

O cuidar através da Medicina tradicional chinesa

Caring through traditional chinese Medicine

Cuidando a través de la Medicina tradicional china

Recebido: 16/11/2023 | Revisado: 29/11/2023 | Aceitado: 01/12/2023 | Publicado: 03/12/2023

Shara Vitória Pinto da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5962-8028>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: sharavitoria041@gmail.com

José Fernandes de Albuquerque Neto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9418-7168>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: josefernandesdan2001@hotmail.com

Ana Flávia Machado Carvalho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6691-4804>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: ana.carvalho@professores.facid.br

Isadora Maria Lopes Vaz

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6479-0051>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: isadoramaria2003@gmail.com

Jucilene de Alencar Sampaio Mendes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-0620-8469>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: juciangel@hotmail.com

Jandson Vieira Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3448-670X>
Centro Universitário UniFacid Wyden, Brasil
E-mail: jandsonvc@gmail.com

Resumo

A dor afeta grande parte da população em algum momento da vida. A auriculoterapia e a ventosaterapia são intervenções da medicina tradicional chinesa (MTC), que são técnicas não medicamentosa sugerida para o tratamento da dor crônica e psicossomática, dentre outras indicações. O estudo teve como objetivo, investigar os efeitos da auriculoterapia e da ventosaterapia no tratamento da dor. Trata-se de uma pesquisa de campo, experimental, do tipo descritiva, com abordagem quantitativa, realizada com colaboradores de uma Instituição de Ensino Superior em Teresina/PI. Os voluntários foram atendidos semanalmente durante 10 meses e responderam a dois questionários, um elaborado pelo pesquisador, com dados pessoais e ocupação, e outro, o Inventário Breve de Dor (IBD), que avaliava a dor, intensidade, localização anatômica da mesma, e a inferência deste sintoma sobre o dia a dia, humor, sono, atividade laboral e qualidade de vida, estava presente no questionário, a escala visual analógica (EVA) que tinha como objetivo mensurar a intensidade da dor. O questionário foi aplicado individualmente antes da primeira intervenção e depois mensalmente. Os resultados do estudo mostraram eficácia das técnicas utilizadas para tratar a dor e a repercussão desta sobre a qualidade de vida do indivíduo. Sugere-se então, a implementação destas nas abordagens relacionadas ao quadro algico, visto que as mesmas além de serem de simples aplicação, são de baixo custo e seus resultados são eficientes.

Palavras-chave: Auriculoterapia; Ventosaterapia; Dor.

Abstract

Pain affects a large part of the population at some point in their lives. Auriculotherapy and cupping therapy are traditional Chinese medicine (TCM) interventions, which are non-drug techniques suggested for the treatment of chronic and psychosomatic pain, among other indications. The study aimed to investigate the effects of auriculotherapy and cupping therapy in the treatment of pain. This is field research, experimental, descriptive, with a quantitative approach, carried out with employees from a Higher Education Institution in Teresina/PI. The volunteers were seen weekly for 10 months and answered two questionnaires, one prepared by the researcher, with personal data and occupation, and the other, the Brief Pain Inventory (IBD), which assessed pain, intensity, anatomical location, and the inference of this symptom on daily life, mood, sleep, work activity and quality of life, was present in the questionnaire, the visual analogue scale (VAS) which aimed to measure the intensity of pain. The questionnaire was applied individually before the first intervention and monthly thereafter. The results of the study showed the effectiveness of the techniques used

to treat pain and its impact on the individual's quality of life. It is then suggested to implement these in approaches related to pain, as they are not only simple to apply, they are low cost and their results are efficient.

Keywords: Auriculotherapy; Cupping therapy; Pain.

Resumen

El dolor afecta a gran parte de la población en algún momento de su vida. La auriculoterapia y la terapia con ventosas son intervenciones de la medicina tradicional china (MTC), que son técnicas no farmacológicas sugeridas para el tratamiento del dolor crónico y psicossomático, entre otras indicaciones. El estudio tuvo como objetivo investigar los efectos de la auriculoterapia y la terapia con ventosas en el tratamiento del dolor. Se trata de una investigación de campo, experimental, descriptiva, con enfoque cuantitativo, realizada con empleados de una Institución de Educación Superior de Teresina/PI. Los voluntarios fueron atendidos semanalmente durante 10 meses y respondieron dos cuestionarios, uno elaborado por el investigador, con datos personales y ocupación, y el otro, el Brief Pain Inventory (IBD), que evaluaba el dolor, la intensidad, la localización anatómica y la inferencia de este síntoma sobre la vida diaria, el estado de ánimo, el sueño, la actividad laboral y la calidad de vida, estuvo presente en el cuestionario, la escala visual analógica (EVA) que tenía como objetivo medir la intensidad del dolor. El cuestionario se aplicó de forma individual antes de la primera intervención y posteriormente mensualmente. Los resultados del estudio mostraron la efectividad de las técnicas utilizadas para tratar el dolor y su impacto en la calidad de vida del individuo. Se sugiere entonces implementarlos en abordajes relacionados con el dolor, ya que no sólo son sencillos de aplicar, sino que tienen un bajo costo y sus resultados son eficientes.

Palabras clave: Auriculoterapia; Terapia con ventosas; Dolor.

1. Introdução

A dor afeta grande parte da população em algum momento da vida. Trata-se de uma experiência subjetiva, complexa, pessoal e por vezes influenciada por variáveis emocionais, não sendo possível, dessa forma, ser mensurada por algum tipo de instrumento físico padrão (Souza, 2022). A dor psicossomática pode ser definida como um distúrbio somático (dor propriamente dita em qualquer região do corpo) que abrange um fator psicológico que participe da origem dela. Os transtornos mentais comuns, também conhecidos como transtornos psiquiátricos menores – por não abrangerem os transtornos com sintomas psicóticos, os transtornos de personalidade e a dependência química, estão estreitamente relacionados às dores psicossomáticas. A dor psicossomática pode se apresentar com caráter crônico (quando a dor é persistente e apresenta uma duração mínima de três meses). Os sintomas dolorosos afetam diretamente a qualidade de vida dos indivíduos (Trindade et al., 2022).

O uso de medicamentos para alívio da dor crônica pode causar sérios riscos à saúde, e normalmente esses tratamentos farmacológicos podem perder sua funcionalidade e apenas aliviar os sintomas, causando o uso crônico e abusivo de medicamentos. Além disso, o uso de anti-inflamatórios esteroides, classe de medicamentos muito utilizada no tratamento da dor crônica, causa uma variedade de eventos adversos gastrointestinais e cardiovasculares. Sendo assim, cresce a procura por tratamentos alternativos, como o tratamento alternativo, que apresenta resultados promissores sem a presença de efeitos colaterais (Oliveira et al., 2019).

Dentre as terapias alternativas há auriculoterapia que é parte integrante da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), usada com o objetivo de diagnosticar e tratar diversas desordens no organismo. Utilizada desde a antiguidade, sendo que na China se deu o seu maior desenvolvimento, essa prática explora o pavilhão auricular, correlacionando, esta área com os demais órgãos e regiões do nosso corpo. Em 1990, a Organização Mundial de Saúde (OMS) reconheceu a auriculoterapia chinesa como terapia de microsistema para benefício, promoção e manutenção da saúde. A técnica pode ser utilizada em disfunções motoras, nervosas, emocionais, respiratórias, gastrintestinais, entre outras, destacando-se no tratamento ágil e eficaz de dores diversas (Neves, 2009). Outra terapia alternativa da MTC é a ventosaterapia, esta baseia-se na utilização de copos de diferentes materiais para efetuar o estímulo na região da dor a fim de tratar doenças, principalmente de origem musculoesqueléticas. Assim como a auriculoterapia a ventosaterapia é um tipo de intervenção, não medicamentosa sugerida para atenuação da dor crônica (Wang et al., 2017).

A ventosaterapia é uma técnica universal e bastante antiga, utilizada em países do oriente e ocidente. O princípio da ventosaterapia é o método de sucção gerado na pele sobre uma área dolorosa ou pontos de acupuntura. Os efeitos da ventosaterapia incluem a liberação de toxinas, levando os tecidos moles (peles e músculos) a uma drenagem dessas impurezas, melhorando o aporte sanguíneo e o metabolismo celular local. Com o efeito de melhora da circulação, as substâncias tóxicas retiradas pela sucção favorecem a diminuição de substâncias que estimulam células inflamatórias a gerar dor. Além da diminuição da dor, a ventosa proporciona a diminuição do edema, alívio da tensão muscular e melhora da capacidade funcional. Esta técnica foi bastante divulgada pelos atletas nos Jogos Olímpicos de 2016, e seu uso tem crescido, por sua fácil aplicação, baixo custo e resultados cada vez mais estudados e aceitos pela comunidade científica (Dorta et al., 2018).

Diante exposto, o objetivo geral desse artigo foi investigar os efeitos da auriculoterapia e da ventosaterapia no tratamento da dor e a repercussão desta na qualidade de vida.

2. Metodologia

O estudo em questão, foi uma pesquisa de campo, experimental, do tipo descritiva, com abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada com os funcionários de uma Instituição de Ensino Superior – IES em Teresina-PI, de janeiro a outubro de 2023. Todos os colaboradores da IES foram convidados a participar do estudo, o único critério para ser inserido era referir dor em qualquer área anatômica do seu corpo, e que esta estivesse interferindo na sua vida.

Esta pesquisa foi realizada de obedecendo as diretrizes, referentes ao envolvimento de humanos, preconizada pela Resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/12. Portanto, foi submetida à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos do Centro Universitário UNIFACID WYDEN, e aprovada CAAE 21768619.2.0000.5211. Para início, foi solicitada a autorização dos voluntários por meio da assinatura do TCLE. Os que assinaram o termo, após ser esclarecido o estudo, riscos e benefícios, foram inseridos.

Participaram da pesquisa 40 colaboradores, porém, destes apenas 10 foram assíduos ao plano proposto, possibilitando através destes a coleta de dados. Durante o período da pesquisa os colaboradores eram atendidos uma vez por semana na clínica escola da IES, e submetidos a intervenção, aplicação de auriculoterapia (com sementes de mostarda) e ventosaterapia (deslizante ou fixa).

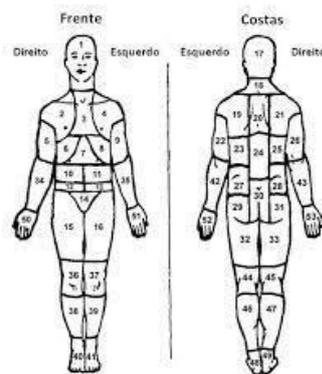
Os voluntários inicialmente responderam a um questionário elaborado pela pesquisadora, este abordava dados pessoais e referentes à ocupação na IES; os dados referentes ao perfil e intensidade da dor dos colaboradores, foi registrado através da Escala Visual Analógica de Dor (EVA) e o Inventário Breve de Dor (IBD), ambos validados.



Fonte: Enfermagemflorence.com.br.

Com a EVA foi registrado a intensidade a dor, esta poderia ser classificada com o valor entre 0-10, sendo o 0 "nenhuma dor" e 10 "pior dor possível", mensuradas através da expressão facial. A Figura 2 representa a ilustração para identificar a localização anatômica da dor presente no IBD.

Figura 2 - Imagem para localização da dor.



Fonte: Edisciplinas.usp.br.

O Inventário Breve de Dor possibilita identificar a localização anatômica da dor e intensidade, como também a interferência da dor nas atividades gerias, humor, habilidade para caminhar, sono, relacionamento e apreciação da vida, com a mensuração de 0 a 10, na qual a menor pontuação determinava que não havia interferência e maior pontuação refletia interferência completa.

3. Resultados e Discussão

Os dados apresentados no Quadro 1 estão relacionados ao perfil dos 10 participantes, que apresentaram idades variadas, sem diferença significativa, com maior predomínio do sexo feminino 80% (n=8), sendo que a maioria dos funcionários desempenhavam a função de “serviços gerais” na instituição (40%, n=4).

Quadro 1 - Caracterização dos colaboradores.

Idade	N	%
24-28	3	30
31-36	2	20
38-45	3	30
50-60	2	20
Gênero		
Masculino	2	20
Feminino	8	80
Ocupação		
Assistente administrativo	3	30
Professor	3	30
Serviços gerais	4	40

n total = 10 Fonte: Autores (2023).

No Quadro 2, os dados apresentados estão relacionados à dor, registrados por meio do questionário EVA – Escala Visual Analógica de Dor, os parâmetros estão descritos de acordo com os graus, tendo destaque a intensidade moderada da dor antes do tratamento com auriculoterapia e ventosaterapia, com mudança no grau para leve após a intervenção, evidenciando a eficácia destes tratamentos alternativos.

Quadro 2 - Classificação da intensidade da dor relatada pelos colaboradores.

PARÂMETROS	Antes do tratamento		Depois do tratamento	
	N	%	N	%
Entre 0 a 3 (Dor Leve)	4	40%	8	80%
Entre 4 a 7 (Dor Moderada)	6	60%	2	20%
Entre 8 a 10 (Dor Intensa)	0	0%	0	0%

n total = 10. Fonte: Autores (2023). Teresina/PI.

No Brasil, em estudo realizado com pacientes com dor crônica, verificou-se que 94,9% apresentavam comprometimento da atividade profissional. Tratamentos visando bem-estar dos colaboradores para desempenho da atividade profissional se faz necessário, dentre eles tratamentos alternativos que não causam dependência química nem efeitos colaterais são opções que podem beneficiar este público, como pode ser visto nos achados do presente estudo, o qual evidenciou significativa melhora em todos os graus de dor referidos pelos pacientes. O Instituto de Medicina dos Estados Unidos considerou a dor crônica como um problema de saúde pública. A dor lombar, por exemplo, é um problema de alto custo médico e social nos Estados Unidos, sendo causa de perda de 1400 dias de trabalho por mil habitantes por ano; na Europa, é a mais frequente causa de limitação em pessoas com menos de 45 anos e a segunda causa mais frequente de consulta médica. Na Holanda, são registrados 10.000 casos novos, a cada ano, de pacientes incapacitados para o trabalho pela dor (Kreling et al., 2006).

No Quadro 3 evidencia-se os locais em que os colaboradores relataram sentir dor e os sintomas psicossomáticos mais citados antes e após o tratamento com auriculoterapia e ventosaterapia. A dor lombar foi a mais citada, e dentre os sintomas psicossomáticos citados, a ansiedade ganhou o destaque antes do tratamento. Após o tratamento a dor lombar continuou sendo a mais citada, mas o percentual de indivíduos que continuavam referindo dor após o tratamento, passou de 90% para 30%. A ansiedade e a insônia apesar de ser menos referida, ainda persistiu em alguns colaboradores.

Quadro 3 - Principais dores e sintomas citados antes e depois da intervenção, segundo o Inventário Breve de Dor.

Queixa principal	Antes do tratamento		Depois do tratamento	
	N	%	N	%
Dor no ombro	1	10	1	10
Dor cervical	4	40	1	10
Dor torácica	4	40	0	0
Dor lombar	9	90	3	30
Ansiedade	7	70	2	20
Insônia	4	40	1	10

n total = 10 Fonte: Autores (2023). Teresina/PI.

A qualidade de vida no trabalho abrange a relação trabalho, trabalhadores e organizações, com base em métodos de administração e seus reflexos na motivação dos trabalhadores e, ainda, no desempenho da organização do trabalho. Atualmente, o trabalho proporciona meios de conforto e facilidade para a execução das tarefas, favorecendo uma vida sedentária, movimentos repetitivos e posturas incorretas. O surgimento do trabalho industrializado, mecanizado e a automação, aliados a uma busca desenfreada pela produtividade e pela qualidade dos produtos e do serviço, vêm impondo condições extremamente rígidas e prejudiciais ao organismo humano. Um dos problemas que mais tem afetado as empresas são os distúrbios na saúde dos trabalhadores, na maioria das vezes ocasionados devido a uma organização do trabalho que envolve tarefas repetitivas, pressão constante por produtividade, jornada prolongada, além de tarefas fragmentadas, monótonas, que reprimem o funcionamento mental do trabalhador (Santos et al., 2007). Brito et al. (2021), em seu estudo, mostram significativa melhora após o tratamento com a auriculo e ventosaterapia, de acordo com os dados, os pacientes relataram um nível 6 de interferência da dor referente ao trabalho e após o tratamento esse número passou a ser 2. Corroborando com os achados deste estudo, em a interferência da dor diminuiu em todos os domínios.

Nos últimos anos tem acontecido um crescimento exponencial no interesse e nos usos das práticas da Medicina Tradicional Chinesa - MTC. Esse interesse a essas práticas é uma alternativa buscada por quem está à procura de uma melhor qualidade de vida (Santos et al., 2011). Estudos comprovam que cerca de 90% dos casos de dor poderiam ser amenizados com terapias alternativas como exemplo a acupuntura. Estes resultados podem ser cientificamente explicados através da ação de neurotransmissores endógenos como as endorfinas e encefalinas que são liberados mediante a estimulação de pontos específicos do corpo humano, os acupontos, estimulados também na auriculoterapia e na ventosaterapia (Carvalho et al., 2019). Condizente com os estudos citados, a presente pesquisa mostra resultados promissores das intervenções realizadas, em relação à melhora sobre as queixas relatadas dos funcionários da IES.

A dor comumente referida pela população é a lombar ou lombalgia, pode ser usada para descrever qualquer dor na coluna lombar. Esta síndrome caracteriza-se por um início súbito de dor forte e persistente, restrição da amplitude de movimento da coluna lombar. As crises podem variar quanto à gravidade e à amplitude de uma natureza mais amena a uma grave e incapacitante. Estatísticas mundiais indicam que 60 a 80% de todos os adultos experimentam, experimentaram ou experimentarão a sensação de dor lombar no decorrer da vida (Haefner et al., 2015).

Em estudo realizado no Rio Grande do Sul, foi encontrada prevalência de lombalgia crônica de 4,2% e dentre esses indivíduos, a maioria (76,7%) relatou dificuldades para realizar suas atividades de trabalho (Silva et al., 2004). No estudo desenvolvido com indivíduos que sofriam de lombalgia e tiveram que ser afastados do trabalho, os autores Alencar & Ota (2011), constataram que o afastamento do trabalho pode apresentar repercussões na saúde mental, podendo também desencadear transtornos mentais, dependendo de como os sujeitos conseguem se adaptar aos conflitos e dificuldades existentes no trabalho. Ainda, a dor lombar pode se tornar crônica e gerar uma incapacidade na execução de atividades em casa (domésticas) e no lazer. Os achados dos estudos supracitados são concordantes com o estudo em questão, visto que a lombalgia se destaca entre a população geral e pode estar relacionada a diversos fatores causais, assim como pode interferir na qualidade de vida e nas atividades da vida diária dos indivíduos.

No Quadro 4 estão apresentados os resultados dos dados do questionário Inventário Breve de Dor relacionada as alterações psicossomáticas e do desempenho na vida diária, destacando a significativa melhora do sono, que passou de uma média de +/-5.98 para +/-2.

Quadro 4 - Valor médio do Inventário Breve de Dor.

Variáveis	Antes do tratamento	Depois do tratamento
Pior nas últimas 24 horas	+/- 4,65	+/-2,32
Mais fraca dor nas últimas 24 horas	+/- 3,68	+/- 2
Média de dor	+/- 4,38	+/- 2,38
Dor aguda	+/- 5	+/- 2
Atividade geral	+/- 4,34	+/- 2,98
Humor	+/- 3,98	+/- 1,1
Habilidade de caminhar	+/- 2,48	+/- 0,98
Trabalho	+/- 3,12	+/- 1
Sono	+/- 5,98	+/- 2
Habilidade de apreciar a vida	+/- 3,12	+/- 0,3

n total = 10. Fonte: Autores (2023). Teresina/PI.

O enfrentamento das situações de vida diária desencadeia diferentes reações nos indivíduos, dentre as quais estão o estresse, a ansiedade e a depressão. Nessas situações, os indivíduos demonstram respostas gerais ou inespecíficas, de caráter fisiológico e psicológico do organismo frente a um estressor ou ameaças externas e internas. Uma intervenção que pode ser utilizada para a prevenção e controle da ansiedade, do estresse e da depressão é a auriculoterapia, uma prática integrativa e complementar em saúde. Evidências científicas apontam os efeitos da intervenção para o estresse, ansiedade e depressão de forma isolada ou associada a outros cuidados melhorando o humor e, por conseguinte a qualidade de vida das pessoas (Corrêa et al., 2020).

Segundo Silva et al. (2023), a paciente afirmou que, após a segunda sessão não sentiu mais necessidade de fazer uso de analgésicos e anti-inflamatórios. Comprovando assim, a eficácia da auriculoterapia no tratamento da dor e do equilíbrio do fluxo de energia. A auriculoterapia, a ventosa se mostrou eficaz no tratamento das dores; porque acredita-se que, ela estimula as fibras nervosas de forma singular à acupuntura e a auriculoterapia. Daí os impulsos são transmitidos para que aconteça a liberação de neurotransmissores, como as endorfinas, fazendo com que haja o bloqueio da dor (Silva et al., 2023). Os achados são concordantes com o resultado do estudo em questão, visto que todos os sintomas referidos como alteração do sono, humor apreciação da vida e desempenho geral e no trabalho melhoraram consideravelmente, refletindo na melhora da qualidade de vida e bem-estar dos colaboradores.

4. Conclusão

No estudo houve predominância dos profissionais de serviços gerais entre os colaboradores, com queixas diversificadas pelas áreas anatômicas entre todos os participantes, com predomínio de dor na lombar. Após o tratamento com ventosaterapia e auriculoterapia houve diminuição no quadro algico e na intensidade da dor, além da melhora da interferência desta sobre o humor, sono e desempenho geral e no trabalho. Os resultados foram satisfatórios em todas as variáveis avaliadas, o que sugere que a aplicabilidade dessas técnicas no controle da dor e sintomas psicossomáticos são eficazes, além de serem técnicas seguras, de fácil aplicabilidade e de baixo custo. Diante do estudo, foi percebida certa descrença em relação a MTC, pelo fato de ser uma área ainda pouco explorada. Com a facilitação ao acesso a conteúdo direcionados a ela e também mais cursos voltados a isso; é

provável a maior aceitação da população em relação a essa forma de tratamento.

Referências

- Alencar, M. C. B. & Ota, N. H. (2011) O afastamento do trabalho por LER/DORT: repercussões na saúde mental. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 22(1), 60-67.
- Brito, S. F. L., Salazar, A. S., Teixeira, M. E. M., Pinto, V. C. O., Silva, E. L. E., Rocha, V. A., Silva, M. G., Gonzaga, B. G. L., Teixeira, F. T. A., Silva, M. A., Feitosa M. C. P., Rebêlo, V. C. N., Barros, N., Carvalho, G. D & Carvalho, A. F. M. (2021). Análise dos efeitos da auriculoterapia e ventosaterapia no desempenho laboral de colaboradores de uma instituição de ensino privada em Teresina- PI. *Research, Society and Development*, 10(10), 8-9.
- Carvalho, F. P., Silva, L. F., Rodrigues, P., Vale, B. T. & Marins., F. R. (2019). Bases neurofisiológicas da acupuntura no tratamento de analgesia. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. 9(2), 144-168.
- Côrrea, H. P., Moura, C. C., Azevedo, C., Bernardo, M. F. V. G., Mata, L. R. F. P. & Chianca, T. C. M. (2020). Efeitos da auriculoterapia sob o estresse, ansiedade e depressão em idosos: revisão sistemática. *Revista Escola de Enfermagem da USP*. 54, 2-3.
- Dorta, A. G., Silva, J. M., Bayrell, S. R., Junior, A. J. C., Pires, E. O., Penido, A. T. O. & Bezerra, J. P. G. (2018). Efetividade da liberação miofascial por meio da ventosaterapia na dor, limitação de movimento e capacidade funcional de portadores de lombalgia. *Revista Eletrônica de Trabalhos Acadêmicos Universo/Goiânia ano 3(5)*, 3-4.
- Haefner, R., Sarquis, L. M. M., Haas, G. F. S., Heck, R. M. & Jardim, V. M. R. (2016) Prevalência de lombalgia e fatores associados em trabalhadores de uma empresa agropecuária do sul do Brasil. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*. 14(3).
- Kreling, M. C. G. D., Cruz, D. A. L. E. & Pimenta, C. A. M. (2006). Prevalência de dor crônica em adultos. *Revista Brasileira de Enfermagem*.v.59, n.4/ p. 510-511. Ago 2006.
- Neves, M. L. (2009). Manual prático de auriculoterapia. *Ed. Do Autor*. 1, 62-63.
- Oliveira, G. G., Gamarrona, F.T. & Oliveira, R. T. D. (2022). Auriculoterapia e dor lombar: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 11(7), 2-3.
- Santos, A. F., Oda, J. I., Nunes, A. P. M., Gonçalves, L. & Gamés, F. L. S. (2007). Benefícios da ginástica laboral na prevenção dos distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. *Arquivos de Ciências de Saúde*, 11(2), 107-113.
- Santos, D. R., Sperotto, D. F. & Pinheiro, U. M. S. (2011). A medicina tradicional chinesa no tratamento do transtorno de ansiedade: um olhar sobre o stress. *Revista Contexto & Saúde*, 10(20), 103-112
- Silva, M. C., Fassa, A. G. & Valle, N. C. J. (2004) Dor lombar crônica em uma população adulta do Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Caderno de Saúde Pública*/ 20(2), 382-383.
- Silva, T. G., Oliveira, S. E., Silva, V. C., Leonel, G. A., Chaves, R. L., Felipe, A. O. B., Chaves, E. C. L. & Chini, L. T. (2023). Utilização da ventosaterapia e da auriculoterapia no tratamento da dor muscular: estudo de caso. *Brazilian Journal of Health Review*. 6(3), 10910. 10.34119.
- Souza, R. D. (2022). Auriculoterapia no tratamento da dor: uma revisão da literatura. *Research, Society and Development*, 11(10), 2.
- Trindade, B. S. R., Souza, C. S. & Braga, S. A. S. (2022). Atuação da fisioterapia nas dores psicossomáticas de pessoas com transtornos mentais comuns. *Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*. 14(2), 2.
- Wang, Y. T., Qi, Y., Tang, F. Y., Li, F. M., Li, Q. H., Xu, C. P., Xie, G. P. & Sun, H. T. (2017). The effect of cupping therapy for low back pain: a meta-analysis based on existing randomized controlled trials. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 30(6), 1187-1195.