



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS VALENÇA DO PIAUÍ
CURSO ESPECIALIZAÇÃO EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E
COMPLEMENTARES EM SAÚDE

BRUNO HENRIQUE DE MESQUITA SOUSA

EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO AUXILIAR DE
PACIENTES COM ANSIEDADE E DEPRESSÃO

VALENÇA DO PIAUÍ

2024

BRUNO HENRIQUE DE MESQUITA SOUSA

**EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO AUXILIAR DE
PACIENTES COM ANSIEDADE E DEPRESSÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso (artigo científico) apresentado como exigência para obtenção do certificado do Curso de Pós-Graduação em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Valença do Piauí.

Orientador: Prof. Dr. Gleyson Moura dos Santos

VALENÇA DO PIAUÍ

2024

EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO AUXILIAR DE PACIENTES COM ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Bruno Henrique de Mesquita Sousa¹
Gleyson Moura dos Santos²

RESUMO

Ansiedade e depressão são problemáticas recorrentes da contemporaneidade que representam um desafio mundial, tanto na prevenção quanto no tratamento, ambas tem afetado as mais diversas faixas etárias, levando ao comprometimento familiar e social do ser humano e muitas vezes um risco de vida, tanto pelo acometimento do paciente, quanto pelo preconceito e os estigmas existentes dentro da sociedade. Desta forma, objetivou-se com esse estudo identificar e apresentar os efeitos da auriculoterapia como tratamento auxiliar e alternativo, para pacientes com ansiedade e depressão. Os *sites* de busca acessados foram Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, os termos utilizados para a busca foram auriculoterapia”, “depressão”, “ansiedade” e “tratamento”. Nesse contexto a presente revisão elencou 170 trabalhos registrados nas bases de dados de publicações. Em seguida foi realizada a leitura do título e resumo onde apenas 04 artigos atendiam as necessidades dessa revisão. Os estudos apontaram que a auriculoterapia constitui-se de um tratamento eficaz quando utilizado como intervenção visando a diminuição dos níveis de ansiedade e depressão. A intervenção pode colaborar e melhorar a qualidade de vida dessas pessoas, e também ser uma estratégia de cuidado para auxiliar outras pessoas a se cuidarem. Dessa forma pode-se observar que, a auriculoterapia pode ser considerada uma terapia promissora, uma vez que diminui progressivamente os achados depressivo e sintomas da ansiedade comprovando seus benefícios. **Palavras-chave:** ansiedade; depressão; auriculoterapia; acupuntura auricular.

ABSTRACT

Anxiety and depression are recurring contemporary problems that represent a worldwide challenge, both in terms of prevention and treatment. Both have affected the most diverse age groups, leading to family and social impairment and often a risk to life, both because of the patient's impairment and because of the prejudice and stigmas that exist within society. The aim of this study was to identify and present the effects of auriculotherapy as an auxiliary and alternative treatment for patients with anxiety and depression. The search sites accessed were the Virtual Health Library (VHL) and Google Scholar, and the terms used were "auriculotherapy", "depression", "anxiety" and "treatment". In this context, this review listed 170 studies registered in the publication databases. The title and abstract were then read, and only four articles met the needs of this review. The studies showed that auriculotherapy is an effective treatment when used as an intervention to reduce levels of anxiety and depression. The intervention can collaborate and improve the quality of life of these people, and also be a care strategy to help other people take care of themselves. It can thus be observed that auriculotherapy can be considered a promising therapy, since it progressively reduces depressive findings and anxiety symptoms, proving its benefits

Keywords: anxiety; depression; auriculotherapy; ear acupuncture

¹ Enfermeiro esp. em Enfermagem em Saúde da Mulher. Instituto Federal de Pesquisa e Tecnologia - IFPI. E-mail: mesquitabruno731@gmail.com

² Professor e Nutricionista. Doutor em Alimentos e Nutrição (PPGAN/UFPI). Mestre em Ciências e Saúde (PPGCS/UFPI). Pós-graduado em Fitoterapia aplicada à Nutrição (UCAM). Instituto Federal do Piauí (IFPI). E-mail: g_leyson_moura@hotmail.com

Data de aprovação: 09/07/2024

1 INTRODUÇÃO

Ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho. Os transtornos ansiosos são quadros clínicos em que esses sintomas são primários, ou seja, não são derivados de outras condições psiquiátricas: depressões, psicoses, transtornos do desenvolvimento, transtorno hiperkinético, etc. (Allen e Swedo, 1995; Castillo *et al.*, 2001).

Na sociedade atual observa-se a grande prevalência de pessoas com distúrbios mentais, principalmente ansiedade e depressão, segundo Rua e Santos (2017), ambas são transtornos do humor, distribuídas em faixas etárias: infância, adolescência e velhice, quando não tratadas podem desencadear problemas maiores que comprometerão a trajetória de vida.

Na perspectiva de tratamento para ansiedade e depressão, as práticas integrativas e complementares surgem abordagens terapêuticas que têm como objetivo prevenir agravos à saúde, a promoção e recuperação da saúde, enfatizando a escuta acolhedora, a construção de laços terapêuticos e a conexão entre ser humano, meio ambiente e sociedade (Brasil, 2022).

O tratamento em saúde mental deve objetivar a abertura de possibilidades de mudar as condições de vida, bem como de qualificar o modo de vida, uma percepção de que a vida deve ser percebida e experienciada de várias formas, e isso se dá através do trabalho dos profissionais utilizando novas ferramentas e alternativas que promovam o cuidado de pacientes (Brasil, 2013).

Em se tratando da auriculoterapia, uma técnica da acupuntura, segundo Souza (2001, p.12) se define como “uma arte, onde unem-se filosofia e terapia: prática que questiona a teoria e a teoria que questiona a prática. A arte está em absorver e ver o ser humano que está à nossa frente representada na orelha”. Nesta técnica, a regulação psíquico-orgânica do indivíduo ocorre por meio de estímulos nos pontos energéticos localizados na orelha – onde todo o organismo encontra-se representado como um microsistema – por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda (Brasil, 2022).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) no ano de 2022 emitiu a maior revisão mundial sobre saúde mental desde a virada do século, trazendo um plano “transformar a saúde mental para todos”, para ser aplicados por governos, profissionais, entre outros. Um dado alarmante que veio à tona foi o aumento de 25% de pessoas com ansiedade e depressão apenas no primeiro ano da pandemia. que nos próximos 20 anos, a depressão deve se tornar a doença mais comum do mundo, afetando mais pessoas do que qualquer outro problema de saúde, incluindo câncer e doenças cardíacas, um dado alarmante que exige uma grande intervenção.

É notório que desde os primórdios pessoas com problemas de saúde mental são estigmatizadas pela sociedade, muitas delas passam por discriminação e violação dos direitos humanos, o que impacta negativamente na busca por tratamento dentro da sociedade. O tratamento da ansiedade e da depressão geralmente são iniciados via procedimentos tradicionais, com uso de fármacos antidepressivos e ansiolíticos, que vem acompanhados de efeitos colaterais, neste sentido, a elaboração deste trabalho busca apresentar evidências sobre os efeitos de auriculoterapia, no sentido de demonstrar sua contribuição como tratamento auxiliar e alternativo para a melhoria de vida dos pacientes com ansiedade e depressão, contribuindo para o conhecimento da sociedade e a prática de profissionais que atuam no campo da saúde mental.

Neste sentido, no decorrer deste trabalho, o estudo busca responder: quais os efeitos da auriculoterapia quando aplicada no tratamento das disfunções mentais: ansiedade e depressão? A partir da análise de trabalhos científicos foram construídos conhecimentos sobre

a auriculoterapia como tratamento auxiliar para a depressão e a ansiedade. Para tanto, objetivou-se identificar evidências acerca dos efeitos da auriculoterapia no tratamento auxiliar de pacientes com ansiedade e depressão.

2 METODOLOGIA

Esta pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão bibliográfica e exploratória de fontes publicadas sobre o uso, efeitos e aplicabilidade da auriculoterapia no tratamento auxiliar para ansiedade e depressão, no período cronológico e maio a julho de 2024.

Os sites de busca acessados foram Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, os termos utilizados para a busca foram auriculoterapia” AND “depressão” AND “ansiedade” AND “tratamento”.

Foram excluídos estudos secundários, artigos repetidos, estudos desenvolvidos fora do Brasil e outros materiais que fugiram do tema da pesquisa. Foram incluídos artigos publicados no período de 2020 a 2022, artigos publicados na língua portuguesa, artigos desenvolvidos no Brasil e artigos que se adequaram ao tema desta pesquisa disponíveis na íntegra. Em cada artigo selecionado foram coletadas as seguintes informações: título do artigo, autores, ano, objetivo, metodologia e resultados.

A presente revisão elencou 170 trabalhos registrados nas bases de dados de publicações. Em seguida foi realizada a leitura do título e resumo onde apenas 33 artigos atendiam as necessidades dessa revisão. Os estudos analisaram os efeitos, uso e aplicabilidade da Auriculoterapia aplicada no tratamento auxiliar em pacientes com transtornos mentais: ansiedade e depressão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos selecionados foram analisados e, em sequência as informações necessárias foram incluídas no instrumento de estratégia de busca aplicada para seleção de estudos, de forma a atender o objetivo da pesquisa.

Quadro 1 - Estratégia de busca aplicada para seleção dos estudos. Valença - PI, 2024.

Base de Dados	Estratégia de Busca	Quantidade de Resultados
GOOGLE ACADEMICO	Auriculoterapia AND Ansiedade AND Depressão; AND Tratamento.	154
BVS	Acupuntura auricular AND Ansiedade AND Depressão; AND Tratamento.	16
Total		170

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

Após a seleção criteriosa dos artigos fez-se necessário a elaboração de um modelo de instrumento para coleta dos dados, contendo título do artigo, autores, ano, objetivo, metodologia e resultados, com a finalidade de analisar minuciosamente os artigos selecionados e colaborar com a síntese dos resultados da pesquisa (Quadro 2).

Quatro estudos foram elegíveis para a construção do trabalho, esses foram lidos na íntegra e de forma minuciosa, afim de contemplar com fidedignidade os objetivos do estudo. Foi identificado que os estudos selecionados foram publicados entre os anos de 2020 e 2022, deixando ausente publicações acerca dessa temática no presente ano (2024). Além disso, os estudos foram caracterizados como transversais, estudos de caso, estudo exploratório e estudo clínico randomizado.

Quadro 2 – Dados dos estudos incluídos na presente revisão. Valença - PI, 2024.

Nº	Título do Artigo	Autores e ano	Objetivo	Metodologia	Resultados
1	Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco	Silva <i>et al.</i> (2020)	Avaliar os efeitos da auriculoterapia nos níveis de ansiedade em gestantes atendidas em pré-natal de baixo risco	Estudo clínico randomizado, simples-cego, realizado com amostra de 50 gestantes (sendo 25 controles e 25 grupos experimental).	Houve uma redução significativa do estado de ansiedade do grupo intervenção ($p=0,033$) entre a terceira e quarta consulta, o mesmo não ocorreu no grupo controle (0,052).
2	Acupuntura no tratamento da depressão em adultos: revisão sistemática e metanálise	Paiva (2022)	Mostrar a importância da acupuntura para diminuir os sintomas depressivos e restabelecer o bem-estar com estudos que já comprovaram sua eficácia	Estudo exploratório é constituído por seis fases sequenciais. Inicialmente, foi delimitada a pergunta norteadora da pesquisa e foram estabelecidas as estratégias de busca, bem como as bases de dados que foram utilizadas. Dois revisores independentes efetuaram a pesquisa, extração e análise qualitativa.	O estudo apontou a importância de adotar a acupuntura como forma complementar à terapia padrão, os estudos incluíram a estimulação manual e elétrica entre os estímulos utilizados, uma recomendação para o tratamento de doenças mentais, incluindo a depressão. No trabalho o destaque principal foi o Yintang como ponto de abertura e melhoria de doenças mentais.
3	Auriculoterapia em profissionais de enfermagem na pandemia do coronavírus: estudo de casos múltiplos	Oliveira (2021)	Avaliar o efeito antes e depois de uma sessão de auriculoterapia nos níveis de ansiedade, depressão e estresse nos profissionais de enfermagem escalados para atuar na assistência durante a pandemia do Coronavírus, sua eficácia.	Estudo de caso, com casos múltiplos e uma unidade de análise.	Foi efetiva na redução de distúrbios emocionais. Os níveis de ansiedade, depressão e estresse apresentaram resultados significativos, cujas medianas reduziram de seis para quatro ($p<0,001$), nas variáveis depressão e ansiedade, e a média de estresse reduziu de 19,37 para 11,95 ($p<0,001$).
4	Uso da acupuntura na depressão	Santos <i>et al.</i> (2021)	Analisar os impactos da aplicação da acupuntura em indivíduos adultos que sofrem de depressão em um ambiente de cuidados psiquiátricos.	Estudo transversal	Redução nos sintomas associados à depressão, com a pontuação na Escala de Hamilton caindo de 21,75 para 8,0. Observou-se uma transição de uma condição de depressão grave para uma forma mais leve da doença. Além disso, os pacientes relataram melhorias no sono, humor, libido, controle emocional, relaxamento e redução das dores.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

No contexto brasileiro, a inclusão da acupuntura no Sistema Único de Saúde (SUS) ocorreu em 2006, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que também incorporou serviços de homeopatia, fitoterapia, antroposofia e termalismo à Atenção Primária à Saúde (APS). Esse processo tem sido acompanhado por um reconhecimento crescente das práticas reconhecidas no ocidente como não biomédicas, acompanhado pelo aumento da demanda, aceitação social e regulamentação institucional (Tesser *et al.*, 2018).

Silva *et al.*, (2020) em seu artigo com objetivo realizar uma análise dos efeitos da auriculoterapia nos níveis de ansiedade em gestantes atendidas nos programas de pré-natal de baixo risco. Com amostra de 50 gestantes (25 em grupo controle e 25 em grupo experimental). Utilizou-se como intervenção a auriculoterapia da Medicina Tradicional Chinesa, que é uma das práticas utilizadas como acupuntura de microssistema. A intervenção proposta foi realizada pelo pesquisador, enfermeiro obstetra, especialista em acupuntura. Gestantes de ambos grupos, controle e intervenção, participaram de quatro consultas de enfermagem em pré-natal, porém somente o grupo intervenção foi submetido a três sessões de auriculoterapia nessas consultas, com intervalo de três dias entre cada sessão, totalizando 13 dias de acompanhamento. O estudo pode mostrar que a auriculoterapia é um tratamento eficaz quando utilizado como intervenção visando a diminuição dos níveis de ansiedade nas gestantes atendidas em pré-natal de baixo risco, e que é uma prática que pode ser aplicada em outra gama de pacientes que sofrem de distúrbios mentais crônicos, tendo em vista que o estado fisiológico da própria gestação impacta em diversas mudanças e transformações. (Silva *et al.*, 2020).

As práticas integrativas estão em constante avanço no meio das intervenções em saúde, caracterizando-as em escolha de preferência para tratar transtornos de ansiedade, uma vez que possuem riscos diminuídos de efeitos adversos, bem como têm apresentado resultados positivos, demonstrando significativa redução da ansiedade (Gurgel *et al.*, 2019).

De acordo o Ministério da Saúde, essas práticas de vem ser implementadas para reduzir a ansiedade em pacientes, de modo que não ocorram transtornos mais graves na vida destes, sendo a auriculoterapia uma das Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICS) que pode favorecer a redução da ansiedade. Inúmeros foram os avanços das Práticas integrativas e complementares em saúde no âmbito do SUS, a exemplo os tecnológicos, políticos e conceituais, porém muito esforço ainda é necessário para que essas intervenções se tornem acessíveis à população. É uma realidade do SUS a carência de profissionais habilitados para as práticas da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), sendo esse um problema estrutural e organizacional da atenção básica em saúde (Brasil, 2018).

Oliveira *et al.* (2021) realizou um estudo com o objetivo de avaliar o efeito antes e depois de uma sessão de auriculoterapia nos níveis de ansiedade, depressão e estresse nos profissionais de enfermagem escalados para atuar na assistência durante a pandemia do coronavírus. Estabeleceu-se uma amostra por conveniência de 41 profissionais. Aplicou-se o instrumento de caracterização sociodemográfica e a escala de *Depression, Anxiety, and Stress Scale*, antes e após uma sessão de auriculoterapia com protocolo de 10 acupontos. Teste de Wilcoxon e t emparelhado foram empregados para análise. Níveis de ansiedade, depressão e estresse apresentaram resultados significativos, cujas medianas reduziram de seis para quatro ($p < 0,001$), nas variáveis depressão e ansiedade, e a média de estresse reduziu de 19,37 para 11,95 ($p < 0,001$). Com isso observou-se que a intervenção de auriculoterapia apresentou efeito positivo significativo sobre as variáveis ansiedade, depressão e estresse percebidos nos profissionais de enfermagem que atuaram na linha de frente de enfrentamento da pandemia pelo coronavírus. Verificou-se uma redução no nível do estresse de moderado para os parâmetros considerados normais. Neste estudo identificou-se redução na frequência dos profissionais de enfermagem em relação ao nível de ansiedade, o qual passou de níveis mais altos para níveis mais baixos após a auriculoterapia. A intervenção pode ser considerada efetiva pois, após sua

aplicação, evidenciou-se redução na frequência dos profissionais que apresentavam grau extremamente grave de ansiedade.

Segundo Tan (2014) a auriculoterapia pode contribuir na redução nos níveis de ansiedade, depressão e estresse sendo considerada terapia valiosa. A técnica de auriculoterapia pode ser considerada segura, dado que não houve registro de eventos adversos percebidos pelos sujeitos em pesquisa. A literatura corrobora com esse achado. Em revisão sistemática, não foi registrado nenhum evento adverso grave como morte, hospitalização, invalidez, danos permanentes ou risco de vida relacionado à auriculoterapia. Assim, a auriculoterapia pode contribuir na redução nos níveis de ansiedade, depressão e estresse e com o estudo realizado, observa-se o potencial da auriculoterapia no tratamento de distúrbios emocionais como ansiedade, depressão e estresse, visto que a intervenção pode colaborar e melhorar a qualidade de vida dessas pessoas, e também ser uma estratégia de cuidado para auxiliar outras pessoas a se cuidarem.

Conforme Brand Paiva *et al.* (2022), em seu artigo constituído por seis fases sequenciais mostra efeitos positivos da acupuntura auricular para o tratamento da depressão em adultos na maioria do ensaios clínicos randomizados (ECR), avaliados entre as intervenções implementadas nos grupos que receberam acupuntura, 23 (47,9%) estudos utilizaram a acupuntura sistêmica com estimulação manual como intervenção única, 13 (27,1%) utilizaram a electroacupuntura, cinco (10,4%) combinaram a acupuntura sistêmica e a electroacupuntura, associando a estimulação manual e elétrica; quatro (8,3%) incorporaram a moxabustão à acupuntura convencional, combinando a estimulação térmica e a manipulação de agulhas; dois (4,7%) utilizaram a auriculoterapia e um (4,8%) utilizou a laserterapia. comparação da eficácia da acupuntura sistêmica com o tratamento padrão para a depressão foi observada em sete (14,30%). Os resultados mostraram que a acupuntura foi mais eficaz na redução dos níveis de depressão em comparação com os tratamentos padrão (diferença absoluta entre médias: -1,67, [intervalo de confiança de 95%: -3,25 a -0,10]; p-value = 0,037), com elevada heterogeneidade ($I^2 = 87,2\%$, p-value <0,001). Acredita-se que a síntese de evidências científicas sobre o tema possa contribuir para implementação desse tipo de intervenção na prática clínica, afim de contemplar o tratamento convencional. Sua análise metodológica dos estudos envolvidos no trabalho apontou para relatos cientificamente sólidos e de alta qualidade. Dessa forma é possível inferir que a depressão pode ser tratada pela acupuntura como observado nos seus estudos, tanto como terapia primária, quanto terapia complementar.

O uso da acupuntura também demonstrou benefícios em relação ao uso de medicamentos. Quando os antidepressivos foram aplicados em conjunto com a acupuntura, eles reduziram significativamente a gravidade da depressão (Armour *et al.*, 2020). Ainda assim, foi possível reduzir significativamente o escore de depressão em adultos submetidos ao tratamento de acupuntura (p-valor = 0,037) em comparação com aqueles que receberam medicação no, pode-se dizer que, comparada ao tratamento padrão, a acupuntura apresenta vantagens no alívio dos sintomas depressivos, uma vez que também é capaz de afetar os níveis de serotonina e noradrenalina, além de não causar efeitos colaterais.

Arvidsdotter (2013) destaca também que em relação ao protocolo de acupuntura utilizado nos estudos primários, percebe-se que há heterogeneidade quanto aos materiais, métodos, duração e tipo de estímulo. Ressalta-se que o dispositivo primário foi a agulha, seguido de moxa, agulhas auriculares e laser. Dentre os estímulos utilizados, os estudos abordaram a estimulação manual e elétrica, recomendação para o tratamento de doenças mentais, incluindo a depressão.

Segundo a OMS (2019), com relação as causas relacionadas a depressão, nota-se que revela que vários fatores podem influenciar na instalação da depressão, destacando uma interação complexa de fatores sociais, psicológicos e biológicos, tais como eventos adversos como desemprego, traumas psicológicos, luto, entre outros. Neste estudo, as principais causas

mencionadas pelos sujeitos foram traumas de infância, uso de drogas, estresse, raiva e luto ou perdas, tendo predomínio dos traumas e abusos na infância. Ainda são escassos no Brasil os estudos que relacionam os traumas na infância com psicopatologias.

A acupuntura tem se revelado uma técnica com resultados positivos semelhantes àqueles produzidos por fármacos antidepressivos e sem efeitos colaterais, o que é uma grande vantagem (Chan *et al.*, 2015). Ustároz (1997) em sua pesquisa transversal de base populacional em 1996, em Pelotas – RS analisou a associação entre os eventos estressantes ocorridos na infância e adolescência (perdas por morte ou abandono, separação dos pais, maus tratos, abuso sexual, presença de familiar com doença crônica ou alcoolista) com os transtornos psiquiátricos na idade adulta obtendo uma prevalência estatisticamente significativa de 23,8%. Dentro da MTC, as alterações emocionais são fatores etiológicos para todas as doenças mentais, destacando-se alguns fatores como experiências emocionais traumatizantes, frustrações, perda de pessoas queridas, doenças crônicas e uso de drogas ocorridos tanto na infância, na idade do adulto jovem e na idade adulta (Campiglia, 2018).

Um trabalho realizado em um ambulatório de uma faculdade na Índia, utilizando como parâmetro a escala de Hamilton, avaliou o efeito da acupuntura sobre o estado de hormônios da tireoide na depressão endógena em 10 pacientes. Após 20 sessões, na reavaliação, houve uma redução significativa do escore de Hamilton de 7,0.3,56 para 3,2.1,93. Além disso, houve uma melhora significativa de sintomas como insônia, depressão, inquietação, dores no corpo e perda do apetite já a partir da décima sessão (Freire *et al.*, 2015).

Dong *et al.* (2017) em seu trabalho de uma revisão e metanálise, avaliaram 18 ensaios clínicos randomizados sobre a eficácia da acupuntura no tratamento da insônia em pacientes depressivos revelaram que o tratamento com acupuntura trouxe melhorias significativas na qualidade do sono quando comparados àqueles indivíduos tratados somente com medicação, e a associação da acupuntura com a medicação trouxe maiores benefícios para redução da insônia e de outros sintomas depressivos (humor, libido e dores em geral). Outra revisão sistemática e metanálise analisou as publicações de ensaios clínicos do uso da acupuntura na depressão, realizados entre 1980 e 2018, encontraram resultados significativos quanto a redução da gravidade da depressão e uso da acupuntura como coadjuvante ao tratamento farmacológico (Armour *et al.*, 2019).

4 CONCLUSÃO

Com base no estudo realizado, pode-se inferir que a auriculoterapia, possui uma potencialidade de efeitos quando aplicada no tratamento adjuvante de desordens mentais, especificamente a ansiedade e depressão, visto que esta proporciona grandes mudanças no estilo de vida causando até mesmo incapacidades. Dessa forma a auriculoterapia pode ser considerada uma terapia altamente promissora, uma vez que diminui progressivamente os achados depressivos e sintomas da ansiedade comprovando seus benefícios. Contudo, esta técnica da Medicina Tradicional Chinesa tem mostrado potencial promissor e eficácia, destacando a necessidade de investigações mais aprofundadas e maior atenção.

Sugere-se que novos estudos na área da auriculoterapia, ansiedade e depressão sejam realizados, afim de maximizar o desenvolvimento e aplicação de pesquisas que envolvam os benefícios da auriculoterapia aplicada no tratamento de desordens mentais.

REFERÊNCIAS

ABRATA. **Associação de Familiares, Amigos e Portadores de Transtornos Afetivos**. São Paulo-SP: Editora Planmark, 2011.

ALLEN, A. J.; LEONARD, H.; SWEDO, S. E. Current knowledge of medications for the treatment of childhood anxiety disorders. **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, v. 34, n. 1, p. 976-986, 1995.

ARMOUR, M. *et al.* Acupuncture for Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Journal of Clinical Medicine**, v. 8, n. 8, p. 1140, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Recursos terapêuticos PICS**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/recursos-terapeuticos>. Acesso em: 18 maio 2024.

CAMPIGLIA, H. **Psique e medicina tradicional chinesa**. 3. ed. São Paulo: Ícone, 2018. 318 p.

CASTILLO, A. R. G. *et al.* Transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, n. 1, p. 20-23, dez. 2000.

CASTILLO, A. R. G. L. *et al.* Transtornos de Ansiedade. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 22, p. 20-23, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v22s2/3791.pdf>. Acesso em: 18 maio 2024.

DALE, H. P. H. M. M. *et al.* **Farmacologia**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2008.

D'ÁVILA, L. V. *et al.* Processo Patológico do Transtorno de Ansiedade Segundo a Literatura Digital Disponível em Português. **Revisão Integrativa. Revista Psicologia e Saúde**, v. 12, n. 2, p. 155-168, 2020.

DONG, B. *et al.* The efficacy of acupuncture for treating depression-related insomnia compared with a control group: a systematic review and meta-analysis. **BioMed Research International**, v. 2017, n. 1, p. 1-11, 2017.

FREIRE, M. A. *et al.* Escala Hamilton: estudo das características psicométricas em uma amostra do sul do Brasil. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 63, n. 4, p. 281-289, 2014.

GURGEL, I. O. *et al.* Prevalência de Práticas Integrativas e Complementares em Pacientes Submetidos à Quimioterapia Antineoplásica. **Cogitare Enfermagem**, v. 24, n. 1, p: e64450, 2019.

MÉNDEZ, F. X.; OLIVARES, J.; ROS, M. C. **Características clínicas e tratamento da depressão na infância e adolescência**. In: CABALLO, V. E.; SIMÓN, M. A. (Org.). Manual de Psicologia Clínica Infantil e do Adolescente: Transtornos gerais. São Paulo: Santos, 2005. p. 139-185.

- OLIVEIRA, C. M. *et al.* Auriculoterapia em profissionais de enfermagem na pandemia do coronavírus: estudo de casos múltiplos. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 23, n. 1, p. 65678, 2021.
- PAIVA, B. A. M. *et al.* Acupuntura no tratamento da depressão em adultos: revisão sistemática e metanálise. **Revista Brasileira de Saúde**, Curitiba, v. 5, n. 2p.7685-7707, mar./abr., 2022.
- RUA, J. O.; SANTOS, M. A. R. **Depressão e ansiedade: um olhar psicológico**. Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. Minas Gerais, 2017.
- SOARES, T. C. A vida é mais forte do que as teorias: o psicólogo nos serviços de atenção primária à saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 25, n. 4, p. 590-601, 2005.
- SOUZA, E. F. A. A.; LUZ, M. T. Análise crítica das diretrizes de pesquisa em medicina chinesa. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, v. 18, n. 1, p. 155-174, 2011.
- TOLENTINO, F. **Efeito de um tratamento com auriculoterapia na dor, funcionalidade e mobilidade de adultos com dor lombar crônica**. 2016. 51 f. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2016.
- SILVA, H. L. *et al.* Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, n. 1, p. eAPE20190016, 2020.
- TAN, J. Y.; MOLASSIOTIS, A.; WANG, T.; SUEN, L. K. P. Adverse Events of Auricular Therapy: A Systematic Review. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine**, v. 2014, n. 1, p. 506758, 2014.
- TESSER, C. D.; SOUSA, I. M. C.; NASCIMENTO, M. C. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. **Saúde em Debate**, v. 42, n.1, p. 174-188, 2018.
- USTÁRROZ, L. F. L. **Eventos estressantes, insatisfação na vida e morbidade psiquiátrica menor em Pelotas, RS**. 1997. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS, 1997.