



## ACUPUNTURA AURICULAR PARA MELHORIA DE QUALIDADE DE VIDA DE TRABALHADORES

*Ana Paula Pereira\*; Edgard Luiz de Andrade Junior\*\**

*\*Mestre em Biociências e Saúde pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Psicóloga, Acupunturista, Professora na Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Joaçaba/SC.*

*E.mail: ana.pereira@unoesc.edu.br*

*\*\* Acadêmico do Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Joaçaba/SC. E.mail: e.junior@unoesc.edu.br*

As contínuas mudanças na sociedade denotam interferir na qualidade de vida dos trabalhadores. O conceito Qualidade de Vida (QVT) envolve tanto o aspecto físico e ambiental, como os aspectos psicológicos do local de trabalho. Para a obtenção de uma condição energética mais equilibrada e estável, a acupuntura auricular ou auriculoterapia, pode ser uma prática de grande aceitabilidade, segurança e eficácia, pelo reconhecimento de seus efeitos positivos em distúrbios físicos, psíquicos e mentais de trabalhadores. A acupuntura auricular é uma prática integrativa e complementar em saúde (PICS) implantada no SUS em 2006. O objetivo do trabalho foi de utilizar a Acupuntura Auricular para a melhoria da qualidade de vida de trabalhadores. Trata-se de uma pesquisa quanti-qualitativa. Participaram da pesquisa 7 trabalhadores, maiores de dezoito anos, que tinha contrato celetista. A coleta de dados se deu na Clínica Escola do Curso de Psicologia da Unoesc de Joaçaba/SC, de outubro a dezembro de 2019. Como instrumentos de coleta, foi utilizada anamnese e o WHOQOL-BREF, este aplicado na primeira e na última sessão. Os dados foram analisados a partir dos registros dos atendimentos bem como da interpretação dos resultados dos instrumentos. O número de sessões para aplicação da Acupuntura Auricular variou entre 5 e 10, sendo 1 por semana. No que se refere aos resultados, notou-se que 3 características ficaram abaixo da média para todos os participantes na coleta da primeira sessão. Entretanto, na última sessão, houve aumento significativo destes resultados: dor e desconforto e dependência de medicação ou de tratamentos de 23,21, para 76,78 pontos; sentimentos negativos de 33,92 para 66,07 pontos (quanto mais próximo de 100, melhores são os resultados). Na autoavaliação da qualidade de vida, o resultado foi de 15,42 pontos na primeira sessão e 18,85 na última. Assim sendo, os dados resultantes desta intervenção sugerem que a Acupuntura Auricular foi efetiva para a melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores principalmente nos itens dor e desconforto e dependência de medicamentos ou tratamentos, onde ocorreu aumento da pontuação em mais de 300% em comparação com a primeira sessão e, em relação aos sentimentos negativos, revelou um aumento de quase 200% da pontuação. Houve aumento na percepção da qualidade de vida, bem como da capacidade funcional por diminuição da limitação por aspectos físicos (diminuiu a dor) aumentando a vitalidade, melhora nos aspectos sociais, diminuição da limitação por aspectos emocionais com melhora da saúde mental. Estes resultados sugerem que a Acupuntura Auricular pode ser utilizada nas estratégias de promoção da qualidade de vida dos trabalhadores.

**Palavras-chave:** Acupuntura Auricular. Qualidade de Vida. Trabalhadores.

### REFERÊNCIAS

BERGAMIN, E. et al. Auriculoterapia na Qualidade de Vida de Professores de um Centro de Educação Infantil de Chapecó (SC). **Rev Bras Terap e Saúde**, 4(1):7-11, 2013.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS):** quais são e para que servem. 2019. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>. Acesso em: 11 ago. 2019.

HIPÓLITO, M. C. V. et al. Qualidade de vida no trabalho: avaliação de estudos de intervenção. **Rev Bras Enferm**. 2017 jan-fev;70(1):189-97.

WHO (World Health Organization). **Report of the working group on auricular acupuncture nomenclature**. France, 1990.