

1

Original Article

2

EFFECTS OF AURICULOTHERAPY ON PARACANOEING ATHLETES

3

DURING TRAINING

4

5

ANDRESS DOS SANTOS PIRES DE CAMPOS

6

MARIA ANGÉLICA GONÇALVES DA SILVA

7

CENTRO UNIVERSITÁRIO DINÂMICA DA CATARATAS

8

FOZ DO IGUAÇU, PR, BRASIL

9

10 **Abstract**

11 Auriculotherapy is a technique of Traditional Chinese Medicine that is well-
12 known in the West. It involves the application of mustard seeds or needles on
13 energy channel points to promote harmonization. This technique is widely
14 accepted by patients as it is non-invasive and quick to administer. The present
15 study aimed to assess the applicability of this protocol and its benefits for
16 adapted canoeing athletes. Three paracanoe athletes were recruited and
17 subjected to auricular therapy, focusing on three points: SHEM MEN, RIM, and
18 SYMPATHETIC NERVES. Data collection involved word cloud surveys at the
19 end of the week. According to the patients' perspective, the protocol led to
20 improvements, especially in sleep quality and overall energy levels, which were
21 mentioned over the course of three weeks during training sessions. In
22 conclusion, auriculotherapy proved to be an effective resource for enhancing

23 athletes' energy levels, sleep quality, and overall well-being. However, further
24 studies with larger samples are needed to delve deeper into its therapeutic
25 potential.

26 **Keywords:** Traditional Chinese medicine; Auricular therapy; Physiotherapy;
27 spinal cord injury;

28 **Article original**

29 30 **EFFETS DE L'AURICULOTHERAPIE SUR LES ATHLÈTES EN** 31 **PARACANOÉ PENDANT L'ENTRAÎNEMENT**

32 **Abstrait**

33 L'auriculothérapie est une technique de la médecine traditionnelle chinoise
34 largement connue en Occident. Elle consiste en l'application de graines de
35 moutarde ou de petites aiguilles sur des points énergétiques pour favoriser
36 l'harmonisation. Cette technique est largement acceptée par les patients car
37 elle est non invasive et rapide à administrer. La présente étude visait à évaluer
38 l'applicabilité de ce protocole et ses avantages pour les athlètes de canoë
39 adapté. Trois athlètes de para-canoë ont été recrutés et soumis à une thérapie
40 auriculaire, en se concentrant sur trois points : SHEM MEN, RIM et les NERFS
41 SYMPATHIQUES. La collecte de données a impliqué des enquêtes sous forme
42 de nuages de mots à la fin de la semaine. Selon la perspective des patients, le
43 protocole a entraîné des améliorations, notamment en ce qui concerne la
44 qualité du sommeil et le niveau d'énergie global, qui ont été mentionnées tout
45 au long de trois semaines d'entraînement. En conclusion, l'auriculothérapie
46 s'est avérée être une ressource efficace pour améliorer le niveau d'énergie des
47 athlètes, la qualité du sommeil et leur bien-être général. Cependant, des études
48 supplémentaires avec des échantillons plus importants sont nécessaires pour
49 approfondir son potentiel thérapeutique.

50
51 **Mots-clés:** Médecine Chinoise Traditionnelle; Thérapie auriculaire;
52 Physiothérapie; lésion de la moelle épinière;

53

54

Artículo original

55

56

EFFECTOS DE LA AURICULOTERAPIA EN ATLETAS DE PARACANOA

57

DURANTE EL ENTRENAMIENTO

58

59

Resumen

60

61 La auriculoterapia es una técnica de la Medicina Tradicional China que es
62 ampliamente conocida en Occidente. Implica la aplicación de semillas de
63 mostaza o agujas en puntos de canales energéticos para promover la
64 armonización. Esta técnica es ampliamente aceptada por los pacientes, ya que
65 no es invasiva y se administra de forma rápida. El presente estudio tuvo como
66 objetivo evaluar la aplicabilidad de este protocolo y sus beneficios para los
67 atletas de canotaje adaptado. Se reclutaron tres atletas de paracanotaje que
68 fueron sometidos a terapia auricular, centrándose en tres puntos: SHEM MEN,
69 RIM y los NERVIOS SIMPÁTICOS. La recopilación de datos involucró
70 encuestas en forma de nubes de palabras al final de la semana. Según la
71 perspectiva de los pacientes, el protocolo condujo a mejoras, especialmente en
72 la calidad del sueño y los niveles generales de energía, que se mencionaron a
73 lo largo de tres semanas durante las sesiones de entrenamiento. En
74 conclusión, la auriculoterapia demostró ser un recurso eficaz para mejorar los
75 niveles de energía de los atletas, la calidad del sueño y el bienestar general.
76 Sin embargo, se necesitan estudios adicionales con muestras más grandes
77 para profundizar en su potencial terapéutico.

78

79 **Palabras clave:** Medicina tradicional china; terapia auricular; Fisioterapia;
80 lesión de la médula espinal;

81

Artigo Original

82

OS EFEITOS DA AURICULOTERAPIA EM ATLETAS DE PARACANOAGEM

83

DURANTE OS TREINAMENTOS

84

Resumo

85 A auriculoterapia é uma técnica da Medicina tradicional Chinesa que é bastante
86 conhecida no Ocidente, é realizada por meio da aplicação de sementes de
87 mostarda ou agulhamentos em pontos de canais energéticos que promove a
88 harmonização da região imposta. É uma técnica de grande aceite dos
89 pacientes por não ser invasiva e de rápida realização. O presente estudo teve
90 como objetivo analisar a aplicabilidade desse protocolo e os benefícios do
91 mesmo em atletas de canoagem adaptada. Para isso foram recrutados 3
92 pacientes que praticam a paracanoagem submetidos a terapia auricular
93 seguindo como base três pontos: SHEM MEN, RIM e NERVOS SIMPÁTICOS.
94 Para a coleta dos dados, foi utilizado o método de coleta por nuvens de
95 palavras no final da semana. Com a aplicação do protocolo, segundo a
96 perspectiva do paciente, houve melhora principalmente na qualidade do sono e
97 disposição, o que foram citadas nas três semanas de aplicação do atleta
98 durante a semana de treinamentos. Conclui-se portanto que a auriculoterapia
99 demonstrou ser um recurso eficaz para melhorar a disposição, qualidade do
100 sono e diversos aspectos de bem-estar dos atletas. No entanto, são
101 necessários estudos adicionais com amostras maiores para explorar mais a
102 fundo seu potencial terapêutico.

103

104 **Palavras-chave:** Medicina tradicional chinesa; Terapia auricular;
105 **Fisioterapia;** Lesão **Medular**

106 **Introdução**

107 A lesão medular é um trauma na coluna espinhal que afeta raízes
108 nervosas que desencadeiam comprometimentos sensório-motores e podem ser
109 tachados como uma lesão completa ou incompleta (BASTOS, 2019).

110 Dentro de sua embarcação o atleta pode realizar sua própria adaptação
111 para a melhora da sua segurança como também a melhora da técnica
112 seguindo sua funcionalidade (CBCa, 2023).

113 A canoagem velocidade, modalidade olímpica desde 1936, onde a prova
114 acontece em águas calmas, com provas de 200m, 500m e 1.000m. No Brasil a
115 modalidade se desenvolveu a partir de 1984, com a lagoa Rodrigo de Freitas
116 recebendo a primeira prova oficial (COB, 2023).

117 A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) é um ramo utilizado a mais de
118 2000 anos e que tem como filosofia a permanência do estágio de energia (Qi),
119 o qual significa força vital (GARCIA, 1999).

120 A auriculoterapia é um dos mais populares métodos que traz resultados
121 rápidos e pouco invasivos e de grande aceite pelos pacientes (GARCIA, 1999).

122 Além de resultados rápidos e imediatos, é um tratamento de
123 administração contínua onde passa a semana com os pontos na orelha
124 desempenhando a cura durante seu dia a dia (NEVES, 2009).

125 É uma técnica Chinesa que trata disfunções a partir da aplicação de
126 pontos da região auricular devido a presença de terminações nervosas que
127 estão ligadas aos órgãos (MINISTÉRIO DA SAUDE, 2017).

128 Cada orelha tem pontos de reflexos, onde se ligam a uma parte do corpo
129 onde através das sementes ou agulhas faz com que o cérebro receba essa
130 informação produzindo fenômenos físicos para a área aplicada levando a cura
131 (SOUZA, 1994).

132 O equilíbrio dessa força vital (Qi) se baseia em duas forças opostas,
133 ying e yang, escassez e excesso. A medicina tradicional chinesa utiliza da

134 energia vital do nosso corpo para identificação de patologias presentes, e
135 utiliza vários métodos para o tratamento da energia em estado instável no
136 corpo (GARCIA, 1999).

137 Em concordância com as orientações da Organização Mundial da Saúde
138 (OMS) e com o Sistema Único de Saúde (SUS), as Práticas Integrativas e
139 Complementares (PICs) foram oficialmente incorporadas em 2006, por meio da
140 portaria GM/MS 971. Sendo uma das 4 áreas implementadas a Medicina
141 tradicional chinesa (MINISTÈRIO DA SAÚDE, 2006).

142 A utilização da auriculoterapia exige uma formação complementar dentro
143 do sistema nacional da saúde, por isso houve o acordo da CNPICS e a
144 universidade UFSC, a qual oferece curso de auriculoterapia para à capacitação
145 dos profissionais de saúde (BARD, 2021).

146 Frente aos efeitos apresentados pela MTC por meio do método
147 auriculoterapia, essa pesquisa tem como objetivo, analisar os efeitos da
148 aplicação da terapia auricular em atletas de canoagem adaptada durante os
149 treinamentos, com a utilização de um protocolo específico.

150

151 **Métodos**

152 Para a execução desta pesquisa foi desenvolvido um estudo
153 qualitativo, de natureza exploratória em campo. O mesmo foi realizado na
154 Clínica escola da Universidade União Dinâmica das Cataratas, Foz do
155 Iguaçu, PR.

156 A aplicação da pesquisa utilizou como base atletas de
157 paracanoagem do Instituto Meninos do Lago com idades entre 25 a 60
158 anos, que foram analisados separadamente com o intuito de um melhor
159 bem-estar durante a semana da aplicação do protocolo utilizado, a pesquisa
160 será aplicada durante três semanas, onde cada sessão será executada uma
161 vez na semana por 20 minutos, divididos na anamnese, avaliação e
162 aplicação.

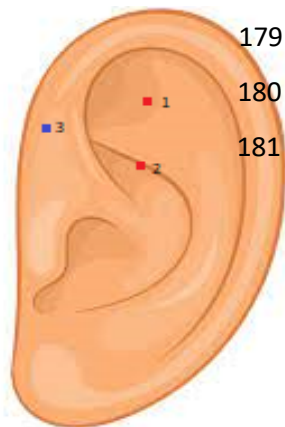
163 Foi utilizado o método de nuvens de palavras e uma coleta de
164 dados sobre a perspectiva do paciente, onde teve início no dia 21 de agosto
165 e término de 04 de setembro.

166 O objetivo da nuvem de palavras foi com o intuito de reconhecer os
167 temas mais citados durante o treinamento e semana do atleta, coletando a
168 percepção predominante dentro do protocolo utilizado e concluir o objetivo
169 do estudo em palavras para construindo e concretizando o protocolo
170 escolhido.

171 Foi realizado o método sintetizado de diagnóstico auricular, que
172 consiste inicialmente na observação do pavilhão auricular, palpação da área
173 afetada e pontos reagentes, logo após a aplicação das sementes nos
174 respectivos pontos.

175 A basedo protocolo será os três pontos destacados na (figura 1),
176 onde os pontos na cor vermelha têm sua visualização na face externa do
177 pavilhão auricular e os pontos em azul na face interna.

178 Para a execução do protocolo será utilizado três pontos como base



1. SHEM MAN
2. RIM
3. NERVOS SIMPÁTICOS

182

183

184

185

186 Foi utilizado o kit de terapia auricular composto por: algodão e
187 álcool 70% (higienização), apalpador, placa de sementes e pinça para
188 aplicação. Após aplicação dos pontos o atleta foi instruído à durante os dias
189 recorrentes a primeira estimulação, pressionar os pontos reagentes 3 vezes
190 ao dia por 10 segundos para a manutenção e regularização do protocolo
191 realizado.

192

Resultados:

193

194

195

Os resultados serão apresentados em tabelas, apontando as três semanas de aplicação do protocolo, com os pontos chaves citados pelos atletas durante os treinamentos.

196

Palavras Chaves	Atleta 1	Atleta 2	Alteta 3
Relaxado	X		X
Foco	X		
Disposição	X	X	X
Melhora Sono	X	X	X
Aumento frequência urinária		X	
Melhora na Ansiedade			X

197

198

Tabela 1 - Semana 1 de aplicação do protocolo de Auriculoterapia

Palavras Chaves	Atleta 1	Atleta 2	Alteta 3
Relaxado			
Foco	X		
Disposição	X	X	X
Melhora Sono	X	X	X
Aumento frequência urinária		X	
Melhora na Ansiedade			X

199

200

201

Tabela 2- Semana 2 de aplicação do protocolo de Auriculoterapia

Palavras Chaves	Atleta 1	Atleta 2	Atleta 3
Relaxado			
Foco	X		
Disposição	X	X	X
Melhora Sono	X	X	X
Aumento frequência urinária		X	
Melhora na Ansiedade			X

203 **Tabela 3- Semana 3 de aplicação do protocolo de Auriculoterapia**

204

205 Na tabelas 1, 2 e 3 foi possível observar que nas semanas de aplicação
 206 do protocolo, foram citadas por ambos os três atletas, principalmente a melhora
 207 na disposição e melhora no sono. Outra abordagem também relatadas pelos
 208 atletas, foi o foco, melhora na ansiedade, aumento na frequência urinária e
 209 relaxado, que apareceram durante a aplicação porem em menor quantidade de
 210 vezes e em semanas diferentes.

211 **Discussão**

212 Segundai Garcia (1999), ressalta que o ponto de rim tem função
 213 fundamental na regulação dos líquidos corporais, anúria, fortalecimento do
 214 cérebro e melhora da essência vital. Neves (2009), também relaciona o ponto
 215 rim com a drenagem dos líquidos, como também na preservação e equilíbrio do
 216 Qi no organismo.

217 No protocolo aplicado apenas 1 atleta referiu aumento da frequência
 218 urinária, esse aumento pode se dar pela estimulação do ponto do rim que tem
 219 função de drenagem dos líquidos e correlacionado com a bexiga.

220 Outros fatores também encontrados na pesquisa foram as palavras
221 chaves, relaxado, foco e ansiedade, que estão relacionados a utilização dos
222 pontos pois segundo

223 Outro estudo, realizado por Pegado (2022), mostrou em seu estudo que
224 após o uso da auriculoterapia nos cuidadores, houve melhora no nível de
225 satisfação, na disposição de seu dia a dia e no bem-estar físico e emocional,
226 possivelmente devido à utilização do protocolo adotado.

227 Conforme a análise das semanas e dos resultados colhidos, foi evidente
228 que essa pesquisa também obteve resultados positivos relacionados a
229 disposição dos atletas durante os treinamentos. Relacionado com o protocolo
230 utilizado dentro dessa pesquisa, o qual promove a regularização energética e
231 harmonização dos sistemas corporais como um todo.

232 Ainda segundo a autora Pegado (2022) ,houve um impacto positivo na
233 melhora do sono após a aplicação da auriculoterapia, oferertando uma
234 qualidade de sono e antecipação do sono. Wenbo He *et al.* (2018) , também
235 mostrou em seus resultados que o uso da auriculoterapia para a insônia é mais
236 eficaz que o uso de medicamentos convencionais.

237 No nosso estudo foi possível observar que todos os atletas relataram a
238 melhora na qualidade do sono segundo a perspectiva de cada um, onde
239 relataram diminuição frequência no despertar durante a noite, como também na
240 sensação de “despertar agradável” ao acordar.

241 **Conclusão**

242 Conclui-se, portanto, que a auriculoterapia é um recurso rápido, prático
243 e eficaz que tem propriedades terapêuticas essenciais para a melhora e
244 homeostase do corpo humano. E os resultados obtidos por essa pesquisa
245 trouxeram resultados positivos principalmente, na disposição e na melhora do
246 sono dos atletas durante o período de treinamento dos atletas. Ainda assim
247 trouxarem outros resultados que se manifestaram, que foram: melhora no foco,
248 aumento na frequência urinária, melhora no quadro da ansiedade e sensação
249 de relaxamento. Ainda existem muitas incógnitas acerca desse protocolo

250 utilizado, sendo se suma importância um maior aprofundamento acerca do
251 tema com um maior número de indivíduos, visto que o presente estudo
252 apresentou resultados positivos.

253 **Agradecimentos**

254 Primeiramente gostaria de agradecer a Deus e minha família por todo
255 apoio prestado , assim como a minha namorada e professores por toda ajuda e
256 conhecimentos repassados durante essa trajetória.

257 **Declaração de conflito de interesses**

258 Todos os autores declaram que não existe nenhum conflito de interesses
259 no presente estudo

260 **Declaração de financiamento**

261 Financiamento próprio

262 **Referências**

- 263 GONZÁLES GARCIA, Ernesto. Auriculoterapia. São Paulo: Roca, 1999.
- 264 História - Confederação Brasileira de Canoagem. Disponível em:
265 <<http://www.canoagem.org.br/pagina/index/nome/historia/id/59#gsc.tab=0>>.
266 Acesso em: 3 mar. 2023.
- 267 O SUS das Práticas Integrativas: Auriculoterapia. Disponível em:
268 <<https://aps.saude.gov.br/noticia/2404>>. Acesso em: 2 mar. 2023.
- 269 SOUZA, Marcelo pereira. Tratado de auriculoterapia.São Paulo: Instituto
270 Yang,1994.
- 271 NEVES, Marcos Lisboa. Manual prático de auriculoterapia. 1ª edição. Porto
272 Alegre: Editora Do Autor, 2009.
- 273 BASTOS, P. C. DE S. et al. INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA LESÃO
274 MEDULAR: RELATO DE CASO. Revista Ciência e Saúde On-line, v. 4, n. 3,
275 2019.

276 BARD, A. L. Práticas integrativas e complementares no SUS : prevalência de
277 acupuntura e auriculoterapia nos serviços de atenção primária à saúde de um
278 grupo hospitalar em Porto Alegre. **lume.ufrgs.br**, 2021.

279 PEGADO, Stephany Araújo Magalhães Coutinho. Contribuição da
280 auriculoterapia na saúde mental de cuidadores do Programa Melhor em Casa.
281 Orientador: Ana Tania Lopes Sampaio. 2022. 60f. Dissertação (Mestrado
282 Profissional em Saúde da Família) - Centro de Ciências da Saúde,
283 Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2022.

284 TESSER, C. D. Capacitação em auriculoterapia para profissionais do SUS de
285 2016-2017. REVISE - Revista Integrativa em Inovações Tecnológicas nas
286 Ciências da Saúde, [S. l.], v. 5, n. fluxocontinuo, p. 1–18, 2021. DOI:
287 10.46635/revise.v5ifluxocontinuo.1769. Disponível em:
288 <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/revise/article/view/1769>. Acesso em:
289 27 Out. 2023.

290 He, Wenbo, et al. “Acupuncture for Treatment of Insomnia: An Overviwe of
291 Systematic Reviews.” *Complementary Therapies in Medicine*, vol. 42, Feb.
292 2019, pp. 405-416, <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.12.020>. Accessed 27
293 Out. 2023.

294 Canoagem Velocidade. Disponível em: <[https://www.cob.org.br/pt/cob/time-
295 brasil/esportes/canoagem-velocidade/](https://www.cob.org.br/pt/cob/time-brasil/esportes/canoagem-velocidade/)>. Acesso em: 2 de abril. 2023.

296

297 Autor Principal: Andress dos Santos Pires de Campos
298 Endereço completo: Rua Trinta Reis nº 810- Bairro Itaipu A – Foz do Iguaçu-PR
299 Telefone: (45) 9 9989-3474
300 E-mail: andressfisio@gmail.com