



RELATO DE VIVÊNCIA EM AURICULOTERAPIA

Larissa Paganotti¹

Weder Fernando Nazari²

Maria Eneida de Almeida³

Paulo Roberto Barbato⁴

Solange de Fátima Cardozo⁵

Adriana Remião Luzardo⁶

Resumo: A auriculoterapia é uma das técnicas utilizadas na Medicina Tradicional Chinesa, bem como Tai Chi Chuan, acupuntura, ventosas, moxabustão, entre outras. Tem suas bases definidas em preceitos distintos da medicina ocidental convencional, partindo de uma concepção do ser humano como ser integral, sem barreiras entre mente, corpo e espírito. Tanto no Oriente quanto no Ocidente foram encontrados estudos que comprovam a efetividade da auriculoterapia na melhora de diversos quadros psicoemocionais. Dentre os benefícios, podemos citar a diminuição de estresse e ansiedade de estudantes universitários e a melhoria nos transtornos generalizados de ansiedade. Em função do exposto, compreende-se que a auriculoterapia pode ser de grande utilidade para estudantes universitários por ser rápida, relativamente simples na aplicação, segura e pouco invasiva. Esse é um relato de experiência dos próprios autores sobre as vivências do período de maio de 2018, em atendimentos realizados no Serviço de Atenção à Saúde do Trabalhador da Secretaria de Saúde do município de Chapecó, estado de Santa Catarina. Tais atendimentos fizeram parte da dinâmica do Componente Curricular Optativo Racionalidades Médicas e Práticas Integrativas e Complementares. Foi realizada uma sessão em cada acadêmico, com duração aproximada de dez minutos para cada sessão, onde o pavilhão auricular era higienizado com algodão e álcool etílico 70% e aplicadas sementes de mostarda afixadas com micropore. Os participantes foram orientados para estimularem as sementes três vezes ao dia, com pressão moderada, durante uma semana. Estudos sobre o mecanismo de ação da auriculoterapia comprovam que a técnica funciona porque grupos de células

¹ Graduanda em Medicina, Curso de Medicina UFFS – Campus Chapecó, larissa.paganotti@gmail.com

² Graduando em Medicina, Curso de Medicina UFFS – Campus Chapecó, wederr@gmail.com

³ Doutora em Saúde Coletiva (IMS UERJ). Coordenadora do CCR Optativo. Curso de Medicina UFFS - Campus Chapecó. maria.almeida@uffs.edu.br

⁴ Doutor em Saúde Coletiva (UFSC). Colaborador do CCR Optativo. Curso de Medicina UFFS - Campus Chapecó. paulo.barbato@uffs.edu.br

⁵ Mestre em Saúde e Gestão do Trabalhador (UNIVALI). Coordenadora do SAST/SESAU - Chapecó. soldaneluz@hotmail.com

⁶ Doutora em Enfermagem (UFSC). Colaboradora do CCR Optativo. Curso de Enfermagem UFFS - Campus Chapecó. adriana.luzardo@uffs.edu.br



pluripotentes contêm informações de todo o organismo, criando centros regionais de organização que representam partes diferentes do corpo. Quando se estimula o ponto reflexo na orelha, pode-se conseguir uma ação de alívio de sintomas em partes distantes no corpo. Desse modo, a ativação de pequenas fibras nervosas mielinizadas enviam impulsos para a coluna espinhal, cérebro, hipófise e hipotálamo, causando liberação de endorfinas na circulação sanguínea. Ambos acadêmicos relataram os benefícios da liberação de endorfinas, como a analgesia, o relaxamento, a redução da ansiedade, o aumento da disposição física e mental, assim como o bem estar geral.

Palavras-chave: Educação médica. Terapias complementares. Sistema Único de Saúde. Medicina Tradicional Chinesa.

Categoria: Ensino

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Formato: Comunicação Oral

¹ Graduanda em Medicina, Curso de Medicina UFFS – Campus Chapecó, larissa.paganotti@gmail.com

² Graduando em Medicina, Curso de Medicina UFFS – Campus Chapecó, wederr@gmail.com

³ Doutora em Saúde Coletiva (IMS UERJ). Coordenadora do CCR Optativo. Curso de Medicina UFFS - Campus Chapecó. maria.almeida@uffs.edu.br

⁴ Doutor em Saúde Coletiva (UFSC). Colaborador do CCR Optativo. Curso de Medicina UFFS - Campus Chapecó. paulo.barbato@uffs.edu.br

⁵ Mestre em Saúde e Gestão do Trabalhador (UNIVALI). Coordenadora do SAST/SESAU - Chapecó. soldaneluz@hotmail.com

⁶ Doutora em Enfermagem (UFSC). Colaboradora do CCR Optativo. Curso de Enfermagem UFFS - Campus Chapecó. adriana.luzardo@uffs.edu.br