



AURICULOTERAPIA COMO FERRAMENTA DE APOIO AO TRANSTORNO DE ANSIEDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM ATENDENTES DE FARMÁCIA NO MUNICÍPIO DE NATAL/RN

MACHADO, Aída Cruz¹ MACHADO, Ana Karina da Cruz² ALVES, Roberta
Machado³

RESUMO

Introdução: Dentre os diversos problemas de saúde, a ansiedade e o estresse vêm ganhando notoriedade. A ansiedade passou a ser reconhecida como doença, sendo um transtorno descrito como patológico, quando ela é excessiva, interferindo na qualidade de vida, no conforto emocional ou no desempenho diário do indivíduo. Os transtornos ansiosos são os quadros psiquiátricos mais comuns tanto em crianças quanto em adultos, onde as pessoas acometidas apresentam medo excessivo, preocupações exageradas, sentimentos de pânico e estão constantemente tensas. Os impactos desse transtorno podem ser vistos na alimentação, em dores musculares, qualidade do sono, produtividade diária e nas relações pessoais e de trabalho, onde quase sempre o sujeito precisa recorrer a tratamento. A Auriculoterapia tem sido apontada como terapia alternativa e coadjuvante no alívio dessa sintomatologia, bem como no transtorno de ansiedade. **Objetivo:** Discorrer sobre a eficácia da Auriculoterapia na ansiedade em atendentes de farmácia no município de Natal. **Material e métodos:** Trata-se de um relato de experiência no período de maio de 2019 a agosto de 2019 com 15 funcionários de uma farmácia, utilizando o protocolo de pontos auriculares e anamnese da orelha. A pesquisa se deu em uma drogaria na região norte, no município de Natal/RN. **Resultados:** 80% dos atendentes apresentaram redução da ansiedade, 79% tiveram melhoria da insônia e 75% desses apresentaram redução de dores musculares. **Conclusão:** A Auriculoterapia é uma Prática Integrativa complementar eficaz, segura, de fácil aplicação e com melhoria da qualidade de vida do público alvo, no entanto, novos ensaios clínicos para a compreensão da técnica estão sendo testados a fim de validá-los, uma vez que na literatura, as evidências científicas da utilização da auriculoterapia para a ansiedade ainda são poucas e estes estudos são essenciais para comprovar a realização de intervenções clínicas eficazes na área da saúde.

Palavras-chave: Ansiedade. Auriculoterapia. Atendentes de Farmácia.

¹ Instituto Nada Será como Antes (INSA), Natal/RN, Email: aidamachado@yahoo.com

² Universidade Potiguar (UnP), Natal, RN. E-mail: karinacruz_rn@yahoo.com.br

³ Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Natal, RN. E-mail: psirobertaalves@gmail.com