



## **A PRÁTICA DA AURICULOTERAPIA NO CUIDADO DA SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DO CAPS ALVINÓPOLIS - MG**

### **Apresentação**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a saúde como um estado de bem-estar físico, mental e social e desta forma, introduz a ideia de qualidade de vida que abrange a inter-relação do indivíduo com o meio ambiente, aspectos físicos e psicológicos. Sendo

assim, tem um papel importante no incentivo a estudos relacionados à qualidade de vida das populações na área da saúde.

O atual cenário da saúde mundial reflete na exposição dos profissionais a ambientes de trabalho pouco saudáveis. Nesse contexto, cuidar dos profissionais que oferecem serviços de saúde emerge como medida fundamental, uma vez que a efetividade e a humanização do serviço dependem de que estes estejam bem integralmente.

As práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) no CAPS surgiram como proposta de compor o portfólio de atividades do referido serviço, porém observando-se os processos de trabalho e os sintomas relatados pelos profissionais como estresse e ansiedade, atentou-se à necessidade de cuidar do cuidador e surgiu a proposta de utilizar a auriculoterapia para melhoria da qualidade de vida da equipe.

A auriculoterapia utiliza pontos do pavilhão auricular para tratar várias desordens do corpo e pode ser uma das práticas não convencionais de grande aceitabilidade, segurança e eficácia, pelo reconhecimento de seus efeitos positivos em distúrbios físicos e psíquicos. É uma prática que já é desenvolvida com os usuários do CAPS e vai de encontro às diretrizes da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no que diz respeito ao cuidado integral, a equidade, ao acesso de qualidade, a humanização, o respeito aos direitos humanos e estratégia de redução de danos.

## **Objetivos**

Objetiva-se com a auriculoterapia a promoção do cuidado da saúde dos profissionais do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) de Alvinópolis-MG. Especificamente, objetiva-se incluí-la como mais uma opção terapêutica na diminuição do estresse, ansiedade e depressão e conseqüente melhora do bem-estar e da qualidade de vida, contribuindo para um ambiente de trabalho saudável, para um relacionamento positivo da equipe e a humanização do cuidado.

E de maneira ampliada, indo de encontro aos objetivos e diretrizes da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), divulgar conhecimentos básicos das PICS para profissionais de saúde, gestores e usuários do SUS, considerando as metodologias participativas e o saber popular e tradicional, contribuir para o aumento da resolubilidade do sistema e ampliação do acesso às PICS, estimular ações intersetoriais, buscando parcerias que propiciem o desenvolvimento integral das ações.

## **Metodologia**

A auriculoterapia no CAPS de Alvinópolis-MG constitui-se como um estudo quase experimental, com a avaliação de um grupo único antes e depois da intervenção. Desenvolvido na referida instituição tendo como sujeitos da pesquisa os técnicos de referência de saúde mental, sendo estes, a coordenadora, uma enfermeira, um técnico de enfermagem, uma psicóloga, uma assistente social, um educador físico, uma auxiliar de serviços gerais e um motorista, que se encontram em uma faixa etária que varia entre 24 e 52 anos.

A coleta de dados ocorreu entre o período de 12/2023 a 02/2024 com a inicial aplicação do questionário Índice de qualidade do sono de Pittsburgh e da Escala de depressão, ansiedade e stress (DASS-21).

A partir da observação de que esses profissionais vivem sob situações constantes de estresse, expostos à possibilidade de surto dos pacientes e ao próprio manejo das doenças mentais, reservou-se um período no início da manhã, durante todas as quartas-feiras da semana, para atendimento destes.

Nesse delineamento, propôs-se a intervenção auriculoterapia com sementes de mostarda e observou-se seu efeito sobre a promoção da saúde.

Após aproximadamente 8 semanas, os materiais de avaliação foram reaplicados e apresentados aos participantes do estudo e à Secretaria Municipal de saúde, tendo em vista que os achados podem sinalizar aspectos de interesse para a gestão no referido município, viabilizando a sua aplicabilidade para os demais setores.

## **Resultados**

A partir da aplicação do Índice de qualidade do sono de Pittsburgh foi possível verificar que 60% dos profissionais apresentavam sono insatisfatório e através da Escala de depressão, ansiedade e stress (DASS-21) 80% apresentavam a classificação normal para depressão e 20% a classificação leve, 60% apresentavam a classificação normal para ansiedade, 20% a classificação moderada e 20% a classificação severa, 80% apresentavam a classificação normal para stress e 20% a classificação moderada.

Após reaplicação dos questionários, 100% dos profissionais apresentaram boa qualidade do sono, 100% apresentaram a classificação normal para depressão e stress, 16,6 % a classificação leve para ansiedade e 83,4% a classificação normal para ansiedade.

Destaca-se que desde a primeira semana de intervenção os profissionais se atentaram para a importância da corresponsabilização de seu processo de saúde-doença, sendo motivados também a melhorar alguns hábitos de vida. Mostraram-se mais ativos durante as atividades desenvolvidas no trabalho e menos agitados. Relataram um sono mais revigorante e mais disposição ao longo do dia. Todos se mostraram satisfeitos e favoráveis a adoção da prática por acreditarem que esta pode ser resolutive, baseada no entendimento mais ampliado do ser humano e apresentar uma abordagem holística.

Ressalta-se que a prática da auriculoterapia tem custo-benefício favorável para a sua implementação em outros setores da saúde e em outros pontos de cuidado da rede.

## **Conclusão**

A auriculoterapia vem sendo utilizada como terapia alternativa para diversas sintomatologias. Em um estudo experimental identificaram que a auriculoterapia mostrou-se promissora neste contexto ocupacional, podendo trazer benefícios aos profissionais, tanto em relação à disposição para o exercício laboral quanto para a promoção da qualidade de vida.

Os resultados trazem implicações importantes quando sugere que há uma sensibilização ao movimento social para a revalorização das PICS, apontando a auriculoterapia como uma contribuição para o fortalecimento do papel da atenção primária e da atenção

especializada à saúde no que tange a gestão, ao cuidado, a prevenção de doenças e promoção da saúde.

O estudo com os profissionais possibilitou a quantificação dos dados e avaliação para que a prática pudesse ser replicada. Acredita-se nesta proposta com o potencial para tornar-se um projeto piloto, expandindo-se para outros grupos futuramente.

Durante o desenvolvimento do projeto foi notório que há uma quantidade limitada do desenvolvimento das práticas integrativas em municípios próximos. Portanto, percebe-se a necessidade de capacitações, financiamento, divulgação, além de maior incentivo a introdução das práticas nas redes de atenção à saúde, contribuindo para implementação da PNPIC, possibilitando resgatar uma prática de cuidado libertadora, com intervenções que vão de encontro a um cuidado mais humanizado.