

Auriculoterapia realizada por enfermeiro: perspectiva de tabagistas

Auriculotherapy performed by a nurse: perspective of smokers

Auriculoterapia realizada por enfermero: perspectiva de los fumadores

Recebido: 13/06/2022 | Revisado: 20/06/2022 | Aceito: 24/06/2022 | Publicado: 04/07/2022

Elias Córdova Schneider

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3631-551X>
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
E-mail: schneiderccordova@hotmail.com

Sebastião Caldeira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2827-1833>
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
E-mail: calenf3@gmail.com

Fabieli Borges

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0835-5311>
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
E-mail: fabieliborges6@gmail.com

Eleine Aparecida Penha Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6649-9340>
Universidade Estadual de Londrina, Brasil
E-mail: eleinemartins@gmail.com

Larissa Djanilda Parra da Luz

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1172-9492>
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
E-mail: lariparra.luz@gmail.com

Olga Lucía Mosquera Conde

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4988-1764>
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil
E-mail: olgalum09@gmail.com

Resumo

Introdução: O tabagismo acarreta problemas de saúde ao usuário e para seus contatos. Muitos tentam cessar o tabagismo, mas sofrem recaídas por ansiedade. As Práticas Integrativas e Complementares, como a auriculoterapia, torna-se eficaz na cessação do tabagismo e o enfermeiro é primordial nessa área. **Objetivo:** Compreender os efeitos da auriculoterapia realizada por Enfermeiro na redução da ansiedade na perspectiva de tabagistas. **Metodologia:** Estudo qualitativo com sete alunos, cinco professores e três servidores tabagistas de uma universidade pública, totalizando 15 participantes, de abril a julho de 2020. **Resultados:** Identificaram-se seis categorias: 1. Conhecimento sobre a Medicina Tradicional Chinesa e Auriculoterapia; 2. Eficácia frente ao tabagismo e outros problemas de saúde; 3. Percepção sobre a atuação do Enfermeiro em Auriculoterapia; 4. O que espera frente ao tabagismo; 5. O que espera do Enfermeiro atuando em Auriculoterapia e 6. Recomendaria a Auriculoterapia a outros. **Considerações:** Os participantes conheciam pouco sobre o tema. Sentiram-se melhores na ansiedade e no controle do tabagismo e seguros com o atendimento do Enfermeiro. Recomendaram a auriculoterapia a outros pela sua eficácia. Espera-se que o estudo beneficie aos que buscam cessar o tabagismo, que instrumentalize enfermeiros e outros profissionais que praticam a auriculoterapia em tabagistas.

Palavras-chave: Auriculoterapia; Especialidades de enfermagem; Ansiedade; Terapias complementares; Abandono do uso do tabaco.

Abstract

Introduction: Smoking causes health problems for users and their contacts. Many try to quit smoking but suffer relapses from anxiety. Integrative and Complementary Practices, such as auriculotherapy, become effective in smoking cessation and the nurse is essential in this area. **Objective:** To understand the effects of auriculotherapy performed by nurses in reducing anxiety from the perspective of smokers. **Methodology:** Qualitative study with seven students, five professors and three smokers from a public university, totaling 15 participants, from April to July 2020. **Results:** Six categories were identified: 1. Knowledge about Traditional Chinese Medicine and Auriculotherapy; 2. Effectiveness against smoking and other health problems; 3. Perception about the role of the Nurse in Auriculotherapy; 4. What do you expect from smoking? 5. What do you expect from the nurse working in Auriculotherapy and 6. Would I recommend Auriculotherapy to others. **Considerations:** Participants knew little about the topic. They felt better in terms of anxiety and tobacco control, and they felt safer with the Nurse's care. They

recommended auriculotherapy to others for its effectiveness. It is expected that the study will benefit those who seek to quit smoking, that it equips nurses and other professionals who practice auriculotherapy with smokers.

Keywords: Auriculotherapy; Specialties nursing; Anxiety; Complementary therapies; Tobacco use cessation.

Resumen

Introducción: El tabaquismo genera problemas de salud para los usuarios y sus contactos. Muchos intentan dejar de fumar pero sufren recaídas de ansiedad. Prácticas integradoras y complementarias, como la auriculoterapia, se vuelven efectivas en el abandono del hábito de fumar y la enfermera es fundamental en esta área. *Objetivo:* Comprender los efectos de la auriculoterapia realizada por una enfermera en la reducción de la ansiedad desde la perspectiva de los fumadores. *Metodología:* Estudio cualitativo con siete estudiantes, cinco profesores y tres fumadores de una universidad pública, totalizando 15 participantes, de abril a julio de 2020. *Resultados:* Se identificaron seis categorías: 1. Conocimientos sobre Medicina Tradicional China y Auriculoterapia; 2. Eficacia contra el tabaquismo y otros problemas de salud; 3. Percepción sobre el papel de la Enfermera en Auriculoterapia; 4. ¿Qué espera de fumar? 5. Qué espera de la enfermera que trabaja en Auriculoterapia y 6. ¿Recomendaría la Auriculoterapia a otras personas? *Consideraciones:* Los participantes sabían poco sobre el tema. Se sintieron mejor en términos de ansiedad y control del tabaco, y se sintieron más seguros con el cuidado de la enfermera. Recomendaron la auriculoterapia a otros por su efectividad. Se espera que el estudio beneficie a quienes buscan dejar de fumar, que equipe a enfermeras y otros profesionales que practican la auriculoterapia con fumadores.

Palabras clave: Auriculoterapia; Especialidades de enfermería; Ansiedad; Terapias complementarias; Cese del uso de tabaco.

1. Introdução

O tabagismo é uma doença crônica, epidêmica, um problema de saúde pública no âmbito nacional e internacional, devido a elevada prevalência e alta morbimortalidade decorrente das doenças relacionadas ao tabaco. Aproximadamente, cinco milhões de pessoas morrem ao ano. Em 2020 serão dez milhões de mortes, 70% ocorrerão nos países em desenvolvimento (Oms, 2015; Viana, et al., 2018; Brasil, 2020; Oms, 2020)

O ato de fumar tabaco ainda é aceito socialmente em praticamente todas as culturas, geralmente inicia-se na adolescência e perpetua durante a vida adulta, caracterizando os jovens como um grupo de risco. Assim, a educação em saúde poderá impactar positivamente na saúde da população (Rodrigues, et al., 2016; Jesus, et al., 2020).

Em todo o mundo, há movimentos, políticas, programas, estratégias e ações acerca do tabaco. No Brasil, houve significativa diminuição na prevalência de fumantes adultos, a partir do Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT), com estabilidade da média para o início do consumo. Mesmo assim, houve aumento do número médio de cigarros fumados ao dia (Mattos, et al., 2019; Inpad, 2020). Os transtornos de ansiedade têm frequência elevada, sendo os mais frequentes a fobia específica e o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) (Santos, et al., 2019).

Nesse sentido, a abordagem a pessoa tabagista com ênfase para a cessação do tabagismo tem como eixo central as intervenções cognitivas, juntamente com o treinamento de habilidades e comportamentos que visam a cessação do tabagismo e a prevenção de recaída. Cada pessoa tabagista é única, possui sua história de vida, sua bagagem de conhecimento, seus valores, preferências, necessidades e expectativas e reconhecer esses atributos torna-se fundamental para o sucesso da cessação do uso de cigarro (Mattos, et al., 2019; Brasil, 2020; Oms, 2020).

No que se refere as formas de tratamento para a diminuição ou cessação do tabagismo, existem nos serviços de saúde, o tratamento farmacológico e não farmacológicos, visto que o foco deste estudo são as Práticas Integrativas e Complementares (PIC), portanto, não farmacológicas para o controle da ansiedade em tabagistas. Quanto ao tratamento farmacológico, o tempo de tratamento total sugerido é de 12 meses, incluindo as etapas de avaliação, intervenção e manutenção da abstinência e incluem basicamente o uso de Cloridrato de Bupropiona comprimido de liberação prolongada 150 mg, a Nicotina adesivo transdermico de 7, 14 e 21 mg, a goma de mascar de 2 mg e pastilha de 2mg e a Bupropiona 150 mg via oral também pode ser administrada, respeitando-se as recomendações medicas, considerando-se a população a ser trata, quer sejam, adolescentes,

adultos, idosos, gestantes e portadores de necessidades especiais. Vale ressaltar que pode haver associação entre o tratamento farmacológico e o não farmacológico (Brasil, 2020; Brasil, 2020a; Fiocruz, 2020).

Quanto as terapias não farmacológicas, a acupuntura é uma das formas de intervenção em saúde, com base nos recursos terapêuticos da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), uma ciência originada na China no ano 400 a.C. Esta permite o estímulo preciso de locais anatômicos espalhados por todo o corpo. Se dá por meio da inserção de finas agulhas metálicas, visando à promoção, à manutenção e à recuperação da saúde, bem como à prevenção de agravos e doenças (Brasil, 2015; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Brasil, 2020; Fiocruz, 2020).

Por sua vez, a acupuntura auricular, também conhecida como auriculoterapia ou auriculopuntura, refere-se à técnica terapêutica para a regulação psíquico-orgânica do indivíduo por meio de impulsos nos pontos energéticos localizados no pavilhão auricular, estimulando as zonas neuroreativas por meio de esferas de aço, ouro, prata, plástico, micro agulhas ou sementes de mostarda. A estimulação por meio da acupuntura parece propiciar a liberação de neurotransmissores e outras substâncias responsáveis pela promoção da analgesia (Brasil, 2015; Brasil, 2020; Brasil, 2020a).

Referente ao Enfermeiro no cuidado aos tabagistas e nas PIC, ressalta-se que este assume um papel de destaque na atenção à saúde especialmente na Atenção Básica (AB) devido sua capacitação e atuação junto com a equipe multidisciplinar. Além disso, é capacitado para desenvolver ações de prevenção e promoção de saúde, tudo isso devido ao seu conhecimento centrado em um modelo holístico e humanizado (Zampier, et al., 2019).

A resolução n.º 585/2018, o Conselho Federal de Enfermagem (Cofen) reconhece a acupuntura como especialidade ou qualificação do Enfermeiro que respaldado legalmente, destaca-se profissionalmente com o encontro da Ciência da Enfermagem e do cuidado com as PIC Assim, torna-se imprescindível ampliar conhecimentos, com expansão dessa terapêutica nas universidades e instituições de saúde públicas e privadas, como prática multiprofissional (Azevedo, et al., 2019; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Cofen, 2018).

A partir do contato com a literatura, bem como, ao perceber o número de tabagistas que não tem acesso a grupos ou a tratamentos, especialmente as PIC, surgiu o interesse para este estudo, a partir da seguinte inquietação: A auriculoterapia é eficaz no controle da ansiedade em tabagistas? Como os usuários percebam a atuação do Enfermeiro nas PIC, em especial em auriculoterapia?

Partindo destes questionamentos este estudo teve o objetivo de compreender os efeitos da auriculoterapia na redução da ansiedade na perspectiva de tabagistas.

2. Metodologia

Estudo qualitativo com análise de discurso. Utilizou-se abordagem hermenêutica-dialética. Buscou-se a vivência do passado, do presente e as expectativas no que tange ao desejo de parar de fumar (Silva, et al., 2018). O local do estudo foi o Ambulatório do Pronto Atendimento Psicopedagógico e Saúde Integrada (PAPSI) junto ao Projeto Revivendo da Universidade Estadual do Oeste do Paraná - UNIOESTE - localizado no município de Cascavel, Paraná, Brasil.

Os participantes foram sete alunos, cinco professores e três servidores tabagistas da universidade citada, selecionados após visita em salas de aula, setores diversos e sala dos professores, levantando os interessados em parar de fumar. Também foi solicitado indicação de outro interessado, aplicando a técnica de bola de neve (Biernack, Waldorf, 1981).

O período do estudo, incluindo as sessões de auriculoterapia e a coleta dos dados ocorreu entre os meses de abril a julho de 2020. Foram aplicadas seis sessões de auriculoterapia semanal. Os primeiros atendimentos foram feitos no ambulatório do PAPS Unioste, porém, devido a Pandemia da COVID 19, os atendimentos subsequentes foram realizados nos respectivos domicílios, com as devidas precauções recomendadas como o uso de máscara e álcool em gel. Como os

atendimentos e as entrevistas foram realizadas ao início da pandemia, não houve transmissão da COVID19 entre o entrevistador e os participantes.

Também foi realizada entrevista gravada com questões norteadoras semiestruturadas acerca do conhecimento sobre a Medicina Tradicional Chinesa- MTC, a percepção do mesmo sobre a auriculoterapia a qual está sendo submetido, bem como, sobre a prática do profissional Enfermeiro neste atendimento conforme segue: O que conhece sobre a Medicina tradicional Chinesa- MTC? Como percebe a Auriculoterapia no tabagismo? E em suas queixas principais? Fale sobre o manejo do Enfermeiro nas sessões de auriculoterapia? Qual foi sua percepção no decorrer do tratamento? O que você espera frente ao tabagismo? O que você espera do Enfermeiro que pratica a auriculoterapia? Recomenda a Auriculoterapia para outras pessoas?

Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de inclusão para este estudo abrangem acadêmicos, professores e servidores da Unioeste, que expressaram a vontade de parar de fumar, maiores de 18 anos, de ambos os sexos, não gestantes, com disponibilidade para os procedimentos semanais de auriculoterapia e que manifestaram interesse e concordância para participar do estudo. Foram excluídos do estudo aqueles não pertencentes à comunidade acadêmica, menores de 18 anos, que apresentarem contraindicações a esse tipo de terapia como: piercing, estar participando de outro tratamento antitabagismo, gestantes, inflamações no pavilhão auricular ou que não concordarem em participar. A organização dos dados ocorreu por meio de categorias simples e análise do discurso proposta por Minayo (Silva, et al., 2018).

Obteve-se parecer favorável do Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos, CEP/Unioeste número: 3.765.838 e CAAE: 26352219.3.0000.0107 de 12 de dezembro de 2019. Os participantes, foram identificados com o pseudônimo Tabagista (T), seguido do número de sua entrevista. Assim todos foram identificados como T1, T2, T3 e assim sucessivamente (Brasil, 2012).

3. Resultados

Para analisar os relatos dos participantes, foram identificadas seis categorias que traduziram a vivência no que tange a ansiedade e ao tabagismo: 1. *Conhecimento sobre a Medicina Tradicional Chinesa e Auriculoterapia*; 2. *Efeitos da auriculoterapia frente ao tabagismo e outros problemas de saúde*; 3. *Percepção sobre a atuação do Enfermeiro em Auriculoterapia*; 4. *O que espera frente ao tabagismo*; 5. *O que espera do Enfermeiro atuando em Auriculoterapia para o tabagismo* e 6. *Recomendaria a Auriculoterapia a outros*.

Na Categoria 1, *Conhecimento sobre a Medicina Tradicional Chinesa e Auriculoterapia*, houve os seguintes relatos:

Eu já vi no jornal e meus irmãos trabalham assim. Tem um que tem academia, esse negócio de tae-kwon-do e jiu jitsu essas coisas e eles usam muito essa medicina chinesa, e esse outro mora em São Paulo que é o mais novo que eu falei para você sempre me recomendaram fazer até no nenezinho (T5).

Minha mãe já tinha feito auriculoterapia com sementes, mais só o que eu conheço e só o relato nada mais aprofundado sobre isso, também nunca procurei me aprofundar no assunto, e na televisão que a gente vê umas coisas (T7).

Eu já conhecia mais da parte da acupuntura que eu já fiz, mas a auriculoterapia, agora que eu tive esse contato (T8). [...] acupuntura foi o primeiro que eu vi, pesquisei um pouco sobre agulhas que meche em alguns pontos do corpo, que eu conheço é basicamente isso [...] (T13).

Eu conheço só a acupuntura que eu já tinha ouvido falar, e já tinha acompanhado algumas pessoas que já tinham feito, mais a auriculoterapia eu não conhecia (T15).

Ao que diz respeito a Categoria 2 sobre os *Efeitos da auriculoterapia frente ao tabagismo e outros problemas de saúde*, os participantes responderam:

Me senti mais tranquila depois que comecei, eu fumava bastante e diminuí(T2).

Comecei a sentir tranquilidade, não senti mais dor, funcionou muito bem com passar do tempo, mais do tabagismo já por eu ter começado a parar, a segunda semana já foi bem tranquilo. [...] foi uma coisa que resolveu muito dos meus problemas mesmo como o vício (T3).

Para mim foi bom, pelo menos tirou um pouco a ansiedade e a dor muscular. [...] nos primeiros dias eu enjoei dos cigarros, o cheiro está fedido e o gosto do cigarro está ruim [...] (T5).

Teve bastante resultado inicial, no começo rola uma empolgação, uma coisa a mais para ajudar, foi bem eficaz na ansiedade, no cansaço também [...]. [...] acho que vem muito da força de vontade mesmo [...] (T6).

Como eu já tinha em mente parar de fumar eu não percebi tanto no início, mais agora até o final eu percebi que de fato o gosto do cigarro mudou para ruim (T8).

Diminuiu aquela vontade de fumar, te deixa menos ansiosa, e você consegue, não tem aquela fissura. [...] um pouco é por essa coisa de ficar muito isolado, muito sozinho na pandemia da COVID19, é muito atípico para a gente (T9).

A eu acredito que tenha me auxiliado bastante por que parar no meio de uma loucura dessas que a gente está vivendo na pandemia. Eu fico trancada dentro de casa o dia todo. Estou mais calma, a ansiedade baixou bastante [...] (T10).

No tabagismo eu diminuí bastante o cigarro, mas eu não consegui parar, tem dias assim eu sinto a boca ruim, aí fumo menos. A dor nas costas na mesma semana que você aplicou, parou, a tosse que eu tinha também parou, o zumbido do ouvido também melhorou. Eu fiquei mais calma, menos ansiosa (T11).

O cigarro diminuiu bastante sem precisar tanto sofrimento. Eu tinha crises de ansiedade, não tive mais, as dores foram aliviando, só teve melhoras e cada vez que fazia melhorava mais (T12).

No tabagismo eu senti a diferença, acho que o que me ajudou no tabagismo foi não precisar fumar por causa da ansiedade. Eu duvidava um pouco da eficácia, mas eu senti que foi efetivo, superou minhas expectativas, senti que diminuiu uns 70 a 80 % dos cigarros fumados [...] (T13).

A gente está num tempo de tensão, então fica mais difícil, do tanto que eu fumava eu diminuí, tirar totalmente à vontade não. No geral deu resultado, mas faltou força de vontade mesmo (T14).

Olha no tabagismo eu acho que ela tem muita eficácia, no início na segunda sessão que eu fiz eu notei diferença eu consegui me controlar. Eu achei que me ajudou bastante (T15).

Ao serem indagados na Categoria 3, quanto a *Percepção sobre a atuação do Enfermeiro em Auriculoterapia*, os participantes relataram:

Fez um bom atendimento, explicou tudo direitinho, não deixou nenhuma dúvida (T2).

[...] principalmente teve empatia, pois eu sentia vergonha de fumar por não ser muitas vezes aceita, passou confiança de um modo que eu não me sentisse constrangida (T3).

O enfermeiro deve perguntar, deve orientar a pessoa que ele está fazendo a intervenção, não tratar só a causa (T9).

Foi franco, explicou muito bem, me senti à vontade, senti como se pudesse confiar, pois tinha conhecimento e me esclareceu tudo, e a cada sessão explicava novamente, foi nota 10 (T11).

Tem habilidade, conhecimento, segurança, então nota 10, tem conhecimento sabe o que está fazendo, o que está tratando (T12).

O enfermeiro tem mais domínio sobre o paciente para falar para o que serve (T14).

As primeiras sessões que a gente fez você falava para que era, depois a gente vai se habituando quando você vai colocando os cristais, já sabemos para que que é e como sou da área, entendo as terminologias [...] (T15).

Ao serem questionados na Categoria 4 sobre *O que esperam frente ao tabagismo*, os participantes responderam:

Ir diminuindo e parar, não quero mais isso para mim (T1).

Eu pretendo não fumar mais e incentivar ao máximo as pessoas a fazer o tratamento e tentar parar, porque agora que eu parei eu percebi que é muito melhor (T3).

Na verdade, eu não parei ainda totalmente, mas tenho certeza de que depois disso eu vou, acho que vou ter mais disciplina [...] (T8).

É minha meta ir diminuindo, mais não, eu quero parar como diz uma miga minha, eu quero parar mais com cautela (T9).

Eu estou com medo disso, eu pensei e agora que vai acabar as sessões será que eu vou conseguir manter? (T10).

Estou fumando nem 5% do que eu fumava, então assim quero continuar a diminuir, até o meu paladar já sinto diferença (T11).

A ideia é eu parar, mais acredito que vou precisar de mais sessões (T13).

Eu espero conseguir parar quando voltar à rotina, porque acaba com a saúde (T15).

Na categoria 5, *O que espera do Enfermeiro atuando em Auriculoterapia para o tabagismo*, houve as seguintes respostas:

Que atenda a gente bem, para que a gente se sentir bem também, explicar detalhes por detalhes (T2).

[...] que seja ético, explique o que vai fazer, todas as possibilidades, tenha um diálogo aberto, não simplesmente chegar colocar os pontos e acabou, estamos cansados desse serviço mecânico (T4).

[...] acho que muito procedimento é feito pelo enfermeiro, acho que deve ter uma abordagem nessa questão do tabagismo em relação a criar hábitos [...]. [...] pode ser uma cartilhazinha assim, tipo aquele negócio que você fez de marcar [...] (T6).

Acho que deveria explicar um pouco como que é o vício, fazer as perguntas necessárias e explanar sobre as formas de tratamento que possuem (T7).

Profissional, sem ter aquela visão preconceituosa contra o tabagista, que aborde de forma não invasiva (T8).

Espero que o enfermeiro não veja apenas o paciente no sentido do tabagismo e sim ele como um todo (T9).

Eu gosto que a pessoa explique o que está fazendo, que fale o tratamento, o que pode acontecer o que deixa de acontecer, se vai melhorar o que vai melhorar o que que não vai, eu gosto de diálogo e isso que eu espero, uma coisa bem franca (T11).

Com conhecimento, o que ele vai aplicar e com responsabilidade e respeito com quem tem o vício e habilidade com o que vai manusear (T12).

Acho interessante a explicação, o manejo, a pessoa tem que saber realmente manejar o que ela está fazendo [...] acho que o enfermeiro na unidade fazendo acupuntura seria interessante, uma coisa gratuita [...] (T14).

Acho que vai ser bem interessante não só em questão do tabagismo, mas também em pacientes que tenham doenças psíquicas principalmente, pessoas com ansiedade, pessoas com Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC) [...] é muito importante o enfermeiro explicar todo o procedimento, o porquê, eu fui saber mesmo quando você me explicou (T15).

Quando perguntado se *Recomendaria a Auriculoterapia a outros*, os participantes relataram na Categoria 6:

Pode ter certeza, se funciona para mim vai funcionar para outros, recomendo sim, por que eu fumo desde os 12-14 anos e estou bem tranquila em relação ao cigarro (T1).

Sim com certeza, como eu disse eu não imaginava o efeito que tinha (T3).

Recomendo, eu fiz 6 sessões e tive um resultado significativo, imagina um tratamento a longo prazo, pode trazer mais resultados ainda (T4).

Sim, porque tira a ansiedade, aumenta a energia. Tinha muita dor nas juntas e sono ruim. Agora eu tenho energia para tudo, chego e vou fazer meu serviço fico até uma hora da madrugada costurando, fazendo minhas outras coisas, melhorou bastante (T5).

Eu recomendo porque ela alcança os objetivos, ela consegue dar resposta, mas você também como pessoa tem que confiar nisso e querer (T9).

Recomendo, inclusive já recomentei para bastante gente [...]. Pro cigarro assim eu fiquei boba de como funcionou, porque realmente funcionou e tirou à vontade (T10).

Recomendo porque acho que ela tem bastante eficácia, e tabagismo se eu tivesse me esforçado um pouco mais eu teria parado (T15).

4. Discussão

Participaram 15 membros da comunidade acadêmica, sendo 12 do sexo feminino e três do sexo masculino, com idade entre 20 e 64 anos (média de 37.6 anos). Destes sete são estudantes, cinco professores, três servidores aposentados. Dentre estes, três possuem ensino fundamental incompleto, sete ensino médio, e cinco pós-graduação. Dos 15 participantes, apenas quatro havia sido submetido a acupuntura e ou auriculoterapia antes de 2020. Durante a pesquisa, os 15 participantes foram submetidos a auriculoterapia com a utilização de cristais radiônicos.

Os principais desequilíbrios de saúde apresentados pelos participantes deste estudo, estão situados entre queixas, sintomas e patologias: alterações de humor, ansiedade, em particular em tempos de pandemia pela COVID19, estresse, tensão, nervosismo, irritabilidade, depressão, tristeza, bipolaridade, angústia; dores musculares, na coluna lombar e cervical, dor nos tornozelos, nos pés, nos punhos, nos joelhos, nos ombros, bursite, cialgia, cefaleia, enxaqueca, cólica renal, fibromialgia; processos inflamatórios ativos ou residuais como a sinusite, renite, gastrite, labirintite; alterações neuroendócrinas/fisiológicas como a tosse, alergia, cansaço, insônia, fogachos e hipersudorese da menopausa, psoríase, compulsão alimentar com ganho de peso, obstipação intestinal, má digestão, baixa de vitalidade, zumbido, edema nos pés, má circulação e tabagismo.

A análise dos relatos, permitiu apreender a experiência passada e presente no que tange a vivência do tabagismo, bem como, trouxe as expectativas frente ao desejo de parar de fumar. Assim, o conhecimento sobre a Medicina Tradicional Chinesa (MTC, acupuntura e a auriculoterapia, apareceu de forma incipiente. Alguns ouviram falar por outras pessoas que já foram submetidas, por meio da mídia, outros já haviam sido submetidos para parar de fumar, outros ouviram sobre acupuntura, mas não sobre auriculoterapia.

As Práticas Integrativas e Complementares (PIC) como a acupuntura e a auriculoterapia, são consideradas práticas de enfermagem promissoras, podendo contribuir de forma positiva na redução dos tratamentos farmacológicos. (Goyatá, et al.,

2016; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017). A acupuntura é considerada eficaz opção para tratamento de desconfortos físicos e emocionais, sendo seus efeitos colaterais mínimos. Tornou-se prática incentivada e indicada por órgãos e entidades de saúde no âmbito nacional e mundial. Todos os profissionais de saúde, principalmente, enfermeiros, poderão realizá-la, se aptos, ou ainda indicar o uso da acupuntura como um tratamento não farmacológico para alívio de desconfortos, com o intuito de possibilitar saúde mental, física, emocional e espiritual (Brasil, 2018; Martins, et al., 2020).

O pouco conhecimento sobre as PICs, especialmente a auriculoterapia, não está disseminado apenas na população em geral, como também permeia as profissões em especial as da área da saúde. Para além da divulgação e incentivo a toda população faz-se necessário investir em formação. Assim, faz-se necessário que as instituições de ensino superior (IES) de saúde possam adotar em sua grade curricular, da graduação e pós-graduação, as PICs, permitindo que os profissionais da saúde, particularmente os da enfermagem tenham formação qualificada, integral, completa e humanizada. (Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Calado, et al., 2019)

Quanto à eficácia frente ao tabagismo e outros problemas de saúde, a auriculoterapia pode ser indicada para o tratamento de muitas patologias e desconfortos, tais como, enfermidades dolorosas, inflamatórias, endocrinometabólicas e do sistema urogenital, enfermidades de caráter funcional, crônicas, infectocontagiosas, neurológica, psicológica, no controle da ansiedade e da depressão, o estresse, a lombalgia, obesidade, doenças musculoesqueléticas, hérnias de disco, enxaqueca, bursite, tendinite, hipertensão Também eficaz em intoxicações por uso de drogas, tabaco e medicações (Kurebayashi, Silva, 2015; Goyatá, et al., 2016; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Calado, et al., 2019; Jales, et al., 2019).

Neste estudo, o foco principal para aplicação dos acupontos de auriculoterapia, foi a ansiedade, uma das principais causas para o uso do tabaco. Os participantes durante as seis sessões de auriculoterapia e após, sentiram-se tranquilos, com diminuição da ansiedade, conseqüentemente na diminuição da quantidade de cigarros, bem como, outros problemas apresentados durante a pesquisa, em especial a Tensão e a ansiedade ainda mais agravada em tempos de pandemia pela COVID19. Estudos mostraram que a pandemia pela COVID19 para além da mortalidade em todo o mundo, trouxe morbidades para a população em geral em especial para os que atuam na linha de frente nos serviços de saúde, aos que enfrentam a doença junto aos seus familiares, desencadeando ansiedade, tensão, estresse e conseqüentemente, o aumento do consumo de cigarro (Oliveira, et al., 2021; Depolli, et al., 2021).

Sabe-se que os tratamentos predominantes dos transtornos de ansiedade têm sido os farmacológicos e psicoterápicos, sendo os mais prescritos no mundo, utilizados como ansiolíticos e hipnóticos. Esse tipo de tratamento ocasiona dependência física, química e psicológica, quando há o uso abusivo e prolongado. Diante dessa evidência, torna-se imprescindível mais estudos sobre os efeitos das PIC, particularmente a acupuntura sistêmica e auricular no tratamento da ansiedade, com vistas a contribuir para a redução do tratamento farmacológico e seus efeitos colaterais. Faz-se necessário estimular, incentivar e formar profissionais enfermeiros em acupunturista e ou auriculoterapeuta para cuidar de diferentes populações, no que tange a ansiedade e ao tabagismo, dentre tantos outros agravos (Goyatá, et al., 2016; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Calado, et al., 2019). No que se refere ao papel do Enfermeiro atuando nas PICs, foi unânime os relatos dos participantes no sentido de que o profissional de enfermagem é capacitado para fazer orientações precisas sobre as ações de cuidado em auriculoterapia, esclarece dúvidas, tem paciência, suas ações estão pautadas no acolhimento, na humanização, age com segurança e competência técnica.

O enfermeiro acupunturista é percebido como profissional responsável, que orienta sobre o procedimento realizado com capacidade técnica. O campo de atuação nas PICS, se estende à vários profissionais de saúde com formação superior, particularmente enfermeiro (Rocha, et al., 2015; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017). Muitos Enfermeiros deixam de buscar novas formas e novas ações de cuidado de acordo com as necessidades dos clientes, devido à formação acadêmica pautada no modelo hospitalocêntrico, curativista, influenciada pelo modelo biomédico que prioriza as tecnologias duras e a segmentação do

cuidado, não conhecendo outras estratégias de saúde, como as PICs, que visualiza o ser humano em sua totalidade, oferecendo formas mais naturais de tratamento (Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Calado, et al., 2019).

Os relatos revelaram que todos os participantes desejam parar de fumar, a maioria diminuiu a quantidade de cigarros fumados por dia, mas alguns, estão receados que ao encerrar as sessões de auriculoterapia, voltarão a fumar. Assim, vale ressaltar que todos foram orientados a prosseguirem com a auriculoterapia no Ambulatório PAPSÍ da Unioeste, local de desenvolvimento deste estudo, porém, com a Pandemia da COVID19, o ambulatório esteve fechado no período da pesquisa e após, sem previsão de funcionamento no ano de 2020, pois as aulas presenciais não retornaram até então.

No que tange a quantidade de sessões, o bem-estar pode ocorrer logo na primeira sessão, visto que a média de sessões de auriculoterapia varia entre quatro a 10 sessões, sendo que já se pode obter eficácia para o problema de saúde que requer cuidado. Este quantitativo se dá de acordo com a necessidade de cada pessoa, podendo continuar o atendimento de forma programada para manter o equilíbrio dos meridianos, conseqüentemente mantendo sua melhora neste estudo, o protocolo estabelecido com os participantes foi de seis sessões obtendo-se melhora significativa para ansiedade e diminuição do uso de cigarro (Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Kurebayashi, et al., 2017).

Sobre as expectativas dos participantes sobre o enfermeiro atuando com auriculoterapia, vale ressaltar que houve unanimidade nos relatos apontando que continue sendo ético no que faz, aberto para sanar dúvidas, que continue com ações educativas, que seja mais divulgado sobre as ações do enfermeiro atuando com as PICs. A acupuntura está sendo difundida em todo o mundo entre profissionais da saúde, particularmente médicos e enfermeiros. Os enfermeiros são profissionais de destaque na implementação e utilização das PIC, sua formação está de acordo com os paradigmas desta ciência, a Medicina Tradicional Chinesa, por entender o ser humano em sua integralidade e não somente como soma de partes. Possuem respaldo legal para a atuação em serviços públicos e privados (Brasil, 2015; Kurebayashi, Silva, 2015; Contim, et al., 2020).

Neste sentido, após regulamentação e reconhecimento desta prática por enfermeiros, houve aceitabilidade destes profissionais por parte da população como mostrou os resultados deste estudo. A facilidade na aplicação da técnica, bem como, o pouco desconforto gerado na aplicação, somados a empatia, o respeito, a ética, características dos profissionais da Enfermagem, de tem sido relevante para complementar as ações de cuidado do enfermeiro para todas as populações, em especial aos tabagistas (Brasil, 2015; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Cofen, 2018; Contim, et al., 2020).

Todos os participantes relataram que recomendariam a auriculoterapia a outros, devido a eficácia nos resultados, superando suas expectativas (Kurebayashi, Silva, 2015; Caldeira, Silvério-Lopes, 2017; Azevedo, et al., 2019; Contim, et al., 2020).

5. Considerações Finais

Os participantes deste estudo relataram suas experiências vividas no que tange a ansiedade e ao tabagismo, demonstrando conhecimentos ainda incipientes sobre as formas, ações e estratégias para lidar com essa situação vivenciada. Não diferente de outras populações, buscam a cura para seus problemas de saúde por meio de medicamentos, por não conhecer e não ter acesso a outros tipos de terapias, como as PICs, especificamente a acupuntura e a auriculoterapia.

Todos foram receptivos ao atendimento realizado pelo Enfermeiro, como aquele que soma conhecimentos holísticos, técnicos, éticos, científicos e de cuidado, satisfazendo as necessidades e as expectativas no que se refere aos agravos que requer cuidado, por perceberem resultado satisfatório além de suas expectativas no que tange ao controle da ansiedade e a diminuição da vontade de fumar.

Reconhecem o profissional da Enfermagem como capacitado, competente tecnicamente, responsável, dedicado, com facilidade para orientar sobre suas ações de cuidado, transmitindo segurança àquele que cuida. Diante disto, recomendam a auriculoterapia a outros, por se sentirem beneficiados com sua eficácia da técnica, bem como, com a ação de cuidado recebida,

se referindo aos agravos ainda mais acentuados em tempos de pandemia como a atual COVID 19. Diante disto, este estudo aponta sobre a importância de qualificação e formação dos profissionais enfermeiros para atuarem nas PIC, o que agregaria qualidade nas ações de cuidado prestadas.

Como limitação deste estudo, destaca-se que foi desenvolvido com apenas 15 participantes com transtorno de ansiedade e tabagistas, vinculados a uma universidade pública no interior do Estado do Paraná, carecendo de outros estudos com outras populações e agravos à saúde, capazes de mostrar a eficácia das PIC de forma mais ampliada, bem como, sobre a importância de difusão desta prática por enfermeiros quer seja, no âmbito do ensino, da pesquisa ou da assistência. Assim, fica como sugestão para trabalhos futuros a aplicação de escalas com o intuito de verificar o nível de dependência e o grau de ansiedade antes de iniciar o tratamento, no decorrer e ao término do tratamento com auriculoterapia, juntamente com maior número de sessões para se obter melhores resultados, bem como, como ampliar o estudo com outras populações fora da universidade, em especial, aquelas usuárias dos serviços públicos de saúde.

Referências

- Azevedo, C., Moura, C. C., Corrêa, H. P., Mata, L. R. F., Chaves, É. C. L., & Chianca, T. C. M. (2019). Práticas integrativas e complementares no âmbito da enfermagem: aspectos legais e panorama acadêmico-assistencial. *Revista Anna Nery*, 23(2), 1-9. https://www.scielo.br/pdf/ean/v23n2/pt_1414-8145-ean-23-02-e20180389.pdf.
- Biemacki, P., & Waldorf, D. (1981). Snowball sampling: problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological Methods & Research*, 10(2), 141-163. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/004912418101000205>.
- Brasil (2015). Ministério da Saúde. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. Brasília, DF. http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares.pdf.
- Brasil (2020). Ministério da Saúde. Coordenação de Gestão de Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas - CPCD. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo. Brasília, DF. http://conitec.gov.br/images/Relatorios/2020/Relatorio_PCDD_Tabagismo_520_2020_FINAL.pdf.
- Brasil (2020). Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. <http://bvsms.saude.gov.br/edicoes-2020/is-n-01/3116-tabagismo>.
- Calado, R. S. F., Silva, A. A. O. B., Oliveira, D. A. L., Silva, G. A. M., Silva, J. C. B., Silva, L. C., Lemos, M. E. P., & Santos, R. C. (2019). Ensino das práticas integrativas e complementares na formação em enfermagem. *Revista Enfermagem UFPE*, 13(1), 261-267. <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/237094/31171>.
- Caldeira, S., & Silvério-Lopes, S. (2017). Auriculoterapia Realizada por Enfermeiro no Âmbito Domiciliar: Percepção dos Clientes. *Revista Brasileira Terapia e Saúde*, 7(2), 9-16. <http://www.omnipax.com.br/RBTS/artigos/v7n2/RBTS-7-2-3.html>.
- Conselho Federal de Enfermagem (2018). Resolução Cofen Nº 585/2018. Estabelece e reconhece Acupuntura como especialidade e/ou qualificação do profissional de Enfermagem. http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-585-2018_64784.html.
- Contim, C. L. V., Espírito Santo, F. H., & Moretto, I. G. (2020). Applicability of auriculotherapy in cancer patients: an integrative literature review. *Rev Esc Enferm USP*, 54(e03609), 1-12. <http://www.revenf.bvs.br/pdf/reeusp/v54/1980-220X-reeusp-54-e03609.pdf>.
- Depolli, G. T., Brozzi, J. S., Perobelli, A. O., Alves, B. L., & Barreira-Nielsen, C. (2021). Ansiedade e depressão em atendimento presencial e telessaúde durante a pandemia de Covid-19: um estudo comparativo. *Trabalho, Educação e Saúde*, 19(e00317149), 1-15. <https://www.scielo.br/j/tes/a/pjxnjTMqTYV44hnWJSGW4Gs/?lang=pt&format=pdf>.
- Fiocruz (2020). Ministério da Saúde. Acupuntura e auriculoterapia no controle do tabagismo em adultos e idosos. <https://www.dropbox.com/s/aa4ycqsdnrpkxor/PROTOCOLO-tabagismo-Acupuntura.docx>
- Goyatá, S. L. T., Avelino, C. C. V., Santos, S. V. M.; Souza, J. R., Gurgel, M. D. S. L., & Terra, F. S. Effects from acupuncture in treating anxiety: integrative review. *Rev Bras Enferm*, 69(3), 602-609. <https://www.scielo.br/pdf/reben/v69n3/0034-7167-reben-69-03-0602.pdf>.
- Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia para Políticas Públicas de Álcool E Outras Drogas (2012). II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas – II LENAD 2012. <https://inpad.org.br/wp-content/uploads/2014/03/Lenad-II-Relat%C3%B3rio.pdf>.
- Jales, R. D., Gomes, A. L. C., Silva, F. V., Pereira, I. L., Costa, L. F. P., & Almeida, S. A. (2019). Auriculoterapia no cuidado da ansiedade e depressão. *Revista Enfermagem UFPE*, 13(e240783), 1-9. <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/240783/32900>.
- Jesus, M. C. P., Braga, V. A. S., Lins, E. M., Jesus, R. R., Freitas, F. O., Silva, M. H., & Merighi, M. A. B. (2020). Fatores associados à experimentação do tabaco entre escolares adolescentes. *Revista Enfermagem UFPE*, 14(e244043), 1-8. <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/244043/35157>.
- Kurebayashi, L. F. S., & Silva, M. J. P. (2015). Auriculoterapia Chinesa para melhoria de qualidade de vida de equipe de Enfermagem. *Revista Brasileira Enfermagem*, 68(1), 117-123. <https://www.scielo.br/pdf/reben/v68n1/0034-7167-reben-68-01-0117.pdf>.

- Kurebayashi, L. F. S., Turrini, R. N. T., Souza Talita, P. B., Marques, C. F., Rodrigues, R. T. F., & Charlesworth, K. (2017). Auriculotherapy to reduce anxiety and pain in nursing professionals: a randomized clinical trial. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 25(e2843), 1-9. https://www.scielo.br/pdf/rlae/v25/pt_0104-1169-rlae-25-e2843.pdf
- Martins, E. S., Rocha, L. M., Araújo, A. P. J., Tavares, T. M. C. L., Castro, R. C. M. B., & Pinheiro, A. K. B. (2020). Efeito da acupuntura para alívio dos desconfortos físicos e emocionais na gestação. *Rev Fun Care*. 12, 227-232. <http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/viewFile/8263/pdf>.
- Mattos, L. R., Abreu, A. M. M., Portela, L. F., Jomar, R. T., & Paixão, L. A. R. (2019). Cessação do tabagismo entre usuários da Estratégia Saúde da Família. *Revista Enfermagem UERJ*. 27(e38987), 1-6. [file:///C:/Users/Positivi/Downloads/38987-146734-2-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Positivi/Downloads/38987-146734-2-PB%20(2).pdf).
- Oliveira, C. M. C., Assis, B. B., Mendes, P.G., Lemos, I. C., Sousa, A. L. C., & Chianca, T. C. M. (2021). Auriculoterapia em profissionais de enfermagem na pandemia do coronavírus: estudo de casos múltiplos. *Revista Eletronica Enfermagem*. 23(65678), 1-9. <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/65678/36310>.
- Rocha, S. P., Benedetto, M. A. C., Fernandez, F. H. B., & Gallian, D. M. C. (2015). A trajetória da introdução e regulamentação da acupuntura no Brasil: memórias de desafios e lutas. *Ciência & Saúde Coletiva*. 20(1), 155-164. <https://www.scielo.br/pdf/csc/v20n1/1413-8123-csc-20-01-00155.pdf>.
- Rodrigues, P. R. M., Padez, C. M. P., Ferreira, M. G., Gonçalves-Silva, R. M. V., & Pereira, R. A. (2016). Multiple risk behaviors for non-communicable diseases and associated factors in adolescents. *Revista de Nutrição*. 29(2), 185-197. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732016000200185.
- Santos, C. B., Scortegagna, S. A., Franco, R. R. C., & Wibelinger, L. M. (2019). Clinical variables and reasons smokers seek treatment. SMAD. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas*. 15(2), 77-86. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v15n2/11.pdf>.
- Silva, R. M., Sousa, G. S., Vieira, L. J. E. S., Caldas, J. M. P., & Minayo, M. C. S. (2018). Suicidal ideation and attempt of older women in Northeastern Brazil. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 71(2),807-815. http://www.revenf.bvs.br/pdf/reben/v71s2/pt_0034-7167-reben-71-s2-0755.pdf.
- World Health Organization (2019). Report on The Global Tobacco Epidemic 2019. https://www.who.int/tobacco/global_report/en/.
- Zampier, V. S. B., Silva, M. H., Machado, R. E. T., Jesus, R. R; Jesus, M. C. P., & Merighi, M. A. B. (2019). Abordagem do enfermeiro aos usuários tabagistas na atenção primária à saúde. *Rev. brasileira enfermagem*. 72(4), 1001-1008. https://www.scielo.br/pdf/reben/v72n4/pt_0034-7167-reben-72-04-0948.pdf.