



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA

JOANA JOYCE ALVES DE LIMA

EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
ANSIEDADE: ESTUDO DE CASO

JUAZEIRO DO NORTE
2019

JOANA JOYCE ALVES DE LIMA

**EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
ANSIEDADE: ESTUDO DE CASO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Me. Ana Geórgia Amaro Alencar
Bezerra Matos

JUAZEIRO DO NORTE
2019

JOANA JOYCE ALVES DE LIMA

**EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA
ANSIEDADE: ESTUDO DE CASO**

DATA DA APROVAÇÃO: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA:

Professora Ma. Ana Géorgia Amaro Alencar Bezerra Matos
Orientador

Professora Esp. Tatianny Alves de França
Examinador 1

Professor Me. Aurélio Dias Santos
Examinador 2

JUAZEIRO DO NORTE
2019

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, à Deus, por ter me abençoado nessa longa jornada de 5 anos me protegendo de todos os males e me dando sempre saúde, paciência e determinação para não desistir.

Agradeço a minha mãe e a meus irmãos pelo o incentivo de todos esses anos, e dedico esse trabalho a minha mãe e ao meu pai (in memoriam) que hoje não se encontra aqui fisicamente, mas sim espiritualmente.

Agradeço a todos os meus amigos pela força e incentivo a não desistir jamais apesar de todas as dificuldades enfrentadas diariamente.

Agradeço de uma maneira geral a todos aqueles que contribuíram de forma direta ou indiretamente para conclusão do curso e desse trabalho.

ARTIGO ORIGINAL

EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRANSTORNO EMOCIONAL DA ANSIEDADE: ESTUDO DE CASO

Autores : Joana Joyce Alves de Lima¹e Ana Géorgia Amaro Alencar Bezerra Matos²

Formação dos autores

*1-Acadêmica do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio.

2- Professora do Colegiado de Fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio. Mestra em Formação de Professores e Práticas Interdisciplinares pela UPE – Petrolina.

Correspondência: joycejjal@gmail.com

Palavras-chave: Terapias complementares. Auriculoterapia. Ansiedade.

RESUMO

Introdução: A ansiedade passa a ser considerada um transtorno no momento em que as sintomatologias se tornam excessivas ou perduram além de períodos indicativos de normalidade. Como forma de tratamento e meio de solucionar as alterações emocionais ocorridas devido a ansiedade que tem se tornado comum, a busca pelas práticas integrativas e complementares tem sido uma alternativa procurada por muitas pessoas, tendo se mostrado eficaz no tratamento e controle de diversas patologias, é de suma importância a verificação da eficácia de tais terapêuticas assim como a auriculoterapia. Considerada uma técnica de diagnose e terapêutica que é promovida através do estímulo de pontos específicos da orelha tendo assim por conceito de nomenclatura o significado de terapia pela aurícula. O objetivo deste estudo foi de descrever os efeitos da auriculoterapia no transtorno emocional da ansiedade. **Método:** Estudo de caso, com abordagem qualitativa e caráter descritivo, com participante de 21 anos de idade. Foram verificados os níveis de ansiedade pelo questionário de auto-avaliação IDATE e os níveis de estresse pelo questionário de estresse percebido (QEP) além da percepção do avaliador e dos auto-relatos do participante que foram descritos. **Resultados:** Os resultados demonstraram valores de idate estado na 1 sessão antes da aplicação da auriculoterapia de (58) depois da aplicação (29) e de traço antes da terapêutica (73), e QEP (0,71), já na 5 sessão o idate estado antes da aplicação (31) e depois (20) e o idate traço antes da terapêutica (43) e o QEP (0,37). **Conclusão:** O estudo evidenciou que a prática da auriculoterapia por meio da estimulação com as agulhas semipermanentes e sementes nos pontos: ShenMen, Rim, Simpático, Ansiedade, Neurastenia, Coração, Fígado, Occipital, após 5 sessões realizadas, obtiveram resultados satisfatórios e autodeclarados na diminuição da ansiedade e do estresse.

Palavras-chave: Terapias complementares. Auriculoterapia. Ansiedade.

ABSTRACT

Introduction: Anxiety becomes considered a disorder when symptoms become excessive or persist beyond periods indicative of normality; as a form of treatment and means of solving emotional changes that occur due to anxiety that has become common, the search for integrative and complementary practices has been an alternative sought by many people, having proven effective in the treatment and control of various pathologies, it is of utmost importance to verify the effectiveness of such therapies as well as auriculotherapy. It is considered a diagnostic and therapeutic technique that is promoted through the stimulation of specific points of the ear, thus having as a concept of nomenclature the meaning of therapy by the auricle. The objective of this study was to describe the effects of auriculotherapy on emotional anxiety disorder. **Method:** Case study, with qualitative approach and descriptive character, with 21-year-old participant. Anxiety levels were verified by the IDATE self-assessment questionnaire and stress levels by the perceived stress questionnaire (QEP), in addition to the evaluator's perception and the participant's self-reports that were described. **Results:** The results showed values of idate state in the first session before the application of auriculotherapy (58) after the application (29) and of trace before therapy (73), and QEP (0.71), in the fifth session the idate state before the application (31) and after (20) and the idate state before the treatment (43) and the QEP (0.37). **Conclusion:** The study showed that the practice of auriculotherapy through stimulation with semi-permanent needles and seeds at the points: ShenMen, Kidney, Sympathetic, Anxiety, Neurasthenia, Heart, Liver, Occipital, after 5 sessions, obtained satisfactory and self-declared results in reducing anxiety and stress.

Keywords: Complementary therapies. Auriculotherapy. Anxiety.

INTRODUÇÃO

“A ansiedade é uma vivência comum, potencialmente típica e experimentada por qualquer ser humano e se caracteriza por um sentimento difuso, desagradável e vago de apreensão, como inquietação, desconforto e taquicardia” (CHEMELLO; LEVANDOWSKI; DONELLI, 2017, p.78). Entretanto, mesmo assumindo um papel importante de sobrevivência, em excesso a ansiedade se torna um fator preocupante e que interfere na nossa vida trazendo vários prejuízos (GUIMARÃES et al 2015).

A ansiedade passa a ser considerada um transtorno no momento em que as sintomatologias se tornam excessivas ou perduram além de períodos indicativos de normalidade (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION 2014).

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) demonstram que em torno de 3,6% da população sofre com o transtorno ansioso segundo estimativa referente ao ano de 2015. Na divisão por continentes fazendo parte da América, o Brasil apresenta uma prevalência de transtorno da ansiedade em 9,3% representando o país de maior índice de ocorrência de ansiedade nessa região (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017).

Como forma de tratamento e meio de solucionar as alterações emocionais ocorridas devido a ansiedade que tem se tornado comum, a busca pelas práticas integrativas e complementares tem sido uma alternativa procurada por muitas pessoas, tendo se mostrado eficazes no tratamento e controle de diversas patologias, é de suma importância a verificação da eficácia de tais terapêuticas assim como a auriculoterapia (DO PRADO, KUREBAYASHI, SILVA, 2012).

A auriculoterapia se apresenta como um método de baixo custo financeiro, quando comparada a outras formas de tratamento, sendo integrativa, complementar e ainda uma proposta de intervenção preventiva (SANTOS et al, 2015). É considerada uma técnica de diagnose e terapêutica que é promovida através do estímulo de pontos específicos da orelha tendo assim por conceito de nomenclatura o significado de terapia pela aurícula (KREDENS; SILVÉRIO-LOPES; SULIANO, 2016).

Assim, tendo em vista a alta prevalência dos transtornos de ansiedade, tal estudo justifica-se pelo desejo de se entender o processo em que ela consiste e de demonstrar se a auriculoterapia apresenta benefícios ou não em relação ao tratamento desse transtorno psicológico. Faz se necessário também a comprovação de que a terapêutica pode ser um meio substituto do uso de fármacos ou servir como um bom método complementar de controle da

ansiedade, por se apresentar com um menor custo e ser mais saudável por ser um método natural quando comparado ao uso de medicações constantes.

Nesse contexto o presente estudo foi conduzido com o objetivo de descrever os efeitos da auriculoterapia no transtorno emocional da ansiedade, sendo assim avaliado o nível de ansiedade por meio dos questionários de estresse percebido (QEP), e o de auto avaliação IDATE e TRAÇO, realizando-se um protocolo de tratamento direcionado para tal transtorno ansioso, e investigando-se os níveis antes e após o tratamento com a auriculoterapia.

MÉTODOS

Desenho do estudo, local e período de realização

Estudo de caso, qualitativo-descritivo. A amostra foi constituída de um paciente J.A.G.L, 21 anos, sexo masculino, estudante de odontologia, que relatou dificuldade na realização de tarefas cotidianas devido a ansiedade. Os critérios para escolha do participante da pesquisa foram: não apresentar contraindicação a auriculoterapia, não estar tomando medicamentos para controle da ansiedade e nem realizando terapia. A aplicação do estudo foi realizada na clínica escola do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO), na cidade de Juazeiro do Norte CE, entre setembro e novembro de 2019. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio apresenta parecer: 3.704.585

Procedimentos de coleta de dados

Foram aplicados dois instrumentos: O Questionário de estresse percebido (QEP) para avaliar o nível presente de estresse do participante, analisando seis domínios: Aceitação social (itens 5, 6, 12, 17, 19, 20, 24); Sobrecarga (itens 2, 4, 11, 18); Irritabilidade, tensão e fadiga (itens 1, 3, 8, 10, 14, 15, 16, 26, 27, 30); Energia e alegria (itens 1, 13, 21, 25, 29); Medo e ansiedade (itens 22, 28); Realização e satisfação pessoal (itens 7, 9, 23), composto por 30 itens e a escala de resposta varia de 1 quase nunca a 4 quase sempre. O resultado definido através da resolução da equação $[(\text{pontuação total} - \text{total equivalente de questões}) / 90]$ onde o índice de estresse percebido vai ser proporcional ao índice obtido, que pode variar de 0 a 1, o resultado quanto mais próximo de um indicará um nível de estresse mais elevado (RICARDO, 2009).

O segundo instrumento é o Questionário de auto avaliação IDATE elaborado por Spielberger et al. 1960 e traduzido por Biaggio e Natalício em 1979 (JACOB-SEGER,2000).

Dividido em 2 escalas distintas ESTADO e TRAÇO, utilizados para avaliação da ansiedade.Cada uma é composta por 20 itens, a escala de resposta varia de 1 a 4. Para evitar o vício de resposta os itens de caráter positivos do idate estado e as do idate traço seus valores são atribuídos de maneira inversa, e para verificação de escore final devem ter essas pontuações invertidas. O escore final varia de 20 a 80 pontos cada escala, quanto maior a pontuação maior o nível de ansiedade (BATISTA; CALACHE; BUTCHER, 2018). Caso participante responda 4 classifico como valor 1, se resposta 3 atribuo valor 2, se resposta for 2 valor atribuído é 3 e se 1 valor equivalente é 4. Os itens positivos do idate estado são: (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20) e idate traço são: (1, 6, 7, 10, 13, 16, 19) (KAIPPER, 2008). É classificado o nível de ansiedade em baixo (20-40), médio (41-60) e alto (61-80) (SANTOS, GALDENO, 2009).

Para realização da terapêutica foram utilizados: algodão multiuso comum, álcool 70% (álcool etílico hidratado neutro e água purificada), apalpador de Nogier com mola de marca Dux, agulhas ting da marca dong bang, aplicador com mola em aço inox,sementes de mostarda anexada ao esparadrapo quadrado da zhenmed, pinça de aço,maca e bandeja em inox.

A coleta iniciou-se com a abordagem do participante, lhe apresentando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o pós esclarecido, explicitando os objetivos, questões éticas e procedimentos a serem realizados, após isso foi realizada a avaliação, onde o participante respondeu aos dois questionários IDATE e QEP, sendo aplicado na primeira sessão e quinta sessão, foi realizada uma inspeção minuciosa do pavilhão auricular do participante em todos os atendimentos afim de observar sinais inflamatórios, lesões visíveis na região auricular que pudessem impossibilitar a realização da terapêutica.

Em seguida, a terapêutica iniciava-se com o participante em decúbito dorsal, era realizada a assepsia do pavilhão auricular com algodão e álcool a 70%. Com o apalpador era executada uma pressão nos pontos selecionados afim de localizar os pontos reativos do participante,foram assim pré definidos os pontos a serem estimulados segundo os descritos pela Medicina Tradicional Chinesa (MTC) para o tratamento da ansiedade.Foram 8 pontos estimulados: 1-Shen Men, 2-Rim, 3-Simpático, 4- Ansiedade,5- Neurastenia, 6- Coração, 7-Fígado, 8-Occipital. (SENNA; DA SILVA; BERTAN, 2012).

A aplicação com agulha realizava-se por meio do aplicador em mola específico, e as sementes manipuladas por uma pinça, a cada sessão foi realizada a alternância entre orelha

direita e esquerda para evitar a formação de lesões. Logo após fixadas as agulhas permaneciam por 20 minutos, e o participante era instruído a permanecer com as mesmas durante 5 dias, e estimulá-las por meio da massagem e/ou palpação em média 3 vezes ao dia, fazendo a retirada dos mesmos após os 5 dias e higienizando a região.

Os atendimentos foram realizados pela pesquisadora afim de se manter um parâmetro confiável de estimulação dos pontos de forma igualitária em todas as sessões e a reavaliação era feita mediante a resposta do participante a cerca dos questionários aplicados e diante a percepção da pesquisadora e dos auto-relatos do participante que foram descritos.

Análise dos dados

Através da interpretação dos resultados dos questionários, da observação criteriosa da pesquisadora, leitura e descrição dos atendimentos, e utilização de tabelas.

RESULTADOS

Através da análise do pesquisador diante do primeiro dia de atendimento, o participante da pesquisa se mostrava bastante tenso e com expressões faciais indicativas de medo e muita apreensão, chegando até a dificultar inicialmente a introdução das agulhas nos pontos selecionados.

Destaca-se então que os resultados dos questionários aplicados foram analisados pelos escores já padronizados dos mesmos, podendo ser visto na tabela 1, os dados dos questionários IDATE ESTADO E TRAÇO nos mostram resultados iguais a 58 e 73 pontos respectivamente, evidenciando um estado em nível médio de ansiedade, e um traço com nível alto de ansiedade. Ao final da primeira sessão, o questionário IDATE ESTADO resultou em 29 pontos, o que mostra um estado com nível baixo de ansiedade. Inicialmente foi observado pelo (QEP): tabela 2, um resultado equivalente a um índice de $0,71 \pm 0,01$ o que mostra um nível considerável de estresse.

Imediatamente após a primeira sessão diante da percepção do pesquisador já houve redução significativa da sintomatologia vista inicialmente, o mesmo não se mostrava mais com a mesma intensidade de tensão, apreensão, tendo uma aparência mais relaxada e aliviada.

Esta aparência foi confirmada pelo mesmo através de relatos durante o intervalo da semana de aplicação da terapêutica, o mesmo não havia se cansado na realização de atividades físicas na academia como frequentemente acontecia, e que havia realizado as aulas

práticas com mais destreza e eficácia, sendo mais produtivo nas atividades. O participante relatou ainda que quando toma muito café se sente mais ansioso, chegando a apresentar sensação de taquicardia, por isso passou um tempo sem ingerir esta bebida para verificar se havia mesmo esta relação, o que foi confirmado com a sua melhora, porém, atualmente voltou a tomar café, e confirma que aumentou então a ansiedade, mas enxerga a necessidade de parar com o “vício”, como assim considera.

Na segunda sessão, o participante voltou a referir o quanto estava se sentindo bem após as “agulhadas” como assim se referia, mostrando-se com aspecto bem mais relaxado e menos apreensivo em comparação com momentos antes da primeira sessão, quanto ao cansaço continuou a referir redução.

Na terceira sessão o voluntário se apresentou inicialmente com um aspecto de cansaço, quando feita a introdução das agulhas foram observadas expressões faciais indicativas de dor e/ou incomodo, sendo confirmado pelo mesmo quando interrogado um incomodo em alguns pontos da orelha, após um curto intervalo de tempo foi novamente indagado se havia ainda presença dos mesmos sinais, e o mesmo referiu que já havia cessado tal incomodo. Declarou ainda que o trabalho havia sido exaustivo durante a manhã, o que explica ou não o fato do mesmo ter chegado a adormecer em alguns momentos no período de espera para retirada das agulhas, após finalização da terapêutica o participante se mostrava mais relaxado e calmo, denotando uma aparência de bem estar.

Na quarta sessão o participante chegou para o tratamento com demonstrações na orelha de estresse apresentando-se extremamente vermelha. O mesmo apresentava-se comunicativo e mais aderente a terapêutica onde durante toda a realização e finalização não se mostrou diferenças de estado geral.

Diante da percepção do pesquisador antes da realização da quinta sessão o participante se mostrava estando tenso, porém se mantinha em silêncio, quando retirado as agulhas após estimulação o ponto rim apresentou-se sangrando demonstrando congestão de energia.

Segundo o que se apresenta nas tabelas respectivamente (tabela 1 e tabela 2): Na quinta sessão seguindo a padronização para obtenção dos resultados, o mesmo diante dos questionários analisados apresentou os seguintes resultados: Antes da realização da terapêutica os dados dos questionários IDATE ESTADO E TRAÇO nos mostram resultados iguais a 31 e 43 pontos respectivamente, evidenciando um estado em nível baixo de ansiedade, e um traço com nível médio de ansiedade. Ao final da quinta sessão, o questionário IDATE ESTADO resultou em 20 pontos, o que mostra um estado com nível baixo de

ansiedade. Foi observado no QEP um resultado equivalente a $0,37 \pm 0,01$ o que demonstra um nível de estresse significativamente menor do que o encontrado na 1 sessão.

Inicialmente se tinha a proposta que fosse realizada um total de 8 sessões de auriculoterapia que se daria 1 vez por semana, porém, devido fatores não esperados e também nem mesmo controláveis, houve-se o imprevisto do participante passar por um momento delicado em sua vida que foi o fato do adoecimento e consequente perda de sua mãe, sabendo que isso poderia lhe gerar um turbilhão de sentimentos e que poderiam interferir nos resultados dos questionários propostos, foi decidido que se encerraria o estudo com as 5 sessões já aplicadas antes do ocorrido.

Assim foi então repassado para o mesmo tal decisão, explicitando os motivos decorrentes e demonstrando apoio do pesquisador para com o participante para caso necessidade houvesse de ajuda, e não abandono total do pesquisador para com o voluntário.

Tabela 1. Representação dos resultados do Idate (ESTADO-TRAÇO) na primeira sessão e quinta sessão

| INDICATIVO | 1° SESSÃO | 5° SESSÃO |
|-------------------|-------------------------|-------------------------|
| IDATE ESTADO | Antes: 58 Depois: 29 | Antes: 31 Depois: 20 |
| IDATE TRAÇO | 73 | 43 |

Fonte: Dados da coleta, 2019.

Tabela 2. Representação dos resultados do QEP por divisão das escalas referentes a primeira sessão e a quinta sessão

| CLASSIFICAÇÃO | QEP ANTES DA 1 SESSÃO | QEP ANTES DA 5 SESSÃO |
|--|------------------------------|------------------------------|
| 1 ESCALA (ACEITAÇÃO SOCIAL) | 23 PONTOS | 13 PONTOS |
| 2 ESCALA (SOBRECARGA) | 14 PONTOS | 07 PONTOS |
| 3 ESCALA (IRRITAÇÃO, TENSÃO, FADIGA) | 33 PONTOS | 19 PONTOS |
| 4 ESCALA (ENERGIA E ALEGRIA) | 07 PONTOS | 15 PONTOS |
| 5 ESCALA (MEDO E ANSIEDADE) | 08 PONTOS | 03 PONTOS |
| 6 ESCALA (REALIZAÇÃO E SATISFAÇÃO PESSOAL) | 09 PONTOS | 07 PONTOS |
| TOTAL: | 0,71 | 0,37 |

Fonte: Dados da coleta, 2019.

DISCUSSÃO

O presente estudo baseou-se na prática da auriculoterapia, por sua prática atualmente ser muito utilizada no tratamento de desordens sejam elas de origem físicas ou psíquicas. Os resultados obtidos podem servir como método para promoção de um melhor entendimento e reconhecimento acerca da terapêutica auriculoterapia, assim como a influência dela no tratamento do transtorno ansioso tanto para os indivíduos que sofrem com tal afecção psíquica e que não possuem conhecimento de tal, como poderá ser útil para profissionais que se utilizam de métodos complementares e naturais em seus protocolos de tratamento.

Fazendo-se a análise comparativa foram observadas diferenças significativas na redução da ansiedade da primeira sessão para a quinta sessão em relação ao IDATE, logo na primeira sessão o nível de ansiedade estado foi significativamente maior antes da realização da terapêutica do que após. Esta redução pode ser corroborada com a pesquisa de Belasco; Passinho; Vieira (2019), em que estudantes universitários foram submetidos à sessões de acupuntura e auriculoterapia para o tratamento de queixas comuns relatadas ao setor de enfermagem da instituição, dentre estas ansiedade, insônia e dificuldade de concentração, nesse contexto, os resultados positivos foram evidenciados já na primeira sessão, as melhoras foram percebidas pelos estudantes, que retornaram para as próximas sessões, a melhora também foi identificada por profissionais da equipe de apoio, no sentido de adaptação dos mesmos às diversas situações do cotidiano acadêmico.

Os resultados eficazes se comprovam com os resultados da ansiedade (ESTADO) na quinta sessão que também obtiveram respostas ansiosas maiores antes do que após a aplicação da auriculoterapia, refletindo em uma inversão de ansiedade nível médio que se tinha antes da primeira sessão para uma ansiedade nível baixo após a primeira e que se manteve na quinta sessão. Em relação a ansiedade (TRAÇO) pode se comprovar também a redução significativa antes da primeira e da quinta sessão, com um traço nível alto inicialmente para um nível médio frente a última sessão realizada.

A redução do nível de ansiedade com o uso da auriculoterapia também foi observado no estudo de Kurebayashi et al. (2017), bem como alívio de dor e um aumento da qualidade de vida, estudo clínico randomizado que avaliou a ansiedade em profissionais de enfermagem, ao qual eram um total de 180 profissionais inicialmente divididos em 4 grupos (controle, semente, agulha, fita adesiva) sendo que no final do estudo apenas 133 completaram a participação, submetidos a 10 sessões terapêuticas que se efeturaram em (cinco semanas), utilizando-se em um dos seus instrumentos avaliativos do idate ansiedade traço-estado.

Acreditamos que, mesmo com a interrupção do tratamento antes do previsto, os resultados evidenciados comprovam a eficácia da auriculoterapia no processo de ansiedade.

A ansiedade pode apresentar extrema relação com o estresse, sendo importante salientar que algumas pessoas que sofrem de problemas ansiosos costumam transformar dificuldades que seriam fáceis de solucionar por grandes crises de reações estressantes necessitando assim de ajuda profissional (BARCELÓ et al ,2018).

Sendo assim, consideramos importante a verificação do nível de estresse do participante observado por meio do QEP que apresentou-se na primeira sessão com níveis estressores consideráveis e quando comparados a última sessão realizada os números reduziram de uma forma bastante significativa, de 0,71 para 0,37 finalizando-se o estudo com resultados satisfatórios.

Nossos resultados são corroborados com estudo de Silva; Abdanur (2018), um estudo quase experimental realizado em um centro universitário em Brasília, com alunos do curso de fisioterapia do primeiro e ultimo ano sendo realizada 8 sessões, que buscaram analisar nível de estresse e efeitos da auriculoterapia nessa condição, sendo quantificado o estresse por meio da escala de estresse percebido, evidenciaram a eficácia da auriculoterapia na redução desta condição. O estudo ainda ressaltou a facilidade de acesso à este tratamento, por ser de baixo custo, e oferecer resultados rápidos e imediatos.

CONCLUSÃO

O estudo evidenciou que a prática da auriculoterapia por meio da estimulação com as agulhas semipermanentes e sementes nos pontos: ShenMen, Rim, Simpático, Ansiedade, Neurastenia, Coração, Fígado, Occipital, após 5 sessões realizadas, obtiveram resultados satisfatórios e auto declarados na diminuição da ansiedade e do estresse.

Neste estudo a maior limitação encontrada foi o pequeno número de sessões que foram possíveis de concluir, considerando a importância de se enfatizar que poderia ter tido resultados ainda mais satisfatórios que os obtidos, tendo em vista a redução dos números de sessões que foi empregada. No entanto, se tem a evidência de que não foram necessárias os números de sessões normalmente encontradas em outros estudos para se verificar a beneficidade e eficiência dessa prática em pacientes com transtorno de ansiedade.

Ainda são poucos os estudos encontrados sobre a terapêutica auriculoterapia, tendo em vista que essa técnica vem ganhando seu espaço e aprimoramento no tratamento de diversas disfunções atualmente, o que se mostra necessário mais pesquisas sobre o tema abordando um

número maior de participantes. Os objetivos propostos foram alcançados e demonstrados de maneira positiva, com resultados satisfatórios.

REFERENCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais DSM-5**. 5. ed. Artmed, 2014.

BARCELÓ, Nayela Martín et al. Impacto social de La auriculoterapia em pacientes com estrés y ansiedad. **Revista Chakiñan**, Riobamba, n.5, p.146-156, 2018.

BATISTA, Letícia de carvalho; CALACHE, Ana Lúcia Siqueira Costa; BUTCHER, Rita de Cassia Gengo e Silva. Ansiedade e desfechos clínicos em pacientes coronariopatas submetidos ao cateterismo não programado. **Acta Paul Enferm**. Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, v.31, n.6, p.593-599, 2018.

BELASCO, Isabel Cristina; PASSINHO, Renata Soares; VIEIRA, Valéria Aparecida. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 71, n. 1, p. 103-111, 2019. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672019000100008>Acessoem: 14 Out. 2019

CHEMELLO, Mariana Reichelt; LEVANDOWSKI, Daniela Centenaro; DONELLI, Tagma Marina Schneider. Ansiedade materna e maternidade: Revisão crítica da literatura. **Interação em Psicologia**, v. 21, n. 1, p.78-89, 2017.

DO PRADO, Juliana Miyuki; KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato; DA SILVA, Maria Júlia Paes. Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 5, p. 1200-1206, 2012.

GUIMARÃES, Ana Margarida Voss, et al. Transtornos de ansiedade: Um estudo de prevalência sobre as fobias específicas e a importância da ajuda psicológica. **Ciências Biológicas e da Saúde**, v.3, n.1, p.115-128, 2015. [recurso eletrônico] disponível em: periodicos.set.edu.br. Acesso em: 12 Out 2019.

JACOB-SEGER, Liliana. **Stress e ansiedade em casais submetidos à reprodução humana**. 2000, 180-p, Tese (Doutorado)- Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. Departamento de Psicologia Social e do trabalho, São Paulo, 2000.

KAIPPER, M. B. **Avaliação do Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) Através da Análise de Rasch**. 2008.138 p. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008.

KREDENS, Lara Roberta; SILVÉRIO-LOPES, Sandra; CARNEIRO-SULIANO, Lirane. Tratamento de Cervicalgia Tensional com Auriculoterapia Utilizando Pastilhas de Óxido de Silício. **Revista Brasileira de Terapia e Saúde**, Faculdade de Tecnologia IBRATE/Universidade Federal do Paraná, v.6, n.2, p.1-6, 2016.

KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato, et al. Auriculoterapia para redução de ansiedade e dor em profissionais de enfermagem: ensaio clínico randomizado. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. v. 25, 2017.

RICARDO, Patricia Tase. **ÍNDICE DE ESTRESSE PERCEBIDO EM FUNCIONÁRIOS DO INSTITUTO DE BIOLOGIA SUBMETIDOS OU NÃO A GINÁSTICA LABORAL**, 2009. 72p. Trabalho de Conclusão de Curso-Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, 2009.

SANTOS, Mariana Deleno Luiz dos; GALDEANO, Luzia Elaine. Traço e estado de ansiedade de estudantes de enfermagem na realização de uma prova prática. **Revista Mineira de Enfermagem**, v.13, n.1, p.76-83, 2009.

SANTOS, Roberta de Freitas et al. Auriculoterapia nos transtornos da ansiedade em acadêmicos do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná: relato de casos. **Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares**,v.4,n.7,p.65-71,2015.

SENNA, V.S; DA SILVA, P.R; BERTAN, H. **Acupuntura auricular**. 1 ed. Phorte, 2012.

SILVA, João Paulo Gomes da, ABDANUR, Lucas Pulcherio. **Eficácia da auriculoterapia no tratamento de estresse em estudantes de fisioterapia**. 2018,26 p. Trabalho de Conclusão de Curso-Centro Universitário de Brasília – UNICEUB Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – faces, Brasília, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/11463/1/21653452.pdf>> Acesso em: 13 Out. 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. World Health Organization, 2017.