

RESUMO SIMPLES - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

A EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NO MANEJO DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Ana Lúcia Vasconcelos Melo (lidiameloana@gmail.com)

Francisca Helena Guedes Barroso (helenaguedss2020@gmail.com)

Luana Dantas Loiola (ludantas278@gmail.com)

Maria Do Carmo Gomes (gmariadocarmo4@gmail.com)

Roberta Barros Cavalcante (robertacavalcante2018@gmail.com)

Taynara De Lima Siqueira (limataynara714@gmail.com)

INTRODUÇÃO: A ansiedade, quando excessiva, evolui para um transtorno psiquiátrico que compromete as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD). O estresse negativo prolongado agrava este quadro. As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) têm se destacado como valiosas estratégias terapêuticas complementares, sendo a auriculoterapia, derivada da Medicina Tradicional Chinesa terapias. Essas medicinas são usadas para restaurar o equilíbrio e promover o bem-estar., uma prática segura e não invasiva para o alívio de distúrbios emocionais. **OBJETIVO:** Observar a eficácia da auriculoterapia como intervenção não farmacológica no manejo e redução dos sintomas da ansiedade em adultos. **MATERIAL E MÉTODOS:** Trata-se de um estudo descritivo e exploratório do tipo revisão integrativa. A pesquisa foi realizada nas Bases de dados Google Scholar, utilizando as palavras-chaves: auriculoterapia; ansiedade; medicina tradicional chinesa; terapia complementar;

autoconhecimento. Foram incluídos artigos originais em português, na íntegra, publicados entre 2020 a 2025. RESULTADOS: Os achados demonstraram que a auriculoterapia é eficaz no tratamento da ansiedade, estresse e depressão em adultos e idosos. Os estudos validam a técnica como segura, de baixo custo e demonstram sua efetividade no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS). CONCLUSÃO: A revisão de literatura demonstra a eficácia consolidada da auriculoterapia como intervenção não farmacológica para ansiedade e estresse em adultos. Sua efetividade, segurança e baixo custo a qualificam para a inserção na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) do SUS. A auriculoterapia, como parte da abordagem multidisciplinar, oferece um cuidado mais completo e adaptado, contribuindo para melhores resultados clínicos e a melhoria da qualidade de vida emocional dos pacientes.

Palavras-chave: auriculoterapia; ansiedade; medicina tradicional chinesa; terapia complementar.