pdf> > Acesso em 20/09/2020

QUEIROZ; **presos que menstruam**; Obra publicada em 2015; Disponível em:  
<<https://www.ufsj.edu.br/portal2repositorio/File/centrocultural/Presos%20Que%20Menstrum%20-%20Nana%20Queiroz.pdf>> Acesso em 15/11/2020

ROCHA; CRAICE; BARBOSA; GALLIAN, 2015; **A trajetória da introdução e regulamentação da acupuntura no Brasil: memórias de desafios e lutas**. Disponível em:  
<[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=s1413-81232015000100155&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=s1413-81232015000100155&script=sci_abstract&tlng=pt)> Acesso em 11/11/2020

SAMPAIO, MARCELA; OLIVEIRA, NATÁLIA; FERNANDES, DUVAL; **A imigração chinesa para a América Latina e Brasil: O perfil do imigrante chinês no Sudeste brasileiro**, Disponível em: <<http://www.abep.org.br/xxencontro/files/paper/856-757.pdf>>  
Acesso em: 04/06/2020.

SANTOS, D.R dos SPEROTTO, D.F., PINHEIRO, U.M.S. **A Medicina Tradicional Chinesa no tratamento do transtorno de ansiedade: um olhar sobre o stress**. Revista Contexto & Saúde, vol 10, n 20, pag 103-112, 2011. Disponível em:<<https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/1508>> Acesso em: 21/03/2020.

SENNA; SILVA; BERTAN; **Acupuntura Auricular**; Editora: PHORTE EDITORA LTDA; Disponível em: < <https://www.dilivros.com.br/livro-acupuntura-auricular-9788576553427,se5836.html>> Acesso em 01/11/2020

SOTTO. L. **Terapeuta Alternativo**. Disponível em:  
<<http://www.leandrosotto.com.br/auriculoterapia.html>>. Acesso em: 05/06/2020.

SOUZA; SILVA; CARVELHO; **Revisão Integrativa: o que é e como fazer**; Disponível em:  
< [https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf)> Acesso em: 05/11/2020

SOUZA, TEXEIRA; KUSUMOTA, LUCIANA; PEREIRA, MARTA; BRAGA, FERNANDA; GAIOSO, VANESSA; ZAMARIOLI, CRISTINA; CARVALHO, EMILIA;  
**Anxiety and performance of nursing students in regard to assessment via clinical**

**simulations in the classroom versus filmed assessments.** Artigo publicado em: 2014;  
Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/> > Acesso em 21/09/2020

VERONEZ, DJANIRA; **Abordagem morfofuncional dos órgãos sensoriais da audição e visão;** Disponível em: <<https://www.passeidireto.com/arquivo/65276017/abordagem-morfofuncional-dos-orgaos-sensoriais>> Acesso em 05/06/2020.

WEIZEMANN, A. **Depressão e Ansiedade segundo a MTC.** Artigo publicado em 07 JUN 2010. Disponível em:<<https://alexandraweizemann.wordpress.com/2010/07/06/depressao-e-ansiedade-segundo-a-mtc/>> Acesso em 21/03/2020