



67º Congresso Brasileiro de Enfermagem <http://67cben2015.com.br> (<http://67cben2015.com.br>)

ISSN 23190086

3110 - AURICULOTERAPIA VERDADEIRA E SHAM NO TRATAMENTO DO ESTRESSE EM ENFERMEIROS

JULIANA MIYUKI DO PRADO¹; LEONICE FUMIKO SATO KUREBAYASHI²; MARIA JÚLIA PAES DA SILVA³.

*1.HOSPITAL BENEFICÊNCIA PORTUGUESA DE SÃO PAULO, SAO PAULO - SP - BRASIL;
2,3.ESCOLA DE ENFERMAGEM DA USP, SAO PAULO - SP - BRASIL.*

Palavras-chave: Auriculoterapia; Estresse; Enfermagem

Introdução: O estresse ocupacional na área da Enfermagem está relacionado a fatores multidimensionais. A auriculoterapia tem se mostrado como uma das práticas integrativas eficazes para o tratamento do estresse. **Objetivos:** Comparar a eficácia terapêutica da auriculoterapia verdadeira e sham no tratamento de estresse identificado nos enfermeiros do Hospital Beneficência Portuguesa de São Paulo **Método:** Ensaio Clínico Randomizado. Foram avaliados quanto ao nível de estresse pela Lista de Sintomas de Stress (LSS) e pela Escala Visual Analógica enfermeiros de diferentes turnos de trabalho e setores e randomizados em três grupos: Controle, Placebo e Auriculoterapia. Os grupos Placebo e Auriculoterapia receberam 12 sessões de auriculoterapia, 2 vezes por semana. Os pontos utilizados para o Grupo Placebo foram Ouvido Externo e Área da Bochecha. Para o Grupo Auriculoterapia foram escolhidos os pontos Shen Men e Tronco Cerebral. A LSS foi aplicada no início, após 8 sessões, após 12 sessões e no follow-up de 15 dias, inclusive para o Grupo Controle. **Resultados:** O nível de estresse prevalente em todos os turnos de trabalho foi o nível alto, com 43,58% dos participantes. O Grupo Auriculoterapia apresentou diferença entre a primeira avaliação e as demais ($p<0,001$), ou seja, a redução dos níveis de estresse ocorreu a partir da segunda avaliação com 8 sessões. Já o Grupo Placebo apresentou diferença apenas entre a primeira e terceira avaliação após 12 sessões ($p<0,001$). **Conclusão:** Os pontos Shen Men e Tronco Cerebral foram eficazes para redução do estresse em enfermeiros com 8 sessões de auriculoterapia, 12 sessões e com follow up de 15 dias ($p<0,001$ em todos os momentos).

Referências:

Guido LeA, Linch GF, Pitthan LeO, Umann J. Stress, coping and health conditions of hospital nurses.

Rev Esc Enferm USP. 2011;45(6):1434-9.

Prado JM, Kurebayashi LF, Silva MJP. Efficacy of auriculotherapy for the reduction of stress in nursing students: a randomized clinical trial. Rev Lat Am Enfermagem. 2012;20(4):727-35
