



## **Auriculoterapia e ventosaterapia para alívio de ansiedade pós-COVID-19: estudo de caso**

Auriculotherapy and cupping therapy for anxiety relief in post-COVID-19 syndrome:  
a case study

Auriculoterapia y ventosaterapia para el alivio de la ansiedad en el síndrome  
post-COVID-19: estudio de un caso

Gabriela Aparecida Leonel<sup>1</sup>, Vitoria Cristina Silva<sup>1</sup>, Savana Raabe de Oliveira<sup>1</sup>, Taline Gonçalves da Silva<sup>1</sup>, Rafael Lopes Chaves<sup>2</sup>, Marina das Dores Nogueira de Oliveira<sup>1</sup>, Maria Betânia Tinti de Andrade<sup>1</sup>, Érika de Cássia Lopes Chaves<sup>1</sup>, Lucélia Terra Chini<sup>1</sup>.

### **RESUMO**

**Objetivo:** Avaliar a eficácia da auriculoterapia e ventosaterapia na redução da ansiedade em uma paciente com Síndrome Pós-Covid. **Detalhamento do caso:** Trata-se de um estudo de caso, em que foi avaliado e tratado uma paciente do sexo feminino, 50 anos, professora universitária, com queixa principal de ansiedade como sintoma da Síndrome Pós-Covid. Inicialmente aplicou-se um questionário estruturado pelos autores para avaliação clínica e o pentagrama para avaliação energética da paciente. O protocolo de tratamento foi baseado no uso das práticas da Medicina Tradicional Chinesa de acupuntura auricular e ventosaterapia, administrados em seis sessões, sendo uma vez por semana e com duração de 30 minutos cada. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Durante as sessões foram relatados sensação de relaxamento e prazer, e, após a aplicação das técnicas foram observados redução dos níveis de ansiedade, estresse e preocupação, além de melhora na qualidade do padrão de sono e de qualidade de vida em geral. **Considerações finais:** O tratamento com acupuntura auricular associado a ventosaterapia apresenta-se como uma opção eficaz para melhora dos quadros de ansiedade associada a pós infecção pela COVID-19.

**Palavras-chave:** COVID-19, Ansiedade, Terapias Complementares.

### **ABSTRACT**

**Objective:** Evaluate the effectiveness of auriculotherapy and cupping therapy in reducing anxiety in a patient with Post-Covid Syndrome. **Case details:** This is a case study, in which a female patient, 50 years old, university professor, with a main complaint of anxiety as a symptom of Post-Covid Syndrome was evaluated and treated. Initially, a questionnaire structured by the authors was applied for clinical evaluation and the pentagram for energy evaluation of the patient. The treatment protocol was based on the use of Traditional

<sup>1</sup> Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG), Alfenas - MG.

<sup>2</sup> Universidade do Rosário Vellano (UNIFENAS), Alfenas - MG.

Chinese Medicine practices of auricular acupuncture and cupping, administered in six sessions, once a week and lasting 30 minutes each. The study was approved by the Research Ethics Committee. During the sessions a feeling of relaxation and pleasure were reported, and after the application of the techniques a reduction in the levels of anxiety, stress and worry were observed, as well as an improvement in the quality of sleep pattern and general quality of life. **Final considerations:** Treatment with auricular acupuncture associated with cupping therapy is an effective option to improve anxiety associated with post-COVID-19 infection.

**Keywords:** COVID-19, Anxiety, Complementary Therapies.

---

## RESUMEN

**Objetivo:** Evaluar la efectividad de la auriculoterapia y la ventosaterapia en la reducción de la ansiedad en un paciente con Síndrome Post-Covid. **Detalles del caso:** Se trata de un estudio de caso, en el cual se evaluó y trató a una paciente de sexo femenino, de 50 años de edad, docente universitaria, con queja principal de ansiedad como síntoma del Síndrome Post-Covid. Inicialmente se aplicó un cuestionario estructurado por los autores para la evaluación clínica y el pentagrama para la evaluación energética del paciente. El protocolo de tratamiento se basó en el uso de las prácticas de la Medicina Tradicional China de acupuntura auricular y ventosas, administradas en seis sesiones, una vez por semana y con una duración de 30 minutos cada una. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación. Durante las sesiones se reportó sensación de relajación y placer, y tras la aplicación de las técnicas se observó reducción de los niveles de ansiedad, estrés y preocupación, así como mejoría en la calidad del patrón de sueño y calidad de vida en general. **Consideraciones finales:** El tratamiento con acupuntura auricular asociada a la terapia con ventosas es una opción eficaz para mejorar la ansiedad asociada a la infección post-COVID-19.

**Palabras clave:** COVID-19, Ansiedad, Terapias Complementarias.

---

## INTRODUÇÃO

A doença do *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) foi identificada pela primeira vez em dezembro de 2019 na cidade de Wuhan, na China, sendo uma infecção respiratória causada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2). Tal doença foi declarada como pandemia pela Organização Mundial de Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020 (SCHMIDT B, et al., 2020). Para conter a disseminação do vírus e o colapso dos serviços de saúde, foram recomendadas medidas sanitárias, como isolamento social e orientações à população para o uso de máscara, álcool gel e lavagem das mãos (WILDER-SMITH A e FREEDMAN DO, 2020). Apesar de representarem medidas eficazes para a minimização do contágio, é preciso considerar a saúde mental dos indivíduos, uma vez que a rápida progressão da doença, o distanciamento social e o excesso de informações podem implicar um adoecimento psicológico (HOSSAIN MM, et al., 2020).

Nesse sentido, pode-se afirmar que os surtos de doenças infecciosas têm um impacto psicológico negativo na população em geral e o distanciamento social necessário pode contribuir para o esgotamento. De fato, altas taxas de prevalência de depressão, distúrbios do sono e transtorno de estresse pós-traumático foram relatadas após o diagnóstico da COVID-19 (ULLAH R e AMIN S, 2020). Tais sintomas têm sido duradouros e têm impactado na saúde sistêmica, justificando o investimento em estudos de intervenções que tragam um alívio ao estresse e sofrimento do paciente (WEINER L, et al., 2020).

As manifestações clínicas durante a infecção pelo SARS-CoV-2 podem persistir por semanas ou meses após a fase aguda, resultando em uma condição clínica denominada Síndrome Pós-Covid-19 (SPC) ou Covid longa (CL). Entre os sintomas mais evidenciados, estão: cefaleia, disfunção cognitiva, fadiga, dor crônica, dispneia, perda olfativa, vertigem, alterações psicológicas como transtorno de ansiedade e estresse pós-traumático, impactando na qualidade de vida dos infectados (REBÊLO VCN, et al., 2022; HUANG C, et al., 2021; VELAVAN TP e MEYER CG, 2020). Uma avaliação dos sintomas pós-recuperação da COVID-19 com 158 pacientes, realizado entre 20 e 90 dias após a fase aguda, mostrou que os sintomas persistiram após

infecção na maioria (94,9%) dos pacientes, e 53,2% deles queixou-se de ansiedade (53,2%), sendo a maioria do sexo feminino (66,7%) (IQBAL A, et al., 2021). Em outro estudo realizado com 81 voluntários que tiveram a fase aguda COVID-19, 28% relataram ansiedade como sintoma da SPC (CRUNFLI F, et al., 2020). Além de ser um sintoma persistente da SPC, o isolamento social, o trabalho remoto, os aumentos da carga horária on-line involuntária, entre outros aspectos inerentes à pandemia, tornaram a ansiedade uma condição prevalente e de grande importância para a saúde pública (MOCELIN LM e ALVES FILHO JR, 2022; FREITAS RF, et al., 2021).

A ansiedade corresponde a um complexo de sinais e sintomas que abrangem o campo físico, emocional, mental e existencial da pessoa, o que pode repercutir em seu desempenho nas atividades laborais, resultando em diminuição da produtividade no trabalho, da qualidade de vida e da saúde dos trabalhadores (FREITAS RF, et al., 2021). No manejo da ansiedade pode ser utilizada, além da farmacoterapia, outras terapias não farmacológicas, tais como as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). O termo PICS é utilizado pela OMS para representar um conjunto de práticas e ações terapêuticas que não são abordadas nos modelos biomédicos (TESSER CD e SOUZA IMN, 2018).

No Brasil, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi aprovada em 03 de maio de 2006, por meio da Portaria nº 971, e tem como objetivo ampliar o acesso da população aos serviços e produtos das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na Rede de Atenção à Saúde (RAS), de forma segura, eficaz e com atuação multiprofissional. Além da acupuntura, a PNPIC contempla outras práticas da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), tais como fitoterapia, homeopatia, medicina antroposófica e o termalismo social, inclusive as práticas de auriculoterapia e ventosaterapia (BRASIL, 2006).

Segundo a visão da MTC, a ansiedade é caracterizada pela deficiência das substâncias *Qi* (energia vital), *Xue* (sangue) e *Yin* (energia que produz o frio), ou por desarmonia da energia *Yang* (energia que produz o calor), ou pela combinação destes padrões energéticos. Assim, como forma de tratar a ansiedade, pode-se utilizar a aplicação da técnica de auriculoterapia, por meio de estímulos em pontos específicos da orelha, de modo que o fluxo de energia retorne ao seu equilíbrio, o que, conseqüentemente, favorece o controle da ansiedade (ZHANG CS, et al., 2014). Além da acupuntura auricular, a ventosaterapia possibilita o tratamento de diversas patologias, incluindo o estresse e a ansiedade, através de sua aplicação por meio de copos de vidro ou plástico sobrepostos na superfície da pele, os quais geram uma pressão negativa por sucção, com a finalidade de proporcionar maior conformidade e relaxamento, além de uma sensação de bem-estar e vitalidade, pois a energia vital flui livremente pelo corpo (COELHO NL, et al., 2019).

Nessa perspectiva, o presente estudo objetivou avaliar os efeitos das PICS auriculoterapia e ventosaterapia para o tratamento de ansiedade pós infecção pela COVID-19.

## DETALHAMENTO DO CASO

Trata-se de um estudo experimental aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), sob número do Certificado de Apresentação e Apreciação Ética (CAAE) 68082523.2.0000.5142 e com parecer da Plataforma Brasil de número 6.067.475, desenvolvido a partir do relato de caso, no período de 16 de setembro a 21 de outubro de 2022. O atendimento foi realizado no Laboratório de Pesquisa em Acupuntura (LAcunp) de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Minas Gerais. Ao ler e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), a voluntária estava ciente dos possíveis riscos relacionados à publicação do relato de caso em meios científicos que envolvem a quebra da confidencialidade e divulgação de informações pessoais e de imagem.

Sendo assim, as medidas minimizadoras tomadas foram: garantia do zelo pelo sigilo dos dados coletados; guarda adequada das informações coletadas; compromisso de não publicar qualquer forma de identificação do participante (nome, codinome, iniciais, registros individuais, informações postais, números de telefone, endereços eletrônicos, fotografias, figuras, características morfológicas, entre outros); garantia de divulgação

da imagem, mas sem identificação do participante e com autorização do participante e uso das imagens com intuito estritamente acadêmico e científico.

Paciente feminino, de etnia branca, 50 anos, brasileira, casada, professora universitária, peso de 76kg, altura de 1,68m, sedentária, não tabagista, em sobrepeso (IMC: 26,93), hipertensa, diabética, com queixa principal de ansiedade pós-infecção da COVID-19. Nega diagnóstico médico anterior de ansiedade, uso de medicamentos e outros tipos de tratamentos para essa condição. A paciente relatou ter sido diagnosticada com COVID-19 em agosto de 2022 e, desde então, estava apresentando ansiedade, cansaço excessivo e insônia, condições clínicas que repercutiam em suas atividades laborais e pessoais; levando-a buscar os serviços de MTC, com o objetivo de realizar um tratamento não medicamentoso, holístico e de fácil acesso. Portanto, a paciente procurou o LAcunp, no dia 16 de setembro de 2022, por iniciativa própria. Primeiramente, foi realizada uma avaliação clínica geral com um roteiro pré-estruturado, contendo dados de identificação pessoal, história clínica (processo saúde-doença atual e hábitos) e as queixas principais.

Além disso, foi realizada a avaliação do equilíbrio energético, determinado por meio da anamnese, segundo os padrões da MTC quanto aos seguintes itens: queixa principal, hábitos alimentares, preferências e aversões climáticas, emoções mais frequentes e problemas fisiológicos mais comuns. A partir desta avaliação, aplicaram-se as leis de harmonização do pentagrama, ou seja, tonificar um dos elementos em deficiência para que, por meio dele, harmonize todos os outros; ou, se esta lei não harmonizar o pentagrama, deve-se tonificar um dos elementos em vazio para que, assim, harmonize os demais (IBRAM, 2003). A partir da análise do pentagrama, o elemento metal foi identificado como deficiente, apontando o tratamento do órgão “pulmão” como importante para o equilíbrio energético da paciente.

O tratamento determinado foi a auriculoterapia e ventosaterapia, utilizadas como único tratamento para as queixas apresentadas. As terapias foram realizadas uma vez por semana, com duração de 30 minutos cada sessão. O protocolo de tais terapias foi baseado em evidências da literatura para o tratamento de ansiedade e estresse (ASSIS BB, 2022) e insônia (PAIVA JL, 2018). Assis BB (2022) avaliou a efetividade da auriculoacupuntura sobre aspectos emocionais de profissionais de saúde durante a pandemia. No decorrer do estudo, a autora validou o referido protocolo de tratamento, consolidando os melhores pontos auriculares para o tratamento da ansiedade, estresse e depressão pós COVID-19. Paiva JL (2018) tratou, por meio da ventosaterapia, 18 pessoas adultas com insônia, e concluiu que a terapia melhora a qualidade deste sono, além de facilitar o adormecimento, reduzindo a quantidade de sonhos, promovendo um maior relaxamento corporal e mental.

A acupuntura auricular foi realizada por meio da utilização de agulhas de aço cirúrgico semipermanentes, esterilizadas e descartáveis de tamanho 0,22 x 1,3 milímetros (mm), marca Blessfun®. Antes de iniciar a inserção da agulha, foi realizada a antissepsia do pavilhão auricular com algodão e álcool etílico a 70% e tamponado o meato auditivo com chumaço de algodão seco. Foi observada a alternância do pavilhão auricular a cada sessão. A definição dos pontos a serem tratados por meio auriculoterapia seguiu os princípios identificados no estudo de Assis BB (2022), além do resultado do pentagrama, a saber: Shenmen, Rim, Sistema Nervoso Autônomo, Coração, Tronco Cerebral, Fígado e Yang do Fígado 2, Pulmão e Baço (**Figura 1**). A figura abaixo representa os pontos auriculares utilizados na paciente, e foi construída originalmente pelos autores, a partir de uma foto retirada do modelo anatômico disponibilizado no LAcunp para as aulas de acupuntura auricular.

**Figura 1** - Protocolo utilizado para a técnica de auriculoterapia.



**Fonte:** Leonel GA, et al., 2023.

No protocolo de ventosaterapia, foram definidos dois métodos de aplicação: repuxamento e método de deslizamento (KIM DS, 2002). O deslizamento foi realizado com objetivo de aumentar a circulação sanguínea, a oxigenação e auxiliar na liberação das fáscias, promovendo relaxamento.

O método de repuxamento foi aplicado a fim de realizar a estimulação de acupontos, da mesma forma que as agulhas de acupuntura (THAM LM, et al., 2005) e a sucção foi realizada durante 10 minutos nos pontos determinados por Paiva JL (2018) para tratamento de insônia: Xinshu – Bexiga 15, Ganshu – Bexiga 18, Pishu – Bexiga 20, Shentang – Bexiga 44, Hunmen – Bexiga 47 e Yishe – Bexiga 49 (**Quadro 1**).

**Quadro 1** - Descrição dos pontos do protocolo de ventosaterapia conforme o estudo de Paiva JL (2018).

Pontos	Locais	Benefícios
Xinshu – Bexiga 15	Localizado a um e meio tsun laterais à margem inferior do processo espinhoso da 5ª vértebra torácica.	É o ponto Shu do dorso do Xin (Coração), ponto específico de harmonização da energia Yang do Xin (Coração). Indicado para problemas do coração, náuseas e vômitos, dor no peito, ansiedade, epilepsia, esquizofrenia e falta de memória.
Ganshu – Bexiga 18	Localizado a um e meio tsun laterais à linha mediana posterior, horizontalmente à margem inferior do processo espinhoso da 9ª vértebra torácica.	É o ponto Shu do dorso do Gan (Fígado) e é o ponto específico de harmonização da energia Yang do Gan (Fígado). Indicado para casos de hepatite, hepatomegalia, cirrose, colecistite, problemas do tendão e olho, negralgias diabete, furunculose, linfadenite, qualquer problema no órgão genital e esquizofrenia.
Pishu – Bexiga 20	Localizado um e meio tsun laterais à linha mediana posterior, horizontalmente à margem inferior do processo espinhoso da 11ª vértebra torácica.	É o ponto Shu do dorso do Pi (Baço/Pâncreas), ponto da harmonização de energia Yang do Pi (Baço/Pâncreas). Indicado para tratar anorexia, úlcera péptica, magreza, hepatite, cirrose, dispepsia, regurgitamento, diarreia crônica, distensão.
Shentang – Bexiga 44	Localizado a três tsun laterais à linha mediana posterior, na horizontal traçada pela margem inferior do processo espinhoso da 5ª vértebra torácica.	Esse ponto harmoniza e acalma a energia do coração e clareia a mente.
Hunmen – Bexiga 47	Localizado a três tsun laterais à linha mediana posterior, na horizontal traçada pela margem inferior do processo espinhoso da 9ª vértebra torácica.	Têm como função harmonizar e fazer circular a energia do fígado.

Pontos	Locais	Benefícios
Yishe – Bexiga 49	Localizado a três tsun laterais à linha mediana posterior, na horizontal traçada pela margem inferior do processo espinhoso da 11ª vértebra torácica.	Indicado em caso de pensamentos repetitivos e preocupação excessiva.

Fonte: Leonel GA, et al., 2023.

Para ventosaterapia, foram utilizados copos de plástico de 6,67 centímetros de diâmetro da marca DongBang®, e uma bomba de sucção manual, aplicada para a pele se elevar a 1,6 centímetros dentro do copo (MARKOWSKI A, et al., 2013).

O tratamento foi realizado em seis sessões, determinadas conforme a evolução das queixas do paciente. Em todas as sessões foram avaliadas a evolução dos sintomas e das queixas apresentadas, conforme o quadro a seguir (**Quadro 2**).

**Quadro 2** - Evolução da paciente conforme as sessões realizadas.

Sessão	Queixas	Relatos imediatamente após a sessão	Relatos após uma semana da sessão
1	Ansiedade; Estresse; Preocupação; Cansaço; Insônia.	Relata sensação de relaxamento, paz e prazer.	Sem melhora do quadro.
2	Ansiedade; Preocupação; Insônia; Sensação de cansaço;	Relata sensação de paz, prazer e satisfação.	Diminuição da compulsão alimentar; Aumento da produtividade; Redução da pressão arterial de 150x110mmHg para 130x80mmHg.
3	Sensação de mal-estar.	Relata melhora do mal-estar referido.	Diminuição da compulsão alimentar; Redução da pressão arterial de 150x110mmHg para 130x80mmHg; Melhora do sono.
4	Sem queixas.	Relata sensação de relaxamento e momentos de cochilo durante a sessão.	Melhora do sono; Redução dos níveis de ansiedade.
5	Sem queixas.	Relata sensação de relaxamento e paz.	Melhora do sono; Redução dos níveis de ansiedade.
6	Sem queixas.	Relata sensação de relaxamento e paz.	Redução dos níveis de ansiedade; Redução da pressão arterial de 150x90mmHg para 130x80mmHg.

Fonte: Leonel GA, et al., 2023.

Após a sexta sessão, o tratamento foi considerado concluído com efetividade, tendo em vista a melhora significativa das queixas apresentadas e a satisfação da paciente com as terapias realizadas. Como o objetivo do tratamento foi alcançado, não houve necessidade de novas sessões; porém, a paciente foi orientada a buscar novamente os serviços de MTC em caso de retorno de alguns sintomas e/ou novas queixas.

## DISCUSSÃO

As evidências sobre terapias para SPC são muito limitadas ou inexistentes; portanto, as diretrizes e os painéis de especialistas recomendam uma abordagem multidisciplinar (NUREK M, et al., 2021; LANDI F, et al., 2020). Neste contexto, esforços para aliviar e tratar a condição pós-COVID-19 são aguardados com ansiedade por muitos pacientes em todo o mundo. Todavia, pesquisas baseadas na MTC têm sido empregadas com efeitos satisfatórios (MORITA A, et al., 2022).

À luz da longa história de evolução e da eficácia comprovada em pacientes com influenza (DUAN Z, et al., 2011), a MTC pode ser uma importante aliada no manejo clínico da COVID-19 e suas complicações, (XIA J, et al., 2020), e conseqüentemente no tratamento da SPC. Pesquisadores têm demonstrado que pacientes que tiveram COVID-19 apresentaram diagnósticos de distúrbios emocionais devido a calor interno por deficiência de *Yin*, o que levou à desarmonia dos fatores emocionais, por isso apresentaram sintomas semelhantes aos da depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (MA K, et al., 2020). No presente estudo, as queixas da paciente foram estresse, ansiedade, insônia, cansaço e preocupação; todas foram aliviadas após a administração das intervenções de auriculoterapia e ventosaterapia.

Tanto a ventosaterapia, como a auriculoterapia, terapias da MTC, visam um restabelecimento da circulação energética de todo o corpo, além de atuar por meio de estímulo de pontos específicos que levam produção de substâncias, como os neurotransmissores e os hormônios, que são liberados no organismo. O pavilhão auricular possui pontos que têm representação somatopsíquica do corpo e por meio de sua estimulação mecânica e estímulos elétricos são conduzidos ao Sistema Nervoso Central (SNC), o que provoca o efeito desejado (HOU PW, et al., 2015). A literatura tem consagrado os efeitos benéficos da auriculoterapia em diversas patologias, inclusive estresse, depressão e ansiedade (OLIVEIRA CMC, et al., 2021; CORRÊA HP, et al., 2020; VALIANI M, et al., 2018).

Neste estudo, a ansiedade e o estresse, e conseqüentemente o cansaço foram aliviados com o uso da auriculoterapia, uma vez que ao estimular os pontos determinados no protocolo de tratamento, houve uma reorganização da circulação energética de todo o corpo, o que corrobora com os resultados de Oliveira CMC, et al. (2021) que, utilizando de casos múltiplos, com o objetivo de analisar o efeito da auriculoterapia nas variáveis ansiedade, depressão e estresse em profissionais de enfermagem que atuaram na linha de frente contra a COVID-19, encontraram melhora nos distúrbios emocionais. Outro estudo também apontou que os pontos auriculares por meio da acupuntura auricular podem melhorar as repercussões da SPC, sendo então favorável no alívio da ansiedade (WILLIAMS JE e MORAMARCO J, 2022).

No presente caso, a queixa de insônia da paciente também foi aliviada, o que pode ser atribuído efeito da ventosaterapia nos pontos Shu Dorsais, uma vez que a terapia promove estimulação destes pontos, nos quais representam pontos de assentimento dos Zang-Fu ao longo dos meridianos da região dorsal. As ventosas, quando colocadas nestes pontos, retiram o excesso de energia, fazendo o sangue estagnado fluir e retirar as energias perversas, proporcionando tranquilidade, alívio da excitação e melhora da insônia e do padrão de sono (VOLPATO MP, et al., 2020).

Também Lopes SNN, et al. (2020) realizaram um estudo intervencionista com intuito de avaliar os efeitos da ventosaterapia como forma de promoção da saúde aos funcionários de uma Universidade de Fortaleza-CE, cujo resultado apontou melhora na qualidade do sono e conseqüentemente o aumento da disposição e melhora do humor, proporcionando maior qualidade de vida. Foram relatados pela voluntária, neste estudo, a melhora do padrão de sono e aumento da produtividade, bem como sensação de paz e relaxamento corporal e mental.

A técnica de deslizamento também desempenha o papel de aquecer os meridianos, promovendo a circulação sanguínea e removendo a estagnação do sangue, além de ter o efeito de abrir e expelir fatores patogênicos, fortalecer o corpo e eliminar fatores patogênicos (YUNBO W, et al., 2021).

Por meio deste estudo, nota-se o potencial das PICS, especificamente a auriculoterapia e ventosaterapia, no manejo de distúrbios emocionais, tais como ansiedade e estresse no tempo de pós-pandemia. Tais técnicas podem colaborar para o cuidado da saúde mental da população, bem como na saúde do trabalhador, além de aumentar a adesão por tratamentos de saúde integrais e holísticos.

É possível concluir que o protocolo empregado por meio de seis sessões de duas técnicas da MTC, utilizadas concomitantemente, a auriculoterapia e a ventosaterapia, promoveu melhora satisfatória dos níveis de ansiedade, estresse e insônia, condições manifestadas após infecção viral da COVID-19. Ambas as terapias podem fazer parte de uma abordagem multidisciplinar para o tratamento da SPC, pois, neste relato

de caso, a paciente se beneficiou do tratamento. À luz dos perfis de eficácia, segurança e baixo custo, tais terapias podem ser consideradas no tratamento de diferentes alterações emocionais.

Concomitantemente, ressalta-se a importância e repercussão do tema, visto que é um assunto pouco estudado e que se prova eficiente e satisfatório, não apenas no tratamento relativo à síndrome estudada, mas também em outros campos de aplicação, como no estudo de Ma X, et al. (2023), no qual compreende-se o tratamento dos fatores da doença renal diabética, na MTC. Nesse sentido, ressalta-se a notoriedade dessa abordagem e suas implicações práticas.

Vale destacar que o estudo foi limitado a apenas um voluntário, sendo necessário um número maior de participantes para concluir sua efetividade. Para isso, sugere-se o desenvolvimento de ensaios clínicos para melhor observar o comportamento dos níveis de distúrbios emocionais ocasionados pós-COVID-19.

## AGRADECIMENTOS

Ao Programa de Educação Tutorial (PET/SESU/MEC) da graduação de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG), nosso agradecimento pelo incentivo e por possibilitar a realização do presente estudo de caso.

## REFERÊNCIAS

1. ASSIS BB. Efetividade da auriculo acupuntura sobre a qualidade de vida e aspectos emocionais em profissionais de enfermagem durante a pandemia do covid-19: ensaio clínico randomizado. Tese de Doutorado (Doutorado em Enfermagem) - Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, Minas Gerais, 2022; 166p.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. 2006. Portaria 971, de 3 de maio de 2006. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html). Acessado em: 6 de março de 2023.
3. COELHO NL, et al. A utilização da medicina tradicional chinesa na redução do estresse. *Scire Salutis*, 2019; 9(1): e20.
4. CORRÊA HP, et al. Efeitos da auriculoterapia sobre o estresse, ansiedade e depressão em adultos e idosos: revisão sistemática. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2020; 54: e03626.
5. CRUNFLI F, et al. Morphological, cellular, and molecular basis of brain infection in COVID-19 patients. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2022; 119(35): e2200960119.
6. DUAN Z, et al. Natural herbal medicine Lian hua qing wen capsule anti-influenza A (H1N1) trial: a randomized, double blind, positive controlled clinical trial. *Chin. Med. J.*, 2011; 124(18): e2925.
7. FREITAS RF, et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2021; 70: e283.
8. HOU PW, et al. The History, Mechanism, and Clinical Application of Auricular Therapy in Traditional Chinese Medicine. *Evidence-based complementary and alternative medicine*, 2015; 2015: e495684.
9. HOSSAIN N, et al. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: a systematic umbrella review of the global evidence. *Epidemiology and health*, 2020; 42: e.3561265.
10. HUANG C, et al. 6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital: a cohort study. *The Lancet*, 2021; 397: e220.
11. INSTITUTO BRASILEIRO DE ACUPUNTURA E MASSOTERAPIA (IBRAM). Acupuntura auricular. Apostila (apostila do curso de acupuntura auricular). Ribeirão Preto, SP, 2003; 15p.
12. IQBAL A, et al. As sequelas do COVID-19: uma avaliação transversal dos sintomas pós-recuperação e da necessidade de reabilitação dos sobreviventes do COVID-19. *Cureu*, 2021; 13(2): e13080.
13. KIM DS. *Suma de Diagnósticos Secretos para Tratamento com VentosaTerapia*. 1ª ed. São Paulo: Ed. Dong Yang, 2002; 327p.
14. LANDI F, et al. Gemelli against COVID-19 post acute care study group. Post-COVID-19 global health strategies: The need for an interdisciplinary approach. *Aging Clin Exp Res*, 2020; 32(8), e:1613.



15. LOPES SSN, et al. O uso da ventosaterapia como proposta de promoção à saúde para funcionários de uma universidade privada em Fortaleza – CE. *Saúde Coletiva*, 2020; 10(57): e3395.
16. MA K, et al. From the perspective of Traditional Chinese Medicine: Treatment of mental disorders in COVID-19 survivors. *Biomedicine & pharmacotherapy*, 2020; 132: e:110810.
17. MA X, et al. Advances in oxidative stress in pathogenesis of diabetic kidney disease and efficacy of TCM intervention. *Renal failure*, 2023; 45(1): e2146512.
18. MARKOWSKI A, et al. A pilot study analyzing the effects of chinese cupping as an adjunct treatment for patients with subacute low back pain on relieving pain, improving range of motion, and improving function. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 2013; 18: e1.
19. MOCELIN LM e ALVES FILHO JR. Estudo de prevalência de depressão e ansiedade durante a pandemia do COVID-19: Revisão de literatura. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 2022; 11(13): e56111335245.
20. MORITA A, et al. Case report: Acupuncture is an effective treatment for olfactory dysfunction in the post COVID-19 condition. *Front Neurol*, 2022; 13: e1.
21. NUREK M, et al. Recommendations for the recognition, diagnosis, and management of long COVID: A Delphi study. *Br J Gen Pract*, 2021; 71(712): e815.
22. OLIVEIRA CMC, et al. Auriculoterapia em profissionais de enfermagem na pandemia do coronavírus: estudo de casos múltiplos. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 2021; 23: e65678.
23. PAIVA JL. Efeitos da ventosaterapia no tratamento da insônia. Monografia - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Rio Grande do Norte, 2018; 44p.
24. REBÊLO VCN, et al. Síndrome pós Covid-19: estudo de caso. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 2022; 11(2): e43811225969.
25. SCHMIDT B, et al. Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19). *SciELO Pre*, 2020, 1(1): e1–26.
26. TESSER CD e SOUZA IMN. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. *Saúde em Debate*, 2018; 42: e174.
27. THAM LM, et al. Cupping: from a biomechanical perspective. *Journal of Biomechanics*, 2006; 39(12): e2183.
28. ULLAH R e AMIN S. The psychological impact of COVID-19 on medical students. *Psychiatry Res*, 2020; 288(2): e113020.
29. 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: e561.
30. VELAVAN TP e MEYER CG. A epidemia de COVID-19. *Medicina tropical e saúde internacional*, 2020; 25(3): e278.
31. VOLPATO MP, et al. Single Cupping Therapy Session Improves Pain, Sleep, and Disability in Patients with Nonspecific Chronic Low Back Pain. *Journal of acupuncture and meridian studies*, 2020; 13(2): e48.
32. WEINER L, et al. Efficacy of an online cognitive behavioral therapy program developed for healthcare workers during the COVID-19 pandemic: the reduction of stress (REST) study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 2020; 21(1): e870.
33. WILDER-SMITH A e FREEDMAN DO. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of Travel Medicine*, 2020; 27(2): e1-4.
34. WILLIAMS JE e MORAMARCO J. O papel da acupuntura para o longo COVID: mecanismos e modelos. *Acupuntura Médica*, 2022; 34(3): e159.
35. XIA J. Chinese medicine masters and academicians enter the national medical treatment expert group, and Chinese medicine deeply intervenes in the whole process of new coronary pneumonia diagnosis and treatment. *China Youth Daily*, 2020.
36. YUNBO W, et al. The effect of moving cupping on psoriasis vulgaris and its influence on PASI score: A protocol for systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 2021; 100(6): e24217.

37. ZHANG CS, et al. Sham control methods used in ear-acupuncture/ear-acupressure randomized controlled trials: a systematic review. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 2014; 20(3): e147.