

# AURICULOTERAPIA: FERRAMENTA DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

*AURICULOTHERAPY: MENTAL HEALTH CARE TOOL*

*AURICULOTERAPIA: HERRAMIENTA PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL*

Renner da Silva Pereira<sup>1</sup> e Hyanara Sâmea de Sousa Freire<sup>2</sup>

## RESUMO

**Objetivo:** Identificar na literatura científica os impactos da utilização da auriculoterapia no cuidado à saúde mental. **Métodos:** Foi realizada uma revisão integrativa nas bases de dados LILACS, Medline/Pubmed e SciELO, com os descritores “Auriculoterapia”, “Terapias Complementares” e “Saúde Mental”, em português e inglês, no período de dezembro de 2023 a fevereiro de 2024. **Resultados:** Dentre 302 estudos encontrados nas bases de dados, oito artigos atenderam aos critérios de elegibilidade, sendo incluídos na revisão. Evidenciou-se o impacto positivo da auriculoterapia na redução de sintomas de ansiedade, estresse e hiperatividade, além de melhora do humor e redução do número de cigarros consumidos. **Considerações Finais:** Este estudo permitiu visualizar os impactos positivos da auriculoterapia nos transtornos mentais, fomentando sua utilização nesse cenário para complementar o tratamento dos pacientes. Entretanto, ressalta-se a necessidade de novos estudos na área, principalmente os de caráter longitudinal, a fim de superar as barreiras metodológicas para generalização dos resultados.

**Descritores:** *Auriculoterapia; Terapias Complementares; Saúde Mental.*

## ABSTRACT

**Objective:** To understand the impacts of using auriculotherapy in mental health care. **Methods:** An integrative review was carried out in the LILACS, Medline/Pubmed and SciELO databases, with the descriptors “Auriculotherapy”, “Complementary Therapies” and “Mental Health”, from December 2023 to February 2024. **Results:** Among the 302 articles found in the databases, eight articles met the search criteria and were included in the review. The positive impact of auriculotherapy on reducing symptoms of anxiety, stress, and hyperactivity was evidenced, as well as improving mood and reducing the number of cigarettes consumed. **Final Considerations:** This study allowed us to visualize the positive impacts of auriculotherapy on mental disorders, encouraging its use in this setting to complement the treatment of patients. However, we emphasize the need for more studies in the area, especially longitudinal ones, in order to overcome the methodological barriers to generalizing the results.

**Keywords:** *Auriculotherapy; Complementary Therapies; Mental Health.*

## RESUMEN

**Objetivo:** Comprender los impactos de la auriculoterapia en la salud mental. **Métodos:** Se realizó una revisión integrativa en las bases de datos LILACS, Medline/Pubmed y SciELO con los descriptores “Auriculoterapia”, “Terapias Complementarias” y “Salud Mental”, de diciembre de 2023 a febrero de 2024. **Resultados:** Entre los 302 artículos encontrados en las bases de datos, ocho artículos cumplieron con los criterios de elegibilidad y fueron incluídos en la revisión. Se evidenció el impacto positivo de la auriculoterapia en la reducción de síntomas de ansiedad, estrés e hiperactividad, además de mejorar el estado de ánimo y reducir el consumo de cigarrillos. **Consideraciones finales:** Este estudio permitió visualizar los impactos positivos de la auriculoterapia en los trastornos mentales, incentivando su uso como complemento en el tratamiento del paciente. Sin embargo, se destaca la necesidad de más estudios en el área, especialmente de carácter longitudinal, para superar barreras metodológicas y generalizar los resultados.

**Descritores:** *Auriculoterapia; Terapias Complementarias; Salud Mental.*

<sup>1</sup> Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil.

<sup>2</sup> Universidade Estadual do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil.

## INTRODUÇÃO

A auriculoterapia foi desenvolvida no século XX pelo médico francês Paul Nogier, que sugeriu que a presença de ramificações dos nervos do pavilhão auricular permitia o funcionamento do estímulo de pontos na região da orelha para o tratamento de doenças<sup>1</sup>.

Outro termo utilizado para se referir a essa técnica é a auriculopuntura, uma vertente dessa técnica milenar chinesa de cuidado à saúde que utiliza o microssistema do pavilhão auricular para trabalhar questões físicas, como dores, e questões emocionais, como ansiedade e tristeza, por meio da aplicação de materiais como esferas de cristal, ouro e prata; sementes de mostarda; agulhas semipermanentes e agulhas de acupuntura, realizando o estímulo dos meridianos de acupuntura a fim de equilibrar a energia vital, denominada Qi<sup>1</sup>.

A Organização Mundial de Saúde (OMS)<sup>2</sup> define saúde como o estado de bem-estar físico, mental e social e não somente a ausência de enfermidades, enquanto a Constituição Brasileira de 1988 a considera uma resultante de fatores determinantes e condicionantes de saúde. Ao longo do tempo, essas definições vêm sendo discutidas e ampliadas, gerando uma reflexão sobre a utilização de diferentes ferramentas de cuidado para se alcançar a saúde, desde as técnicas mais tradicionais até as menos conhecidas, desde que estas proporcionem benefícios comprovados aos pacientes<sup>3</sup>.

Dentro desse contexto, uma das ferramentas utilizadas para esse cuidado são as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), inseridas no sistema de saúde a partir da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPICS), instituída no ano de 2006. As PICS contemplam técnicas diferentes das que compõem o modelo biomédico de assistência, podendo ser utilizadas nos diferentes níveis de complexidade da atenção à saúde e incentivar o indivíduo a participar de seu autocuidado<sup>4</sup>.

Essa modalidade de cuidado tem a proposta de complementar o modelo de assistência vigente, utilizando conhecimentos diversos e técnicas de baixo custo e trabalhando a visão integral e holística dos indivíduos, sendo uma dessas técnicas a auriculoterapia.

A atuação da auriculoterapia em questões emocionais torna possível sua aplicação no contexto da saúde mental, uma área com diversas particularidades e que necessita de atenção especial por lidar com questões essenciais para proporcionar o bem-estar da população.

Contudo, é importante reconhecer que é necessária uma avaliação individual para o uso da técnica, levando-se em consideração os riscos e contraindicações, como a aplicação de alguns pontos de auriculoterapia em gestantes, principalmente nos 3 primeiros meses da gestação, devido ao risco de abortamento pelo estímulo de contrações uterinas, bem como seu uso em pacientes com agitação psicomotora, que demandam primeiramente a estabilização do quadro.

Evidências ressaltam que o uso da auriculoterapia, com e sem protocolo, é capaz de reduzir respectivamente 27 e 32% do estresse da equipe de enfermagem<sup>6</sup>. Todavia, mesmo com o reconhecimento das PICS pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e de

experiências exitosas em sua inserção nos serviços, o conhecimento dessas práticas ainda é pouco difundido por não compor essencialmente o modelo hegemônico de assistência.

Além disso, ao relatar a implantação de um curso formativo em auriculoterapia, pesquisadores apontaram dois principais desafios que contribuem para a falta de legitimidade na implementação das técnicas contempladas pelas PICS: o desconhecimento por parte dos profissionais, evidenciado pelo diálogo com os alunos do curso, que demonstravam dificuldades para entender a dinâmica da auriculoterapia por estarem acostumados a tratar as condições de saúde a partir das enfermidades; e a falta de conteúdos inseridos na formação profissional que aborde a temática<sup>7</sup>.

Dessa forma, a auriculoterapia, que poderia ser utilizada para potencializar o tratamento das questões de saúde mental nas unidades de saúde, está presente em um número reduzido de estabelecimentos, o que diminui o potencial de alcance dessa ferramenta de cuidado, constituindo-se como obstáculos a falta de incentivo à capacitação dos profissionais de saúde e a falta de condições para que esta técnica seja efetivada.

Assim, considerando-se a subutilização da auriculoterapia como estratégia de cuidado, o presente estudo se justificou pela importância de verificar as informações existentes sobre essa técnica para orientar sua aplicação nas unidades de saúde, bem como analisar as experiências relatadas sobre os impactos de sua utilização. Seu desenvolvimento fornece material teórico para embasar estudos mais específicos e contribuir com a aplicação efetiva da auriculoterapia como prática integrativa e complementar em saúde.

O interesse pela temática surgiu após a participação em um curso de auriculoterapia durante a graduação em enfermagem, passando a utilizá-la na atuação profissional, inclusive durante a residência multiprofissional em saúde mental coletiva em um município da região metropolitana de Fortaleza, tendo como campo de atuação Centros de Atenção Psicossocial para sofrimentos psíquicos em geral e decorrentes do uso de álcool e outras drogas – CAPS Geral e CAPS Álcool e Drogas (CAPS AD), respectivamente. No decorrer do exercício profissional nesse cenário, observou-se o potencial da terapia em proporcionar cuidado aos pacientes, deparando-se com o obstáculo da alta demanda de pacientes e poucos profissionais ofertando a prática integrativa no serviço de saúde.

Diante disso, este estudo objetivou identificar na literatura científica os impactos da utilização da auriculoterapia no cuidado à saúde mental. Como objetivos secundários, buscou-se descrever a ação da auriculoterapia nos pacientes com transtornos mentais e listar os desafios para a implementação da auriculoterapia como ferramenta de cuidado.

## MÉTODOS

O estudo tem caráter descritivo e consiste em uma revisão integrativa desenvolvida a partir das recomendações do *Preferred Reported Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA)<sup>8</sup>.

A pesquisa bibliográfica permite ao pesquisador entrar em contato com as informações presentes na literatura, a fim de inferir respostas para as questões levantadas, além de identificar as informações sobre o contexto atual do assunto escolhido<sup>9</sup>.

Utilizou-se o portal Periódicos CAPES para acessar as bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Medline/Pubmed* e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), nas quais coletaram-se os dados de dezembro de 2023 a fevereiro de 2024.

Para elaboração da pergunta de pesquisa, foi adotada a estratégia PVO, na qual cada letra do acrônimo está relacionada com seu respectivo componente da pesquisa, sendo P – problema de pesquisa (uso de terapia complementar); V – variável de interesse (auriculoterapia); O – outcome/desfecho (saúde mental). A partir disso, elaborou-se a seguinte pergunta norteadora: Quais os impactos da utilização da auriculoterapia como terapia complementar no contexto da saúde mental?

Para a busca nas bases de dados LILACS e SciELO, foram utilizados os descritores em português “Auriculoterapia”, “Terapias Complementares” e “Saúde Mental”, provenientes do DeCS. Na base *Medline/Pubmed*, foram utilizados os descritores em inglês “*Auriculotherapy*”, “*Complementary Therapies*” e “*Mental Health*”, provenientes do MeSH.

Os descritores escolhidos foram combinados dois a dois com o uso do operador booleano *and*. Os cruzamentos em português foram realizados da seguinte forma: “Auriculoterapia” AND “Saúde mental”, “Auriculoterapia” AND “Terapias Complementares” e “Saúde Mental” AND “Terapias complementares”. Da mesma forma, os cruzamentos em inglês foram: “*Auriculotherapy*” AND “*Mental Health*”, “*Auriculotherapy*” AND “*Complementary Therapies*” e “*Mental Health*” AND “*Complementary Therapies*”.

Para definir os estudos a serem selecionados para síntese, consideraram-se os critérios de inclusão: artigos publicados nos últimos 10 anos, em português e/ou inglês, que tratem do uso da auriculoterapia no contexto da saúde mental. Entretanto, dentre os estudos encontrados, adotaram-se os critérios de exclusão: revisões bibliográficas, artigos de opinião, publicações acadêmicas (monografias, dissertações e teses), artigos duplicados, indisponíveis na íntegra e que não respondiam à pergunta norteadora.

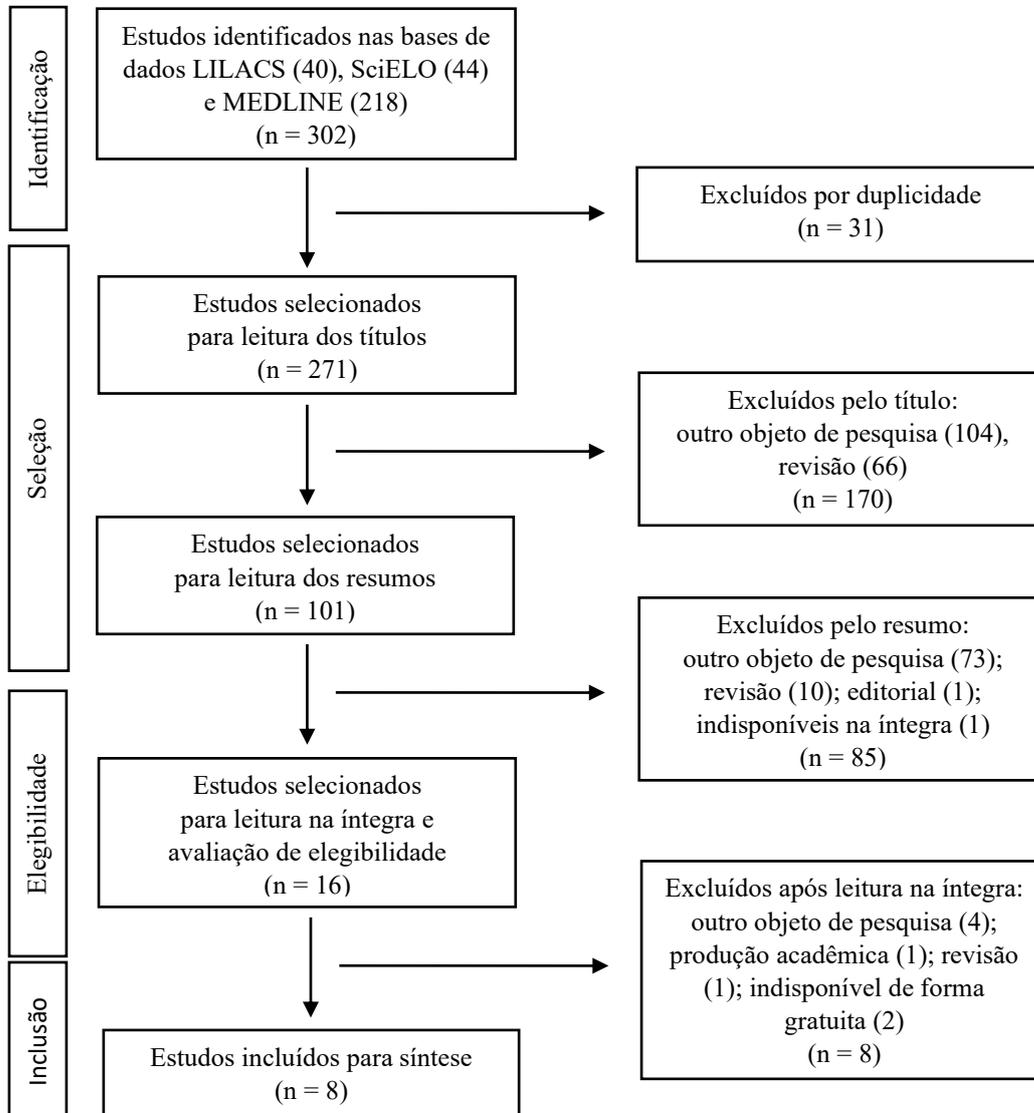
Ao realizar a pesquisa nas bases de dados, foi encontrado um total de 302 estudos que atendiam aos critérios de inclusão. Em seguida, aplicando-se os critérios de exclusão, foram selecionados oito artigos para compor a amostra do presente estudo (Figura 1). Cabe destacar que a exclusão da maioria dos estudos se deu devido ao fato de abordarem outro objeto de pesquisa, o que pode estar relacionado à utilização de termos abrangentes para a busca dos artigos nas bases de dados, resultando na inclusão de estudos que abordavam outras práticas integrativas não relacionadas à auriculoterapia.

Após definir a amostra a ser estudada, as informações foram coletadas utilizando-se uma matriz de síntese elaborada pelos autores com dados de publicação e caracterização dos artigos, bem como informações específicas relacionadas ao uso da auriculoterapia na saúde mental.

Os resultados encontrados foram dispostos em quadros para facilitar a compreensão dos dados, que foram analisados, interpretados e discutidos com base na literatura científica publicada acerca da temática. Além disso, os estudos foram codificados com a letra E, seguida dos numerais cardinais de 1 a 8, ordenados por ordem

cronológica de publicação, para facilitar a identificação das informações referentes a cada um.

**Figura 01 – Fluxo de seleção dos artigos incluídos na revisão, adaptado do *checklist* PRISMA, Fortaleza, CE, Brasil, 2024.**



Fonte: Autoria própria.

Por se tratar de uma revisão integrativa, o material utilizado para coleta de dados é de domínio público e livre acesso online, não consistindo em pesquisa com seres humanos. Diante disso, esta pesquisa não careceu de submissão e aprovação de Comitê de Ética em Pesquisa para seu desenvolvimento.

## RESULTADOS

Dentre os artigos que compuseram a amostra, 87,5% (7) foram escritos por pesquisadores brasileiros e 12,5% (1), por pesquisadores do Irã. A partir disso, depreende-se que os achados do presente estudo se relacionam mais fortemente com o contexto do sistema de saúde brasileiro, além de indicar a abordagem do tema de forma mais frequente nas pesquisas realizadas no Brasil.

Ainda quanto aos autores principais, 75% (6) das pesquisas foram desenvolvidas por enfermeiros. Nos demais estudos, encontraram-se como autores principais um médico e uma psicóloga. Sendo assim, é possível inferir que a categoria da enfermagem, além de estar dentro do rol de profissões que atuam com as práticas integrativas, também é responsável por parte considerável da produção dos estudos na área.

Ao se avaliar os estudos quanto aos objetivos (Quadro 1), identifica-se a presença de dois problemas de saúde mental com destaque nos artigos: a ansiedade, presente em 37,5% (3) dos estudos, e o estresse, presente em 25% (2) dos artigos. Dos três estudos restantes, um aborda o uso da auriculoterapia no transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH); o outro trata do uso da auriculoterapia na cessação do tabagismo; e o último discorre sobre a percepção de profissionais da saúde sobre o uso da auriculoterapia nos problemas de saúde mental.

**Quadro 1 – Caracterização dos estudos quanto ao objetivo, tipo de estudo, população e amostra, Fortaleza, CE, Brasil, 2024.**

<b>Autor(es), Ano, País</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Tipo de Estudo</b>	<b>População/ Amostra</b>
Silva <i>et al.</i> , 2014, Brasil. (E1)	Avaliar a contribuição da auriculoterapia na cessação do tabagismo.	Ensaio clínico controlado randomizado, duplo cego.	30 trabalhadores de uma universidade pública do Sul de Minas Gerais, tabagistas, que desejavam parar de fumar.
Prado, Kurebayashi, Silva, 2018, Brasil. (E2)	Comparar a eficácia terapêutica da auriculoterapia verdadeira e <i>sham</i> em um grupo controle sem intervenção no tratamento de estresse identificado nos enfermeiros de um Hospital Beneficente de grande porte em São Paulo.	Ensaio clínico controlado randomizado, simples-cego.	168 enfermeiros de um hospital beneficente de grande porte em São Paulo, com níveis médio e alto de estresse.
Mafetoni <i>et al.</i> , 2018, Brasil. (E3)	Avaliar a efetividade da auriculoterapia sobre a ansiedade de mulheres durante o trabalho de parto.	Ensaio clínico randomizado, paralelo e triplo-cego.	102 parturientes com idade gestacional $\geq 37$ semanas, dilatação cervical $\geq 4$ cm e duas ou mais contrações em 10 minutos admitidas em um hospital público universitário do Estado de São Paulo.
Binesh <i>et al.</i> , 2020, Irã. (E4)	Comparar a eficácia da auriculoterapia com o procedimento placebo no transtorno de déficit de atenção e hiperatividade.	Ensaio randomizado controlado por placebo.	50 crianças de 6 a 14 anos diagnosticadas com TDAH em quatro centros de bem-estar no Teerã, Irã.
Silva <i>et al.</i> , 2020, Brasil. (E5)	Avaliar os efeitos da auriculoterapia nos níveis de ansiedade em gestantes atendidas em pré-natal de baixo risco.	Estudo clínico randomizado, simples-cego.	50 gestantes de um ambulatório de pré-natal de baixo risco em uma maternidade filantrópica do Estado do Espírito Santo.
Silva <i>et al.</i> , 2021, Brasil. (E6)	Verificar a efetividade de um protocolo de auriculoterapia para redução de sinais e sintomas de estresse na melhora do humor dos profissionais de saúde.	Estudo piloto controlado e randomizado.	80 profissionais da equipe de enfermagem de um hospital público de ensino, especializado em oncologia, no município de São Paulo.

Jales <i>et al.</i> , 2021, Brasil. (E7)	Analisar o efeito da auriculoterapia nos escores de ansiedade e estresse dos professores do ensino fundamental I e II e do programa Educação de Jovens e Adultos de uma escola municipal de Ensino Fundamental em João Pessoa, capital do Estado da Paraíba.	Estudo de intervenção do tipo antes e depois.	11 professores do ensino fundamental I e II e do programa Educação de Jovens e Adultos de uma escola municipal de Ensino Fundamental do Estado do Paraná.
Silva, Santos, Tesser, 2022, Brasil. (E8)	Investigar a percepção de médicos e enfermeiros da Atenção Primária à Saúde de Florianópolis-SC sobre o uso da auriculoterapia no manejo de problemas de saúde mental.	Pesquisa exploratória, descritiva, quali-quantitativa.	44 profissionais (20 médicos e 24 enfermeiros) atuantes na Atenção Primária à Saúde do Distrito Sanitário Norte, de Florianópolis.

**Fonte:** Autoria própria.

Além disso, observou-se o predomínio de estudos clínicos randomizados (Quadro 1). Destaca-se que os estudos selecionados foram desenvolvidos com as mais diversas populações (crianças, adultos, profissionais de saúde ou não, pacientes em atendimento no serviço de saúde, pessoas diagnosticadas ou não com algum transtorno mental).

Quanto aos impactos da auriculoterapia na saúde mental (Quadro 2), percebeu-se que a maioria dos estudos apresentou resultados positivos, como a diminuição da intensidade dos sintomas e a abordagem do indivíduo de forma holística, sendo a ansiedade o problema de saúde mais prevalente nos estudos. Quanto aos aspectos negativos, grande parte relacionou-se às limitações dos estudos quanto à forma de coletar as informações, ao número de participantes, à diferença entre as populações estudadas e à definição da estratégia para o grupo controle.

**Quadro 2 – Síntese dos estudos quanto aos impactos da auriculoterapia no cuidado à saúde mental, Fortaleza, CE, Brasil, 2024.**

Estudo	Aspectos positivos	Aspectos negativos
E1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Redução 1,2 vezes no número de cigarros consumidos ao final do tratamento, com manutenção após o fim da intervenção;</li> <li>• Redução dos níveis de monóxido de carbono exalado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferença estatística não significativa nos estudos.</li> </ul>
E2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Redução no nível de estresse.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O grupo controle também apresentou redução do nível de estresse, mesmo que, em menor intensidade;</li> <li>• Dificuldade em escolher pontos auriculares inertes para trabalhar o grupo controle.</li> </ul>
E3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controle dos níveis de ansiedade nas gestantes durante o trabalho de parto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ambiente da pesquisa com elevado número de intervenções.</li> </ul>
E4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminuição dos sintomas de déficit de atenção e hiperatividade.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exacerbação dos sintomas no grupo controle;</li> <li>• Dificuldade em avaliar o comprometimento dos participantes com a estimulação dos pontos auriculares;</li> <li>• Perda das fitas adesivas.</li> </ul>
E5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminuição do nível de ansiedade em gestantes durante pré-natal de baixo risco.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baixo número de participantes na pesquisa devido ao fluxo reduzido de pacientes no ambulatório.</li> </ul>

E6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diminuição dos níveis de tensão, depressão e confusão mental;</li> <li>• Melhora do humor avaliado pela escala de BRUMS.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Domínios como a raiva e a irritabilidade não apresentaram diferença entre o grupo intervenção e o grupo controle.</li> </ul>
E7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efeito benéfico no alívio da ansiedade e do estresse, na quarta e na nona sessões, respectivamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Protocolo fechado;</li> <li>• Consultas realizadas na frente de outros profissionais da escola;</li> <li>• Utilização de material que precisa ser estimulado durante a semana.</li> </ul>
E8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melhora significativa dos pacientes com problema de saúde mental;</li> <li>• Adequação à Atenção Primária à Saúde;</li> <li>• Melhora de sintomas ansiosos e depressivos;</li> <li>• Promoção de uma abordagem ampliada e menos medicalizante;</li> <li>• Redução da produção de iatrogenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limitação quanto à seleção dos participantes;</li> <li>• A maioria dos respondentes são simpatizantes da auriculoterapia;</li> <li>• Método de coleta de dados impermeável ao diálogo, dificultando a profundidade analítica.</li> </ul>

**Fonte:** Autoria própria.

## DISCUSSÃO

Um dos fatores positivos da auriculoterapia é a possibilidade de diminuição do uso de medicamentos, o que torna esta técnica ideal para populações que têm contraindicações para utilizar medicações ou em situações nas quais se buscam estratégias para reduzir ou evitar a medicalização. No contexto de saúde mental, os dados evidenciam que os casos que utilizam tratamentos não farmacológicos apresentam melhor prognóstico, principalmente quando iniciados precocemente<sup>10-12</sup>.

Destaca-se que uma das populações abordadas nos estudos foram as gestantes, tendo em vista que o período gestacional gera uma carga emocional intensa com aumento dos níveis de estresse e ansiedade. Além disso, devido à falta de dados sobre os efeitos das medicações nesse contexto, não é possível definir com clareza os impactos das medicações para controle de problemas de saúde mental na saúde do feto, sendo importante avaliar os riscos e os benefícios de sua utilização, bem como associar com outras medidas de cuidado<sup>13</sup>.

Dessa forma, é necessário que elas recorram a estratégias não farmacológicas de controle dos sintomas e evidenciou-se que a auriculoterapia é eficiente na redução dos níveis de ansiedade de mulheres durante o período gestacional, tanto ao longo do pré-natal quanto durante o trabalho de parto<sup>10,11</sup>.

As crianças também representam uma população na qual o uso de medicações tem contraindicações, sendo evidenciado que a auriculoterapia também é capaz de reduzir sintomas relacionados com o TDAH, o que ratifica o uso desta técnica como uma alternativa nos cuidados à saúde mental desse grupo<sup>14</sup>.

Vale ressaltar que, apesar de 75% (6) dos estudos utilizarem como técnica o ensaio clínico randomizado, destacam-se como fatores que interferem na comparação dos estudos as diferenças de metodologia entre eles. Foram abordados nos artigos transtornos e populações com características específicas. Além disso, há uma diferença considerável no tamanho da amostra de cada estudo, bem como nas técnicas utilizadas para coletar os

dados. Essa diversidade faz com que os dados sejam mais amplos no que diz respeito aos aspectos avaliados, mas dificulta a análise comparativa das informações obtidas.

Entretanto, os estudos convergem no que diz respeito à redução dos sintomas de estresse, ansiedade e na melhora do humor, mesmo se tratando de populações diferentes, o que permite inferir que a técnica é eficiente no controle desses sintomas. Outrossim, os estudos que utilizaram grupo controle e grupo intervenção corroboraram os achados de uma pesquisa desenvolvida com estudantes de uma escola de enfermagem de São Paulo<sup>15</sup> sobre o efeito de melhora maior no grupo intervenção<sup>16-18</sup>.

Ademais, esses achados são ratificados por um estudo realizado com a aplicação de auriculoterapia em uma unidade de urgência de um hospital na Espanha, que demonstrou diferenças significativas entre o grupo que recebeu a terapia e o grupo que recebeu um placebo, ambos apresentando diminuição nos níveis de estresse e ansiedade dos profissionais da saúde que estavam vivenciando o contexto da COVID-19, tendo o grupo intervenção uma melhora 5 vezes maior<sup>19</sup>.

Outro problema de saúde mental, o tabagismo, mostrou sofrer influência positiva do uso de auriculoterapia, resultando em diminuição do número de cigarros consumidos e na quantidade de monóxido de carbono exalado. Contudo, o estudo apresentou limitações na generalização dos resultados devido à pequena quantidade de participantes e à curta duração da abordagem terapêutica<sup>20</sup>.

Um estudo realizado por pesquisadores coreanos ressalta também a possibilidade de utilização da técnica de auriculoterapia no contexto de desastres naturais, a fim de se trabalhar com os aspectos emocionais afetados, bem como na diminuição dos sintomas de estresse pós-traumático que alguns pacientes podem desenvolver nesse cenário, o que demonstra mais uma área potencial de uso dessa terapia<sup>21</sup>.

É importante destacar também que, em um dos artigos<sup>12</sup>, os autores fazem referência à adequação à Atenção Primária à Saúde (APS) como um dos aspectos positivos da auriculoterapia, devido ao seu potencial resolutivo e ao fortalecimento do vínculo e do acolhimento, o que pode ser fundamentado por um estudo<sup>22</sup> que afirma que a APS tem o potencial de diminuir as carências nos cuidados à saúde mental a partir da utilização de abordagens holísticas, que abordem o indivíduo de maneira integral<sup>12</sup>.

Contudo, nesse contexto da saúde pública, responsável pelo cuidado longitudinal e integral do paciente, as Práticas Integrativas deveriam funcionar em conjunto com as demais intervenções. Entretanto, ainda existem obstáculos na implementação desses cuidados, como demonstrado por um estudo realizado em uma unidade básica de saúde do Paraná, na qual se evidenciou a partir dos discursos dos pacientes que a auriculoterapia era inserida no plano de cuidados apenas como última escolha, muitas vezes quando o problema já está mais complicado<sup>23</sup>.

Aliado a isso, demonstrou-se um potencial de redução da iatrogenia a partir do uso dessa prática integrativa na promoção da saúde e em seu cuidado, visto que permite a redução do uso de medicamentos para o tratamento dos sintomas apresentados, ratificando os achados de uma pesquisa<sup>24</sup> que aponta as contribuições das PICS para diminuir a utilização de grandes quantidades de medicamentos e conseqüentemente seus efeitos negativos<sup>12</sup>.

Com base nesses dados, essa técnica da medicina tradicional chinesa, com efeitos já conhecidos no tratamento de questões físicas, apresenta resultados significativos no cuidado à saúde mental, porém, para que seja possível confirmar essa utilidade de forma mais segura, são necessários dados mais concretos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível identificar que a auriculoterapia apresenta impactos positivos em problemas de saúde mental, como diminuição do número de cigarros consumidos por tabagistas, além de melhora do humor e redução dos sintomas de transtornos de déficit de atenção e hiperatividade, ansiedade e estresse.

Contudo, os estudos abordados apresentam recortes transversais, o que limita a avaliação de seus efeitos a longo prazo, além de apresentarem dificuldades na escolha de abordagens para o grupo controle nos ensaios clínicos randomizados, devido à possível ação dos pontos auriculares escolhidos nos problemas de saúde apresentados.

Além disso, o baixo número de artigos sobre a temática sugere que a produção científica acerca da auriculoterapia aplicada à saúde mental ainda carece de ampliação, realçando a necessidade de novos estudos, a fim de preencher as lacunas de conhecimento ainda existentes e estimular a implantação dessa técnica de forma efetiva.

Para diminuir os obstáculos relacionados à generalização dos resultados, sugere-se a realização de estudos mais abrangentes quanto ao número de participantes, o uso de abordagem longitudinal com maior número de sessões de auriculoterapia e maiores períodos para coleta de dados, bem como a monitorização do impacto da técnica após um período maior da última sessão.

## REFERÊNCIAS

1. Neves ML. Manual prático de auriculoterapia. Porto Alegre: Editora do Autor; 2009.
2. World Health Organization. Mental health: strengthening our response. Factsheet 220; 2022 [citado em 2023-01-07]. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/en/>.
3. Bezerra IMP, Sorpreso ICE. Conceitos de saúde e movimentos de promoção da saúde em busca da reorientação de práticas. J Hum Growth Dev [Internet]. 2016 [citado em 2022-06-10];26(1):11-6. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7322/jhgd.113709>.
4. Ministério da Saúde (BR). Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2015 [citado em 2022-06-10]. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf).
5. Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo. Manual de práticas integrativas e complementares [Internet]. São Paulo: COREN-SP; 2023 [citado em 2024-09-04]. Disponível em: <https://www.coren-sp.gov.br/manual-pic>.
6. Kurebayashi LFS, Silva MJP. Efficacy of Chinese auriculotherapy for stress in nursing staff: a randomized clinical trial. Rev Latino-Am Enfermagem [Internet]. 2014 [citado em 2022-12-16];22(3):371-8. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3239.2426>.
7. Fontes ES, Oliveira MC, Carvalho SA, Souza DA, Monteiro IS, Caldas C. Espaços formativos de cuidado em auriculoterapia na atenção primária à saúde: potencialidades e desafios de uma experiência. Saúde Redes [Internet]. 2022 [citado em 2022-12-16];8(sup2):363-82. Disponível em: <https://doi.org/10.18310/2446-4813.2022v8nsup2p363-382>.

8. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* [Internet]. 2021 [citado em 2022-11-27];372. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>.
9. Marconi MA, Lakatos EM. Fundamentos de metodologia científica. 8. ed. São Paulo: Atlas; 2017.
10. Mafetoni RR, Shimo AKK, Souza E, Silva R, Silva JL, Gir E. Effectiveness of auriculotherapy on anxiety during labor: a randomized clinical trial. *Rev Latino-Am Enfermagem*. [Internet]. 2018 [citado em 2024-01-10];26. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2471.3030>.
11. Silva HL, Souza CL, Alves CJ, Andrade TM. Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. *Acta Paul Enferm* [Internet]. 2020 [citado em 2024-01-12];33. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.37689/actaape/2020AO0016>.
12. Silva FJB, Santos MC, Tesser CD. Percepção de médica (o) se enfermeira (o) s da Saúde da Família sobre o uso da auriculoterapia em problemas de Saúde Mental. *Interface (Botucatu)* [Internet]. 2022 [citado em 2024-02-02];26. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/interface.210558>.
13. Dotto BS, Dal Bó S. O uso de antidepressivos na gestação. *Inova Saúde* [Internet]. 2022 [citado em 2024-06-24]. Dez. 5;13(2):109–18. Disponível em: <https://doi.org/10.18616/inova.v13i2.6155>.
14. Binesh M, Fathizadeh N, Namazi S, Rafieian-Kopaei M, Safavi P, Mortazavi M, et al. *Comparison of auricular therapy with sham in children with attention deficit/hyperactivity disorder: a randomized controlled trial*. *J Altern Complement Med* [Internet]. 2020 [citado em 2024-01-11];26(6):515-20. Disponível em: <https://doi.org/10.1089/acm.2019.0477>.
15. Prado JM, Kurebayashi LFS, Silva MJP. Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2012 [citado em 2023-01-08];46(5):1200-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342012000500023>.
16. Jales R, Nogueira PA, Carvalho SA, Santos ES. A auriculoterapia no controle da ansiedade e do estresse. *Enferm Glob* [Internet]. 2021 [citado em 2024-02-04];20(2):345-89. Disponível em: <https://doi.org/10.6018/eglobal.448521>.
17. Silva NO, Lima ACS, Oliveira SM, Oliveira TS, Silva CJ. Efeito da auriculoterapia chinesa sobre o humor de profissionais de saúde: estudo piloto. *Rev Enferm UFSM* [Internet]. 2021 [citado em 2024-02-08];11. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/2179769261883>.
18. Prado JM, Kurebayashi LFS, Silva MJP. Auriculoterapia verdadeira e placebo para enfermeiros estressados: ensaio clínico randomizado. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2018 [citado em 2024-01-15];52. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017030403334>.
19. Ortells Abuye N, Sánchez-Pérez I. Efectividad de la acupuntura y la auriculoterapia para reducir el nivel de depresión, ansiedad y estrés en personal sanitario de urgencias durante la pandemia de COVID-19. *Rev Int Acupuntura* [Internet]. 2021 [citado em 2024-10-18];15(2):43-50. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.acu.2021.04.001>.
20. Silva RP, Lopes MV, Parente CC, Cunha CL. Contribuições da auriculoterapia na cessação do tabagismo: estudo piloto. *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. 2014 [citado em 2024-01-16]; 48:883-90. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000500015>.
21. Kwon CY, Lee B, Kim SH. Effectiveness and safety of ear acupuncture for trauma-related mental disorders after large-scale disasters: A PRISMA-compliant systematic review. *Medicine (Baltimore)* [Internet]. 2020 [citado em 2024-10-18];99(8) Disponível em: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000019342>.
22. Coelho ST, Santos da Silva EC. Potencialidades do Matriciamento em Saúde Mental: Revisão Narrativa. *Cadernos ESP* [Internet]. 30º de setembro de 2022 [citado em 2024-06-24]; 16(3):62-74. Disponível em: <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/737>.
23. Santos DVD, Zanetti VM, Stefanello S. Auriculoterapia em uma Unidade Básica de Saúde do Sistema Único de Saúde. *R Saúde Pùb Paraná* [Internet]. 2021 [citado em 2024-10-18];4(2):90-103. Disponível em: <https://doi.org/10.32811/25954482-2021v4n2p90>.
24. Giaretta G, Bavaresco AB, Baratieri JL, Louza KC, Past'ório JCS. Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde do Estado do Paraná. *Santé* [Internet]. 2023 Out. 3 [citado em 2024-06-24];1(1):64-7. Disponível em: <https://periodicos.uniddep.edu.br/sante/article/view/186>.