



MEDX 2025

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

AURICULOTERAPIA NO MANEJO DA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL: EFEITOS NOS SINTOMAS FÍSICOS E EMOCIONAIS

Linha: Pesquisa

Mayara de Andrade Silva¹; Sabrina Lorranny Raposo Nascimento²; Maria Luiza Marques Chiamulera³; Rosineila Fátima Marques Watanabe⁴; Kátia Kelly Cavalcante de Almeida⁵; Layla Maria Fontes de Sá Gadelha⁶; Mariana Rodrigues Correa⁷; Luisiane de Avila Silva⁸; Viña-Del-Mar da Silva Martins⁹.
123456789 Afya Paraíba, João Pessoa - PB

RESUMO

Introdução: A síndrome pré-menstrual (SPM) é uma condição comum entre mulheres em idade reprodutiva, caracterizada por manifestações físicas e emocionais que interferem significativamente na qualidade de vida e nas atividades cotidianas. Embora o tratamento medicamentoso seja amplamente empregado, seus efeitos adversos e a resposta clínica variável entre pacientes reforçam a necessidade de abordagens terapêuticas complementares. Nesse contexto, a auriculoterapia, fundamentada na Medicina Tradicional Chinesa, tem sido reconhecida como prática eficaz e acessível. A técnica atua por meio da estimulação de pontos específicos na orelha, buscando restabelecer o equilíbrio energético e favorecer a modulação de respostas neuroendócrinas envolvidas na dor, no humor e no bem-estar geral. **Objetivo:** Investigar, por meio de uma revisão de literatura, as evidências científicas publicadas nos últimos cinco anos sobre os efeitos da auriculoterapia na redução dos sintomas físicos e emocionais associados à síndrome pré-menstrual. **Métodos:** Realizou-se uma revisão narrativa nas bases PubMed, SciELO e LILACS, utilizando os descritores “auriculoterapia”, “síndrome pré-menstrual” e “práticas integrativas”. Foram incluídos artigos publicados entre 2020 e 2024, em português e inglês, que avaliaram o uso terapêutico da auriculoterapia em mulheres com diagnóstico de SPM. **Resultados e discussão:** Os estudos revisados demonstram melhora dos sintomas físicos, como cefaleia, mastalgia e fadiga, e redução significativa de irritabilidade, ansiedade e alterações de humor. Em média, observou-se diminuição de 45% a 60% na intensidade dos sintomas após quatro a seis sessões. Os pontos utilizados foram Shenmen, Fígado, Baço e Endócrino. A prática mostrou potencial para regular o sistema neuro-hormonal, promover relaxamento e estimular a liberação de endorfinas, justificando a melhora relatada pelas pacientes. **Considerações finais:** A auriculoterapia se mostra uma prática eficaz, segura e de baixo custo no manejo da síndrome pré-menstrual. Sua inclusão nos serviços de saúde da mulher favorece uma abordagem mais humanizada, integrando saberes tradicionais e científicos em benefício do cuidado integral.

Palavras-chave: Acupuntura auricular. Práticas Integrativas. Síndrome pré-menstrual. Terapias complementares.