



UTILIZAÇÃO DE AURICULOTERAPIA NO ALÍVIO DO ESTRESSE ACADÊMICO - RELATO DE EXPERIÊNCIA

BÁRBARA VITÓRIA FRAGOSO LIMA; VITÓRIA REBEKA DA SILVA SOUZA; ANA MARIA BARBOZA DOS SANTOS; GIOVANNA ADRIELLY SANTOS OLIVEIRA; BRUNA MANOELA DE SOUZA BARBOSA; NATÁLIA MARIA DE LIMA SILVA; MARIA BEATRIZ FERREIRA DA SILVA; MARIA LETÍCIA LIMA DOS SANTOS; ROGÉLIA HERCULANO PINTO

Introdução: Diante do nível de exigência enfrentado pelos acadêmicos cada vez mais novos que ingressam na graduação, percebe-se o aumento de discentes com níveis de ansiedade e estresse elevados. As responsabilidades de participarem e se engajarem nas atividades de um centro universitário, fazem com que, além da procura por tratamentos convencionais, haja procura pelas Práticas Integrativas e Complementares da Saúde (PICS), que é uma possibilidade em expansão no Brasil, desde 2006, com a publicação da política nacional de PICS, para auxiliar no tratamento dos sintomas relacionados aos transtornos de ansiedade. **Objetivo:** Relatar a vivência em um dos projetos de extensão vinculado ao LAPICS, intitulado "Promoção do cuidado no âmbito integrativo no espaço acadêmico". **Relato de Experiência:** Durante o período de 2022.2 a 2023.2, um grupo de estudantes anteriormente capacitados pelas docentes coordenadoras do projeto em auriculoterapia, ofertaram a prática de auriculoterapia para os discentes e servidores desta instituição. As acadêmicas foram distribuídas em 3 grupos de 4 alunas, em dois turnos de atendimento, 2 grupos pela manhã e 1 a tarde, em que 94 pessoas buscaram o serviço, 37 sinalizaram sentir ansiedade, estresse, angústia, geralmente associadas à vida acadêmica, com o retorno dos demais pacientes, este número subiu para 69; de um total de 254 atendimentos gerados com as sessões dentre os que retornaram, durante o período de execução do projeto, 229 destes foram de acadêmicos acabaram por sinalizar as queixas elencadas acima, em alguma destas sessões, principalmente referente adaptação à vida acadêmica e ao período de provas. **Conclusão:** Diante dos achados, é importante ressaltar que o ingresso na vida universitária implica mudanças na vida de um jovem que podem agravar sintomas e somatizações, porém outras variáveis, que podem estar relacionadas a tais sintomatologias, devem ser analisadas nesse espaço de tempo. Portanto, as instituições de ensino superior precisam desenvolver mecanismos de contribuir para que os estudantes consigam ter um desenvolvimento integrado com o desempenho acadêmico, criando e colocando em prática estratégias institucionais para o enfrentamento dessa realidade, além disso essa temática no público universitário, por ser também um grave problema de saúde pública, deve ser estudado.

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