

EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

XXXVII Encontro de Iniciação Científica

Marianne Santos Florencio, DIEGO SOUSA TEIXEIRA, GABRIELLA FARIAS LOPES, CARLA BEATRIZ DA PONTES AGUIAR, Angela Maria Alves e Souza

Auriculoterapia é uma prática integrativa e complementar em saúde benéfica e eficaz no tratamento de diversas enfermidades, entre elas a ansiedade, que se caracteriza por um estado psíquico de apreensão ou medo provocado pela antecipação a uma situação. Utilizando-se do pavilhão auricular como órgão reflexo do corpo torna-se possível estimular o cérebro a produzir e liberar diversas substâncias que possibilitam ação local no organismo. A prática consiste em um método terapêutico por meio da pressão de pontos específicos da orelha através de estímulos mecânicos, tendo como finalidade promover a homeostasia do corpo de uma forma geral. Objetiva-se relatar a experiência como acadêmica de Enfermagem e auriculoterapeuta na consulta de Enfermagem com pessoas que referem ansiedade. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado no consultório de Enfermagem do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará no primeiro semestre de 2018. As atividades foram realizadas semanalmente com pessoas que buscaram o atendimento e tinham a ansiedade como queixa principal. A consulta durou em média 20 minutos com aplicação de sementes de mostarda nos pontos reflexos do pavilhão auricular. Posteriormente foi orientado ao paciente o estímulo de cada ponto, três vezes ao dia durante 1 minuto. Foi observado nos pacientes que fizeram uso da terapia uma melhora significativa de alguns sintomas que fazem parte do quadro clínico da ansiedade como o estresse, o desânimo e a inquietação excessiva. Contribuindo, dessa forma para o bem-estar do paciente e favorecendo um melhor enfrentamento das adversidades em sua vida. A partir da observação satisfatória dos resultados obtidos com o tratamento e diante da praticidade e baixo custo dessa técnica os pacientes tendem a continuar a terapêutica, realizando a aplicação da auriculoterapia semanalmente buscando cada vez mais o seu bem-estar emocional, aumentando a resolutividade da ansiedade a curto prazo.

Palavras-chave: ANSIEDADE. AURICULOTERAPIA. PRATICAS INTEGRATIVAS. ESTRESSE.