

Os efeitos de uma única aplicação de auriculoterapia na diminuição do estado depressivo dos estagiários de fisioterapia.

Rafael Santana Sales (IC) * rafael_ios28@hotmail.com, Humberto de Sousa Fontoura

Universidade Estadual de Goiás – Campus ESEFFEGO

Resumo: As profissões que exigem contato mais próximos com as pessoas, como a fisioterapia, tem uma predisposição maior ao desenvolvimento do estresse no trabalho e a síndrome de Burnout, este contato direto começa no âmbito acadêmico, através dos estágios de prática assistida, desta forma o aluno se depara com situação que podem causar ansiedade, estresse e episódios depressivos, prejudicando o seu desempenho acadêmico e em alguns casos na vida profissional. Os episódios depressivos podem causar um rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da capacidade de concentração, associadas em geral à fadiga, associados a estes sintomas podem ser observados com grande frequência uma diminuição da autoestima e da autoconfiança. A auriculoterapia é considerada uma prática da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). É uma antiga ciência oriental em que agulhas são inseridas ao longo dos meridianos, os caminhos da energia vital humana, sendo aplicada para o tratamento de diversos males. O presente estudo tem como objetivo avaliar os efeitos de uma única aplicação de auriculoterapia na diminuição dos sintomas da depressão em episódios depressivos nos estagiários de fisioterapia.

Palavras-chave: Fisioterapia, depressão, auriculoterapia.

Introdução

Segundo o protocolo da Rede de Atenção Psicossocial, baseado em evidências, para a abordagem e o tratamento de transtornos depressivos do Sistema Único de Saúde do estado de Santa Catarina, os episódios depressivos descritos de acordo com o CID 10, existem episódios típicos divididos em três graus de depressão, sendo eles o leve, moderado ou grave. Os episódios presentes apresentam um rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da capacidade de concentração, associadas em geral à fadiga, associados a estes sintomas podem ser observados com grande frequência uma diminuição da autoestima e da autoconfiança e frequentemente ideias de culpabilidade e ou de indignidade, mesmo nas formas leves (SUS 2015).

Um estudo de Moreira 2013 apontou que o episódio depressivo pode estar associado a um acontecimento estressante, onde associados a estes existem os fatores de riscos que podem desencadear o episódio depressivo. As profissões que exigem contato mais próximos com as pessoas, como a fisioterapia, tem uma

predisposição maior ao desenvolvimento do estresse no trabalho e a síndrome de Burnout.

O contato direto com as pessoas começa no âmbito acadêmico, através dos estágios de prática assistida, desta forma o aluno se depara com situação que podem causar ansiedade, estresse e episódios depressivos, prejudicando o seu desempenho acadêmico e em alguns casos na vida profissional.

A acupuntura é considerada uma prática da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). É uma antiga ciência oriental em que agulhas são inseridas ao longo dos meridianos, os caminhos da energia vital humana. A acupuntura é aplicada para o tratamento de diversos males, desde o alívio de dores até a cura de doenças tidas como crônicas pela medicina ocidental. Agindo sobre os sistemas fisiológicos, a acupuntura regula e tonifica o corpo energético humano (DULCETTI JÚNIOR, 2001).

Material e Métodos

O presente estudo caracteriza-se como de natureza experimental, com um problema considerado qualitativo. Com o objetivo de caráter exploratório e descritivo em acadêmicos do oitavo, nono e décimo período do curso de fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás. A amostra foi composta com participantes de ambos os gêneros, com um total de 30, onde 15 se enquadravam nos critérios de inclusão.

Os participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido constando todos os dados da pesquisa, bem como os riscos e benefícios da mesma. Em seguida por meio de aplicação do inventário de Beck II constando questões objetivas sobre a patologia e hábitos de vida do paciente. Os participantes foram avaliados na clínica escola da ESEFFEGO, estes foram orientados que seria realizada 1 sessão de auriculoterapia.

Durante a sessão os pacientes permaneceram o mais confortável possível, sem o uso de brincos na orelha com o intuito de permitir a realização da assepsia. A partir desse procedimento, o paciente foi posicionado sentado em uma cadeira, joelhos fletidos e pés apoiados ao chão. Com um algodão enrolado a pinça e banhado no álcool 70%, foi realizada a assepsia e posteriormente outro algodão foi colocado no conduto auditivo para protegê-lo da entrada de agulhas, caso estas pudessem cair no pavilhão auricular. Foi utilizado o protocolo de tratamento

constituído dos seguintes pontos: Shen-Men; Sistema neurovegetativo; rim; fome; ansiedade.

Os participantes foram instruídos a realizar o estímulo dos pontos e o retorno após 6 dias para a retirada de todos os pontos e para reavaliação através de uma nova aplicação do inventário de Beck II.

Os dados obtidos nas avaliações foram tabulados e analisados, sendo transferidos ao programa Microsoft Word 2010 e Microsoft Excel.

Resultados e Discussão

Em relação ao escore do inventário de Beck II, na primeira avaliação foi possível observar um estado depressivo leve em 9 participantes, moderado em 3 participantes e em estado grave 3 participantes. Foi possível observar um alto índice de estresse e tristeza, com um alto índice de relatos de estado de tristeza durante a semana de aplicação e um estado frequente dos sintomas envolvendo preocupação e ansiedade.

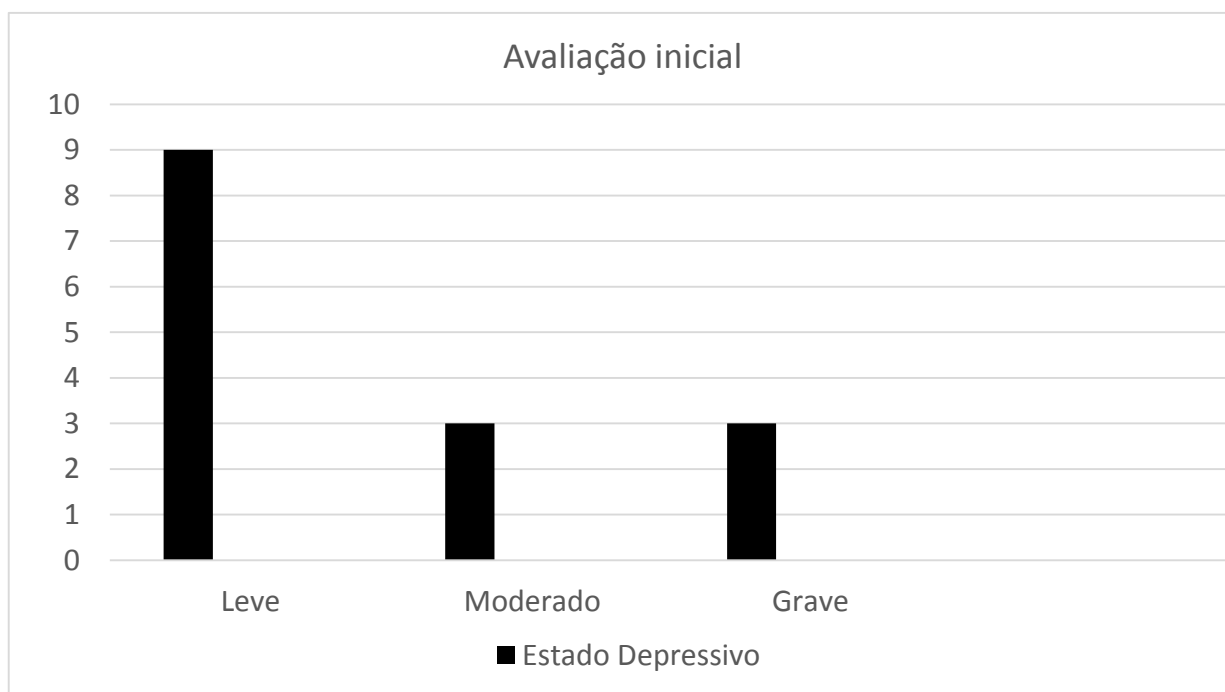


Figura 1 – Questionário de Beck II – primeira avaliação. Fonte: próprio autor

Após a aplicação da auriculoterapia foi possível observar uma redução do estado depressivo dos participantes, com uma redução do escore do inventário de

Beck, com 7 participantes sem sintomas depressão, 5 com sintomas leves, 2 com sintomas moderados e 1 com sintomas graves.

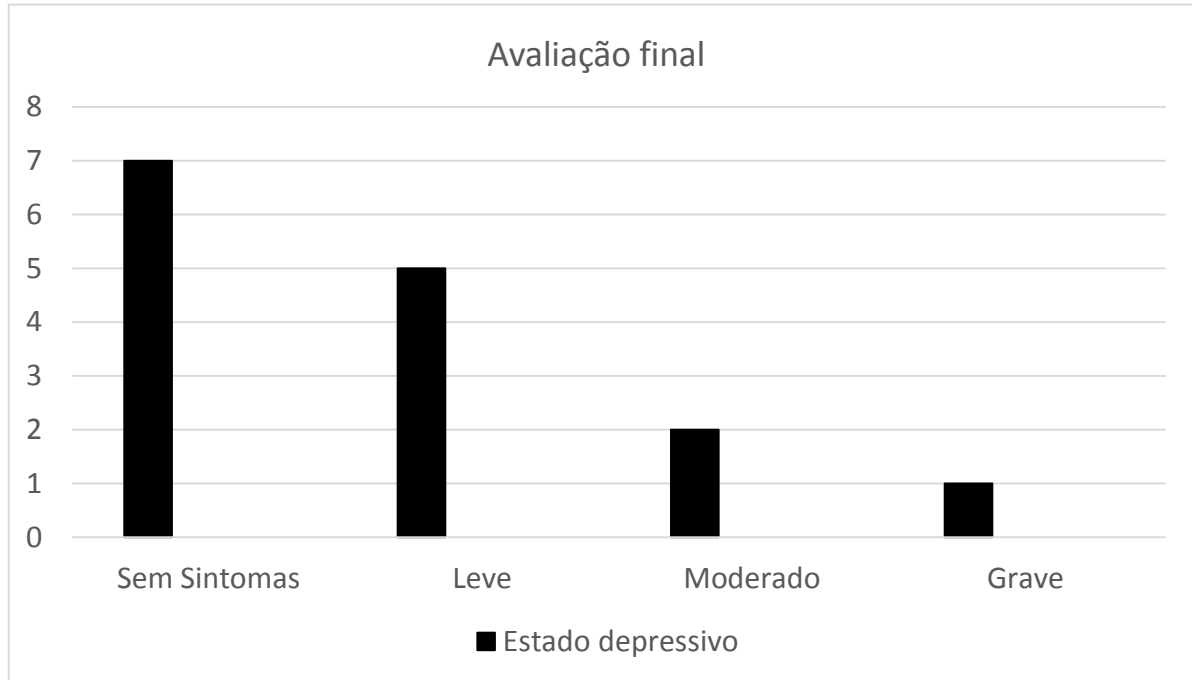


Figura 1 – Questionário de Beck II –avaliação final. Fonte: próprio autor

A auriculoterapia estimula pontos, situados na orelha, que correspondem a todos os órgãos do nosso corpo, ao se efetuar a estimulação desses pontos, o cérebro recebe um impulso que desencadeia uma série de fenômenos físicos, relacionados com a área do corpo, produzindo equilíbrio, sendo bastante utilizada para fins de controle de ansiedade e problemas psíquicos.

Embora tenham sido encontrados estudos sobre a diminuição de ansiedade e estresse, a partir da utilização da auriculoterapia, não foram encontrados estudos sobre a aplicação da técnica em paciente depressivos ou em episódios depressivos.

O protocolo de tratamento utilizado foi constituído dos seguintes pontos: Shen-Men; Sistema neurovegetativo; rim; fome; ansiedade.

Onde segundo Yamamura (2001), as funções dos pontos auriculares são: o Shen-Men que está localizado, fossa triangular. Este ponto tem por função acalmar o Xin (Coração) e a mente. É também um ponto analgésico. O Shen-Men é indicado no tratamento das mais diversas afecções, como insônia, ansiedade, desordens mentais, dores de toda natureza, doenças anafiláticas, etc. É um ponto importante para abolir a dor e acalmar o paciente em uma analgesia cirúrgica. O SNV que

localiza-se na face interna da anti-hélice e encontra-se recoberto pela hélice. Utiliza-se esse ponto no tratamento de doenças causadas por desequilíbrio neurovegetativo. Possui forte ação analgésica e espasmolítica dos órgãos intestinais (cólica intestinal, biliar, renal, ulcera gástrica, etc). Ainda possui propriedades para relaxar os vasos sanguíneos, sendo utilizado no tratamento das doenças arteriais (arterites, angina pectoris, vasoespasmos arterial e venoso, vasoestenose, diminuição do pulso). É utilizado também para tratar arritmias e extra-sístoles, taquicardias, suores noturnos e doenças oculares. É importante para a analgesia nas cirurgias do tórax e do abdome. O rim, que é o Shen (Rim) responsável por controlar a água do corpo e influenciar na diminuição do pânico e do medo. É utilizado nos distúrbios de ansiedade e depressão, bem como em outras síndromes psicossomáticas. A ansiedade, que está localizada no lóbulo posterior. Ansiedade, medo, tristeza. A fome que se localiza no trago, que tem como moderador de apetite, diabetes melito, polifagia, ansiedade e depressão.

Os resultados sugeriram uma redução dos sintomas da depressão dos episódios depressivos dos estagiários de fisioterapia, justificados pelos resultados obtidos através do inventário de Beck II.

Considerações Finais

Através deste estudo foi possível observar a redução do estado depressivo nos acadêmicos de fisioterapia, mostrando que o tratamento de auriculoterapia foi positivo para diminuição dos sintomas. Os achados deste estudo contribuirão para a compreensão da importância da auriculoterapia nos sintomas da depressão, promovendo assim a melhora na qualidade de vida. Porém, são necessários novos estudos para que se possa conhecer o alcance da técnica.

Agradecimentos

Em primeiro lugar a Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades, ao meu orientador, pelo empenho dedicado à elaboração deste artigo e a minha família pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

Referências

- BAHLS, S. C. Depressão: uma breve revisão dos fundamentos biológicos e cognitivos. *Interação*, v. 3, p. 49-60, 1999
- BALTHAZAR, Jean. et al., tradução da versão inglesa, Bráulio Tavares et al. *Seleções do Reader's Digest. Os Últimos Mistérios do Mundo*. Rio de Janeiro: Reader's Digest, 2003.
- BENETTON, L.G. *Temas de Psicologia em Saúde: a relação profissional-paciente*. 1 ed. São Paulo: L.G. Benetton, 2002.
- BETTIOL, A. *Análise dos efeitos da auriculoterapia sobre o estresse em acadêmicos dos três últimos semestres de graduação de fisioterapia da UNESC*. Criciúma, 2010.
- CORDEIRO, Ary T. CORDEIRO, Ruy César. *Acupuntura Elementos Básicos*. São Paulo: Ensaio, 1992.
- DALGALARRONDO, P. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000
- DULCETTI JUNIOR, Orley. *Acupuntura Auricular e Auriculoterapia*. São Paulo: Parma, 1994.
- DULCETTI JUNIOR, Orley. *Pequeno Tratado de Acupuntura Tradicional Chinesa*. São Paulo: Andrei, 2001.
- FLECK, M.P.; BERLIM, M.T.; LAFER, B.; SOUGEY, E.B.; PORTO, J.A.D.; BRASIL, M.A.; JURUENA, M.F.; HETEM, L.A. Revisão das diretrizes da Associação Médica Brasileira para o tratamento da depressão (Versão integral). *Rev. Bras. Psiquiatr.*, v.31, supl.1, 2009.
- HEGADOREN, K.; NORRIS, C.; LASIUK, G.; SILVA, D.G.V.; CHIVERS-WILSON, K. The many faces of depression in primary care. v.18 n.1, 2009.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus Protocolo*. Departamento de Atenção Básica. Área Técnica de Diabetes e Hipertensão. Caderno 7, pg 16.
- Moreira, D.; Furegato, A. Estresse e depressão entre alunos do último período de dois cursos de enfermagem. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* vol.21 no.spe Ribeirão Preto Jan./Feb. 2013
- VALETINI, W.; LEVAV, I.; KOHN, R.; MIRANDA, C.T.; MELLO, A.A.F.; MELLO, M.F. Treinamento de clínicos para o diagnóstico e tratamento da depressão. *Rev Saúde Pública*. v. 38, n.4, p. 522-8, 2004.

SILVA, F. R; FONTOURA, H. S; RORIZ, C, F, V. A utilização da acupuntura no tratamento da fibromialgia relacionando com a qualidade de vida e a dosagem sérica de serotonina. Revista Fisioterapia Brasil - Volume 12 - Número 4 - julho/agosto de 2011.

SISTEMA UNICO DE SAUDE. Transtornos depressivos: protocolo clínico. Santa Catarina. pg 1-2 2015.

WHO (World Health Organization). Acupuncture: Review and Analysis of Reports on Controlled Clinical Trials. Geneva: World Health Organization; 2003.