

Pandemia COVID-19: relato do uso de auriculoterapia na otimização da saúde de trabalhadores de urgência

COVID-19 pandemic: report on the use of auriculotherapy to optimize emergency workers' health

Pandemia COVID-19: informe sobre el uso de auriculoterapia para optimizar la salud de los trabajadores de emergencia

Rosiane Lopes Trigueiro^{I,II}

ORCID: 0000-0001-9542-7864

Açucena Leal de Araújo^I

ORCID: 0000-0002-0100-0147

Thereza Maria Magalhães Moreira^I

ORCID: 0000-0003-1424-0649

Raquel Sampaio Florêncio^I

ORCID: 0000-0003-3119-7187

^I Universidade Estadual do Ceará. Fortaleza, Ceará, Brasil.

^{II} Secretaria de Saúde do Ceará, Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. Fortaleza, Ceará, Brasil.

Como citar este artigo:

Trigueiro RL, Araújo AL, Moreira TMM, Florêncio RS.
COVID-19 pandemic: report on the use of
auriculotherapy to optimize emergency workers' health.
Rev Bras Enferm. 2020;73(Suppl 2):e20200507.
doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0507>

Autor Correspondente:

Raquel Sampaio Florêncio
E-mail: raquelsampy@hotmail.com



EDITOR CHEFE: Dulce Barbosa

EDITOR ASSOCIADO: Alexandre Balsanelli

Submissão: 14-05-2020

Aprovação: 07-09-2020

RESUMO

Objetivo: Relatar o uso de auriculoterapia na otimização da saúde de trabalhadores de urgência durante a pandemia da COVID-19. **Métodos:** Relata-se a experiência de aplicação da auriculoterapia em 48 trabalhadores de uma base do serviço de atendimento móvel de urgência situada em uma cidade do Nordeste brasileiro. **Resultados:** Realizaram-se seis sessões de auriculoterapia, com duração de oito minutos cada, com base em protocolos específicos da área e da fisiologia energética chinesa. A prática visou contribuir com a melhora dos sintomas físicos (dor) e emocionais (ansiedade, estresse), maior promoção da saúde e aumento da disposição para o trabalho. Além disso, a experimentação dessa prática foi pensada como um piloto para a criação de um serviço de cuidado ao trabalhador. **Considerações finais:** A auriculoterapia foi relatada, levando em consideração a descrição da sua aplicação e seus pontos positivos e negativos em relação aos trabalhadores atuantes no cenário pandêmico, sendo requisitada sua continuidade.

Descritores: Auriculoterapia; COVID-19; Pandemias; Urgência; Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: To report the use of auriculotherapy to optimize emergency workers' health during the COVID-19 pandemic. **Methods:** Experience report of auriculotherapy application in 48 workers of a mobile emergency care service center located in a city in the Northeast of Brazil. **Results:** Six auriculotherapy sessions were held, each lasting eight minutes, based on specific protocols in the area and Chinese energy physiology. The aim of the practice was to contribute to the improvement of physical (pain) and emotional (anxiety, stress) symptoms, and the promotion of greater health and willingness to work. In addition, the experimentation of this practice was thought of as a pilot for the creation of a care service for workers. **Final considerations:** In the report of auriculotherapy, the description of its application and its positive and negative points in relation to professionals working in the pandemic scenario were considered and its continuity was requested.

Descriptors: Auriculotherapy; COVID-19; Pandemics; Urgency; Nursing.

RESUMEN

Objetivo: Informar el uso de auriculoterapia para optimizar la salud de los trabajadores de emergencia durante la pandemia COVID-19. **Métodos:** Informe de experiencia de aplicación de auriculoterapia en 48 trabajadores de un centro de servicio de emergencia móvil en una ciudad del nordeste de Brasil. **Resultados:** Se realizaron seis sesiones de auriculoterapia de ocho minutos cada una, basadas en protocolos específicos en el área y fisiología energética china. El objetivo fue mejorar los síntomas físicos (dolor) y emocionales (ansiedad, estrés), mayor promoción de la salud y disposición al trabajo. Además, se pensó en la experimentación de esta práctica como un piloto para la creación de un servicio de atención a los trabajadores. **Consideraciones finales:** En el informe de auriculoterapia, se tuvo en cuenta la descripción de su aplicación y sus puntos positivos y negativos en relación a los profesionales que trabajan en el escenario pandémico y se solicitó continuidad de la terapia.

Descritores: Auriculoterapia; COVID-19; Pandemias; Urgencia; Enfermería.

INTRODUÇÃO

No final de dezembro de 2019, Wuhan, cidade da China, registrou um quadro de pneumonia causada pelo coronavírus Sars-CoV-2 e denominada COVID-19. O surto da doença levou a Organização Mundial de Saúde (OMS) a declarar estado de emergência de saúde pública de interesse internacional em janeiro de 2020 e em 11 de março, a declarar a doença uma pandemia. Até 11 de maio, mundialmente, o número de países atingidos pela COVID-19 era de 215 países, havendo 4 milhões de infectados e mais de 280 mil óbitos, com taxa de letalidade de 6,8%⁽¹⁾.

No Brasil, o primeiro caso da COVID-19 foi registrado em 26 de fevereiro de 2020, sendo o primeiro país a registrar o surto na América Latina e atualmente com mais de 162 mil infectados e 11 mil óbitos. Nesse contexto, o Ceará destaca-se como um dos Estados mais atingidos⁽¹⁻²⁾. O principal problema da Covid-19 é a grande quantidade de casos graves, com forte pneumonia viral, comumente atendidos em urgência e emergência, e não raro com evolução para tratamento em Unidades de Terapia Intensiva (UTI). Some-se a isso, que a transmissão exponencial e pandêmica do Sars-Cov-2 gerou a falta mundial de equipamentos de proteção individual (EPI)⁽³⁾. Ademais, por ser uma doença nova, ainda inexistem vacinas para sua prevenção, fármacos que a curem e conhecimento aprofundado sobre a doença, gerando grande insegurança nos trabalhadores das unidades de saúde⁽¹⁾, sobretudo naqueles com atuação em urgência/emergência, como é o caso do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU).

A este cenário, se acrescentam as extensas cargas de trabalho a que têm sido submetido tais trabalhadores, com o adoecimento e mesmo morte de vários colegas de trabalho. Todo este contexto tem aflorado neles o sentimento de impotência e até de ausência de apoio institucional, gerando sofrimento psíquico⁽³⁾ inclusive pelo medo de infectar outras pessoas, principalmente sua família⁽⁴⁾.

Não têm sido raros nesses trabalhadores os relatos de depressão, ansiedade, insônia, angústia e até mesmo de exaustão psíquica em um contexto anterior à pandemia, sendo exacerbados por ela⁽⁴⁻⁵⁾. Assim, o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como terapêutica potencializadora do cuidado tem sido reconhecida e incorporada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro⁽⁶⁻⁷⁾.

Dentre as PICS, a auriculoterapia (ramo da Acupuntura) se destaca por seus efeitos a curto, médio e longo prazo na saúde das pessoas, bem como por ser de fácil aplicação. Inclui a estimulação mecânica de zonas específicas do pavilhão auricular, pois as orelhas têm pontos reflexos, que correspondem a todos os órgãos e funções corpóreas. Quando esses pontos são estimulados, é desencadeada uma série de fenômenos no cérebro que auxiliam no processo de cura. Assim, promove a analgesia e trata diferentes afecções físicas e psicológicas. Seus benefícios já são comprovados na redução dos níveis de estresse e ansiedade, promovendo assim, melhora da qualidade de vida⁽⁸⁾. Em contextos de crise, como o vivenciado por todos e, em especial, pelos os trabalhadores de saúde, percebe-se sobremaneira a necessidade desta terapia por todos seus benefícios.

OBJETIVO

Relatar o uso de auriculoterapia na otimização da saúde de trabalhadores de urgência durante a pandemia COVID-19.

MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência realizado de abril a maio de 2020, com aplicação de auriculoterapia em trabalhadores do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) no enfrentamento à COVID-19 em uma base localizada em uma cidade do Ceará, a qual está situada no Nordeste brasileiro.

O Ceará é um dos estados mais atingidos pela COVID-19, pois tem mais de 31 mil casos suspeitos, 18 mil casos confirmados, 185 de seus municípios atingidos e a capital, Fortaleza, têm a maior concentração de casos confirmados e óbitos (90%) do Estado⁽²⁾.

No atual contexto, o serviço conta com 102 trabalhadores, dos quais, 48 participaram dos encontros para aplicação da auriculoterapia. A técnica foi aplicada a enfermeiros, médicos, técnicos e auxiliares de enfermagem, funcionários do setor administrativo, serviços gerais, telefonista de atendimento da regulação das urgências.

No total, foram seis encontros, sendo um encontro com cada participante. Cada sessão durou, em média, oito minutos. Ao iniciar cada sessão, era explicada a técnica acerca do pensamento chinês sobre o processo saúde/doença, apresentados os materiais utilizados e as orientações sobre os cuidados necessários após a fixação do micropore. Era perguntado se havia algum sintoma que mais atrapalhava a realização das atividades cotidianas nesse período pandêmico e, baseado nisso, os cinco pontos comuns a todos foram Shenmen, Rim, Sistema Nervoso Vegetativo - SNV, Pulmão e Baço.

Os encontros aconteceram na biblioteca da instituição, com ambiência especial, luzes coloridas, música relaxante e um difusor com óleo essencial de lavanda; e em salas privativas, pois algumas pessoas encontravam-se impossibilitadas de se ausentar pelo serviço. Às pessoas atendidas em salas privativas não foi oferecido esse diferencial cromo, músico e aromaterápico por não ser adequado para esses ambientes. Todos no serviço faziam uso de EPI, independente do setor. Os trabalhadores eram contemplados com a técnica nas terças e sextas-feiras, dias de plantão da especialista.

ACHADOS E DISCUSSÃO

Os achados e discussão foram descritos em três momentos: a busca dos trabalhadores e descrição dos materiais utilizados para aplicação da auriculoterapia, o transcorrer do processo de aplicação da auriculoterapia e, por fim, os pontos positivos e negativos observados a partir da utilização da auriculoterapia pela profissional que aplicou a técnica, também atuante na linha de frente da COVID-19, conforme será relatado a seguir.

Em busca dos trabalhadores da pandemia e descrição do material utilizado

Os trabalhadores do SAMU, incluindo os profissionais de saúde ali atuantes, têm relatado maior desgaste físico e emocional após a crescente expansão de COVID-19 no Ceará. As demandas e atribuições, já numerosas antes da pandemia, aumentaram drasticamente em número e intensidade. Com isso, relatos de medo, picos de ansiedade, insônia, enxaquecas, dores musculares (especialmente na região dos ombros, cervical, torácica e

lombar), azia, rinite, indisposição física, dores nos joelhos, elevação dos níveis de estresse e sensação de desgaste físico passaram a marcar o dia a dia desses integrantes do SAMU. Esse contexto despertou para a aplicação da auriculoterapia como forma de cuidado desses profissionais.

A promoção de cuidado a trabalhadores que oferecem serviços de saúde ou contribuem para eles é indispensável na atualidade, pois bons resultados dependem, principalmente, de equipes de trabalho saudáveis. Dessa forma, visando otimizar qualidade de vida, melhoria do sono, da disposição cotidiana, diminuir dores, desgaste físico, ansiedade e estresse, e promover um estado de equilíbrio a esses trabalhadores, iniciou-se a prática milenar chinesa de auriculoterapia em espaço disponibilizado pelo SAMU, onde foi reunido todo o material necessário.

Foi realizada busca ativa dos trabalhadores no repouso desses profissionais e no pátio da base do serviço. Alguns buscaram espontaneamente as sessões de auriculoterapia por indicação de outros trabalhadores ou por convite feito anteriormente pela pesquisadora.

A auriculoterapia tem efeito comprovado, os materiais para sua realização são de baixo custo e hipoalergênicos, pois são compostos de sementes de mostarda amarela, micropore, álcool a 70%, algodão, luvas de procedimento, máscara cirúrgica, pinça e tablado para confecção rápida do sistema. Uma desvantagem é ser uma técnica pouco conhecida, comumente associada ao esoterismo e que sofre com a descrença de muitas pessoas na sociedade ocidental. A instituição forneceu os materiais de que dispunha, como luvas de procedimento, algodão, álcool a 70% líquido e em gel. Os demais materiais foram comprados com recursos próprios da pesquisadora (Figura 1).

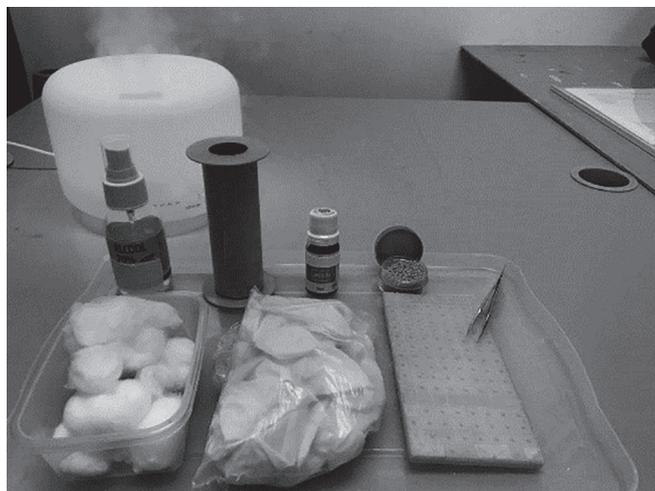


Figura 1 – Materiais utilizados para aplicação da auriculoterapia

O uso de métodos terapêuticos para cuidar dos trabalhadores do combate à COVID-19 é necessário para promover e reestabelecer sua saúde⁽⁴⁾, sobretudo quando requisita apenas material adequado e de fácil acesso. Assim, o uso da auriculoterapia visou contribuir com a melhora do estado de saúde desses trabalhadores. O atendimento com acupuntura auricular chinesa foi iniciado paulatinamente para os colaboradores do serviço, sendo um desafio introduzir uma efetiva terapêutica oriental em um meio comumente técnico, cético e com visão notadamente ocidental.

A auriculoterapia no combate ao pandemônio da pandemia

Para essas sessões, as pessoas se dirigiam à biblioteca do serviço e lá eram convidadas individualmente a sentarem-se em cadeiras a uma distância de aproximadamente 1,50 metro entre eles. Eles também eram solicitados a aguardar sua vez para o atendimento, usavam máscara cirúrgica, e enquanto aguardavam, participavam de um momento inicial de meditação guiada pela psicóloga.

A especialista na técnica chinesa, que trabalha no serviço e atua na Central de Regulação das Urgências, iniciou suas atividades sempre de luvas, trocadas a cada atendimento, além de gorro e máscara cirúrgica trocada a cada duas horas. As orelhas dos pacientes foram higienizadas com álcool líquido a 70%. Na sala, havia um refletor multicolorido e um difusor contendo óleo essencial de lavanda, enquanto tocava música na frequência de 528 Hertz⁽⁷⁾. Todo o processo foi explicado passo a passo aos participantes para sua maior segurança e entendimento sobre a terapia (Figura 2).



Figura 2 - Aplicação da auriculoterapia

Nesse contexto, a combinação das duas técnicas durou 30 minutos, em média. Após a terapêutica ter sido realizada em todos, foi feita breve explicação sobre a necessidade de manter as sementes postas na orelha no decorrer da semana. Todos foram convidados para dar continuidade à terapia nos dias de seus plantões, caso o desejassem.

Apesar dos benefícios trazidos pela terapia, é necessário, além de descrever a técnica, explicar o que é a auriculoterapia e quais os seus princípios, portanto, isso também foi incorporado às sessões. É necessário que a terapia seja mais difundida e apresentada à população para sanar dúvidas e desconfiarças.

De forma geral, a Medicina Tradicional Chinesa prevê que os alimentos e bebidas por nós ingeridos darão origem ao chamado Qi essencial, um tipo de energia imprescindível à vida. Após o Qi passar pelo meridiano do Estômago e do Baço, será transformado no Pulmão em Qi nutritivo e enviado ao Coração, que, através dos vasos sanguíneos, percorrerá nutrindo todos órgãos que compõem o Zang Fu; e em Qi defensivo que, como o próprio nome diz, defenderá nosso organismo de ataques externos⁽⁷⁾. Em pacientes

homens, elegeu-se a orelha direita para iniciar o tratamento por representar o yang, e em mulheres, a esquerda, por representar o Yin⁽⁸⁾. Assim, elegeram-se os pontos Triângulo Cibernético, juntamente com os do Pulmão e Baço para o protocolo de atendimento.

O Triângulo Cibernético, composto pelo Shenmen, Rim e Simpático apostos nesta ordem e como abertura do tratamento, é utilizado principal e respectivamente para predispor o tronco e o córtex cerebral para receber e decodificar os reflexos dos próximos pontos; estimular a filtração do sangue pelos rins para liberar as toxinas e melhorar a circulação; e regular o sistema neurovegetativo, estimulando as funções do simpático e parassimpático, proporcionando equilíbrio geral do organismo, além de agir sobre o sistema muscular, provocando ação antiinflamatória e relaxante⁽⁸⁾.

O estresse inerente ao próprio Atendimento Pré-Hospitalar Móvel contribui para o surgimento de alterações físicas e mentais dos profissionais que atuam no serviço. Associando-se ao período pandêmico, veio a sobrecarga de trabalho, aumento de escalas e necessidade de dobra de plantões por sintomas da COVID-19 entre os profissionais, além do medo de infectar-se e transmitir para familiares. No mais, o medo de se afastar do serviço por causa da contaminação, de perder escalas pelo vínculo frágil em forma de cooperativas, da diminuição de proventos pelo afastamento e perda de gratificações, cancelamento de férias programadas e até mesmo em pleno gozo de estatutários, são alguns dos motivos que podem contribuir para o aumento dos níveis de estresse nesse público e consequentes afecções físicas e psicológicas⁽⁹⁾.

A auriculoterapia originou-se há milhares de anos na China e constitui um sistema integral e apropriado ao tratamento de diferentes doenças, como já referido. Há estudos que comprovam sua efetividade na melhoria de diversos quadros psicofísicos gerais⁽⁹⁾ e estresse pós-traumático⁽¹⁰⁾, reforçando a auriculoterapia como importante estratégia para trabalhadores no combate ao coronavírus, por ajudá-los no enfrentamento dos processos de sofrimento psicoemocionais e estressores reiteradamente exacerbados durante a pandemia. Sua aplicabilidade rápida, segura e pouco invasiva a tornam uma estratégia promotora de saúde factível nos dias atuais e em contextos de crise.

Visto o exposto, a implementação da auriculoterapia no atual contexto de pandemia da COVID-19 representa uma medida para atenuar os quadros físicos e emocionais. Por ser uma técnica milenar com comprovação científica, de rápida aplicação e baixo custo, expande os meios de cuidado e possibilidades terapêuticas, constituindo um aliado do cuidado de pessoas que enfrentam atualmente a pandemia COVID-19⁽⁹⁾.

Afastando males: do estresse pandêmico à promoção da saúde dos trabalhadores do SAMU

A partir dos objetivos traçados em relação à auriculoterapia para cada um dos trabalhadores, como a melhora de sintomas físicos e psíquicos, da imunidade e cuidado de si, os trabalhadores fizeram relatos espontâneos de agradecimento. Ademais, houve maior aproximação com colegas de trabalho durante as sessões, fortalecendo vínculos pela (re)construção de redes de apoio em tempos de COVID-19.

Foi constatado êxito ao aplicar e gerenciar essa terapia aos trabalhadores do SAMU, instigando sua continuidade, pois as

consequências físicas e psicoemocionais da COVID-19 podem se estender a períodos subsequentes ao término dessa pandemia⁽⁴⁾. A especialista que aplicou a técnica e os participantes recomendaram a institucionalização do serviço de terapias integrativas. As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são um conjunto de estratégias heterogêneas de práticas, produtos e saberes agrupados pela característica comum de não pertencerem ao escopo dos saberes e práticas consagrados na medicina convencional. São responsáveis pela expansão dos meios de cuidado e possibilidades terapêuticas, e constituem um aliado do cuidado de pessoas que enfrentam atualmente a pandemia COVID-19.

Tal experiência trouxe como pontos positivos: o fortalecimento de vínculos; melhoria da ambiência; melhoria do serviço prestado pelos profissionais, pois quem trabalha sem dor e tem uma boa qualidade do sono, torna-se mais produtivo; contribuição com a gestão, por fazer o colaborador se sentir cuidado e acolhido pelo serviço; sensação de empoderar e ajudar os colegas de trabalho em suas afecções físicas e emocionais.

Os pontos negativos observados foram: impossibilidade de acolhimento de todos os profissionais do serviço, dada a carga horária de trabalho da especialista; ausência de local específico para realizar a terapia; falta de divulgação do serviço; ausência de um serviço institucionalizado para cuidar dos profissionais.

A especialista promotora da terapia conseguiu realizar as intervenções como previsto, com pequenas adaptações em relação ao local, quando necessário. A experiência instigou a criação de um serviço promotor da saúde do trabalhador do SAMU e seu relato foi considerado um projeto piloto.

Limitações do estudo

As limitações do estudo residiram na dificuldade de captação inicial dos trabalhadores e por se tratar de uma terapia oriental oriunda da China, país onde também nasceu a pandemia e que tem sofrido rejeição de seus produtos pelo desconhecimento populacional sobre o tempo que o vírus pode permanecer ativo nos objetos.

Contribuições para a Área da enfermagem, saúde ou política pública

O relato da experiência pode instigar outros especialistas a implantarem sessões de auriculoterapia em serviços de saúde. No contexto do SAMU, a terapia foi potencializadora de maior disposição para o trabalho, favorecendo o enfrentamento da pandemia, o que pode ter gerado menor absenteísmo e estresse peri e pós-traumático. Além disso, propiciar cuidado a quem organiza os insumos e cuida dos doentes nessa pandemia é um ponto relevante para favorecer a imunidade daqueles que têm dia a dia arriscado suas vidas e a de suas famílias no atual contexto de saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A auriculoterapia foi relatada levando em consideração a descrição da sua aplicação, sua relação com a pandemia e seus pontos positivos e negativos em relação aos trabalhadores atuantes no cenário pandêmico. Além disso, a terapia tem potencial para contribuir no enfrentamento de situações físicas e psicoemocionais

dos trabalhadores atuantes no combate à pandemia COVID-19. Os participantes requisitaram a manutenção das sessões de auriculoterapia no contexto atual e no pós-pandemia, pois este último também poderá se mostrar desafiante.

AGRADECIMENTO

Aos trabalhadores do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU).

REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic [Internet]. 2020 [cited 2020 May 10]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
2. Ministério da Saúde (BR). Boletim epidemiológico novo coronavírus (COVID-19) [Internet]. IntegraSUS. 2020 [cited 2020 May 10]. Available from: <https://indicadores.integrassus.saude.ce.gov.br/indicadores/indicadores-coronavirus/coronavirus-ceara>
3. Asmundson GJG, Taylor S. Coronaphobia: fear and the 2019-nCoV outbreak. *J Anxiety Disord.* 2020;70:102196. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102196
4. Rajkumar RP. COVID-19 and mental health: a review of the existing literature. *Asian J Psychiatr.* 2020;52:102066. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102066
5. Mehta M, Singh MM, Gupta SK, Kushal A. Study of Stress among Health Care Professionals: A Systemic Review. *Int J Res Found Hosp Healthc Adm.* 2018;6(1):6–11. doi: 10.5005/jp-journals-10035-1084
6. Sousa IMC, Tesser CD. Medicina Tradicional e Complementar no Brasil: inserção no Sistema Único de Saúde e integração com a atenção primária. *Cad Saude Publica.* 2017;33(1):e00150215. doi: 10.1590/0102-311x00150215
7. Sionneau P. A essência da medicina chinesa: retorno às origens. São Paulo: EBMC; 2015. 493 p.
8. Souza MP. Tratado de Auriculoterapia. Brasília: Copyright; 2013. 358 p.
9. Luo, H., Tang, Q., Shang, Y. et al. Can Chinese medicine be used for prevention of Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)? a review of historical classics, research evidence and current prevention programs. *Chin J Integr Med.* 2020;26;243–50. doi: 10.1007/s11655-020-3192-6
10. Kwon C-Y, Lee B, Kim S-H. Effectiveness and safety of ear acupuncture for trauma-related mental disorders after large-scale disasters. *Medicine (Baltimore).* 2020;99(8):e19342. doi: 10.1097/MD.00000000000019342