



Percepções de profissionais de enfermagem sobre auriculoterapia em alterações emocionais

Perceptions of nursing professionals about auriculotherapy in emotional disorders

Percepciones de los profesionales de enfermería sobre la auriculoterapia en los trastornos emocionales

Bianca Bacelar Assis Araújo¹, Caroline de Castro Moura², Ludmila de Oliveira Ruela³, Bruna de Oliveira Alves², Bárbara Guimarães Lourenço², Thaís Barreiros Tavares⁴, Érika de Cássia Lopes Chaves⁵, Tânia Couto Machado Chianca¹.

RESUMO

Objetivo: Analisar as percepções dos profissionais de enfermagem acerca da auriculoterapia enquanto terapêutica para o cuidado de alterações emocionais durante a pandemia da COVID-19 em âmbito hospitalar. **Métodos:** Abordagem qualitativa, com análise de 10 profissionais de enfermagem que realizaram tratamento de auriculoterapia. A coleta de dados ocorreu por meio de entrevista semiestruturada e foram analisados a partir da análise de conteúdo de Bardin. **Resultados:** Estabeleceram-se seis categorias: Auriculoterapia como terapêutica para redução dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão; Auriculoterapia como terapêutica para promoção do bem estar físico e emocional; Auriculoterapia como terapêutica para promoção de relações interpessoais em profissionais de enfermagem; Auriculoterapia como terapêutica de promoção do autocuidado; Satisfação dos profissionais de enfermagem com a auriculoterapia; Percepções dos profissionais acerca da auriculoterapia realizada no local de trabalho. **Conclusão:** A auriculoterapia foi percebida como benéfica para melhorar as alterações emocionais dos profissionais de enfermagem durante o contexto pandêmico.

Palavras-chave: Assistência à saúde mental, Profissionais de Enfermagem, COVID-19, Auriculoterapia.

ABSTRACT

Objective: To analyze the perceptions of nursing professionals about auriculotherapy as a therapy for the care of emotional changes during the COVID-19 pandemic in a hospital environment. **Methods:** Qualitative research, with analysis of 10 nursing professionals who underwent auriculotherapy treatment. Data collection took place through semi-structured interviews, and were analyzed using Bardin's content analysis. **Results:** Six categories were established: Auriculotherapy as a therapy to reduce symptoms of stress, anxiety and depression; Auriculotherapy as therapy to promote physical and emotional well-being; Auriculotherapy as therapy to promote interpersonal relationships in nursing professionals; Auriculotherapy as a therapy to promote self-care; Satisfaction of nursing professionals with auriculotherapy; Perceptions of professionals about auriculotherapy performed in the workplace. **Conclusion:** Auriculotherapy was perceived as beneficial to improve the emotional changes of nursing professionals during the pandemic context.

Keywords: Mental Health Assistance, Nurse Practitioners, COVID-19, Auriculotherapy.

¹ Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte - MG.

² Universidade Federal de Viçosa, Viçosa – MG.

³ Centro Universitário de Lavras, Lavras – MG.

⁴ Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora – MG.

⁵ Universidade Federal de Alfenas, Alfenas – MG.

RESUMEN

Objetivo: Analizar las percepciones de los profesionales de enfermería sobre la auriculoterapia como terapia para el cuidado de los cambios emocionales durante la pandemia de COVID-19 en un ambiente hospitalario.

Métodos: Abordaje cualitativo, con análisis de 10 profesionales de enfermería que se sometieron a tratamiento de auriculoterapia. La recolección de datos ocurrió a través de entrevistas semiestructuradas, y fueron analizados mediante análisis de contenido. **Resultados:** Se establecieron seis categorías: Auriculoterapia como terapia para reducir los síntomas de estrés, ansiedad y depresión; Auriculoterapia como terapia para promover el bienestar físico y emocional; Auriculoterapia como terapia para promover las relaciones interpersonales en profesionales de enfermería; Auriculoterapia como terapia para promover el autocuidado; Satisfacción de los profesionales de enfermería con la auriculoterapia; Percepciones de los profesionales sobre la auriculoterapia realizada en el lugar de trabajo. **Conclusión:** La auriculoterapia fue percibida como beneficiosa para mejorar los cambios emocionales de los profesionales de enfermería durante el contexto de pandemia.

Palabras clave: Atención a la Salud Mental, Enfermeras Practicantes, COVID-19, Auriculoterapia.

INTRODUÇÃO

A enfermagem é uma profissão que se caracteriza pelo estabelecimento de vínculos próximos com pacientes e, por conseguinte, esses profissionais se tornam mais expostos à sofrimentos (PAPPA S, et al., 2020). Associado aos fatores laborais, torna-se comum o desenvolvimento de sintomas de estresse, de ansiedade e de depressão (ASSIS BB, et al., 2022).

No cenário da pandemia da COVID-19, os profissionais de enfermagem enfrentam maiores riscos de infecção, por estarem em contato direto com pacientes contaminados (LIU Z, et al., 2020). Isso gerou sentimento de insegurança, impotência e medo, e, conseqüentemente, afetou a saúde mental dos mesmos. Houve, também, impacto no atendimento aos pacientes, comprometendo sua segurança e favorecendo o risco de negligência (BANSAL P, et al., 2020).

Nesse sentido, o desenvolvimento e a implementação de estratégias de apoio e promoção da saúde mental devem ser priorizadas no cuidado à saúde desses profissionais (XIANG YT, et al., 2020). Dentre essas estratégias, a auriculoterapia se desponta como intervenção que apresenta resultados efetivos na população de enfermagem com sintomas emocionais (KUREBAYASHI LFS, et al, 2017; VALIANI M, et al., 2018; OLIVEIRA CMC, et al., 2021).

A técnica é fundamentada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa e tem como pressuposto que o pavilhão auricular está relacionado com todas as partes do corpo humano. Assim, ao estimular os pontos auriculares ocorre o equilíbrio e a regeneração do organismo (HOU PW, et al., 2015).

Diante da relevância da promoção da saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia da COVID-19, é essencial a produção de conhecimento que fundamente a aplicação da auriculoterapia como terapêutica favorável na remissão de sintomas emocionais. No entanto, são escassos os estudos com a temática, principalmente no contexto pandêmico. A estratégia foi viabilizada em um cenário hospitalar durante a pandemia, entretanto, o significado para os profissionais foi julgado pela equipe de pesquisadores como necessário de ser interpretado e analisado. Dessa forma, o objetivo do estudo consistiu em analisar as percepções dos profissionais de enfermagem acerca da auriculoterapia enquanto terapêutica para o cuidado de alterações emocionais durante a pandemia da COVID-19 em âmbito hospitalar.

MÉTODOS

Estudo descritivo, de abordagem qualitativa, cujo referencial metodológico adotado foi a análise de conteúdo de Bardin (BARDIN L, 2011). Para esse conhecimento, considera-se que os significados e as experiências representadas para as pessoas precisam ser revelados, conhecidas e compreendidas. E, a abordagem qualitativa permite essa revelação, sobre o impacto de vivências e percepção das pessoas sobre as experiências na própria vida (MINAYO MSC, 2014).

O estudo foi realizado em um hospital público de grande porte de um município de Minas Gerais, filantrópico, porta aberta 24 horas/dia. Participaram do estudo profissionais de enfermagem, que foram abordados, após o término do tratamento com auriculoterapia, por meio de uma plataforma digital online (Google Meet®), onde foi realizada a entrevista.

Foram considerados critérios de inclusão: profissionais de enfermagem que estavam ativos no hospital durante a pandemia da COVID-19; que realizaram regularmente o tratamento com auriculoterapia e que apresentavam disponibilidade de tempo para participar da entrevista.

Foram excluídos da pesquisa profissionais que apresentavam condições físicas e cognitivas que os impediam de responder à entrevista e aqueles que não tiveram acesso aos recursos digitais (como internet, computador ou celular) para realizar a entrevista de forma virtual.

Nas pesquisas de natureza qualitativa, o recrutamento dos indivíduos ocorre por meio de amostragem por conveniência, na qual são selecionadas, aleatoriamente, participantes a partir de um grupo de pessoas que possuem as características necessárias para responder às perguntas, com base nos critérios de elegibilidade definidos previamente. Para este estudo, foram convidados a participar da entrevista profissionais de enfermagem que receberam cinco sessões de auriculoterapia. Para fechamento amostral, foi aplicada a técnica de saturação dos dados (RIBEIRO J, et al., 2018).

Ressalta-se que, para preservar o anonimato dos participantes, os mesmos foram identificados por meio da letra P (participante), sendo acompanhada pelo número correspondente à ordem de realização das entrevistas, a saber: P1, P2, P3...P10.

O estudo foi reportado segundo as recomendações do *Consolidated criteria for reporting qualitative research* (TONG A, et al., 2007). Foi realizada entrevista semiestruturada, em que a primeira parte foi constituída por dados de identificação do perfil sociodemográfico e laboral dos participantes (sexo, idade, categoria profissional e renda mensal).

As seguintes questões nortearam a realização das entrevistas: “Qual a sua percepção acerca da auriculoterapia para alterações emocionais durante a pandemia da COVID-19?” e “Qual a sua experiência com a intervenção realizada no ambiente de trabalho?”.

As entrevistas foram realizadas individualmente e gravadas, em um ambiente de plataforma digital, sem capturar a imagem, a fim de assegurar o anonimato e a privacidade do participante. O tempo médio de realização de cada entrevista foi de 30 minutos.

Posteriormente, as gravações foram transcritas integralmente, totalizando 77 páginas de depoimentos. Os resultados das entrevistas foram avaliados mediante análise de conteúdo, fundamento por Lawrence Bardin (BARDIN L, 2011), em três fases: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados.

A partir da leitura e releitura do material, exploração das expressões, palavras significativas, interpretação das falas, compreensão e análise do conteúdo contido nas transcrições das entrevistas, emergiram seis categorias temáticas: Auriculoterapia como terapêutica para redução dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão de profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19; Auriculoterapia como terapêutica para promoção do bem estar físico e emocional de profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19; Auriculoterapia como terapêutica para promoção de relações interpessoais em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19; Auriculoterapia como terapêutica de promoção do autocuidado em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19; Satisfação dos profissionais de enfermagem com a auriculoterapia em um momento de pandemia; Percepções dos profissionais de enfermagem acerca da auriculoterapia realizada no local de trabalho durante a pandemia da COVID-19.

Obteve-se aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (número do parecer: 5.631.225; CAAE: 85682518.0.0000.5149) e os profissionais que concordaram em participar do estudo assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS

Dentre os profissionais de enfermagem entrevistados (n=10), 80% eram mulheres, 60% eram técnicos de enfermagem e 40% enfermeiros. A média de idade foi de 33,5 anos (desvio padrão: 6,91) e a maioria (70%) possuía renda mensal de dois a três salários mínimos.

Categoria 1: Auriculoterapia como terapêutica para redução dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão de profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19

No que diz respeito à percepção dos profissionais da enfermagem sobre a redução dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão, observou-se que houve diminuição importante, principalmente, da ansiedade e do estresse, o que acarretou na melhora dos demais sintomas, bem como no desempenho das ações cotidianas.

Minha percepção foi muito em relação à ansiedade. Aquela ansiedade relacionada ao trabalho, à pandemia mesmo, que acaba impactando no nosso trabalho. Eu senti que melhorou demais, sabe? (...) Eu fiquei menos estressada, menos com sintomas depressivos. (P1)

A minha ansiedade reduziu bastante (...) eu conseguia reagir às coisas de uma maneira menos estressada, menos reativa (...) menos desesperada para resolver as coisas (...) menos acelerada. (P2)

(...) a gente estava entrando em desespero porque estava superlotando o hospital. (...) então isso estava deixando a gente mais ansioso, mais desesperado. Nesse fator ajudou bastante, ajudou a acalmar, a ficar menos estressado, menos ansioso. (P8)

Categoria 2: Auriculoterapia como terapêutica para promoção do bem-estar físico e emocional de profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19

Além da redução dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão, os profissionais destacaram outros benefícios com o tratamento de auriculoterapia, como: a melhora da qualidade do sono, da concentração, maior disposição para as atividades e para o manejo do estresse, o que impactou, conseqüentemente, na qualidade de vida dos mesmos, conforme consta nos relatos abaixo.

Me ajudou muito no sono porque eu tenho muita insônia. É uma questão de bem-estar comigo, porque, depois que eu melhorei a questão da ansiedade, a questão do sono, a questão da dor (...) Melhorou muita coisa. (P3)

(...) eu conseguia dormir melhor, eu estava mais produtiva, não ficava muito estressada, a concentração melhorou muito. Eu não tive psoríase, (...) a queda de cabelo melhorou, dormi mil vezes melhor (...). Então, eu vi que teve um ganho a mais para minha qualidade de vida. (P4)

(...) aumento da minha disposição. Porque eu estava muito cansada (...). Como melhorou minha disposição e eu consegui lidar melhor com o estresse, isso aumentou a minha disposição para o trabalho também. Então teve melhorias na minha produtividade, na minha disposição para enfrentar determinadas questões que aparecem aqui no ambiente de trabalho. (P9)

Categoria 3: Auriculoterapia como terapêutica para promoção de relações interpessoais em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19

Segundo os participantes, após o tratamento com a auriculoterapia, a melhora das relações interpessoais no ambiente de trabalho e familiar foi perceptível. Com isso, foi relatado que o enfrentamento das adversidades cotidianas e a resolução de problemas passaram a ser realizadas de uma forma mais tranquila e paciente. Nesse contexto, destaca-se a possibilidade de que a intervenção possa ser realizada de modo permanente no local de trabalho, a fim de melhorar o convívio entre os membros da equipe.

(...) Achei que eu consegui encarar com mais tranquilidade as situações cotidianas do trabalho. (...) A gente fica mais paciente com o nosso entorno. Porque quem mais sofre com nossos estresses, nossas ansiedades são as pessoas mais próximas, familiares próximos. Então eu acho que eu fiquei mais paciente com os meus familiares. (P2)

Minha relação interpessoal melhorou muito. A forma como eu encarava alguns tipos de problemas, realmente melhorou. Eu comecei a ter outra forma de conduta. (...) eu consegui relaxar um pouco mais. (...) foi uma fase muito difícil para o profissional. Eu acho que realmente deveria ter essas práticas dentro do ambiente de trabalho porque facilita né?! Melhora nosso convívio com outras pessoas. (P10)

Categoria 4: Auriculoterapia como terapêutica de promoção do autocuidado em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19

A auriculoterapia também foi interpretada como uma sensação de “cuidado com quem cuida”. Enquanto equipe de enfermagem, os participantes relataram que a intervenção foi um instrumento de cuidado consigo mesmo, o que proporcionou a sensação de ser valorizado em sua natureza pessoal e profissional.

É um autocuidado, você está sentindo que você, naquele momento, está cuidando de você, está cuidando da sua saúde mental. (...) É um momento de relaxamento, que você conversar com o terapeuta. (P1)

Aqueles 15 minutos que a gente tinha de autocuidado e alguém cuidando de você, te tirando de dentro de um setor, tendo um cuidado em plena pandemia. Alguém olhando por você. Aquilo foi maravilhoso. (P6)

Um acolhimento, (...) um cuidar de quem cuida, que tanto faz falta, sabe. É, eu sinto muita falta disso, de um olhar para a enfermagem (...). A gente é muito sofrido, a gente é muito judiado. Tá certo, a gente está ciente de tudo que vai cumprir, que a profissão carrega. Mas só que como ser humano a gente se desgasta, a gente adoce também, a gente tem medos. E nem sempre a gente não tem oportunidade de trabalhar isso! (P7)

Categoria 5: Satisfação dos profissionais de enfermagem com a auriculoterapia na pandemia

Os profissionais demonstraram satisfação com o tratamento recebido e referiram que a intervenção foi realizada em um momento oportuno: o auge da pandemia da COVID-19, cenário permeado de medo, exaustão física e mental, falta de conhecimento e insegurança. Observou-se que, ao realizar a intervenção, os participantes aprenderam sobre a mesma, reconheceram seus benefícios e sua cientificidade, e demonstraram o sentimento de que a intervenção deveria ser disponibilizada para mais profissionais da saúde.

Para mim, foi uma prática extremamente importante e fez um enorme diferencial. Foi num período onde a enfermagem (...) estava naquele momento de pânico por falta de conhecimento. Então foi aplicado em um momento muito certo. (...) realmente fez a diferença porque segurou bastante [a ansiedade]. Melhorou um pouco a cabeça da gente. Muitas coisas que eu acho que se eu não tivesse feito naquele momento, eu poderia ter desistido da profissão. (P5)

(...) sinto falta desse socorro em um momento de dificuldade extrema (...). Eu acho que tinha que ter um campo desse de socorro no ambiente de trabalho (...) Às vezes a gente passa mal, mandam a gente para o pronto socorro, mas às vezes você não tem alguma coisa que trata, às vezes você tá nervosa, você quer chorar, você quer sumir, você não precisa de soro, você não precisa de injeção, de remédio. Você precisa trabalhar os sentimentos, a emoção (...). Eu via aquilo como um ar fresco. (P7)

Quando acabou, queria mais. (...) foi uma quebra de preconceitos e paradigmas. Entender a oportunidade de novas terapias, de conhecer novos universos. E ver que exatamente, é ciência, é evidência, o organismo responde a ele. E isso gera impacto social muito grande. É uma terapia que precisa chegar a mais profissionais, principalmente pessoal da saúde. (P10)

Categoria 6: Percepções dos profissionais de enfermagem acerca da auriculoterapia realizada no local de trabalho durante a pandemia da COVID-19

Para os participantes do estudo, a oportunidade de receber a intervenção no local de trabalho facilitou a realização da mesma, além de ter proporcionado uma sensação de “investimento” nos profissionais. Ademais, observou-se que eles se sentiram reconhecidos e valorizados, o que pode proporcionar um retorno positivo para a própria instituição, bem como para os pacientes.

Aqui no hospital a gente tem uma carência grande de atividades voltadas para os profissionais de trabalho. Então, para mim, foi ótimo poder experimentar isso dentro do meu local de trabalho, ver resultados, que eu acho que isso é muito importante. (P9)

Ter a oportunidade de uma terapia que possa promover uma qualidade dentro do seu ambiente de trabalho, (...) foi muito bom mesmo. Seria interessante que as empresas tivessem isso como uma oportunidade de acolhimento, (...) ter aquele olhar humanizado, não só na produtividade, mas também em quem produz, em quem gera esses resultados. É um cuidado tanto para os profissionais que estão no local de trabalho, como um resultado positivo para a instituição. Quem é responsável por produzir, ele estar bem, esses resultados vão aparecer para a instituição. E no caso, quem vai receber todo esse resultado são os pacientes. (P10)

DISCUSSÃO

As narrativas do presente estudo apresentaram as percepções de profissionais de enfermagem que atuaram em contexto hospitalar, acerca da terapêutica com auriculoterapia para alterações emocionais, durante a pandemia da COVID-19. Dentre essas percepções, destacam-se a auriculoterapia para melhora dos sintomas de estresse, de ansiedade e de depressão; para a promoção do bem-estar físico e emocional, das relações interpessoais e profissionais e de autocuidado; a satisfação dos profissionais em receber este tratamento em um momento de pandemia; e as facilidades da intervenção realizada no local de trabalho.

A auriculoterapia foi apontada como uma intervenção promissora para controle do estresse, da ansiedade e da depressão em indivíduos adultos e idosos, por meio de revisão sistemática da literatura (CORRÊA HP, et al., 2020). Em âmbito hospitalar, esta terapêutica também apresentou resultados positivos sobre os níveis de estresse na equipe de enfermagem, por meio de ensaio clínico randomizado (PRADO JM, et al., 2018) e estudo quase-experimental (ARAÚJO JS, et al., 2018). No contexto da COVID-19, um estudo de casos múltiplos apontou redução na ansiedade, no estresse e na depressão em profissionais de enfermagem que atuaram na assistência durante a pandemia, com a utilização desta intervenção (OLIVEIRA CMC, et al., 2021).

Contudo, também é importante avaliar a percepção e os sentimentos dos profissionais face à auriculoterapia, no contexto pandêmico. Conforme evidenciado nas entrevistas, os participantes relataram melhoras nas desordens emocionais, principalmente na ansiedade, no estresse e na depressão, com impacto direto na qualidade de vida. Corroborando tais achados, estudo com o objetivo de analisar os benefícios da auriculoterapia em profissionais de enfermagem atuantes na pandemia da COVID-19, encontrou resultados positivos em relação ao conforto físico e psicoespiritual, apresentando-se como uma terapêutica ao cuidador no combate à pandemia (MELO GAA, et al., 2020).

O efeito da auriculoterapia nas desordens emocionais pode ser explicado pela modulação do eixo Hipotálamo-Hipófise-Adrenal, o qual está associado às respostas à ansiedade, ao estresse e à depressão

(JURUENA MF, 2014). Com o estímulo auricular, ocorre a ativação de regiões corticais límbicas (ROMOLI M, et al., 2014) e a consequente liberação de biomoléculas, como as endorfinas e as encefalinas (KUREBAYASHI LF e da SILVA MJ, 2015), que irão contribuir com as sensações de bem-estar.

Por meio deste mecanismo de ação, pode ocorrer, também, a melhora de sintomas físicos, que são desencadeados pelas alterações emocionais. Dentre eles, destacam-se a qualidade do sono; alterações na pele (como psoríase, dermatite e acne); queda de cabelo; compulsão alimentar e cefaleia/enxaqueca, conforme evidenciado pelos relatos da presente investigação. Em estudo realizado com profissionais de enfermagem que atuaram na pandemia da COVID-19, também foi reportado melhora no domínio físico do conforto, como redução de dores lombares e cefaleia, aumento nas horas de sono e relaxamento muscular (MELO GAA, et al., 2020).

Sabe-se, também, que essas desordens emocionais impactam negativamente o bem-estar do indivíduo, o que dificulta o desenvolvimento de atividades cognitivas e interpessoais, desencadeando alteração de humor, perda da concentração e queda na produtividade (SILVA NO, et al., 2021). É importante evidenciar, então, a melhora na concentração e na disposição acarretada pela intervenção, o que impacta diretamente na produtividade no trabalho, conforme verificado pelos relatos apresentados. A auriculoterapia pode ser uma ferramenta terapêutica adequada para ser utilizada em profissionais de saúde que enfrentam alto grau de estresse relacionado ao trabalho, e até mesmo transtorno do estresse pós-traumático, contribuindo para o engajamento profissional, para o interesse na expansão do conhecimento e para o relacionamento com os colegas, o que pode impactar diretamente na assistência prestada ao paciente (BUCHANAN TM, et al., 2018).

Ressalta-se, ainda, que a auriculoterapia, ao provocar melhora dos sintomas emocionais, também contribui para que, conseqüentemente, as pessoas se tornem mais tolerantes e pacientes, segundo estudo realizado em profissionais da saúde (SILVA NO, et al., 2021). Isso promove o estabelecimento de relações interpessoais saudáveis, tanto a nível familiar, quanto com a equipe de trabalho e com os pacientes, favorecendo a comunicação e a humanização no cuidar (SILVA NO, et al., 2021).

Identificou-se que os profissionais que receberam a terapia encontraram, neste momento, uma oportunidade de autocuidado, uma vez que eles se permitiram retirar um tempo no seu horário de serviço para focar na sua saúde mental. Adotou-se um comportamento de atenção à saúde e disposição para realizar sessões que visavam a manutenção dos resultados. Isso reforça a capacidade de que, quando o indivíduo atinge níveis satisfatórios de bem-estar, ele é capaz de adotar hábitos que melhoram sua saúde e a sua relação com o corpo e com a mente (MELO GAA, et al., 2020). Além disso, percebe-se que o momento de realização da auriculoterapia também favoreceu a comunicação entre o participante e o terapeuta, enfatizando a participação e a tomada de decisão compartilhadas, dimensões valiosas do cuidado centrado na pessoa (LANDGREN K, et al., 2019).

A satisfação dos profissionais também foi evidente nos relatos. A terapêutica foi citada como forma de apoio para se sustentar na profissão em um momento permeado de inseguranças e medos, somado à rotina exaustiva e estressante que ocorreu durante o cuidado ao paciente com COVID-19. A auriculoterapia favoreceu a comunicação entre o participante e o terapeuta (SILVA NO, et al., 2021) e, conseqüentemente, o estabelecimento de vínculo, auxiliando em dimensões que vão além da esfera biológica e na desmedicalização do cuidado (OLIVEIRA AMG, et al., 2022).

É importante evidenciar, neste contexto, por meio dos relatos de alguns participantes, que a terapia auxiliou na redução do consumo de medicamentos para alívio da dor, além de se revelar como um recurso terapêutico essencial quando o tratamento medicamentoso não é necessário, e sim o aporte emocional.

Dessa forma, a auriculoterapia apresenta várias potencialidades, uma vez que é uma intervenção de rápida realização e de fácil aplicação por profissionais capacitados, barata, com poucos efeitos colaterais e que pode ser executada no próprio local de trabalho (PRADO JM, et al., 2018; SILVA NO, et al., 2021). Contudo, é necessário ampla divulgação dos seus resultados, uma vez que, ainda atualmente, a intervenção é permeada de preconceitos e estigmas, devido à falta de conhecimento dos seus reais efeitos. A divulgação do conhecimento científico sobre a auriculoterapia facilitará tanto a adesão dos participantes ao tratamento,

bem como sinalizará a necessidade da adoção, por parte das instituições e das empresas, de rotinas de cuidado para os seus profissionais, de forma a melhorar a saúde mental e física dos mesmos, a produtividade e a satisfação com o trabalho e, em última instância, a assistência prestada ao paciente. Como limitações, destaca-se que a intervenção não foi aplicada de forma individualizada, o que pode ir contra aos preceitos da Medicina Tradicional Chinesa. Esta medida foi adotada para reduzir o tempo de intervenção, de forma a retirar os profissionais dos setores pelo menor tempo possível, e mesmo assim resultados satisfatórios foram alcançados.

CONCLUSÃO

A auriculoterapia foi percebida como benéfica para melhorar alterações emocionais, principalmente ansiedade, estresse e depressão, pelos profissionais de enfermagem que atuaram em ambiente hospitalar durante a pandemia da COVID-19. Também foram relatadas melhora em sintomas físicos e nas relações interpessoais e profissionais, a promoção do autocuidado e a satisfação com o tratamento recebido.

FINANCIAMENTO

Esse trabalho foi realizado sob o apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG) [APQ: 01034-21; APQ: 03370-22], do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (Processo Nº 311425/2020-8) e pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

REFERÊNCIAS

1. ARAÚJO JS de, et al. Auriculotherapy for the stress of the nursing team in the medium hospital complexity. *J Nurs UFPE on line*, 2018; 12(2): 371-8.
2. ASSIS BB, et al. Factors associated with stress, anxiety and depression in nursing professionals in the hospital context. *Rev Bras Enferm.*, 2022; 75(Suppl 3): e20210263.
3. BANSAL P, et al. Clinician Wellness During the COVID-19 Pandemic: Extraordinary Times and Unusual Challenges for the Allergist/Immunologist. *J Allergy Clin Immunol Pract.*, 2020; 8(6): 1781-1790.e3.
4. BARDIN L. *Análise de conteúdo*. 11ª ed. Lisboa: edições 70; 2011; 280p.
5. BUCHANAN TM, et al. Reducing anxiety and improving engagement in health care providers through an auricular acupuncture intervention. *Dimens Crit Care Nurs.*, 2018; 37(2): 87-96.
6. CORRÊA HP, et al. Effects of auriculotherapy on stress, anxiety and depression in adults and older adults: a systematic review. *Rev Esc Enferm USP*, 2020; 54: e03626.
7. HOU PW, et al. The History, Mechanism, and Clinical Application of Auricular Therapy in Traditional Chinese Medicine. *Evid Based Complement Alternat Med.*, 2015; 2015: 495684.
8. JURUENA MF. Early-life stress and HPA axis trigger recurrent adulthood depression. *Epilepsy Behav.* 2014; 38: 148-59.
9. KUREBAYASHI LFs, da SILVA MJ. Chinese auriculotherapy to improve quality of life of nursing team. *Rev Bras Enferm.*, 2015; 68(1) :109-15, 117-23.
10. KUREBAYASHI LFS, et al. Auriculotherapy to reduce anxiety and pain in nursing professionals: a randomized clinical trial. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 2017; 25: e2843.
11. LANDGREN K, et al. Ear Acupuncture in Psychiatric Care From the Health Care Professionals' Perspective: A Phenomenographic Analysis. *Issues Ment Health Nurs.*, 2019; 40(2): 166-175.
12. LIU Z, et al. Mental Health Status of Healthcare Workers in China for COVID-19 Epidemic. *Ann Glob Health*, 2020; 86(1): 128.
13. MELO GAA, et al. Benefits of auriculoacupuncture in nursing professionals working at COVID-19 in light of the Comfort Theory. *Esc Anna Nery*, 2020; 24(spe): e20200311.
14. MINAYO MSC. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 14ª ed. São Paulo: Hucitec; 2014; 416p.

15. OLIVEIRA AMG, et al. Articulation between Integrative Practices and Health Promotion: collective actions with acupuncture in the Family Health Strategy. *Rev. APS.* 2022; 25(Supl 1): 8 -28.
16. OLIVEIRA CMC, et al. Auriculotherapy in nursing professionals during the coronavirus pandemic: a multiple case study. *Rev. Eletr. Enferm.*, 2021; 23: (65678): 1-9.
17. PAPPA S, et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun.*, 2020; 88: 901-7.
18. PRADO JM, et al. Experimental and placebo auriculotherapy for stressed nurses: randomized controlled trial. *Rev Esc Enferm USP*, 2018; 52: e03334.
19. ROMOLI M, et al. Ear acupuncture and fMRI: a pilot study for assessing the specificity of auricular points. *Neurol Sci.*, 2014; 35 Suppl 1: 189-93.
20. RIBEIRO J, et al. Saturação da Análise na Investigação Qualitativa: Quando Parar de Recolher Dados?. *Rev. Pesq. Qual.*, 2018; 6(10): 3-7.
21. SILVA NO, et al. Effect of Chinese auriculotherapy on the mood of health professionals: A pilot study. *Rev. Enferm. UFSM*, 2021; 11: 1-21.
22. TONG A, et al. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. *Int J Qual Health Care*, 2007; 19(6): 349-57.
23. VALIANI M, et al. The effect of auriculotherapy on stress, anxiety, and depression in ms patients: a double blind randomized clinical control trial (parallel design). *Acta Medica Mediterranea*, 2018; 34: 561-7.
24. XIANG YT, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*, 2020; 7(3): 228-229.