

AURICULOTERAPIA COMO INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DA DOR EM ESTUDANTES DA UNIPAMPA CAMPUS URUGUAIANA

Paula Maria Tachemco Corrêa¹

Michelli Bourscheidt²

Cristina Peres Rocco³

Ângela Kemel Zanella⁴

Resumo:

A Auriculoterapia é uma intervenção oriunda da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que utiliza recursos naturais como forma de tratamento, assim vem conquistando espaço entre as terapias alternativas e complementares. Em 2006 foi instituída no Sistema Único de Saúde (SUS) através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). A procura por terapias alternativas e complementares tem crescido cada vez mais, devido a sua comprovada eficácia em diversas doenças principalmente as com sintomatologia dolorosa. A dor é uma queixa comum entre os estudantes universitários é uma das principais causas que incapacita os estudantes. Através do laboratório de Fisioterapia da Universidade Federal do Pampa campus Uruguaiana que por meio do projeto propõe atividades voltadas às Práticas Integrativas e Complementares disponibilizou atendimentos com Auriculoterapia à comunidade acadêmica. Esse estudo teve como objetivo analisar os pontos utilizados na intervenção com Auriculoterapia e a sua relação com a dor referida pelos alunos da graduação da Universidade Federal do Pampa campus Uruguaiana. O estudo foi realizado com estudantes da graduação de vários cursos da Universidade Federal do Pampa, a amostra foi selecionada de forma aleatória através de anúncios nas redes sociais e cartazes distribuídos pelo campus. Participaram da primeira etapa do estudo 20 alunos de ambos os sexos com idade de 18 a 42 anos e queixa principal de dor em diversas áreas do corpo. Como métodos de avaliação os indivíduos responderam uma ficha de avaliação com os dados pessoais, queixa principal e escala visual analógica (EVA). Para a aplicação da técnica foi realizada a inspeção no pavilhão auricular e assepsia com álcool 70% após realizou-se a estimulação da circulação sanguínea e foram colocadas as sementes de mostarda nos pontos auriculares reagentes e nos pontos das áreas correspondentes aos locais de dor referido pelos pacientes. Por fim, foi realizada a estimulação vigorosa dos pontos auriculares por digito pressão das sementes durante 3 minutos. Como resultados adquiridos a prevalência de dor foi constatada em todos os 21 estudantes atendidos, a grande maioria da amostra foi de mulheres, a (EVA) Escala Visual analógica variou de uma dor moderada (4) a (10) sendo 10 o máximo de dor referida naquele momento. Todos os estudantes eram poli-queixosos sendo que a queixa principal que predominou foi ansiedade em 11 dos estudantes; 5

estudantes com dor na região de lombar e cefaléia ; 3 estudantes com insônia; 2 estudantes asma, estresse, dor na cervical e toda região da coluna vertebral ;1 sentimento de raiva, dor no punho,estômago, todas as articulações, cóccix. Assim conclui-se que a utilização da Auriculoterapia no ambulatório de Práticas Integrativas e Complementares como forma de tratamento tem como foco questões que envolvem o bem estar dos alunos na sua totalidade a fim de minimizar a dor o estresse e promover o bem estar emocional promovendo o equilíbrio das energias melhorando a qualidade de vida.Destacamos também a vasta experiência adquirida através desta terapia proporcionando aos voluntários a possibilidade de tornarem-se profissionais de saúde capacitados com um diferencial para se engajarem nas novas Políticas Públicas de Saúde.

Palavras-chave: Auriculoterapia, dor , Fisioterapia

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

AURICULOTERAPIA COMO INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DA DOR EM ESTUDANTES DA UNIPAMPA CAMPUS URUGUAIANA

¹ Aluno de graduação. paulam.tachemco@gmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. micamb94@gmail.com. Co-autor

³ Aluno de graduação. crisprocco@gmail.com. Co-autor

⁴ Docente. angelakemelzanella@gmail.com. Orientador



AURICULOTERAPIA COMO INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DA DOR EM ESTUDANTES DA UNIPAMPA CAMPUS-URUGUAIANA

1. INTRODUÇÃO

A Auriculoterapia é uma intervenção oriunda da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que utiliza recursos naturais como forma de tratamento, assim vem conquistando espaço entre as terapias alternativas e complementares. Em 2006 foi instituída no Sistema Único de Saúde (SUS) através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). (BRASIL, 2006)

A procura por terapias alternativas e complementares tem crescido cada vez mais, devido a sua comprovada eficácia em diversas doenças principalmente as com sintomatologia dolorosa, o emprego da Auriculoterapia pode ser um importante instrumento para a promoção, prevenção e tratamento a saúde por ser uma técnica de rápida aplicação e fácil adaptação dos pacientes.

Um dos princípios da Auriculoterapia defende que a orelha é um microsistema onde cada parte refere-se a um ponto que estimula determinados órgãos, ossos e músculos. Assim a analgesia acontece quando essa determinada região é estimulada gerando uma sequência de reações neurológicas e bioquímicas no sistema nervoso central (SNC). Tais impulsos nervosos provocam a inibição da dor pela comporta da dor nos centros superiores do tronco cerebral também são capazes de liberar endorfinas e encefalina por parte do cérebro, iniciando a auto-recuperação do organismo. (MOURA, 2016) (SILVÉRIO-LÓPES et. al 2013)

A dor é uma queixa comum entre os estudantes universitários, quando a dor é aguda há função dos agentes de defesa do organismo tendo início após o dano imediato. A dor crônica ocorre quando há exacerbação dos sintomas, é uma das principais causas que incapacita, tendo como consequências alterações no metabolismo, sono, apetite, irritabilidade, reduzindo a concentração e alterando todo o funcionamento do organismo. (SILVA, 2011)

Através do laboratório de Fisioterapia da Universidade Federal do Pampa campus Uruguaiiana que por meio do projeto propõe atividades voltadas às Práticas Integrativas e Complementares disponibilizou atendimentos com Auriculoterapia à comunidade acadêmica. Esse estudo teve como objetivo analisar os pontos utilizados na intervenção com Auriculoterapia e a sua relação com a dor referida pelos alunos da graduação da Universidade Federal do Pampa campus Uruguaiiana.

2. METODOLOGIA

Este estudo foi realizado com estudantes da graduação de vários cursos da Universidade Federal do Pampa, a amostra foi selecionada de forma aleatória através de anúncios nas redes sociais e cartazes distribuídos pelo campus. Participaram da primeira etapa do estudo 20 alunos de ambos os sexos com idade de 18 a 42 anos e queixa principal de dor em diversas áreas do corpo. Como métodos de avaliação os indivíduos responderam uma ficha de avaliação com os dados pessoais, queixa principal e escala visual analógica (EVA).

Para a aplicação da técnica foi realizada a inspeção no pavilhão auricular e assepsia com álcool 70% após realizou-se a estimulação da circulação sanguínea e foram colocadas as sementes de mostarda nos pontos auriculares reagentes e nos pontos das áreas correspondentes aos locais de dor referido pelos pacientes. Por fim, foi realizada a estimulação vigorosa dos pontos auriculares por dígito pressão das sementes durante 3 minutos.

3. RESULTADOS e DISCUSSÃO

Como resultados adquiridos a prevalência de dor foi constatada em todos os 21 estudantes atendidos, a grande maioria da amostra foi de mulheres, a (EVA) Escala Visual analógica variou de uma dor moderada (4) a (10) sendo 10 o máximo de dor referida naquele momento.

Todos os estudantes eram poli-queixosos sendo que a queixa principal que predominou foi ansiedade em 11 dos estudantes; 5 estudantes com dor na região de lombar e cefaléia ; 3 estudantes com insônia; 2 estudantes asma, estresse, dor na cervical e toda região da coluna vertebral ;1 sentimento de raiva, dor no punho,estômago, todas as articulações, cóccix .

Estudos onde foram avaliados grupos homogêneos do sexo feminino e masculino apontam que a incidência dolorosa é maior no sexo feminino. Fatores hormonais e biotipo são as principais causas para esses altos índices de queixa dolorosa. Esses fatores intrínsecos somados aos extrínsecos favorecem ao aparecimento de doenças que podem agravar-se com o passar do tempo (SILVA et. al 2011).

A velocidade das mudanças e a exigência de tomada de decisões rápidas e complexas na vida diária de estudantes universitários vêm gerando uma série de alterações físicas e psicológicas. A sobrecarga mental, o estresse, a tensão torna-se companheira durante a graduação devido a essas incertezas da vida e do futuro como profissionais, deixando os mais susceptíveis a doenças mais sérias (FREZZA, et. al 2016).

Caetano et. al (2012), realizou um estudo no Brasil descreveu a prevalência de dor crônica em estudantes, sendo de maior intensidade na região musculoesquelética e na cabeça, articulações do ombro e coluna lombar

principalmente no período de aula permanecendo ao longo do dia influenciando de forma negativa na rotina estudantil.

A Auriculoterapia tem sido uma técnica muito aceita e procurada pelos estudantes universitários do campus Uruguaiana e através do ambulatório de Fisioterapia essa prática tem sido disseminada reduzindo fatores como a automedicação que também é um risco entre os universitários. Os pontos mais utilizados para analgesia foram ansiedade, baço, rim e pontos específicos para regiões do corpo onde havia queixa dolorosa. Tais pontos são utilizados em diversos estudos para redução da dor (ARAUJO, et. al 2006).

A literatura nos disponibiliza o significado dos principais pontos utilizados. O ponto do rim possui função analgésica e tonificante, age na eliminação de substâncias tóxicas que estão no organismo. Ponto do Fígado tem ação calmante e elimina o calor local. É o ponto regulador do QI (energia) responsável por controlar a função dos músculos, além de fortalecer o baço. Ponto do Baço-pâncreas controla tendões, ligamentos, membros e o sangue. Pontos específicos como articulações, coluna vertebral, punho e dedos corresponde a sua respectiva localização. Ponto Shen Men com ação anti-ansiolítica, analgésica. É o principal ponto no tratamento da dor (ARAUJO, et. al 2006).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim conclui-se que a utilização da Auriculoterapia no ambulatório de Práticas Integrativas e Complementares como forma de tratamento tem como foco questões que envolvem o bem estar dos alunos na sua totalidade a fim de minimizar a dor o estresse e promover o bem estar emocional promovendo o equilíbrio das energias melhorando a qualidade de vida dos acadêmicos. Essa prática proporciona à comunidade acadêmica uma alternativa imediata para aliviar a sintomatologia dolorosa que os universitários sofrem por conta da carga horária de aulas, estágios e a pressão envolvida nesse ambiente. Destacamos também a vasta experiência adquirida através desta terapia proporcionando aos voluntários a possibilidade de tornarem-se profissionais de saúde capacitados com um diferencial para se engajarem nas novas Políticas Públicas de Saúde.

4. REFERÊNCIAS

Monografias, Dissertações e Teses

MOURA, C. C; AÇÃO DA ACUPUNTURA AURICULAR CHINESA SOBRE A DOR CRÔNICA EM PESSOAS COM DISTÚRBIOS MUSCULOESQUELÉTICOS NA COLUNA VERTEBRAL: ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO. Dissertação (Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas, como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestre em Enfermagem.) ALFENAS/MG, 2016.

FREZZA, C. S; ANSIEDADE, ESTRESSE E AURICULOTERAPIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA. CRICIUMA 2016. Dissertação (Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado para obtenção do grau de Biomédico no curso de Biomedicina da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.2016.

Periódicos técnico-científicos

ARAÚJO et al. AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DE INDÍVIDUOS ACOMETIDOS POR DISTÚRBIOS OSTEOMUSCULARES RELACIONADOS AO TRABALHO (DORT) / LESÕES POR ESFORÇOS REPETITIVOS (LER). Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, v.10(1), jan./mar., 2006.

CAETANO VC, CRUZ DT, SILVA GA, LEITE ICG. [T]. O lugar ocupado pela assistência fisioterapêutica: representações sociais de trabalhadores com DORT. Fisioter Mov; out/dez;25(4):767-76; 2012.

SILVA CD, FERRAZ GC, SOUZA LAF, CRUZ LVS, STIVAL MM, PEREIRA LV; PREVALÊNCIA DE DOR CRÔNICA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE ENFERMAGEM. ESTUDIANTE DE ENFERMERIA. Florianópolis, Jul-Set; 20(3): 519-25; 2011.

Capítulo de Livro

SILVÉRIO-LOPES E SIEROSKA; AURICULOTERAPIA PARA ANALGESIA; cap.1, pág 1 a 15; Edição 2013.

Lei e documentos oficiais

BRASIL. Ministério da Saúde. Port.971–Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde; DOU–seção 1; mai/2006.