



AURICULOACUPUNTURA COM LASER DE BAIXA INTENSIDADE PARA DESORDENS EMOCIONAIS EM UNIVERSITÁRIOS: ESTUDO PILOTO QUASE-EXPERIMENTAL

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 3ª edição, de 01/11/2022 a 04/11/2022
ISBN dos Anais: 978-65-5465-001-4

MOURA; Caroline de Castro ¹, CHAVES; Érika de Cássia Lopes ², TOLEDO; Luana Vieira ³, SALGADO; Patrícia de Oliveira ⁴, ARAÚJO; Bianca Bacelar Assis ⁵, CHIANCA; Tânia Couto Machado ⁶

RESUMO

Introdução: A população de estudantes universitários é altamente vulnerável ao desenvolvimento de distúrbios emocionais (OSWALT et al., 2020), como a ansiedade, o estresse e a depressão. É importante pensar em estratégias terapêuticas para a prevenção e manejo desses distúrbios. A acupuntura auricular tem se mostrado um recurso terapêutico promissor (ASSIS, 2022); e com o progresso tecnológico, novos dispositivos de estimulação dos pontos auriculares, mais seguros e confortáveis, têm sido investigados, como o laser de baixa intensidade. **Objetivo:** avaliar o efeito da acupuntura auricular com laser de baixa intensidade para distúrbios emocionais em estudantes universitários. **Métodos:** Estudo piloto quase experimental, conduzido com estudantes universitários de uma universidade pública, que foi aprovado por comitê de ética em pesquisa (parecer: 5.700.107), cuja coleta de dados foi realizada entre setembro e dezembro de 2022. Foram selecionados os estudantes que apresentaram nível de ansiedade, estresse e/ou depressão de moderados a extremamente graves de acordo com a escala DASS-21 (VIGNOLA; TUCCI, 2014). Foram realizadas cinco sessões de acupuntura auricular, uma vez por semana, com laser de baixa intensidade, infravermelho de 808 nanômetros (Therapy EC) da marca DCM®, com potência útil de emissão de 100mW, dose energética de quatro joules e tempo de aplicação de 40 segundos por ponto estimulado, calculado automaticamente pelo aparelho. Os seguintes acupontos foram estimulados: Shenmen, Sistema Nervoso Simpático, Rim, Fígado, Baço, Coração, Pulmão 1, Tronco cerebral e Yang do fígado 2. Foram coletados dados sociodemográficos e clínicos (sexo, idade, curso, percepção da saúde mental) e os níveis de ansiedade, estresse e depressão antes e depois da intervenção foram avaliados por meio do DASS-21 (VIGNOLA; TUCCI, 2014). Os dados coletados foram processados no SPSS®, apresentados por meio de frequências absoluta e relativa e mediana e

¹ Universidade Federal de Viçosa, caroline.d.moura@ufv.br

² Universidade Federal de Alfenas, echaves@unifal-mg.edu.br

³ Universidade Federal de Viçosa, luana.toledo@ufv.br

⁴ Universidade Federal de Viçosa, patriciasalgado@ufv.br

⁵ Proz BH, bibacelar@hotmail.com

⁶ Universidade Federal de Minas Gerais, tchianca@enf.ufmg.br

intervalo interquartilico (p25-p75) e comparados por meio do teste Wilcoxon Emparelhado, à 5% de significância. Resultados: Participaram do estudo 12 estudantes, com mediana de idade de 21,5 anos (21,00-23,75), sendo 91,7% (n=11) do sexo feminino. 75% (n=9) dos estudantes estavam matriculados em cursos da área da saúde, 16,66% (n=2) de exatas e 8,33% (n=1) de humanas. A saúde mental foi avaliada como muito ruim por 8,3% (n=1) dos estudantes; ruim 66,7% (n=8); regular 16,7% (n=2); e boa 8,3% (n=1). A mediana de estresse passou de 23,00 (20,00-33,5) para 20,00 (10,00-25,50) ao final do tratamento (p=0,009); de ansiedade passou de 13,00 (10,00-25,00) para 7,00 (4,00- 14,00) (p=0,010) e de depressão passou de 13,00 (10,00-25,00) para 10,00 (4,00-17,00) (p=0,040). Conclusão: A acupuntura auricular com laser de baixa intensidade acarretou reduções estatisticamente significativas nos níveis de ansiedade, estresse e depressão em estudantes universitários. Financiamento: Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (APQ 03370-22).

PALAVRAS-CHAVE: Acupuntura auricular, Estudantes, Saúde Mental, Terapia com Luz de Baixa Intensidade, Universidades