Auriculoterapia na atenção básica para pacientes com dores crônicas: um relato de experiência

Auriculotherapy in primary care for patients with chronic pain: an experience report

Carolinne de Queiroga Almeida Laudelino [1]
Milena Nunes Alves de Sousa[2]

RESUMO
O objetivo da ação consiste em implementar a auriculoterapia na atenção básica como uma abordagem complementar para o manejo de dores crônicas em pacientes da Unidade Básica de Saúde (UBS), buscando reduzir o uso de medicamentos e melhorar a qualidade de vida dos usuários. A ação foi baseada na capacitação da equipe, liderada por uma residente de Medicina da Família e Comunidade, para aplicar a auriculoterapia em pacientes com dores crônicas. Um instrumento de triagem foi criado para identificar os pacientes elegíveis. A técnica foi aplicada semanalmente em seis pacientes com queixas de enxaqueca e dor articular, com avaliações periódicas e ajustes nos pontos auriculares conforme a resposta clínica. Dos seis pacientes que participaram, três relataram melhora significativa da dor e redução do uso de medicamentos. Dois pacientes tiveram melhoras moderadas após ajustes nos pontos de reflexo, enquanto um paciente não apresentou adesão ao tratamento. A aceitação da técnica foi boa entre os pacientes, que relataram, além da melhora da dor, uma sensação geral de bem-estar. A auriculoterapia mostrou-se eficaz e viável como prática integrativa na atenção básica, com potencial para ser ampliada.

Palavras-chave: Auriculoterapia; Dor Crônica; Atenção Primária à Saúde.

ABSTRACT
The objective of the action is to implement auriculotherapy in primary care as a complementary approach for managing chronic pain in patients at the Basic Health Unit (UBS), seeking to reduce the use of medications and improve the quality of life of users. The action was based on training the team, led by a resident in Family and Community Medicine, to apply auriculotherapy to patients with chronic pain. A screening instrument was created to identify eligible patients. The technique was applied weekly to six patients with complaints of migraine and joint pain, with periodic assessments and adjustments to the auricular points according to the clinical response. Of the six patients who participated, three reported significant improvement in pain and reduced use of medications. Two patients had moderate improvements after adjustments to the reflex points, while one patient did not adhere to the treatment. The acceptance of the technique was good among patients, who reported, in addition to the improvement in pain, a general feeling of well-being. Auriculotherapy proved to be effective and viable as an integrative practice in primary care, with potential for expansion.

Keywords: Auriculotherapy; Chronic Pain; Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

A Unidade Básica de Saúde (UBS) é a principal porta de entrada para o sistema de saúde no Brasil, responsável por fornecer atenção integral à população. Focada na promoção, prevenção e tratamento de doenças, a UBS desempenha um papel essencial na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e na redução da demanda por atendimentos de maior complexidade. Além disso, a atuação da Atenção Básica se estende ao acompanhamento

[1] Médica residente em Medicina de Família e Comunidade pelo Centro Universitário de Patos (UNIFIP). E-mail: carolinneq@gmail.com
[2] Doutora e Pós-Doutora em Promoção da Saúde. Pró-Reitora de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão e Docente no Centro Universitário de Patos (UNIFIP). E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br. ORCID: 0000-0001-8327-9147

contínuo dos pacientes, garantindo a proximidade entre a equipe de saúde e a comunidade. Dentro desse contexto, a incorporação de práticas integrativas, como a auriculoterapia, tem ganhado destaque como um recurso complementar na gestão de pacientes com condições crônicas, em especial aqueles que convivem com dores crônicas (Silva *et al.,* 2022).

De acordo com Costa (2022) na rotina da UBS, uma necessidade emergente e frequente entre os pacientes é o manejo da dor crônica. Condições como osteoartrite, lombalgia e dores neuropáticas são prevalentes e trazem um impacto significativo à qualidade de vida dos indivíduos. A sobrecarga dessas condições afeta tanto os pacientes, que convivem com limitações físicas e emocionais, quanto o sistema de saúde, devido à alta demanda por consultas e uso contínuo de medicações analgésicas. Além disso, muitos pacientes relatam dificuldades com os efeitos colaterais das medicações ou falta de eficácia no controle da dor, o que ressalta a importância de estratégias alternativas e complementares no tratamento.

Com base nesse cenário, a auriculoterapia foi identificada como uma prática que poderia trazer benefícios na abordagem multidimensional da dor crônica na atenção básica. Essa técnica, oriunda da Medicina Tradicional Chinesa, baseia-se na estimulação de pontos específicos na orelha, que correspondem a diferentes órgãos e sistemas do corpo. Ao ser aplicada por profissionais capacitados, a auriculoterapia se apresenta como um método seguro, de baixo custo e que pode complementar os tratamentos convencionais, promovendo o alívio da dor e melhorando o bem-estar geral dos pacientes (Morais *et al.,* 2020).

O objetivo principal da inserção da auriculoterapia na UBS foi promover uma alternativa eficaz no manejo da dor crônica, ampliando as opções terapêuticas para os pacientes e reduzindo a dependência de medicamentos analgésicos. Esperava-se, com essa ação, melhorar a qualidade de vida dos pacientes, diminuindo o desconforto físico, o uso prolongado de medicações e as queixas recorrentes nas consultas. Além disso, a proposta também visava criar uma cultura de autocuidado e promover a valorização de práticas integrativas no cotidiano da atenção básica.

Um segundo objetivo foi capacitar a equipe de saúde da UBS para que pudessem implementar a auriculoterapia de forma segura e eficaz. A capacitação foi essencial para garantir que os profissionais tivessem o conhecimento necessário sobre os fundamentos teóricos e práticos da técnica, bem como os critérios para sua indicação. Dessa forma, seria possível oferecer um atendimento de qualidade, alinhado às diretrizes do Ministério da Saúde para a utilização de práticas integrativas e complementares (Souza, 2022).

Além dos benefícios diretos para os pacientes, a ação também tinha como meta integrar a auriculoterapia ao plano terapêutico de forma interdisciplinar. Isso envolveu a articulação

com médicos, fisioterapeutas e enfermeiros, que passaram a indicar a prática como parte do tratamento integral de seus pacientes. Essa integração visava otimizar os cuidados oferecidos pela UBS, fortalecendo a abordagem centrada no paciente e ampliando as ferramentas disponíveis para a equipe de saúde (Gonçalves; Parisi, 2023).

Desde o início da implementação, foi possível observar uma boa aceitação por parte dos pacientes e da equipe de saúde. A técnica, por ser de fácil aplicação e de baixo custo, adequou-se bem ao contexto da UBS, que enfrenta limitações de recursos e alta demanda por atendimentos. Com o passar dos meses, muitos pacientes relataram alívio da dor, melhora na qualidade do sono e diminuição na necessidade de uso de analgésicos, resultados que reforçam o impacto positivo da prática na atenção básica (Cheffer *et al*., 2022).

Diante dos resultados iniciais, a auriculoterapia na UBS desponta como uma estratégia eficaz e sustentável para o manejo de dores crônicas, com o potencial de ser expandida para outras unidades e regiões. A iniciativa demonstra a importância da valorização das práticas integrativas no Sistema Único de Saúde (SUS), oferecendo alternativas de cuidado que respeitam a individualidade dos pacientes e promovem uma abordagem mais humanizada e holística (Paiva *et al.,*2021).

MÉTODO

A ação foi planejada com o objetivo de implementar a auriculoterapia como uma terapia complementar para o manejo de dores crônicas na Unidade Básica de Saúde. A motivação para essa iniciativa surgiu da alta prevalência de pacientes com queixas de dores crônicas, como enxaqueca e dores articulares, que apresentavam dependência de medicamentos analgésicos e frequentavam serviços de emergência para controle dos sintomas. A residente de Medicina da Família e Comunidade, com conhecimento prévio e interesse na área, sugeriu a implementação da auriculoterapia como uma solução terapêutica alternativa e complementar.

Após discussão com a equipe da unidade, especialmente com a enfermeira responsável, foi iniciado um curso voltado para capacitar os profissionais para o uso dessa técnica. A ação foi implementada na UBS, que atende a uma população diversificada e com alta demanda por cuidados relacionados à dor crônica. A estrutura da unidade permitiu a utilização de consultórios já existentes para a aplicação da auriculoterapia durante as consultas regulares, além do uso de materiais de baixo custo, como agulhas e esferas auriculares, que foram adquiridos com recursos internos da unidade.

Os recursos utilizados incluíram materiais específicos para a auriculoterapia, como agulhas descartáveis, esferas auriculares, adesivos para fixação e álcool para desinfecção. Também foram empregados recursos educacionais para a capacitação da equipe, como materiais didáticos e vídeos instrutivos. Além dos insumos físicos, o maior recurso envolvido foi o tempo dedicado pela residente e pela enfermeira, que se capacitaram e organizaram o processo de triagem e tratamento dos pacientes.

A equipe envolvida no projeto incluiu a residente de Medicina da Família e Comunidade, que liderou a capacitação e a aplicação da técnica, e a enfermeira da unidade, que foi corresponsável pela organização e execução das atividades. Além disso, os médicos e enfermeiros da unidade participaram da divulgação do projeto e da triagem dos pacientes que poderiam se beneficiar da auriculoterapia. A integração entre as diversas áreas da equipe foi fundamental para o sucesso da implementação.

O cronograma da ação foi dividido em três etapas principais: a capacitação da equipe, em que a residente e a enfermeira passaram por um curso de capacitação em auriculoterapia, que incluiu a parte teórica e prática. Esse curso foi realizado no primeiro mês do projeto. Após a capacitação, foi elaborado um instrumento detalhado de triagem dos pacientes, que contemplava informações sobre as condições de saúde, histórico de dores crônicas e o uso de medicamentos. Esse instrumento foi finalizado e aplicado já no segundo mês do projeto. Após a triagem, os pacientes começaram a ser encaminhados para o tratamento com auriculoterapia.

Inicialmente, seis pacientes foram selecionados e começaram a receber sessões semanais, com avaliações contínuas sobre a eficácia da terapia e ajustes no protocolo, conforme a resposta de cada um. Durante as consultas médicas e de enfermagem, a auriculoterapia foi apresentada aos pacientes como uma opção terapêutica. Além disso, a equipe discutiu a criação de ações estratégicas futuras, como a criação de uma "sala de espera" com palestras informativas sobre a técnica e a realização de campanhas internas para maior divulgação e captação de usuários para o tratamento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A implementação da auriculoterapia na UBS como uma alternativa terapêutica para pacientes com dores crônicas trouxe resultados significativos, tanto em termos quantitativos quanto qualitativos. Entre os seis pacientes que iniciaram o tratamento, três apresentaram uma melhora significativa na dor, com redução da frequência e intensidade das crises, especialmente em casos de enxaqueca e dor articular. Esses pacientes relataram diminuição na necessidade de

uso de medicações analgésicas e de visitas a emergências hospitalares. Outros dois pacientes demonstraram melhorias mais moderadas, com necessidade de ajustes nos pontos de reflexo durante o tratamento.

Apenas um paciente não aderiu adequadamente à terapia, apresentando pouca melhora. Qualitativamente, os pacientes que responderam bem ao tratamento relataram melhora na qualidade de vida, especialmente no que se refere ao sono e à capacidade de realizar atividades diárias sem dor. Relatos de bem-estar e relaxamento após as sessões também foram comuns, indicando que a técnica teve um impacto positivo além do controle direto da dor (Salgueiro, 2022).

O impacto da auriculoterapia na população da UBS foi notável. A diminuição das crises de dor e a redução da dependência de medicamentos para alguns pacientes representou uma melhoria significativa na saúde e no bem-estar desses usuários. Além disso, a ação promoveu um aumento no conhecimento da população sobre práticas integrativas e complementares, gerando maior aceitação dessas terapias como parte do tratamento médico. A divulgação da técnica durante as consultas médicas e de enfermagem gerou curiosidade e interesse, com novos pacientes manifestando vontade de participar do tratamento.

Ações planejadas para ampliar o conhecimento sobre a auriculoterapia, como palestras informativas na sala de espera, têm o potencial de aumentar ainda mais esse impacto, disseminando informações sobre terapias alternativas para um público mais amplo. Isso reflete um avanço na promoção do autocuidado e na autonomia dos pacientes em relação ao manejo de suas condições de saúde.

Os resultados obtidos com a auriculoterapia foram amplamente positivos e atenderam os objetivos iniciais de reduzir o uso de medicação e melhorar a qualidade de vida dos pacientes com dores crônicas. A técnica provou ser eficaz para a maioria dos participantes com a vantagem de ser uma intervenção de baixo custo e fácil aplicação. No entanto, é importante observar que nem todos os pacientes responderam igualmente à terapia. O caso de um paciente que não teve a adesão necessária e, portanto, não apresentou melhora, destaca a importância do compromisso com o tratamento e da comunicação clara entre profissionais e usuários.

A proposta de realizar sessões semanais, com reavaliações contínuas, mostrou-se adequada para ajustar a intervenção conforme necessário. Isso garantiu uma abordagem personalizada, aumentando as chances de sucesso terapêutico. Entretanto, a adesão ao tratamento deve ser incentivada com mais clareza, especialmente em pacientes que podem não compreender totalmente os benefícios de uma técnica que exige continuidade para gerar resultados (Silva *et al.*, 2022).

Apesar dos resultados positivos, a ação enfrentou algumas limitações. Uma das principais dificuldades foi o tempo limitado da equipe de saúde para realizar a auriculoterapia em uma unidade com alta demanda. Como o tratamento requer várias sessões, houve desafios para encaixar essas consultas no cronograma da UBS sem comprometer outros atendimentos. Além disso, a falta de recursos financeiros adicionais para a compra de mais materiais e a necessidade de capacitação contínua da equipe também foram obstáculos (Morais, 2022).

A adesão dos pacientes ao tratamento foi outra limitação. Embora a maioria dos participantes tenha seguido as orientações, a falta de comprometimento de um dos pacientes mostrou que é preciso reforçar as explicações sobre a importância de seguir o protocolo até o final para obter resultados eficazes. A avaliação da eficácia da técnica, baseada principalmente em relatos subjetivos dos pacientes, também pode ser uma limitação, uma vez que não foram utilizados instrumentos de medição objetiva da dor.

Em comparação com experiências semelhantes em outras UBS que também implementaram práticas integrativas, os resultados foram consistentes com a literatura. Em outras unidades que utilizam auriculoterapia, foram relatados benefícios semelhantes no manejo de dores crônicas, incluindo a redução do uso de medicações e a melhora na qualidade de vida dos pacientes. Contudo, há variações no sucesso dependendo do grau de adesão dos pacientes e do envolvimento da equipe de saúde (Simon, 2023).

Em alguns contextos, outras UBS adotaram estratégias mais amplas de divulgação e captação de pacientes, como a realização de campanhas educativas mais intensas, o que gerou maior adesão ao tratamento. Essas experiências sugerem que a ampliação das ações de comunicação na unidade pode ser um passo importante para aumentar o impacto e a participação da comunidade na auriculoterapia, além de melhorar os resultados gerais (Campos, 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A implementação da auriculoterapia na UBS para o manejo de dores crônicas trouxe resultados promissores. Entre os seis pacientes que iniciaram o tratamento, três apresentaram melhora significativa, dois tiveram progressos mais moderados e apenas um não aderiu ao protocolo proposto. A diminuição da necessidade de medicamentos analgésicos e a melhora na qualidade de vida dos pacientes destacam o impacto positivo dessa terapia integrativa e complementar. Além disso, a auriculoterapia foi bem recebida pela comunidade, despertando o interesse de outros usuários da unidade.

Com base nos resultados obtidos, é possível afirmar que a auriculoterapia tem potencial para ser uma ferramenta eficaz e de baixo custo na atenção básica, especialmente para pacientes com dores crônicas. No entanto, para otimizar essa ação, é essencial continuar investindo em estratégias de divulgação e educação dos pacientes, como a criação de grupos informativos e campanhas internas de sensibilização. A inclusão de novas formas de captação de pacientes, como palestras na sala de espera, pode ampliar o alcance da ação e aumentar a adesão ao tratamento.

Futuras ações podem focar na padronização de protocolos de auriculoterapia e na incorporação de instrumentos objetivos de medição da dor, como escalas de dor padronizadas, para avaliar de forma mais precisa os resultados clínicos. Além disso, a capacitação contínua da equipe de saúde é essencial para garantir a qualidade do atendimento e a expansão da terapia para outros profissionais da UBS.

As implicações para a prática são claras: a auriculoterapia se apresenta como uma alternativa viável e eficaz para a UBS, e sua implementação pode ser replicada em outras unidades de saúde, oferecendo uma abordagem mais ampla e integrativa para o manejo de dores crônicas. A experiência adquirida com essa intervenção pode servir como um modelo para a introdução de outras práticas integrativas no sistema de saúde, melhorando a qualidade do cuidado e promovendo um atendimento mais humanizado e centrado no paciente.

REFERÊNCIAS

COSTA, I. R. DA. **Aplicação de auriculoterapia na atenção primária à saúde**: uma revisão integrativa de literatura. 2022. Trabalho de Conclusão (Bacharelado em Medicina) – Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2022.

CHEFFER, M. H. *et al.* Inserção de auriculoterapia no processo de trabalho de enfermeiros na atenção básica: potencialidades e fragilidades. **Scientific Electronic Archives**, v. 15, n. 5, 2022.

CAMPOS, V. C. **Auriculoterapia em um Centro de Saúde de Florianópolis**: um relato de experiência. 2024. 25p. Trabalho de Conclusão (Residência). Universidade Federal de Santa Catarina. Comissão de Residência Multiprofissional e Uniprofissional em Saúde. Residência Multiprofissional em Saúde da Família. 2024.

GONÇALVES, F. E.; PARISI, C. Auriculoterapia na atenção básica: a sementinha do bem. **Anais de Eventos Científicos CEJAM**, v. 9, 2023.

MORAIS, B. X. *et al*. Auriculotherapy and reducing chronic musculoskeletal pain: integrative review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. suppl 6, 2020.

MORAIS, B. X. **Eficácia da auriculoterapia para redução da dor crônica na coluna**

vertebral em trabalhadores da saúde: ensaio clínico randomizado. 2022. 143p. Orientadora: Tânia Solange Bosi de Souza Magnago. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-graduação em Enfermagem, RS, 2022.

PAIVA, L. P. M. *et al.* The use of acupuncture in Primary Care in Brazil. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, p. e528101321363, 2021.

SILVA, L. K. M. DA.; VIANA, Y. A.; LIMA, H. de. S.; SILVA, L. M. Auriculoterapia na atenção primária. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 17, n. 44, p. 2687, 30 jul. 2022.

SOUZA, R. D. de. Auriculotherapy in pain treatment: a literature review. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 10, p. e440111033065, 2022.

SALGUEIRO, G. M. **Racionalidades médicas na atenção primária à saúde**: acupuntura e auriculoterapia na produção do cuidado integral de pessoas com sofrimento difuso. 2022. 63 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2022.

SILVA, E. G. P. da. **Efeitos da auriculoterapia em pacientes com dor lombar crônica**: um estudo de casos / Erminio Glayson Patrick da Silva. - 2022. 83f. Trabalho de Conclusão de Curso - TCC (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências da Saúde, Departamento de Fisioterapia. Natal, RN, 2022.

SIMON, M. E.; SILVA, D. DE T. DE R. E. A auriculoterapia como ferramenta não farmacológica no manejo de dor crônica e na qualidade de vida. **Jornada de Iniciação Científica e Tecnológica**, 17 out. 2023.