



I JORNADA EM SAÚDE E I MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DA RSDP

Auriculoterapia e a saúde do trabalhador: Um relato de experiência

Autora: CARNIEL, Angela Cristina Santos
Unidade de Saúde - ESF MAPA

Apresentação

Auriculoterapia faz parte de um conjunto de técnicas terapêuticas baseadas na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que utiliza o pavilhão auricular para tratar e prevenir doenças, visando o restabelecimento da saúde. Fundamenta-se em estimulação de pontos no pavilhão, diretamente ligados ao sistema nervoso central e autônomo. A prática faz parte das diversas terapias complementares disponibilizadas no SUS. Seu fácil acesso, disponibilidade e aplicabilidade, com efeitos colaterais mínimos, torna a prática possível como forma de cuidado aos profissionais de saúde em seu próprio local de trabalho.

Objetivo

Descrever a experiência de implementação de auriculoterapia como proposta frente a urgência de ações para saúde do trabalhador na unidade de saúde MAPA. A presente ação justifica-se pela necessidade de buscar estratégias que visem diminuir a carga de estresse dos trabalhadores do serviço. Tal carga é evidenciada pela alta demanda de atendimentos e taxa de vulnerabilidade social da população assistida.

Desenvolvimento

A prática teve início com apresentação individual da terapia aos profissionais que demonstraram interesse, visando melhora das condições de doença e restabelecimento de saúde, bem como aqueles que possuíam curiosidade quanto à técnica e eficácia. Propôs-se aos trabalhadores aplicações semanais, com sementes, sem protocolo pré-definido, visando queixas pessoais. Realizou-se após 30 dias, questionário simplificado, anônimo, via google forms com perguntas objetivas, com possibilidade de resposta aberta ao fim das perguntas - a pesquisa de satisfação quanto a aplicação da técnica na unidade de saúde e percepção dos trabalhadores quanto a mudanças no ambiente de trabalho, sua relação com o serviço de saúde e interesse na prática como abordagem para melhoria do trabalho em equipe e diminuição da carga estressora em sua rotina.

Resultados

Dos trabalhadores que realizaram a técnica, 94 % relataram melhora de suas queixas pessoais e consideraram ter sentido-se mais tranquilos em seu ambiente de trabalho, podendo exercer suas funções de forma mais agradável. 100 % dos participantes desejam realizar a técnica novamente e acreditam que as práticas integrativas, especialmente a auriculoterapia podem ser benéfica para melhorar o ambiente de trabalho e a relação do trabalhar com o serviço. Encontram-se nas respostas abertas relatos de diminuição de ansiedade, melhora nos quadros de dores e aumento da disposição dos trabalhadores do serviço, mesmo em profissionais que realizaram apenas uma aplicação.

Conclusão

Conclui-se que a auriculoterapia apresenta eficácia, mesmo em quadros de aplicação única e em curtos espaços de tempo. Torna-se aliada dos profissionais em busca de aumento na qualidade de vida, bem como na diminuição das cargas de estresse geradas no local de trabalho. Demonstra-se como importante ferramenta de cuidado à saúde do trabalhador, valorizando a saúde mental e física dos servidores. Tornar-se importante a sensibilização de gestores para elaboração de modelos de cuidado que busquem a prevenção e a promoção de saúde dos próprios trabalhadores visando acolhimento das queixas e melhorias no ambiente de trabalho.