

**Utilização da aromaterapia e auriculoterapia como métodos não farmacológicos para alívio da dor em idosos****Use of aromatherapy and auriculotherapy as non-pharmacological methods for pain relief in the elderly**

DOI:10.34117/bjdv6n8-479

Recebimento dos originais: 08/07/2020

Aceitação para publicação:24/08/2020

**Rena Maria Martins de Castro**

Ensino superior (cursando) enfermagem

Endereço: Rua Maximiano Barreto, 599 - Messejana, Fortaleza (CE)

E-mail: renaenfer1997@outlook.com

**David Jeronimo dos Reis Garcia**

Ensino superior (cursando)enfermagem

Endereço: Rua Luizito Gema, 57 – Messejana, Fortaleza (CE)

E-mail: enfermagem.davidgarcia@hotmail.com

**Emília Maia Chagas**

Ensino superior (cursando)enfermagem

Endereço: Av. Visconde do rio branco, 3081- Fortaleza (CE)

E-mail: emiliaamaia@hotmail.com

**Fabrcio Oliveira dos Santos**

Superior (cursando)enfermagem

Instituição de atuação atual: Unimed Fortaleza

Endereço: Rua Dalva de Oliveira, 1440, - Bairro de Fátima, Fortaleza (CE)

E-mail: fabriciosantosenfer@gmail.com

**Danielle Sampaio Teixeira**

Mestre

Instituição de atuação atual: Frotinha de Messejana e instituição de ensino Uniateneu

Endereço: Rua Idelfonso Albano, 840 –Meireles, Fortaleza (CE)

E-mail: enfadaniellesampaio@hotmail.com

**Samuel Ramalho Torres Maia**

Enfermeiro. Doutorando e Mestre em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde pela

Universidade Estadual do Ceará

Instituição de atuação atual: Instituição de ensino superior UniAteneu e UPA de Quixada

Endereço: Av. Dr. Silas Munguba, 1700 – Serrinha, Fortaleza (CE)

E-mail: samuelrtm@hotmail.com

**Elizabeth Soares Pereira da Silva**

Mestre em cuidados clínicos em enfermagem e saúde –Universidade estadual do Ceará (Uece)  
Instituição de atuação atual: Instituição de ensino superior UniAteneu  
Endereço: Rua José Borba Vasconcelos, número 50, apartamento 102, bairro: Papicu, edifício  
Nova Vida  
E-mail: elizabeth.soares@outlook.com

**Rocilda Maria de Freitas Lima**

Graduação Enfermagem no centro universitário estácio (CE). Especialização CC, CME e SRPA  
Instituição de atuação atual: Frotinha de Messejana e Alberto Sabin hospital Infantil  
Endereço: Avenida Dionísio Leonel Alencar, 1596, Bloco P, apto 103 – Messejana, Fortaleza  
(CE)  
E-mail: rocildalima@outlook.com

**RESUMO**

O Brasil passa atualmente por um processo de envelhecimento da população devido ao crescimento do índice de desenvolvimento humano. Com uma população mais velha, cresce também o consumo de medicamentos, incluindo o de analgésicos para a promoção do alívio das dores ocasionadas pela senescência. O trabalho tem como objetivo: Analisar por meio de uma revisão integrativa da literatura a ação da auriculoterapia e aromaterapia, como alternativas não farmacológicas para o alívio da dor em idosos. Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura com abordagem exploratória. Para a seleção dos artigos foram utilizadas as bases de dados: Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (Pubmed); Scientific Electronic Library Online (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A amostra foi composta por 26 artigos, nos idiomas português, japonês e chinês. Diante dos resultados obtidos pelas amostras, foi identificada a comprovação da eficácia a aromaterapia e auriculoterapia como formas não farmacológicas para o tratamento no alívio da dor. Expondo a necessidade mediante o contexto vivido pelos idosos, de dar maior visibilidade a aplicação dessas terapias como alternativas de tratamento não medicamentoso por profissionais de saúde, na população idosa.

**Palavras-chave:** Idoso, Aromaterapia, Auriculoterapia.

**ABSTRACT**

Brazil is currently undergoing a process of population aging due to the growth of the human development index. With an older population, the consumption of medicines, including analgesics, also increases, to promote the relief of pain caused by senescence. The objective of this work is to analyze the action of auriculotherapy and aromatherapy as non-pharmacological alternatives for pain relief in the elderly through an integrative literature review. This is an integrative literature review study with an exploratory approach. For the selection of articles, the databases were used: National Library of Medicine of the United States (Pubmed); Scientific Electronic Library Online (SciELO); Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS). The sample consisted of 26 articles, in Portuguese, Japanese and Chinese languages. In view of the results obtained by the samples, aromatherapy and auriculotherapy were identified as non-pharmacological forms for treatment in pain relief. Exposing the need through the context experienced by the elderly, to give greater visibility to application of these therapies as alternatives of non-drug treatment by health professionals in the elderly population.

**Keywords:** Elderly, Aromatherapy, Auriculotherapy.

**1 INTRODUÇÃO**

O Brasil vem passando por transformações significativas em diversos aspectos, como conseqüências, o índice de desenvolvimento humano (IDH) vem aumentando e a população envelhecendo. Atualmente, os idosos representam 14,3% dos brasileiros, ou seja, 29,3 milhões de pessoas. Em 2030, o número de idosos deve superar o de crianças e adolescentes, de zero a quatorze anos (BRASIL, 2018). Com o aumento no número de idosos, aumenta-se a atenção para o cuidado, prevenção e manutenção da saúde desse público.

Segundo Teixeira e Guariento (2016), com a chegada da senescência, o corpo começa a declinar em suas funções; fator esse, relacionado às mudanças fisiológicas ocasionais das células do corpo com a idade. O processo de envelhecimento estende-se do nascimento até a morte, afetando as funções do organismo humano, levando ao surgimento de doenças crônicas.

As doenças crônicas ou doenças compridas têm crescido no Brasil e no mundo, essas por sua vez necessitam de uma aceitação e aprendizagem de convivência, melhorando a qualidade de vida dessas pessoas decorrente do tratamento dessas patologias, não podendo ser curadas, mas controladas (FLEISCHER; FRANCH, 2015).

Quanto mais patologias, mais medicamentos são acrescentados no cotidiano dessas pessoas. Diante do que expõe Cuentro et al. (2016), a poli farmácia está inteiramente interligada ao aumento do risco de interações medicamentosas, gerando grande impacto na segurança desse paciente; objetivando assim, o grande desafio imposto ao país ao qual a população idosa vem crescendo constantemente. Deve-se ter cuidado com os efeitos da poli farmácia, pois seu uso em idosos traz diversas complicações. Isso é decorrido do processo de envelhecimento das funções do organismo, mediante a senescência a qual promove mudanças na absorção, distribuição, biotransformação e eliminação das drogas (OLIVEIRA; SANTOS, 2016).

Em conjunto as patologias, chegam às dores, apresentando-se de forma única em cada indivíduo. Cada pessoa possui uma mensuração diferenciada ao nível de dor vivenciada. Celich e Galon (2009) afirmam que a dor na pessoa idosa pode causar várias limitações em seu cotidiano, assim como a fragilização, perda de autonomia, perda da independência e ameaça de segurança, são fatores que o impedem de ter uma maior qualidade de vida, tendo como conseqüências a diminuição e dificuldade de socialização desses indivíduos.

Dentre as doenças crônicas mais comuns relacionadas ao envelhecimento, segundo Carlos e Pereira (2015), encontram-se as cardiocirculatórias com maior incidência, dentre elas citadas, a hipertensão aguda sistêmica (HAS), infarto agudo do miocárdio (IAM), anginas, insuficiência cardíaca congestiva (ICC) e acidente vascular encefálico (AVE), em seguida as degenerativas mais

frequentes como alzheimer, osteoporose e osteoartrose, algumas complicações pulmonares, os diversos tipos de cânceres, infecções e diabetes. Todos esses fatores advindos do processo de envelhecimento e do estilo de vida durante os anos passados. Acarretarão como consequência o uso de fármacos para o controle dessas patologias, causando mais complicações resultantes do excesso de medicamentos administrados durante os anos subsequentes de vida desses idosos.

Todos esses fatores mencionados irão resultar na busca de métodos fáceis e rápidos para o alívio da dor, seja uma simples dor de cabeça ou dores causadas por neuropatia diabética. Independente da origem da dor, os profissionais de enfermagem devem buscar meios diversificados, eficazes e de fácil manipulação para preservar a saúde do idoso. Dentre as maiores preocupações, identifica-se como relevante, neste trabalho, a qualidade de vida referente ao tratamento do alívio da dor, usando assim métodos não farmacológicos (Auriculoterapia; Aromaterapia), para evitar complicações por consequência do uso excessivo de fármacos pelos idosos.

Em uma pesquisa realizada em idosos da Estratégia Saúde da Família de Porto Alegre-RS, foi realizada uma coleta de dados por agentes comunitários de saúde, aplicando um questionário com dados sociodemográficos, uso de medicamentos e de saúde. Os anti-inflamatórios e analgésicos eram usados de forma moderada pelos idosos, sempre optando pelo tratamento farmacológico quando apresentavam dores leves a moderadas, porém a maior parte dos idosos usavam os medicamentos de forma contínua (ELY et al., 2015).

Monteiro et al. (2014) relata sobre a crescente predominância de medicamentos prescritos na população idosa, crescimento também mencionado aos medicamentos oferecidos sem prescrição médica, mostrando que a automedicação é cada dia mais comum na vida diária dos idosos.

A pesquisa mostra que dentre os medicamentos mais utilizados destacaram-se os analgésicos com 46,15% e os anti-inflamatórios com 23,31%. Dentre as causas para o uso desses fármacos, a dor apresentou-se em 65,26%, febre 16,26% e gripe 7,37%. A dor destaca-se, no estudo, como uma grande influenciadora para o crescente uso de fármacos na população idosa.

A venda dos anti-inflamatórios não-esteroidais (AINEs), em sua maioria é de livre comércio, gerando grande facilidade de acesso e busca, possuem ação antipirética, anti-inflamatória e analgésica, sendo utilizados no tratamento tanto da dor aguda, como da crônica.

Rankel, Sato and Santiago mencionam os efeitos adversos dos AINEs, devido sua toxicidade em diversos sistemas do organismo, ressaltando em seu estudo os efeitos gastrointestinais, podendo ocasionar como consequência do uso irracional e prolongado, de um desconforto abdominal a piores complicações, como à erosão da mucosa, levando ao sangramento e perfuração (RANKEL; SATO; SANTIAGO, 2016).

Atualmente, no Sistema Único de Saúde (SUS) existe a oferta de opções de tratamentos não farmacológicos para alívio da dor, tendo como destaque a utilização dos métodos de aromaterapia e auriculoterapia devido sua praticidade e resultados alcançados com um menor gasto; garantindo uma melhora na qualidade de vida dos pacientes; diminuindo a exposição aos riscos da utilização constante dos fármacos para alívio da dor.

A auriculoterapia, segundo Lopes e Seroiska (2013), é uma técnica fácil de ser aplicada e de boa aceitação por aqueles que aderem seu tratamento terapêutico. A orelha é o órgão utilizado e é comparado como um feto de cabeça para baixo. Nela, encontram-se pontos, que estimulados, conferem uma ação analgésica, ela age no combate da dor principalmente em situações de cefaleia, disfunção temporomandibular (DTM), dores musculoesqueléticas e dismenorreia.

A aromaterapia estudada por Tang e Tse (2014), menciona a utilização dos óleos essenciais como forma de manter o bem-estar do indivíduo, restauração do seu equilíbrio e o aumento dos níveis do sistema imunológico, assim como a redução da dor. As formas mais comuns para a aplicação da aromaterapia, dentre elas encontram-se, a inalação, via oral e massagem. Os óleos essenciais podem ser retirados de partes diversas das plantas, árvores e ervas, como o caule, folha, raiz, cascas e flores (GEADA; OSTROVSKY, 2019; HAMLIN; ROBERTSON, 2017).

Este estudo tem como relevância demonstrar a utilização da aromaterapia e auriculoterapia no alívio da dor em idosos, por meio de revisões bibliográficas, destacando o quão eficazes são esses processos, para obtenção da melhora na qualidade geral de vida desses idosos, através da diminuição do uso de medicamentos para a analgesia.

O interesse na realização desta pesquisa originou-se da necessidade da aplicação de métodos alternativos e não farmacológicos, que em longo prazo não gerasse grandes prejuízos na saúde do idoso. Com base nesse interesse, formulou-se a seguinte questão: A utilização da auriculoterapia e aromaterapia no processo não farmacológico de alívio da dor, poderá ser uma alternativa para auxiliar no tratamento da dor em idosos?

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Identificar por meio de uma revisão integrativa da literatura a ação da auriculoterapia e aromaterapia, como alternativas não farmacológicas para o alívio da dor em idosos.

## **3 REVISÃO DE LITERATURA**

### **3.1 AROMATERAPIA**

A aromaterapia é a prática terapêutica secular do uso consciente de concentrados voláteis extraídos de vegetais conhecidos como óleos essenciais (OE), atuando no processo da promoção da melhora da saúde, bem estar e higiene. No Brasil, a aromaterapia é uma prática de exercício individual e coletivo, por sua integração no âmbito multidisciplinar, pode ser executada por diversas classes de profissionais da saúde, incluindo enfermeiros. Pode ser utilizada em conjugação com outras práticas terapêuticas em diversos tipos de tratamento, ajudando na manutenção do equilíbrio físico e/ou emocional do indivíduo (BRASIL, 2018).

O uso dos métodos não farmacológicos para o alívio da dor, incluindo a aromaterapia, são métodos que apresentam diversos pontos positivos em sua utilização, pois se mostram como alternativas de baixo custo, fácil aplicabilidade e por não serem formas invasivas de aplicação (LEHUGEUR; STRAPASSOM; FRONZA, 2017).

A aromaterapia para o profissional enfermeiro poderá ser de alta relevância, principalmente quando se pensa em uma escolha diferenciada como ferramenta a ser aplicada para o auxílio nos tratamentos que busquem a manutenção do equilíbrio físico e sentimental do indivíduo receptor (GNATTA et al., 2011).

Os óleos essenciais são extraídos a partir do material que será destilado das plantas e as substâncias químicas que compõem esse material atuam de diversas formas no organismo, sendo aplicados diretamente, na pele ou por inalação. Quando inalado, as substâncias químicas atuam através da absorção pelos nervos olfativos, agindo no sistema nervoso central; já quando aplicado de forma cutânea, às moléculas são absorvidas e agem através da corrente sanguínea sendo transportadas para os tecidos e órgãos do corpo; quando ingerido será absorvido pelo intestino e levado aos diversos tecidos do corpo (GNATTA et al., 2011). Os óleos utilizados na aromaterapia são extraídos de plantas, raízes, caules e flores, que atuarão farmacologicamente, fisiologicamente e psicologicamente no corpo. Aromaterapia significa em sua terminologia “a cura do corpo”, mas se deve ressaltar que a maioria dos óleos essenciais podem agir de forma tóxica se usados puros, isso por possuírem alto grau de toxicidade, sendo que apenas os óleos de lavanda (alfazema) e o melaleuca (tea-tree) poderão ser usados puros, enquanto os outros deverão ser diluídos junto com outros óleos a base de vegetais e bem armazenados, pois evaporam com facilidade (PAGANINI; SILVA, 2014).

A aromaterapia possui uma ampla eficiência e formas de manuseios, destacando-se sempre por seus benéficos para a saúde e a estética, dentre eles, a utilização da terapia no auxílio do tratamento de pessoas depressivas, redução do estresse, estabilizando comportamentos, promoção de relaxamento e equilíbrio, queimaduras, redução de manchas corporais, auxílio na cicatrização e

ação contra diversas doenças, mostrando-se como técnica eficiente e curativa com comprovação científica (CORRÊIA; SCHOTTEN; MARCHADO, 2010).

Diante do que expõe Galli et al. (2012), a utilização das práticas integrativas e complementares, destacando a utilização da aromaterapia, são de grande importância no processo de reabilitação e construção da saúde do indivíduo, isso é necessário por identificação de um ser não somente visto como um agregado de matéria, mas com sentimentos e pensamentos que são estruturas energéticas e não químicas, atentando o profissional aos adoecimentos de origem energética, podendo assim expor o indivíduo ao tratamento adequado em relação à origem de sua enfermidade apresentada.

### 3.2 AURICULOTERAPIA

A terapia realizada através da auriculoterapia é conhecida como uma área específica que associa a acupuntura e a reflexologia, práticas que agem de forma conjunta, atuando no corpo através de pontos específicos. Uma das formas de alívio da dor encontrada por ação da compreensão desses pontos pela auriculoterapia, é a liberação de endorfinas, atuando no relaxamento muscular (MASCARENHAS et al., 2019).

Diante do que é citado na Portaria N° 702 de 21 de março de 2018, foram reconhecidas e incorporadas às práticas das medicinas tradicionais, atuando de forma a auxiliar no tratamento dos indivíduos no sistema nacional de saúde, denominadas pelo Ministério da Saúde do Brasil como Práticas Integrativas e Complementares (BRASIL, 2018). A auriculoterapia através do estímulo gerado por seus pontos específicos, promove a regulação psíquico-orgânica do corpo, os pontos energéticos utilizados são encontrados na orelha, onde todo o corpo fica representado como em um micro-sistema, a técnica estimula as zonas neuroreativas por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda, preparadas para a aplicação. A técnica empregada no Brasil é uma junção da terapia utilizada pelos chineses e franceses (BRASIL, 2018).

Existem pontos específicos para a utilização da técnica. O ponto Shenmen atua na estimulação do tronco e córtex cerebral no processo de receber, decodificar, modular e condicionar os reflexos dos próximos pontos estimulados, impedindo desequilíbrios e novas enfermidades, agindo também através da analgesia por meio da liberação de endorfinas, sendo um dos principais pontos a ser utilizado no tratamento de alívio da dor (RUELA et al., 2018).

O ponto simpático atua na promoção do equilíbrio geral do organismo, acelerando e regulando a atividade neurovegetativa, equilibrando as funções simpáticas e parassimpáticas do indivíduo ao promover o reequilíbrio do sistema nervoso autônomo, mostrando-se de alta

importância na promoção da analgesia, relaxamento de fibras musculares e ação anti-inflamatória, incluindo ainda outro ponto muito utilizado, identificado como ponto relaxante muscular, que age na diminuição da dor e tensões musculares (RUELA et al., 2018).

Segundo o estudo realizado por Moura et al. (2019), no processo de analgesia, a maioria dos estudos eram realizados com base na abordagem chinesa de aplicação do tratamento, a qual tinham seus princípios na crença de que o pavilhão auricular está relacionado a todas as partes do corpo e dos órgãos internos, e que ao realizar a estimulação dos acupontos auriculares, acarretaria na ativação dos meridianos.

Em uma análise comparativa relacionada à utilização de agulhas e sementes na terapia, vinculada na diminuição do estresse em profissionais, foram identificados melhores resultados diante da aplicação utilizando agulhas. Em contra partida esse processo foi tido como desconfortável, mostrando desvantagem para o tratamento, já o processo realizado com a utilização das sementes, identificou-se que só é possível obter sucesso, quando a participação do paciente é ativa, devendo estar sempre exercendo pressão manual sobre as sementes, caso haja o esquecimento de pressioná-la, não haverá efeito, sendo esse o fator limitante da utilização da mesma (MOURA et al., 2019).

Com a implantação do uso da auriculoterapia, é possível um tratamento vinculado a diversos sinais e sintomas de adoecimentos apresentados pela população, mostrando-se como terapia bem sucedida na manutenção da saúde, indo além do tratamento biomédico, pois é visto sua eficácia no tratamento vinculado à dor pela liberação de endorfinas, controle da inflamação vinculado à ação da acetilcolina e o controle do processamento emocional através do sistema límbico (HOHENBERGER; DALLEGRAVE, 2016).

Há vários benefícios identificados para pacientes que fazem o uso do tratamento com as práticas integrativas e complementares (PICS), são muitas as evidências científicas que embasam esses benefícios, assim, o Ministério da Saúde vem apoiando a junção das PICS com a medicina tradicional para o tratamento da população, diante disso, o Sistema Único de Saúde (SUS) disponibiliza de forma integral e gratuita o acesso às terapias, iniciando o tratamento na atenção básica, que é a principal porta de entrada para o SUS (BRASIL, 2019).

## **4 METODOLOGIA**

### **4.1 TIPO DE ESTUDO**

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura com abordagem exploratória, utilizando como referencial teórico, estudos sobre o tema em questão.

A revisão integrativa da literatura é um estudo sistemático e abrangente, a qual os dados esperados pelos pesquisadores, serão encontrados por meio de literaturas relacionadas ao tema escolhido (GERHARDT; SILVEIRA, 2009A).

A pesquisa do tipo exploratória possui como principal eixo de estudo, trazer maior familiaridade entre o pesquisador e objeto de pesquisa, por meio de revisões integrativas da literatura ou estudo de caso. Por meio desse estudo, o pesquisador tornará o assunto mais explícito e poderá fazer indagações sobre o mesmo (GERHARDT; SILVEIRA, 2009B).

#### 4.2 PERÍODO DE ESTUDO

O estudo foi realizado no período de onze meses, com início em julho de 2019 a junho de 2020. Durante o período do estudo, foram planejadas atividades para que o objetivo do trabalho fosse alcançado. Dentre as atividades realizadas, foi obtido o levantamento de dados por meio da pesquisa, análise dos dados da pesquisa e posteriormente, a construção bibliográfica.

#### 4.3 LOCAL DA PESQUISA

Base de dados utilizados: Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (Pubmed); Scientific Electronic Library Online (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

#### 4.4 COLETA DE DADOS

Para a construção do trabalho, foi pesquisado o total de 618 artigos científicos, a qual por meio dos critérios de exclusão estabelecidos foi descartado 577, apresentando apenas 41 artigos que obtiveram as características necessárias apresentadas dentro dos critérios de inclusão, sendo utilizados na construção do trabalho 26 artigos, onde 14 encontram-se na introdução e 12 na revisão bibliográfica.

Para a coleta, foram utilizados dados de referência ao tema e com características textuais relevantes para a construção bibliográfica. Dentre eles, os seguintes descritores: Idoso, Auriculoterapia, Aromaterapia.

Foram utilizados outros descritores para o auxílio da construção de outros pontos importantes a serem mencionados e destacados no trabalho, dentre eles: Dor, Doença crônica, Analgésicos, Anti-Inflamatórios, Geriatria. Os artigos utilizados apresentam o ano de publicação de 2009 a 2019. Não foi dado preferência a tipos de pesquisas específicas (estudo de caso, descritivo, explorativo, bibliográfico...).

Critérios de inclusão: Foram incluídos todos dos artigos que apresentaram anos de publicação entre 2009 e 2019. Artigos que analisam os efeitos da auriculoterapia e aromaterapia. Artigos originais. Artigos nas línguas portuguesa, chinesa e japonesa. Artigos indexados nas bases de dados: Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (Pubmed); Scientific Electronic Library Online (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

Critérios de exclusão: Artigos de fontes duvidosas, artigos que não contemplavam o público alvo do trabalho e artigos que se repetiam entre as bases de dados escolhidas.

#### 4.5 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram analisados por meio dos conceitos presentes na análise dos artigos selecionados para a construção literária e por meio da formulação de uma tabela. A tabela apresenta como objetivo, a coleta dos seguintes dados:

Questão 1- Artigos que apresentam o alívio da dor após a aplicação da aromaterapia, diante de público misto (também se aplica ao idoso).

Questão 2- Artigos que apresentam o alívio da dor após a aplicação da auriculoterapia, diante de público misto (também se aplica ao idoso).

Questão 3- Artigos que apresentam o alívio da dor exclusivamente no idoso, utilizando a auriculoterapia.

Questão 4- Artigos que apresentam o alívio da dor exclusivamente no idoso, utilizando a aromaterapia.

Questão 5- Artigos que mostram a aplicação da auriculoterapia e aromaterapia de forma conjunta, objetivando o alívio da dor.

Questão 6- Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da aplicação da auriculoterapia.

Questão 7- Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da aplicação da aromaterapia.

Questão 8- Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da utilização da aromaterapia e auriculoterapia, aplicadas de forma conjunta.

Diante dos dados coletados, é possível identificar a eficácia dos métodos não farmacológicos citados para o alívio da dor, verificar a frequência de aplicação desses métodos de forma exclusiva em idosos e a eficácia da aplicação de ambas, de forma conjunta ou individualmente.

**5 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Diante dos resultados obtidos no processo de pesquisa, foram encontrados o total de 688 publicações, todas apresentando pelo menos um dos descritores escolhidos diante dos critérios de pesquisa estabelecidos. Das 618 publicações, 577 foram descartadas diante dos critérios de exclusão e apenas 41 do total, apresentaram os critérios de inclusão. Mas foram utilizados apenas 26 artigos para a construção do trabalho, mostrando características de conteúdo viável para embasamento literário, diante do objetivo mencionado ao desenvolvimento do trabalho. Dentro do total de 26 artigos citados, 14 encontram-se na introdução e 12 na revisão bibliográfica.

- Os dados citados abaixo são referentes ao número de artigos escolhidos, e temas mencionados na composição de cada citação da construção do trabalho:

Introdução: Estatísticas relacionadas ao crescimento da população idosa no Brasil (1 artigo). Doenças crônicas advindas da senescência (3 artigos). Dor (1 artigo). Poli farmácia (2 artigos). Medicamentos mais usados para o alívio da dor por idosos (3 artigos). Auriculoterapia e redução da dor. (1 artigo). Aromaterapia e redução da dor (3 artigos).

Revisão bibliográfica: Aromaterapia no Brasil (1 artigo). Aromaterapia e ação analgésica (1 artigo). Fisiologia da aromaterapia (1 artigo). Cuidados específicos na aplicação da aromaterapia (1 artigo). Benefícios da aromaterapia (2 artigos). O que é a auriculoterapia (2 artigos). Fisiologia da auriculoterapia (1 artigo). Auriculoterapia e ação analgésica (1 artigo). Benefícios da auriculoterapia (2 artigos).

Mediante o interesse na realização de propostas originadas da necessidade da aplicação de métodos alternativos e não farmacológicos, que em longo prazo não gerassem grandes prejuízos na saúde do idoso, foram articulados algumas questões a respeito dos artigos usados na construção da introdução e revisão bibliográfica. As questões foram baseadas nos artigos que possuem como objeto de estudo ou um dos objetos de estudo, a auriculoterapia ou a aromaterapia no processo de alívio da dor em sua composição (independente da aplicação das terapias citadas de forma conjunta ou não).

Para a melhor avaliação e compreensão dos resultados foram formuladas as seguintes questões:

QUESTÃO 1 - Artigos que apresentam o alívio da dor após a aplicação da aromaterapia, diante de público misto (também se aplica ao idoso). Total de 04.

QUESTÃO 2 - Artigos que apresentam o alívio da dor após a aplicação da auriculoterapia, diante de público misto (também se aplica ao idoso). Total de 04.

QUESTÃO 3 - Artigos que apresentam o alívio da dor exclusivamente no idoso, utilizando a auriculoterapia. Total de 00.

QUESTÃO 4 - Artigos que apresentam o alívio da dor exclusivamente no idoso, utilizando a aromaterapia. Total de 01.

QUESTÃO 5 - Artigos que mostram a aplicação da auriculoterapia e aromaterapia de forma conjunta, objetivando o alívio da dor. Total de 00.

QUESTÃO 6 - Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da aplicação da auriculoterapia. Total de 04.

QUESTÃO 7 - Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da aplicação da aromaterapia. Total de 04.

QUESTÃO 8 - Artigos que comprovam a eficácia do alívio da dor, diante da utilização da aromaterapia e auriculoterapia, aplicadas de forma conjunta. Total de 00.

A seguir, estão identificados com título, autor e ano de publicação, os oito artigos que foram utilizados na análise de dados das questões formuladas, para a retirada dos resultados presentes em cada questão acima, divididos pelo instrumento aplicado e identificados pelas letras A, B, C, D, E, F, G, H.

➤ Aromaterapia:

(A)- A aromaterapia pode reduzir a dor menstrual (Título). GEADA; OSTROVSKY, 2019(Autores e ano).

(B)- Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica (Título). LEHUGEUR; STRAPASSOM; FRONZA, 2017 (Autores e ano).

(C)- Dor e terapias complementares (Título). HAMLIN; ROBERTSON, 2017(Autores e ano).

(D)- Aromaterapia: isso ajuda a aliviar a dor, depressão, ansiedade e estresse em nos Domicílios pessoas mais velhas? (Título). TANG; TSE, 2014 (Autores e ano).

➤ Auriculoterapia:

(E)- Efetividade da acupuntura auricular no tratamento da dor oncológica: ensaio clínico randomizado (Título). RUELA et al., 2018 (Autor e ano).

(F)- Acupuntura auricular para dor crônica nas costas em adultos: revisão sistemática e meta-análise (Título). MOURA et al. 2019 (Autor e ano).

(G)- Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto (Título). MASCARENHAS et al., 2019 (Autor e ano).

(H)- Auriculoterapia para a analgesia (Título). LOPES; SEROISKA, 2013 (Autor e ano).

Segue a tabela com os resultados das questões da pag:13.

TABELA 1 – Resultados das questões propostas no estudo

QUESTÕES	Artigo A	Artigo B	Artigo C	Artigo D	Artigo E	Artigo F	Artigo G	Artigo H	TOTAL
Questão 1	X	X	x	x					4
Questão 2					x	x	x	x	4
Questão 3									0
Questão 4				X					1
Questão 5									0
Questão 6					X	X	X	X	4
Questão 7	X	X	X	X					4
Questão 8									0

Fonte: Elaborado pelos Autores. (Fortaleza- Ceará, 2020).

Todos os artigos tidos como resposta da questão 2 (Artigos E, F, G, H), se repetem como resposta da questão 6, demonstrando a eficácia da auriculoterapia aplicada em público misto no tratamento da dor. Da mesma forma, todos os artigos (A, B, C, D), tidos como resposta da questão 2, repetem-se na questão 7, mas com um dado diferencial, sendo esse o artigo (D), que está presente na questão 1, 4 e 7. O artigo (D) destaca-se por ser o único artigo que trabalhou a aplicação de uma das terapias analisadas nesse estudo, no caso a aromaterapia, de forma exclusiva em idosos e comprovando a sua eficácia, apresentando-se na questão 7.

As questões 3, 5 e 8, obtiveram o valor de 0 em sua totalidade, evidenciando o não achado de publicações científicas que trabalhassem o binômio auriculoterapia e aromaterapia de forma conjunta, independente do intervalo de aplicações entre uma e outra. Sendo assim, por falta de evidências, não foi possível afirmar a eficácia da aplicação da auriculoterapia em conjunto com a aromaterapia e nem evidenciar a sua atuação na população idosa.

Na introdução e revisão bibliográfica, foram utilizados como base teórica, o total de 8 artigos no âmbito da auriculoterapia e aromaterapia (independente da aplicação de forma conjunta ou não,

com o objetivo do alívio da dor). Para a aromaterapia foram 4 do total dos 8 artigos citados e os 4 artigos restantes, referentes a auriculoterapia.

Ainda na revisão bibliográfica foram utilizados outros 4 artigos que envolviam as terapias citadas (auriculoterapia e aromaterapia), como objetos de atuação em outras assistências (artigos não usados para a coleta de dados das questões, 1,2,3,4,5,6,7 e 8 da pag:13), artigos esses que tinham por finalidade o uso da auriculoterapia e aromaterapia, para a melhora da autoestima e saúde psicossocial, redução do estresse, a ênfase da utilização da auriculoterapia por profissionais da saúde e os benefícios das PICS.

A seguir estão identificados com título, autor e ano de publicação, os quatro artigos baseados na ação da aromaterapia e auriculoterapia na analgesia, aplicados à finalidade de outras assistências terapêuticas, citadas no parágrafo acima:

O uso da aromaterapia na melhora da autoestima. (GNATTA et al., 2011).

O uso da aromaterapia no combate ao estresse. (PAGANINI; SILVA, 2014).

Saúde e equilíbrio através das terapias integrativas: Relato de experiência. (GALLI et al., 2012).

Auriculoterapia para profissionais da saúde: Percursos possíveis da aprendizagem à implantação na Unidade de Saúde. (HOHENBERGER; DALLEGRAVE, 2016).

Foram verificados mediante as buscas dos artigos científicos, poucos trabalhos que realmente mostrassem o uso da aromaterapia e auriculoterapia no processo de alívio da dor no âmbito da gerontologia, ou seja, aplicada exclusivamente em idosos. Uma dificuldade ainda maior, quando relacionada ao uso conjunto das mesmas em idosos. Acredita-se que a escassez de trabalhos que incluíssem a auriculoterapia e aromaterapia como forma alternativa de redução da dor, esteja relacionada ao fato de que tais práticas, principalmente no contexto brasileiro, sejam ainda novas para o sistema de saúde.

Diante dos dados coletados, apenas o artigo por título “Aromaterapia: isso ajuda a aliviar a dor, depressão, ansiedade e estresse em nos Domicílios de pessoas mais velhas?” por Tang e Tse, 2014, correlacionou o uso da aromaterapia para a ação analgésica “exclusivamente” em idosos, mas além da dor, também foram avaliados pelo autor, a diminuição da ansiedade e estresse na aplicação da terapia em questão, não a utilizando exclusivamente para a analgesia.

Já em relação ao uso da auriculoterapia, não foi encontrado nenhum artigo que a relacionasse ao uso exclusivo em idosos com o objetivo de analgesia, mas em questão a outros públicos e situações, 7 artigos foram encontrados e usados para as citações (Público misto). Isso mostra a escassez de publicações científicas que busquem alternativas como as descritas nesse trabalho para

melhora da qualidade de vida do idoso como forma de ampliar as alternativas que favoreçam essa qualidade de vida.

Outro dado importante, estar relacionado ao uso da forma conjunta da aromaterapia e auriculoterapia como práticas alternativas para o alívio da dor ou ainda, relacionada ao tratamento de algum outro tipo de patologia. Houve achados de várias terapias em utilização, mas nenhuma que se aplicasse apenas ao uso das duas terapias juntas. Não houve achado de nenhum artigo que apresentassem as características em questão.

Dentre os artigos usados como base para as citações, todos que correlacionavam a utilização da aromaterapia ou da auriculoterapia como métodos não farmacológicos e a analgesia, obtiveram respostas positivas diante a aplicação das práticas, sendo todas classificadas como efetivas para o tratamento da dor, segundo seus autores.

## **6 CONCLUSÃO**

Diante dos dados apresentados, encontrados em cada estudo escolhido para embasamento científico da revisão integrativa em questão, foram identificados diversos pontos positivos e de grande interesse para a melhoria e ampliação das formas não medicamentosas de assistência à saúde. Todos os autores dos artigos citados comprovaram a eficácia da ação da auriculoterapia e aromaterapia, como prática alternativa e complementar na atuação da analgesia.

Segundo o que diz Monteiro et al. (2014), é de grande predominância o uso medicamentoso pelos idosos, destacando os analgésicos como o mais utilizado pelos mesmos. Mediante isso, houve o interesse de pesquisa por métodos não farmacológicos que não implicasse prejuízos para a saúde do idoso, enfatizando a auriculoterapia e aromaterapia, como formas favoráveis e de benefícios diversos, destacando-se como terapias diferenciadas quando relacionadas e comparadas aos fármacos.

Um ponto importante a ser frisado está relacionado a escassez de publicações que trabalhem essas terapias especificamente na população idosa, principalmente quando associada à aplicação dessas práticas no Brasil. A auriculoterapia e a aromaterapia, mostraram-se como importantes aliadas na manutenção e preservação da saúde, podendo agir não somente no alívio da dor, mas também como auxiliar no tratamento do estresse, ansiedade, na melhora da auto-estima, queimaduras, além de diversas patologias.

Diante de todos os benefícios e comprovação da eficácia a aromaterapia e auriculoterapia como formas não farmacológicas para o tratamento no alívio da dor, conclui-se que é de grande necessidade, frente ao contexto vivido pelos idosos, dar maior visibilidade a aplicação da

aromaterapia e auriculoterapia como alternativas de tratamento não medicamentoso por profissionais de saúde para a utilização dessas terapias como formas complementares no auxílio do alívio da dor, na população idosa.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Práticas Integrativas e Complementares em saúde. Glossário temático, Brasília, 2018.
- BRASIL. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares -
- PNPIC. PORTARIA N° 702, 2018. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702\\_22\\_03\\_2018.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html). Acesso em: 16 nov. 2019.
- BRASIL. Estudo aponta que 75% dos idosos usam apenas o SUS. 2018. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/44451-estudo-aponta-que-75-dos-idosos-usam- apenas-o-su>. Acesso em: 19 ago. 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem. Brasil, 2019. Disponível em: < <http://saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>>. Acesso em: 16 nov. 2019.
- CARLOS, F.S.A.; PEREIRA, F. R. A. Principais doenças crônicas acometidas em idosos. Anais CIEH.v.2, n. 1, 2015.
- CARVALHO, C. S.; CARVALHO, S. A.; PORTELA, F.S. Uso Indiscriminado e Irracional de Anti-inflamatórios não Esteroidais (Aines) por Pacientes Idosos em uma Rede de Farmácias do Sudoeste da Bahia. Revista multidisciplinar e de psicologia. v.12, n. 40, 2018.
- CELICH, K, L. S.; GALON, C. Dor crônica em idosos e sua influência nas atividades da vida diária e convivência social. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. Rio Grande do Sul. v.12, n.3, p.345-359, 2009.
- CORRÊIA, B. M.; SCHOTTEN, L. A.; MARCHADO, M. Aromaterapia na saúde e na beleza: Desenvolvimento de um manual prático. Trabalho de conclusão de curso I, 2010.
- CUENTRO, V.S. et al. Prevalência e fatores associados a polifarmácia entre idosos de um hospital público. Revista contexto e saúde. v. 16, n.30, p. 28-35, 2016.
- ELY, L.S. et al. Uso de anti-inflamatórios e analgésicos por uma população de idosos atendida na Estratégia Saúde da Família. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. Rio de Janeiro. v.18, n.3, p. 475-485, 2015.

FLEISCHER, S.; FRANCH, M. Uma dor que não passa: Aportes teórico-metodológicos de uma Antropologia das doenças compridas. *Revista de Ciências Sociais*.n. 42, p. 13-28, 2015.

FROST, E.; OSTROVSKY, D.A. Aromatherapy may reduce menstrual pain in women with primary dysmenorrhea. *Evidence-based integrative medicine updates*. v.15, n. 3, p. 241-242, 2019.

GALLI, K. S. B. et al. Saúde e equilíbrio através das terapias alternativas: Relato de experiência. *Revista de Enfermagem*, v. 8, n. 8, p. 245-255, 2012.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. Métodos de pesquisa. 5. ed. Rio Grande do Sul:

UFRGS Editora, 2009, 113p.

GNATTA, J. R. et al. O uso da aromaterapia na melhora da autoestima. *Rev Esc Enferm USP*, v. 45, n. 5, p. 1113-1120, 2011.

HAMLIN, A.S.; ROBERTSON, M.T. Pain and complementary therapies. Article in press.

EUA. p. 1-12, 2017.

HOHENBERGER, G. F.; DALLEGRAVE, D. Auriculoterapia para profissionais de saúde: Percursos possíveis da aprendizagem à implantação na Unidade de Saúde. *Saúde em Redes*. v. 2, n. 4, p. 372-382, 2016.

LEHUGEUR, D.; STRAPASSOM, R.M.; FRONZA, E. Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica. *Rev enferm UFPE on line*, Recife, v. 11, n.12, p. 4929-4937, 2017.

LOPES, S. S.; SEROISKA, M.A. Auriculoterapia para analgesia. ed. OMNIPAX, 2013, 168 p.

MASCARENHAS, V.H. A. et al. Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. *Acta Paul Enferm*. v. 32, n. 3, p. 350-357, 2019.

MONTEIRO, S. C. M.; AZEVEDO, L.S.; BELFORT, I. K.P. Automedicação em idosos de um Programa Saúde da Família, Brasil. *Infarma. Ciências farmacêuticas*. São Luís – MA. v. 26, e.2, p. 90-95, 2014.

MOURA, C. C. et al. Acupuntura auricular para dor crônica nas costas em adultos: revisão sistemática e metanálise. *Rev Esc Enferm USP*, v.53, e. 03461, 2019.

OLIVEIRA, L.P.B.A.; SANTOS, S.M.A. Uma revisão integrativa sobre o uso de medicamentos por idosos na atenção primária à saúde. *Rvs Esc Enferm USP*. v. 50, n. 1, p. 167-179, 2016.

PAGANINI, T.; SILVA, F.Y. O uso da aromaterapia no combate ao estresse. *Arq. Ciênc.*

*Saúde Unipar*, Umuarama, v. 18 n. 1, p. 43-49, 2014.

RUELA, L.O. et al. Efetividade da acupuntura auricular no tratamento da dor oncológica:

ensaio clínico randomizado. *Rev Esc Enferm USP*, v. 52, e. 03402, 2018.

TANG, S.K.; TSE, A. Y. M. Aromatherapy: This helps relieve pain, depression, anxiety and stress in households old people. *Biomed Reserch International*.v. 12, n. 43, p. 01-95, 2014.

TEIXEIRA, I.N.A.O.; GARIENTO, M.E. Biologia do envelhecimento: teorias, mecanismos e perspectivas. *Ciênc. saúde coletiva*. Rio de Janeiro.v. 15, n. 6, p. 2845-2857, 2016.