



## AURICULOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA IDOSA

*Daniel Kenzi Mariano Sato*<sup>1</sup>, *Leonardo Luiz de Lima*<sup>2</sup>, *Lívia Hanna de Oliveira*<sup>3</sup>, *Natalia Quevedo dos Santos*<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. [daniel12ksato@gmail.com](mailto:daniel12ksato@gmail.com)

<sup>2</sup> Acadêmico do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. [leonardoluzlima3@gmail.com](mailto:leonardoluzlima3@gmail.com)

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. [liviahannaoliveira@gmail.com](mailto:liviahannaoliveira@gmail.com)

<sup>4</sup> Orientadora, Doutora em Promoção da Saúde, Docente no Curso de Fisioterapia, UNICESUMAR. [natalia.santos@unicesumar.edu.br](mailto:natalia.santos@unicesumar.edu.br)

### RESUMO

A auriculoterapia, é uma prática integrativa complementar de origem chinesa, visa promover equilíbrio físico e emocional por meio da estimulação de pontos de pressão na orelha. A má qualidade do sono afeta grande parte da população, sendo os idosos um dos grupos mais prejudicados, com impactos tanto nas capacidades motoras quanto na interação social. Tem como objetivo avaliar a melhora da qualidade de vida de idosos por meio da auriculoterapia. Este estudo é do tipo transversal e quantitativo, que é uma intervenção de sessões de auriculoterapia em pessoas idosas. Será aplicado um perfil sociodemográfico e de um questionário de qualidade de vida Whoqol-bref antes e após 24 sessões de auriculoterapia, que serão realizadas duas vezes por semana com idosos que participam do Laboratório de Intervenção Interdisciplinar em Promoção da Saúde (LIIPS) da Universidade Cesumar. Será verificado que após as 24 sessões a qualidade de vida dos idosos melhorou. Espera-se que os resultados revelem se a auriculoterapia contribui para a melhoria da qualidade de vida dos idosos, podendo ser considerada uma alternativa terapêutica eficaz nesse contexto.

**PALAVRAS-CHAVE:** Auriculoterapia; Idosos; Qualidade de vida.

### 1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional representa uma das transformações demográficas mais significativas do século XXI, impactando de forma direta os sistemas de saúde, economia e políticas públicas em todo o mundo. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), estima-se que, até 2030, o Brasil terá mais idosos do que crianças, marcando uma profunda alteração no perfil etário da população (Brasil, 2023). Com o avanço da idade, aumentam-se as queixas relacionadas a distúrbios físicos, cognitivos e emocionais, como ansiedade, insônia, solidão e instabilidade emocional, fatores que influenciam de maneira negativa a qualidade de vida dos idosos (Ferreira et al., 2019).

A qualidade de vida, enquanto conceito multidimensional, envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais, espirituais e ambientais, sendo especialmente relevante na terceira idade, etapa da vida em que a manutenção do bem-estar global passa a ser o principal objetivo das ações de saúde (WHO, 1998). Nesse contexto, a promoção da saúde e a prevenção de agravos despontam como estratégias centrais no cuidado ao idoso, em substituição a abordagens exclusivamente curativas. Com isso, tem-se ampliado o uso de terapias integrativas e complementares que buscam harmonizar o corpo e a mente, promovendo autonomia, funcionalidade e bem-estar.

Entre essas terapias, a auriculoterapia — técnica derivada da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) — tem se destacado como recurso acessível e eficaz no tratamento de diversas condições emocionais e físicas. Consiste na estimulação de pontos específicos na orelha externa, que representam diferentes partes e funções do corpo humano, utilizando-se agulhas, sementes, esferas magnéticas ou laser (Santana; Neves; Sousa, 2020). A auriculoterapia já é reconhecida como uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) oferecidas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), e sua aplicação em



idosos vem ganhando destaque na literatura científica pelas respostas positivas obtidas em relação à ansiedade, à qualidade do sono e ao equilíbrio emocional (Rodrigues et al., 2021).

A estimulação de pontos como Shenmen, Coração, Rim, Ansiedade 1 e Sono tem sido associada à modulação do sistema nervoso autônomo, redução do cortisol, aumento da produção de serotonina e melatonina, além de promover relaxamento e alívio das tensões físicas e psíquicas (Silva; Pontes; Lima, 2022). Esses benefícios se mostram especialmente relevantes na população idosa, muitas vezes acometida por sentimento de insegurança, luto, dependência funcional, distúrbios do sono e alterações do humor, condições que interferem diretamente na percepção de qualidade de vida e no convívio social. Diante do exposto, o objetivo deste estudo é identificar possíveis melhorias na qualidade de vida de pessoas idosas associadas à auriculoterapia.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

O estudo será realizado após aprovação do Comitê de Ética e do Laboratório Interdisciplinar de Intervenções em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar. Todos os participantes assinarão o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo voluntariedade, sigilo e direito à desistência. A população-alvo são pessoas idosas vinculadas ao laboratório LIIPS.

Especificamente, busca-se caracterizar o perfil sociodemográfico dos participantes, verificar a eficácia da intervenção ao comparar os resultados de qualidade de vida antes e após a finalização das sessões, e analisar possíveis mudanças nos domínios físico, psicológico, das relações sociais e do meio ambiente com base nos resultados obtidos pelo questionário WHOQOL-bref.

Dois pesquisadores qualificados aplicarão um questionário sociodemográfico e o WHOQOL-bref, versão validada no Brasil do instrumento da OMS para avaliação da qualidade de vida, com 26 itens divididos em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Os participantes passarão por 24 sessões de auriculoterapia, duas vezes por semana, com duração de 30 minutos cada, ao longo de três meses. Após esse período, os mesmos instrumentos serão reaplicados.

Os dados serão analisados estatisticamente a partir das respostas aos seis instrumentos aplicados (WHOQOL-BREF, WHOQOL-OLD, Escala de Estresse Percebido, Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh, Escala de Depressão Geriátrica e Inventário de Ansiedade Geriátrica). Inicialmente, será realizada uma análise descritiva, contemplando frequências absolutas e relativas, médias, medianas e desvios-padrão. A normalidade da distribuição dos escores será verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. Para comparar os resultados entre os momentos pré e pós-intervenção, serão empregados testes estatísticos adequados: teste t de Student pareado, no caso de distribuição normal, ou teste de Wilcoxon para dados não paramétricos. Em análises envolvendo mais de dois momentos ou domínios múltiplos, poderão ser utilizados ANOVA para medidas repetidas ou o teste de Friedman, conforme a adequação. O nível de significância adotado será de 5% ( $p < 0,05$ ).

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Espera-se que, ao final da intervenção com auriculoterapia, os idosos participantes apresentem melhorias significativas em sua qualidade de vida, especialmente nos aspectos relacionados ao sono, bem-estar emocional e equilíbrio físico. A prática, sendo uma terapia integrativa acessível e não invasiva, tem potencial para promover relaxamento, reduzir sintomas de ansiedade e melhorar o humor, fatores frequentemente comprometidos no processo de envelhecimento.



Com a análise dos dados obtidos antes e após as sessões, pretende-se identificar mudanças positivas nos domínios avaliados pelo questionário WHOQOL-bref, contribuindo para a validação da auriculoterapia como uma estratégia complementar eficaz no cuidado à saúde da pessoa idosa.

## REFERÊNCIAS

A aplicação da auriculoterapia e seus benefícios em idosos: uma revisão da literatura. In: **CONGRESSO INTERNACIONAL DE HUMANIDADES & HUMANIZAÇÃO EM SAÚDE**, 2021, João Pessoa. **Anais** [...]. João Pessoa: **Editora Realize**, 2021. Disponível em: [https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2021/TRABALHO\\_EV160\\_MD4\\_SA119\\_ID2653\\_19092021141807.pdf](https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2021/TRABALHO_EV160_MD4_SA119_ID2653_19092021141807.pdf). Acesso em: 20 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Relatório de Projeções Populacionais 2023**. Brasília: MS, 2023.

CASTRO, R. M. M. de et al. Utilização da aromaterapia e auriculoterapia como métodos não farmacológicos para alívio da dor em idosos. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 8, p. 60770–60787, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n8-479>.

CORREA, H. P. et al. Effects of auriculotherapy on stress, anxiety and depression in adults and older adults: a systematic review. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, p. e03626, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019016403626>.

Efficacy of auriculotherapy for decreasing anxiety and stress among perioperative nursing workers: a mixed study. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 52, p. e4275, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.7218.4275>.

FERREIRA, A. R. et al. Qualidade de vida de idosos: uma análise integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 1, p. e180139, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.180139>.

MUNHOZ, O. L. et al. Effectiveness of auriculotherapy for anxiety, stress or burnout in health professionals: a network meta-analysis. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 30, p. e3708, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6219.3708>.

RODRIGUES, L. P. et al. Efeitos da auriculoterapia em idosos com ansiedade: uma revisão integrativa. **Revista de Terapias Complementares**, Salvador, v. 6, n. 2, p. 88–96, 2021.

SANTANA, T. B.; NEVES, L. P.; SOUSA, R. C. Auriculoterapia como prática integrativa no SUS: contribuições à saúde mental. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 44, n. esp. 4, p. 216–225, 2020.

SILVA, J. F. C. da; DUQUE NETO, S. P.; SOUSA, A. C. P. A aplicação da auriculoterapia em idosos atendidos na atenção primária à saúde: um estudo clínico quase-experimental. **Revista Brasileira de Promoção da Saúde**, Fortaleza, v. 22, n. 4, p. 24–31, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/rbps/article/view/31500>. Acesso em: 20 set. 2025.



SILVA, M. F.; PONTES, C. N.; LIMA, S. V. Efeitos da auriculoterapia em sintomas emocionais de idosos institucionalizados. **Cadernos de Terapias Naturais**, Recife, v. 11, n. 1, p. 22–30, 2022.

Uso da auriculoterapia em idosos com dor crônica: revisão integrativa. Fortaleza: **Universidade Federal do Ceará**, 2018. Disponível em: <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/38378>. Acesso em: 20 set. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **WHOQOL: measuring quality of life**. Geneva: WHO, 1998.