



APLICAÇÃO DE AURICULOTERAPIA COMO TRATAMENTO AUXILIAR NA MELHORA DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO

ANA MARIA BARBOZA DOS SANTOS; MARIA BEATRIZ FERREIRA DA SILVA;
ELIZANGELA FRANCISCA SANTANA DE LIMA; ÉRICA DE ABREU PEREIRA; GABRIEL
BRAZ DE OLIVEIRA; INGRID GEOVANNA DE MOURA E SILVA; MARIA LETÍCIA LIMA
DOS SANTOS; SUZI RIANE SILVA DE SOUZA; CÁSSIA KIS QUEIROZ; JUCICLEIA
MONTEIRO CHAGAS

Introdução: As pesquisas baseadas na utilização de Práticas Integrativas e Complementares da Saúde (PICS), indicam que os usuários do sistema de saúde, ou mesmo os profissionais, podem se beneficiar com o uso, principalmente, da auriculoterapia, de maneira conjunta com o tratamento tradicional, em particular no que tange aos sintomas de ansiedade e depressão e aos agravos proporcionados por estes, que podem limitar suas atividades no dia a dia. **Objetivo:** Demonstrar que a utilização de PICS no tratamento da sintomatologia de agravos de saúde mental é benéfica. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão de literatura, tendo como pergunta norteadora "A auriculoterapia contribui para a melhora dos sintomas de ansiedade e depressão?", sendo excluídos artigos duplicados entre as bases de dados, teses e dissertações, apresentando como critérios de inclusão artigos disponíveis com acesso online na íntegra em inglês, português e espanhol, publicados nos últimos 10 anos (2014-2024) e relacionados com a pergunta norteadora. A pesquisa se deu na BVS, para a busca foram utilizados os descritores "saúde mental", "ansiedade", "nervosismo", "estresse" e "auriculoterapia", sendo identificados na lista dos Descritores em Ciências da Saúde e combinados a partir do marcador booleano "AND". **Resultados:** Nas bases de dados Lilacs, BDENF - Enfermagem, Medline e Mosaico foram obtidos, respectivamente, 5, 4, 4 e 3 artigos, que posteriormente, foram submetidos, pelos critérios de inclusão e exclusão, resultando em 7 artigos. Constatou-se o uso da auriculoterapia, porém não há um consenso sobre qual mapa se usa, o que depende de com quem foi feita a capacitação. Porém, há benefícios no tocante à promoção da saúde, trazendo alívio aos sintomas apresentados pelos usuários. **Conclusão:** Diante disso, percebe-se que houve benefícios, confirmados por alguns dos estudos se basearam na coleta de dados antes da aplicação da auriculoterapia e após sua utilização, demonstrando significativa melhora dos sintomas. Além disto, as PICS demonstraram grande potencial devido a redução dos agravos que acomete os envolvidos no decorrer das sessões, inclusive podendo ser usada de maneira preventiva e promotora de saúde, trazendo alívio aos sintomas apresentados por pacientes ansiosos e depressivos, ou em situações de estresse.

Palavras-chave: **SAÚDE MENTAL; ANSIEDADE; NERVOSISMO; ESTRESSE; AURICULOTERAPIA**