



BENEFÍCIOS DA ACUPUNTURA AURICULAR PARA CUIDADORES DE IDOSOS: Resultados positivos e impacto na qualidade de vida

¹Aline Silva de Souza ²Naiá Susene Sousa dos Aflitos

¹Fisioterapeuta, atua nos ambulatórios Lílás e Verde, nas PIC's, no SIAST e no setor de Fisioterapia do CREASI, aline1987_Souza@hotmail.com;

²Fisioterapeuta, atua no ambulatório Amarelo, nas PIC's e no setor de Fisioterapia do CREASI, naiasusene@hotmail.com.

CONTEXTUALIZAÇÃO

A acupuntura auricular é uma técnica terapêutica inovadora que promove a regulação psicoorgânica por meio da estimulação de pontos específicos na orelha. Esses pontos correspondem a diferentes órgãos do corpo e são utilizados para tratar diversas condições de saúde (BRASIL,2006). Para os cuidadores de idosos, que frequentemente enfrentam desafios como estresse, sobrecarga, privação de sono e dores articulares, a auriculoterapia no Centro de Referência Estadual de Atenção à Saúde do Idoso (CREASI) pode oferecer melhorias significativas tanto na qualidade de vida quanto na eficácia do cuidado prestado às pessoas idosas.

A acupuntura auricular agora utiliza uma escala detalhada para avaliar a sobrecarga de cuidadores(as), aumentando a eficácia do suporte oferecido.

Figura 1 - Representação do mapa sistêmico auricular por meio de posição fetal



Fonte: <https://nutrigiseledefaria.com.br/auriculoterapia/>

OBJETIVOS

Geral:

Promover o bem-estar físico e emocional, aliviando estresse, dores e cansaço, para melhorar a qualidade de vida e eficiência no cuidado às pessoas idosas

Específicos:

- Reduzir sintomas de estresse e ansiedade;
- Aliviar dores musculares e articulares;
- Melhorar a qualidade do sono.

MATERIAIS E MÉTODOS

Introduzida no CREASI em 2022 e aprimorada pelo Programa de Atendimento ao Cuidador (PAC) em 2024, a intervenção foi iniciada após a identificação de sobrecarga, estresse, dores físicas e privação de sono em cuidadores(as).

Atualmente, eles são encaminhados ao PAC após avaliação com a escala Zarit e uma escuta ativa qualificada. Em seguida, entram em uma lista de espera para 10 sessões de 30 minutos de acupuntura auricular, realizadas em três turnos disponíveis, com uma das duas fisioterapeutas do programa. As sessões incluem a

aplicação de agulhas, nos pontos relacionados às queixas, que depois são substituídos por sementes para continuar a estimulação por 4 dias. Os(As) cuidadores(as) recebem orientações e uma cartilha durante atendimento inicial.

Figura 2 - Exemplo de acupuntura em pavilhão auricular



Fonte: Autoria própria

Figura 3 - Aplicação de sementes em pavilhão auricular



Fonte: Autoria própria

RESULTADOS

A integração das Práticas Integrativas e Complementares (PIC) no cuidado fortalece a participação dos usuários e promove uma abordagem mais holística da saúde. No primeiro semestre de 2024, foram atendidos 37 cuidadores, totalizando 127 procedimentos de puntura auricular.

A acupuntura auricular demonstrou uma redução importante dos sintomas ansiosos e psicossomáticos, como melhora do sono, resultando em maior satisfação e mudanças positivas entre os cuidadores.

R.C., 61 anos, uma cuidadora informal, relatou “sinto-me mais segura e confiante, conseguindo combater a ansiedade e o medo.” Por sua vez A.B., 50 anos compartilhou que, “além do alívio das dores físicas, também houve um impacto positivo nas minhas dores emocionais.”

CONCLUSÃO

A implementação da acupuntura auricular oferecida por meio do PAC do CREASI, mostrou ser uma abordagem valiosa, proporcionando um cuidado mais integral e promovendo uma qualidade de vida aprimorada para cuidadores(as), impactando diretamente na eficácia do seu trabalho e do cuidado oferecido às pessoas idosas, sendo fundamental sua continuidade e expansão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

<http://10.17.1.3/v5/Sistema de Acompanhamento hospitalar v5.0>

ZARIT, S.H; REEVER.K.E;BACK-PETERSON, N.J. Relatives of the impaired elderly: correlates of feelings of burden. The Gerontologist,v.20, n.6,p.649-655,1980.