

A AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DE ANSIEDADE E OBESIDADE – REVISÃO DE LITERATURA

Aluna: Julyana Silva Pereira

SILVA, J.P¹., PEREIRA, L.². ASSIS, I.B²

¹Discente em Estética e Cosmetologia Faculdade São Lourenço – UNISEPE – São Lourenço/MG –
e-mail: julyanasil24@gmail.com.br

²Doutora e Mestre em Engenharia Biomédica. Docente em Estética e Cosmetologia Faculdade São
Lourenço – UNISEPE – São Lourenço/MG.

²Doutora e Mestre em Engenharia Biomédica. Docente em Estética e Cosmetologia Faculdade São
Lourenço – UNISEPE – São Lourenço/MG

RESUMO

A Auriculoterapia é uma das práticas da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), surgiu a mais de 4.000 anos na China. É uma técnica que consiste em estimular pontos específicos do pavilhão auricular, correspondente a cada órgão do organismo. É indicada para tratar distúrbios e patologias tanto físicas quanto emocionais, apresentando resultado satisfatório para o tratamento da ansiedade e da obesidade. Através desse trabalho, algumas considerações importantes sobre a Auriculoterapia e sua utilização na prática clínica foram abordadas, a fim de proporcionar um breve e claro entendimento sobre a técnica.

PALAVRAS-CHAVES: Auriculoterapia, Medicina Tradicional Chinesa, Ansiedade, Obesidade, Terapias Alternativas.

ABSTRACT

Auriculotherapy is one of the practices of Traditional Chinese Medicine (TCM), which came to than 4.000 years in China. It is a technique that stimulates specific points of the auricular pavilion, corresponding to each organ of the organism. It is indicated to treat both physical and emotional disorders and pathologies, presenting satisfactory results for the treatment of anxiety and obesity. Through this work, some important considerations about Auriculotherapy and its use in clinical practice were approached in order to provide a brief and clear understanding about the technique.

KEY-WORDS: Auriculotherapy, Traditional Chinese Medicine, Anxiety, Obesity, Alternative Therapies.

DESENVOLVIMENTO DO TEXTO

A acupuntura é uma técnica milenar, que surgiu na China e que faz parte da Medicina Tradicional Chinesa(MTC) e é muito utilizada como forma terapêutica, pois trata patologias e distúrbios psíquicos e físicos. A aplicação de agulhas nos meridianos a serem tratados estimulam as terminações nervosas da pele e de outros tecidos, enviando desta forma a mensagem para o cérebro desencadeando liberação de neurotransmissores e hormônios capazes de: tratar a área, aliviar a dor e trazer um estado de bem estar. Um dos apêndices da acupuntura é uma técnica chamada: Auriculoterapia (REICKMANN 2002)

A Auriculoterapia que teve sua origem na China há mais de 4.000 anos e consiste em aplicações com esferas, sementes ou agulhas, no pavilhão auricular, encontrando em cada ponto da orelha um órgão correspondente. De acordo com a escola francesa, onde a técnica foi descoberta, a área auricular é um reflexo do Sistema Nervoso Central(SNC), onde patologias e distúrbios aparecem na determinada área correspondente ao órgão e quando se estimula esses pontos, no cérebro ocorre a liberação de neurotransmissores e hormônios que irão atuar sobre o distúrbio ou a patologia a ser tratada. (MOURA, 2015)

A ansiedade é um descontrole emocional, onde os fatos ligados a ela são inúmeros: conflitos com familiares ou amigos, divergências no trabalho, dificuldades com a vida amorosa e pessoal. O termo também é caracterizado por medos constante e nervosismo, podem estar relacionados com algum trauma vivido ou um estresse imediato. Uma das consequências desse desequilíbrio psíquico é a ingestão de alimentos exageradamente, afim do descontrole ser cessado, causando muitas vezes aumento de peso ou até mesmo obesidade (BORINE, 2011).

Obesidade é uma patologia onde se encontra um acúmulo de gordura corporal, causado muitas vezes pelo excesso de calorias ingeridas na alimentação, valor superior ao que o organismo precisa para manter a homeostasia. O excesso de gordura pode sobrecarregar órgãos e vísceras importantes para o funcionamento do corporal, causando muitas vezes patologias e alterações graves, sendo que as mais comuns estão relacionadas ao sistema cardiovascular. (BONIZOL WL, 2016)

Na ansiedade a técnica de Auriculoterapia trata principalmente os sintomas relacionados ao desequilíbrio, e na obesidade ela atua ao inibir o apetite por alimentos muito calóricos, além de estimular a sede e aumentar o metabolismo, se mostrando bastante eficaz para ambos tratamentos..(BONIZOL WL, 2016)

METODOLOGIA

A Revisão de Literatura utilizou artigos científicos e livros relacionados ao tema. Artigos entre 2009 e 2017, com linguagem em português,, retirados do google acadêmico com pesquisas relacionadas a “Auriculoterapia para Ansiedade”, “Ansiedade”, “Auriculoterapia para tratar a Obesidade”. Foram excluídos da revisão, artigos e livros que não se relacionavam com o tema apresentado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mora et al, realizou em sua pesquisa o tratamento para a ansiedade através da Auriculoterapia, utilizando os pontos Shenmem , Relaxamento e Pulmão, obtendo um resultado muito satisfatório para redução da ansiedade. Estes resultados também foram obtidos no trabalho de Moura *et al.*, 2015 em que para o controle da ansiedade foram utilizados os pontos: Shenmen, Relaxamento, Rim e o ponto do pulmão.

Nos estudos feitos por Yeo et al., 2014 constatou que os pontos :Shenmen,, baço, estômago, fome e glândulas endócrinas se faz eficaz para redução do peso. Para reduzir a ansiedade, o apetite e evitar o ganho de peso e a obesidade, de acordo com a Organização Mundial de Saúde OMS, 2002, devem ser utilizados os pontos do Estômago e do Baço.

Já Locatelli *et al.*, 2016 constatou que para tratar a obesidade é preciso sedar pontos do aparelho digestório como: Boca, Estômago, Baco-Pâncreas, Vesícula Biliar, Intestino ,além de trabalhar com os pontos da Ansiedade e da Fome: Shenmen e Hunger point , respectivamente. Para Huang, 1996 o tratamento para redução de peso se encontra nos pontos: Shenmen , Estômago, Triplo Aquecedor e Fome.

CONCLUSÃO

A auriculoterapia se mostrou muito eficiente para ansiedade e obesidade. Tratando pontos específicos foi possível obter um bom resultado. Além do tratamento ser indolor, não possuir efeitos colaterais e ser de baixo custo. Uma vez que poderia ter mais investimento na área por parte governamental principalmente no Sistema Único de Saúde (SUS), para que toda população tenha acesso. ,,

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1-MARTINI, L; CARDOSO,M.S; COSTA M.S. Medicina Tradicional Chinesa no Tratamento da Obesidade, 2009.
- 2-MOURA,C.C; CARVALHO,C.C; SILVA,A.M; IUNES,D.H ; CARVALHO,E.C ; LOPES,E.C. Efeito da Auriculoterapia na Ansiedade. Alfenas, MG,2015
- 3-CONCENCIO, S.F. Ansiedade, Estresse e Auriculoterapia. Criciúma,SC, 2016.
- 4- BETTIOL, L.G. Análise dos Efeitos da Auriculoterapia sobre o Estresse em Acadêmicos. Criciúma, SC,2016.
- 5- LOCATELLI BONIZOL, WALESKA & DE OLIVEIRA SALVI, JEFERSON & BARCELOS VALIATTI, TIAGO & FARDIM DALCIN, MAGDA. (2016). Auriculotherapy treating obesity: case reports Tratamento da obesidade com auriculoterapia: relato de casos. Amazonia: Science & Health. 4. 19-24. 10.18606/2318-1419/amazonia.sci.health.v4n3p19-24.
- 6- FURTADO, E.F. O papel da Acupuntura e do funcionamento do baço- pâncreas no emagrecimento e sua correlação com a Nutrição. Belo Horizonte,2005.
- 7-DOMINGO,S.J. Auriculoterapia. Matinhos,PR,2011.
- 8- WEN,TS .Acupuntura Clássica Chinesa. Cultrix,São Paulo,2014.
- 9- TROMBELLI,S. Auriculoterapia e Emoções, 2016.
- 10- MAS,WD.Auriculoterapia, Auriculomedicina na Doutrina Brasileira. Roca, São Paulo,2 005. Citações.
- 11- MOURA,C.C. Efeito da Auriculoterapia na Ansiedade. Alfenas,MG,2015.
- 12- BORINE, M.S. Ansiedade, neuroticismo e suporte familiar, 2011.
- 13-REICKMANN, T.B. Auriculoterapia – Fundamentos de Acupuntura Auricular. Curitiba,2002.
- 14-BONIZOL,W.L. Tratamento da Obesidade com Auriculoterapia:relato de casos, 2016
- 15-HUANG,M.H. Preliminary results of triplo therapy for obesity.**international journalof obesity**,1996.
- 16- MOURA, C.C. Auriculoterapia sobre efeito da ansiedade, 2015.
- 17- YEO, S.Kim KS, Lim S. Randomised clinical trial of five ear acupuncture points for the treatment of overweight people. *Acupunct Med* 2014.