Auriculoterapia na otimização da saúde aos colaboradores na pandemia de COVID-19

Renata Beltrame de Andrade, Adriana Felipe Alves

NASF Niterói

Introdução

A pandemia de COVID-19 acometeu o Brasil após Fevereiro de 2020 e causou inúmeros mal-estares nos colabores da área da saúde e percebeu-se o impacto desta entre os colaboradores da Unidade Básica de Saúde – Estratégia Saúde da família na região SACA por meio de sintomas como ansiedade pelo medo da contaminação e principalmente pela dúvida quanto ao manejo inicial da doença e uma série de incertezas e questionamentos ao longo dessa vivência. Com isso, houve a necessidade de intensificar a proposta da Auriculoterapia para os colaboradores desta UBS como um espaço de apoio e cuidado emocional capaz de promover uma melhora da saúde do colaborador para que este pudesse cuidar de forma adequada e efetiva da população assistida. A Auriculoterapia já era praticada nesta UBS desde 2019, a técnica tem como finalidade a estimulação mecânica de pontos específicos do pavilhão auricular com sementes de mostarda e estímulo das terminações nervosas existentes na pele, enviando desta forma mensagens até ao cérebro, desencadeando diferentes efeitos no organismo, como ação analgésica e anti-inflamatória. Nesse momento de Pandemia, intensificaram–se os cuidados voltados ao bem-estar dos colaboradores por meio da Auriculoterapia. Os profissionais da equipe multidisciplinar envolvidos nessa prática de aplicação são a Farmacêutica e a Terapeuta Ocupacional que se revezavam para ofertar este cuidado. A prática apresenta o objetivo de contribuir para a melhora dos sintomas físicos (dor) e emocionais (ansiedade, estresse), promoção da saúde e aumento da disposição para a jornada de trabalho. Os colaboradores procuravam a terapia de forma voluntária e quando sentiam a necessidade desse cuidado. O gerente da unidade realizava a divulgação do cronograma das sessões por meio de aplicativo de celular onde alcançavam todos os colaboradores. As sessões de Auriculoterapia ocorreram 1 vez por semana em consultório específico em um total de 10 sessões com aproximadamente 8 minutos para cada colaborador. Utilizava-se a técnica da Auriculoterapia para aplicação de acordo com a necessidade e queixa do colaborador. Observou-se no período de aplicação de maio de 2020 a maio de 2021 com resultados muito eficazes. Os colaboradores relataram aumento na qualidade do sono, melhor rendimento no trabalho, diminuição da ansiedade e uma melhora significativa na qualidade de vida dentro e fora do trabalho. Com isso, observa-se a necessidade e relevância dessa prática para cuidado em saúde do colaborador da UBS e concluiu-se que a terapia foi potencializadora de maior disposição no trabalho nesse momento de enfretamento da pandemia, contribuindo para diminuição dos afastamentos. Além disso, propiciar cuidado a quem cuida dos doentes nessa pandemia é um ponto fundamental para favorecer a integridade daqueles que têm dia a dia arriscado suas vidas e a de suas famílias no atual contexto de saúde.