

EXPERIÊNCIA EXITOSA DA AURICULOTERAPIA NA ANSIEDADE DO IDOSO NO PERÍODO DA PANDEMIA

Marcos Venícios Alencar Lima Psicologia - UNIPÊ | Gerontologia - Universidade Estácio de Sá
Email: mvalima2017@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a saúde mental teve uma grande incidência e um intensificado crescimento mundial. Segundo a OMS (2022) a saúde mental está aumentando em todo o mundo. Devemos reconhecer que não é algo tão simples, principalmente nos dias atuais, ela é um fator importante na vida. Para a OMS (2022) nos últimos anos, tem havido um crescente reconhecimento do importante papel da saúde mental. Uma das condições de saúde mental mais comuns, são os problemas relacionados com a sintomatologia da ansiedade. Cabe salientar que a ansiedade pode afetar o indivíduo em qualquer fase da sua vida. Alega Faria (2022) o uso da auriculoterapia como terapia apresentou eficácia na redução dos quadros de ansiedade.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

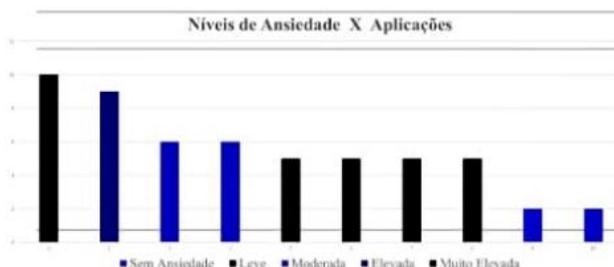
Foi realizado um relato de experiência de pós Covid -19 com a paciente M. J. de 63 de anos idade. Realizadas 10 sessões de auriculoterapia de acordo com a MTC – Medicina Tradicional Chinesa, com duração em média de 10 a 15 minutos por aplicação, com intervalo de sete dias entre as aplicações. A cada aplicação foi realizada a alternância entre o pavilhão auricular direita e esquerda para evitar a saturação dos pontos até o final do ciclo do tratamento. Pontos utilizados: Shen men, Fígado, Relaxamento Muscular e Ansiedade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante as aplicações da auriculoterapia ocorreu alterações no quadro emocional da paciente. Na primeira aplicação teve uma leve melhora, saiu do nível de ansiedade muito elevado para elevado, na segunda aplicação saiu do nível elevada e permaneceu no nível moderado na terceira e quarta aplicação, estabilizou os níveis dos sintomas na quinta, sexta, sétima e oitava aplicação e sem nenhum sintoma na nona e decima aplicação. Alega Graça (2020) que a auriculoterapia, obteve efeitos positivos sobre a intensidade da ansiedade.

Níveis de ansiedade	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Sem ansiedade:									X	X
Leve:					X	X	X	X		
Moderada:			X	X						
Elevada:		X								
Muito elevada:	X									

TABELA 1. Níveis de ansiedade com Auriculoterapia



Convém ressaltar que o tratamento teve uma boa evolução, deixando de manifestar-se os sintomas nas últimas aplicações. Demonstrando assim seus benefícios sobre a ansiedade com o resultado satisfatório. A inclusão dessa prática terapêutica foi promissora, que resultou na melhora e elevação da qualidade de vida da paciente. Conforme Moura (2019) a auriculoterapia é uma prática em saúde promissora. Uma vez concluídas as 10 aplicações com boa evolução da paciente e o quadro de ansiedade controlado podemos observar que o protocolo aplicado foi satisfatório e eficaz.

4. CONCLUSÃO

A auriculoterapia pode ser considerada uma terapia com resultado significativo na redução da ansiedade. De acordo com Santos (2021) a auriculoterapia pode ser uma importante aliada no controle do sintoma da ansiedade.

5. REFERÊNCIAS

Graça BC, Nascimento VF, Felipe RNR, Andrade ACS, Atanaka M, Terças – Trettel ACP. Uso da auriculoterapia no controle da lombalgia, ansiedade e estresse de profissionais do sistema penitenciário. BrJP. São Paulo (online) 2020;

Moura CC, Chaves ECL, Cardoso ACLR, Nogueira DA, Azevedo C, Chianca TCM. Acupuntura auricular para dor crônica nas costas em adultos: revisão sistemática e metanálise. Rev Esc Enferm USP (online) 2019;

Santos AVSA, Santos RC, Ribeiro CJN, Inagaki ADM, Abud ACF. Auriculoterapia no controle dos sintomas da ansiedade de profissionais de saúde: uma revisão sistemática. Research, Society and Development (online) 2021;

World Health Organization. Tópicos de saúde. Saúde mental. [acesso em 21 março de 2022.