



ACUPUNTURA NA REDUÇÃO DA ANSIEDADE

Paulo José Botteon Roman¹

Dados de Identificação

Curso: Biomedicina

Disciplina:

Período: 7º

Introdução

A acupuntura é a terapia complementar mais utilizada no tratamento de ansiedade atualmente, esta pesquisa propôs-se a investigar a relevância da técnica da para redução de ansiedade.

Objetivos da Ação

Avaliar os tratamentos e descrever os benefícios da acupuntura aliada a auriculoterapia na diminuição os níveis de ansiedade.

Conteúdo Trabalhado

- Prática ambulatorial

¹ Mestre em Ciências da Atividade Física pela Universidade Salgado de Oliveira e docente do UGB/FERP.

Procedimentos

A pesquisa foi realizada nos meses de abril e maio, contou com 19 voluntários acadêmicos do 7º período do curso de biomedicina da Universidade Geraldo Di Biase (UGB), sendo que o grupo foi dividido em 2 tratamentos, o primeiro grupo com 10 pessoas Tratamento 1 grupo controle sem tratamento (T1) e o segundo grupo com 9 pessoas Tratamento 2 técnica de acupuntura aliada a auriculoterapia (T2), o grupo 2 foi submetido a 5 semanas consecutivas, seguindo protocolos da medicina tradicional chinesa e os acadêmicos responderam um questionário no início e outro no final, para quantificar a evolução do tratamento dos dois grupos.

Resultados

O (T1) grupo controle, não apresentou resultados significativos na redução de ansiedade, no (T2) os acadêmicos apresentaram melhora em todos os sinais e sintomas de ansiedade, os resultados se tornaram mais efetivos a partir da terceira semana de tratamento, os estudantes relatam que ao longo das 5 semanas, houve uma melhora na qualidade do sono, aumento da disposição, aumento nos pensamentos positivos, facilidade em resolver problemas e redução da ansiedade.

Considerações

Os acadêmicos apresentaram excelentes resultados na redução de ansiedade, devido o método da medicina tradicional Chinesa que trata o todo não somente a queixa principal.