

## **INOVAÇÃO E PROTAGONISMO: AURICULOTERAPIA INTEGRADA À PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL E AO COMBATE DA AUTOMEDICAÇÃO**

Emanuelle de Abreu Moreira Vieira Luz<sup>1</sup>, Maria Fernanda Almeida Alexandre<sup>2</sup>, Quêren-Hapuque Nunes Santana<sup>3</sup>, Francileuda Batista de Almeida Alexandre<sup>4</sup>, Kenia K Filgueira do Patrocínio, Cícera Nádia Alves da Silva, Vina del Mar da Silva Martins<sup>7</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Afya Paraíba - João Pessoa

### **Introdução**

A saúde mental dos adolescentes constitui um desafio crescente na atenção primária, com aumento significativo de casos de depressão, ansiedade e ideação suicida nos últimos anos. As Unidades Básicas de Saúde (UBS) desempenham papel estratégico na detecção precoce desses agravos, oferecendo acolhimento, escuta qualificada e encaminhamento adequado para serviços especializados quando necessário, além da realização de intervenções multidisciplinares para potencializar o bem-estar emocional e favorecer o desenvolvimento saudável dos jovens (Silva et al., 2024).

A auriculoterapia, reconhecida como uma das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) pelo Ministério da Saúde, tem ganhado espaço nas UBS como estratégia auxiliar no cuidado à saúde mental de adolescentes. Estudos recentes sugerem que a auriculoterapia pode contribuir para a redução de sintomas de ansiedade, estresse e insônia, atuando como complemento às abordagens convencionais (Brasil, 2018).

A automedicação entre adolescentes é um fenômeno preocupante, frequentemente associado à busca por alívio rápido de sintomas emocionais ou físicos sem orientação profissional. A UBS deve atuar ativamente na educação em saúde, promovendo campanhas informativas e orientações sobre o uso racional de medicamentos (Oliveira et al., 2023; Carvalho & Lima, 2025).

Assim, objetiva-se relatar a experiência de promover ações integradas na UBS envolvendo auriculoterapia, promoção da saúde mental e prevenção da automedicação para adolescentes destacando a articulação entre equipe multiprofissional, discentes e a comunidade para o cuidado integral com possibilidades terapêuticas baseadas em evidências.

### **Relato de experiência**

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência realizado em uma UBS localizada no litoral paraibano, com foco na promoção da saúde mental e no combate à automedicação entre adolescentes. A ação foi desenvolvida por discentes do curso de Medicina da Afya Paraíba, sob supervisão docente, integrando o campo teórico e prático da formação médica.

As atividades ocorreram em um turno de atendimento da UBS e contaram com a participação de aproximadamente 50 adolescentes, acompanhados pela equipe multiprofissional. Inicialmente, foi realizada uma roda de conversa introdutória, na qual se discutiram temas como ansiedade, depressão, automedicação e uso racional de medicamentos, utilizando linguagem acessível e recursos visuais para estimular o diálogo e a participação dos jovens. Em seguida, o grupo foi dividido em dois momentos: três estudantes conduziram a palestra com cerca de 25 adolescentes, enquanto outros quatro realizaram simultaneamente a prática de auriculoterapia, sob supervisão e orientação profissional. Após a primeira etapa, os grupos realizaram revezamento, de modo que todos os participantes pudessem vivenciar a experiência educativa e terapêutica.

A prática de auriculoterapia foi executada conforme protocolos de pontos relacionados à ansiedade, ao sono e ao relaxamento, utilizando sementes de mostarda e material esterilizado, respeitando os princípios de biossegurança. Durante a aplicação, os estudantes orientaram os participantes sobre os efeitos esperados, o autocuidado e a importância do acompanhamento profissional em caso de sintomas persistentes. Durante o processo, observou-se grande interesse dos adolescentes, que relataram sensações de tranquilidade e curiosidade acerca da terapia. O ambiente de acolhimento e escuta proporcionado pela equipe favoreceu a confiança e o diálogo aberto sobre questões emocionais e hábitos de automedicação, muitas vezes naturalizados no cotidiano juvenil.

A experiência foi de grande relevância para a formação acadêmica e médica dos discentes, pois possibilitou vivenciar na prática os princípios da integralidade e da humanização do cuidado. Além disso, permitiu desenvolver habilidades de comunicação, empatia, trabalho em equipe e educação em saúde, competências essenciais para o exercício da medicina no contexto da Atenção Primária à Saúde.

A ação foi conduzida em conformidade com os preceitos éticos que regem atividades extensionistas e de promoção da saúde, respeitando o sigilo e o consentimento dos participantes.

## **Resultados e Discussão**

A ação extensionista realizada pelos discentes do curso de Medicina do litoral Paraibano, no âmbito da disciplina Integração Ensino, Serviço e Comunidade (IESC), produziu resultados expressivos no campo da promoção da saúde mental e prevenção da automedicação entre adolescentes. A atividade demonstrou a relevância das Práticas Integrativas e Complementares (PICs), especialmente a auriculoterapia, como estratégia



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico-Estudante  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

coadjuvante na atenção primária e no enfrentamento de sintomas psicoemocionais frequentes nesse público.

Durante a intervenção, foi possível observar uma adesão espontânea e engajada dos adolescentes, marcada por relatos de redução da ansiedade, melhora na concentração e sensação de relaxamento após a aplicação dos pontos auriculares. Esse resultado corrobora evidências descritas por Carvalho, Souza e Lima (2022), que identificam a auriculoterapia como um recurso eficaz na regulação neurofisiológica do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, com impacto positivo na modulação do estresse e no equilíbrio emocional.

A roda de conversa inicial na UBS proporcionou aos estudantes de medicina o desenvolvimento de habilidades comunicativas e empáticas, fundamentais para a prática clínica humanizada. Ao abordar temas como ansiedade, depressão, automedicação e uso racional de medicamentos sob uma ótica de saúde integral, os discentes vivenciaram princípios do SUS, como integralidade, equidade e humanização. Essa experiência prática reforça a importância da atenção primária e da clínica ampliada na formação médica, conforme as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN, 2014), promovendo postura ética, empatia, trabalho em equipe e educação permanente. O contato direto com a comunidade também favoreceu a escuta ativa e o acolhimento, consolidando competências essenciais para o cuidado centrado no paciente.

Os resultados destacam a relevância da intersetorialidade e da prevenção, especialmente diante do uso indiscriminado de medicamentos por adolescentes, como analgésicos e ansiolíticos sem prescrição, evidenciando um desafio contemporâneo para a farmacovigilância comunitária. A promoção da saúde mental na adolescência demanda estratégias que transcendam o modelo biomédico tradicional, integrando abordagens psicoeducativas, culturais e terapêuticas não farmacológicas, como auriculoterapia, meditação guiada, exercício físico e suporte familiar. Essas práticas auxiliam na regulação emocional e neuroendócrina, fortalecem vínculos sociais e contribuem para a redução do estigma das doenças mentais, conforme apontado por Silva et al. (2024).

Ao refletir sobre o futuro das doenças da mente, destaca-se a necessidade de modelos de cuidado integrativos, nos quais o estudante de Medicina compreenda a saúde mental não apenas como ausência de transtorno, mas como processo dinâmico de equilíbrio biopsicossocial. Assim, a experiência aqui relatada aponta para um novo paradigma educacional e clínico, no qual a empatia, o cuidado compartilhado e o uso racional de tecnologias leves tornam-se pilares da prática médica humanizada.



## Considerações finais

A ação extensionista dos estudantes de Medicina do litoral paraibano evidenciou o papel transformador da universidade ao integrar-se à comunidade, especialmente no cuidado à saúde mental de adolescentes. Práticas como auriculoterapia e rodas de conversa foram fundamentais para promover autoconhecimento, equilíbrio emocional e uso racional de medicamentos, indo além do consultório tradicional. Essa vivência consolidou um aprendizado ético e sensível, aproximando a formação médica das dimensões humanas do cuidado. Ao unir ciência e afeto, teoria e prática, os discentes compreenderam que a clínica integral valoriza corpo, mente e ambiente social, fortalecendo o compromisso social com o SUS e a dignidade da vida.

Diante dos frutos alcançados, torna-se evidente a necessidade de continuidade e expansão de projetos semelhantes, que articulem saberes e transformem realidades. Incentivar novas ações como esta é investir em uma formação médica mais empática, crítica e humanizada, capaz de cultivar, nas comunidades e nos corações, a essência do cuidado que verdadeiramente cura.

## Referências

BRASIL. **Ministério da Educação. Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina.** Resolução CNE/CES nº 3, de 20 de junho de 2014. Brasília: MEC, 2014.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Diretrizes para Práticas Integrativas e Complementares no SUS: Acupuntura.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

CARVALHO, L.; SOUZA, M.; LIMA, R. **Intervenções multiprofissionais na promoção da saúde mental de adolescentes em Unidades Básicas de Saúde: revisão narrativa.** Saúde em Debate, v. 46, n. 133, p. 1020–1032, 2022.

OLIVEIRA, L. S.; SILVA, J. F.; SANTOS, M. A. **Automedicação entre adolescentes brasileiros: revisão sistemática.** Revista de Saúde Pública, v. 57, p. 45, 2023.

SILVA, A. G.; SANTOS, M.; OLIVEIRA, L.; et al. **Prevalência de transtornos mentais em adolescentes brasileiros: revisão sistemática.** Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 43, n. 2, p. 123–131, 2021.

SILVA, R. M.; ALMEIDA, G. B.; FERREIRA, P. C.; et al. **Promoção da saúde mental na adolescência: desafios e perspectivas na Atenção Primária à Saúde.** Revista Brasileira de Saúde Mental e Coletiva, v. 12, n. 1, p. 45–59, 2024.