

## RESUMO

### #7 **Percepção acerca da acupuntura auricular para o paciente com ansiedade e cefaléia: uma abordagem fenomenológica**

#### *Perception about auriculotherapy for the patient with anxiety and headache: a phenomenological approach*

**Introdução:** A acupuntura auricular destaca-se entre as modalidades de acupuntura e das práticas integrativas e complementares (PIC) e é reconhecida pela Organização Mundial de Saúde. É um recurso que possibilita o diagnóstico e a terapêutica de inúmeras disfunções ao considerar o reflexo que o pavilhão auricular exerce sobre o sistema nervoso central<sup>1</sup>. Tal prática se baseia na acupressão de pontos que estimulam os mecanorreceptores e simultaneamente ao córtex sensorial somático e sistema límbico. A partir de então, respostas hormonais e emocionais são desencadeadas liberando endorfinas no sangue para o tratamento de ansiedade, dor, entre outras, que proporcionam o bem-estar dos pacientes<sup>2</sup>. Considerando a fenomenologia enquanto referencial teórico metodológico através do qual um fenômeno interrogado e a subjetividade do indivíduo compreendidos assim como o desvelamento acerca da participação sociocultural da pessoa como um ser único e singular. Assim, o mundo fenomenológico permite tanto a descrição como a significação, numa perspectiva consoante com a aqui proposta. **Objetivo:** compreender o significado e as contribuições da acupuntura auricular para uma pessoa atendida em um projeto de extensão sobre práticas integrativas e complementares na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais. **Métodos:** trata-se de um estudo de caso com abordagem qualitativa a partir de um percurso metodológico fenomenológico. O projeto teve início em agosto de 2017 e realiza atendimentos espontâneos aos que demonstram interesse pelas PIC. A participante possui 19 anos, solteira, estudante do curso de graduação em enfermagem. As sessões são realizadas semanalmente, por profissionais capacitados, e dentre as terapias oferecidas, inclui-se a acupuntura auricular. Nesta investigação foram realizadas seis sessões de Acupuntura Auricular e uma entrevista aberta após a autorização



Mariana Ferreira Vaz Gontijo Bernardes<sup>1</sup>

Caroline de Castro Moura<sup>1</sup>

Hérica Pinheiro Corrêa

Cissa Azevedo<sup>1</sup>

Berta Mara Bastos Machareth<sup>2</sup>

Tânia Couto Machado Chianca<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Infantil João Paulo II. Belo Horizonte, MG, Brasil.

E-mail: marianagontijoufsj@gmail.com

para gravação. A questão norteadora foi: “O que você sentiu em relação ao tratamento de Acupuntura Auricular para a ansiedade e cefaléia?”. A entrevista foi transcrita e a análise do depoimento foi fundamentada no proposto por Merleau-Ponty<sup>3</sup>, em três fases: descrição fenomenológica, redução fenomenológica e análise compreensiva. O estudo teve autorização prévia da instituição para a coleta de dados. **Resultados:** a acupuntura auricular pode influenciar na redução da ansiedade e da dor, bem como em outros problemas que vão além da queixa principal, como o do sono, proporcionando um tratamento holístico e integral, como pode ser percebido nas seguintes falas: “Eu procurei tratamento porque estava tendo ansiedade e porque estava me atrapalhando muito nas atividades ... e muita dor de cabeça.”; “... Assim que eu comecei a fazer a aurícula, a dor de cabeça foi a primeira coisa que mu-

dou muito ... na outra semana a ansiedade já tinha diminuído bastante.”; “A partir da terceira semana eu já não tinha dor de cabeça e a ansiedade está normal, uma ansiedade normal que todo mundo tem. Foi mais do que eu esperava, porque eu achei que o resultado ia demorar. Foi muito rápido. Para ser seis semanas eu melhorei muito, muito mesmo. Eu estava tendo pesadelo e não estou tendo mais, estou tendo mais facilidade para dormir. Esta muito, muito melhor, acho que de zero a 10 eu acho que melhorei 80%. Foi muito benéfico, muito positivo”. **Conclusão:** a Acupuntura Auricular ajuda na redução da ansiedade e na dor das pessoas. A adoção dessa estratégia também proporciona melhora em outros aspectos da vida, como no sono e nas atividades do dia-a-dia. Sugere-se, portanto, implementar este recurso terapêutico às pessoas que sofrem com estas condições.

**Palavras-chave:** Cuidados de Enfermagem. Acupuntura Auricular. Terapias Complementares.

## REFERÊNCIAS

1. Cherobin F, Oliveira AR, Brisola AB. Acupuntura e auriculoterapia como métodos não farmacológicos de alívio da dor no processo de parturição. *Cogitare Enferm.* 2016; 21(3): 1-8.
2. Kurebayashi LFS, Gnatta JR, Borges TP, Silva MJP. Avaliação diagnóstica da Medicina Tradicional Chinesa dos sintomas de estresse tratados pela auriculoterapia: ensaio clínico. *Rev Eletr Enf.* 2014;16(1):68-76.
3. Merleau-Ponty M. *Fenomenologia da percepção.* Rio de Janeiro: Freitas Bastos; 1971.