

## AURICULOTERAPIA PARA O TRATAMENTO DE ANSIEDADE NA GESTAÇÃO: CONSTRUÇÃO E VALIDAÇÃO DE PROTOCOLO CLÍNICO

*AURICULOTHERAPY FOR THE TREATMENT OF ANXIETY DURING PREGNANCY: ELABORATION AND VALIDATION OF A CLINICAL PROTOCOL*

*AURICULOTERAPIA PARA EL TRATAMIENTO DE LA ANSIEDAD DURANTE EL EMBARAZO: CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DE UN PROTOCOLO CLÍNICO*

- ✉ Herica Pinheiro Corrêa<sup>1</sup>  
✉ Daniel Vinícius Alves Silva<sup>2</sup>  
✉ Kauê Batista Andrade<sup>1</sup>  
✉ Antônio Prates Caldeira<sup>3</sup>  
✉ Tânia Couto Machado Chianca<sup>4</sup>  
✉ Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito<sup>5</sup>  
✉ Caroline de Castro Moura<sup>6</sup>  
✉ Diego Dias de Araújo<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, Programa de Pós-Graduação em Cuidado Primário em Saúde – PPGCP. Montes Claros, MG – Brasil.

<sup>2</sup>Santa Casa de Saúde de Montes Claros – SCS, Departamento de Enfermagem. Montes Claros, MG – Brasil.

<sup>3</sup>Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES, Departamento de Saúde da Mulher e da Criança. Montes Claros, MG – Brasil.

<sup>4</sup>Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG, Escola de Enfermagem - EE, Departamento de Enfermagem Básica - ENB. Belo Horizonte, MG - Brasil.

<sup>5</sup>Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES, Departamento de Enfermagem. Montes Claros, MG - Brasil.

<sup>6</sup>Universidade Federal de Viçosa - UFV, Docente do Departamento de Enfermagem. Viçosa, MG - Brasil.

**Autor Correspondente:** Maria do Perpétuo Nóbrega

**E-mail:** perpetua.nobrega@usp.br

### Contribuições dos autores:

**Análise Estatística:** Hérica P. Corrêa; **Aquisição de Financiamento:** Diego D. Araújo; **Coleta de Dados:** Hérica P. Corrêa; Daniel V.A. Silva; **Conceitualização:** Diego D. Araújo; Hérica P. Corrêa; **Gerenciamento de Recursos:** Diego D. Araújo; **Gerenciamento do Projeto:** Diego D. Araújo; **Investigação:** Hérica P. Corrêa; **Metodologia:** Diego D. Araújo; Caroline C. Moura; Hérica P. Corrêa; Maria Fernanda S. F. Brito; **Redação - Preparo do Original:** Hérica P. Corrêa; **Redação - Revisão e Edição:** Antônio P. Caldeira; Diego D. Araújo; Caroline C. Moura; Maria F. S. F. Brito; Tânia C. M. Chianca; **Supervisão:** Diego D. Araújo; **Validação:** Antônio P. Caldeira; Diego D. Araújo; Caroline C. Moura; Daniel V.A. Silva; Kauê B. Andrade; Hérica P. Corrêa; Maria F. S. F. Brito; Tânia C. M. Chianca; **Visualização:** Antônio P. Caldeira; Diego D. Araújo; Caroline C. Moura; Daniel V.A. Silva; Kauê B. Andrade; Hérica P. Corrêa; Maria F. S. F. Brito; Tânia C. M. Chianca.

**Fomento:** O presente trabalho foi realizado com apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG). Processo nº APQ-01762-22.

**Submetido em:** 27/11/2023

**Aprovado em:** 29/11/2024

### Editores Responsáveis:

- ✉ Christiane Inocêncio Vasques  
✉ Luciana Regina Ferreira da Mata

### RESUMO

**Objetivo:** construir e validar um protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes. **Método:** trata-se de um estudo metodológico, desenvolvido em quatro etapas: (i) levantamento bibliográfico; (ii) construção do protocolo de pontos auriculares; (iii) validação de aparência e conteúdo do protocolo de pontos pelos 18 especialistas na área de acupuntura, utilizando uma porcentagem de concordância absoluta igual ou superior a 90%; e, (iv) validação clínica do protocolo desenvolvido em gestantes com ansiedade, avaliadas por meio do escore  $\geq 40$  no Inventário de Ansiedade Estado. **Resultados:** dos 285 artigos identificados nas bases de dados, um foi incluído para análise completa. O protocolo de auriculoterapia para ansiedade em gestantes, validado pelos especialistas, foi composto pelos pontos Ansiedad (100%), Shen Men (100%), Coração (94,4%), Rim (94,4%) e Sistema Nervoso Visceral/Simpático (94,4%). Porém, os pontos Fígado (83,3%), Subcortex (77,8%) e Baço (72,2%) não alcançaram a concordância estabelecida. A aplicação da auriculoterapia com cristais radionícios de forma unilateral, alternando o pavilhão auricular uma vez por semana durante quatro sessões, evidenciou uma melhora significativa da ansiedade ( $p=0,029$ ). **Conclusão:** os pontos auriculares Ansiedad, Shen Men, Coração, Rim e Sistema Nervoso Visceral/Simpático foram validados pelos especialistas. O protocolo de pontos demonstrou uma diferença estatisticamente significativa na redução da ansiedade em gestantes. Portanto, é uma prática integrativa e complementar de saúde que pode ser associada a outras intervenções para prevenir, minimizar ou tratar a ansiedade em gestantes.

**Palavras-chave:** Auriculoterapia; Ansiedade; Gravidez; Terapias Complementares; Medicina Tradicional Chinesa; Enfermagem.

### ABSTRACT

**Objective:** to elaborate and validate an auriculotherapy point protocol for anxiety in pregnant women. **Method:** this is a methodological study, developed in four steps: (i) bibliographic survey; (ii) elaboration of the auricular point protocol; (iii) format and content validation of the point protocol by 18 experts in the acupuncture area, using an absolute agreement percentage equal to or greater than 90%; and, (iv) clinical validation of the protocol developed in pregnant women with anxiety, assessed by means of a score  $\geq 40$  on the State Anxiety Inventory. **Results:** of the 285 articles identified in the databases, one was included for full analysis. The auriculotherapy protocol for anxiety in pregnant women, validated by the experts, was composed of the points Anxiety (100%), Shen Men (100%), Heart (94.4%), Kidney (94.4%) and Visceral/Sympathetic Nervous System (94.4%). However, the Liver (83.3%), Subcortex (77.8%) and Spleen (72.2%) points did not reach the established agreement. The application of auriculotherapy with radionic crystals unilaterally, alternating the ear pavilion once a week for four sessions, showed a significant improvement in anxiety ( $p=0.029$ ). **Conclusion:** the auricular points Anxiety, Shen Men, Heart, Kidney and Visceral/Sympathetic Nervous System were validated by the experts. The point protocol demonstrated a statistically significant difference in the reduction of anxiety in pregnant women. Therefore, it is an integrative and complementary health practice that can be associated with other interventions to prevent, minimize or treat anxiety in pregnant women.

**Keywords:** Auriculotherapy; Anxiety; Pregnancy; Complementary Therapies; Traditional Chinese Medicine; Nursing.

### RESUMEN

**Objetivo:** construir y validar un protocolo de puntos de auriculoterapia para el tratamiento de la ansiedad en mujeres embarazadas. **Método:** este estudio metodológico se desarrolló en cuatro etapas: (i) revisión bibliográfica; (ii) elaboración del protocolo de puntos auriculares; (iii) validación de la apariencia y contenido del protocolo por parte de 18 expertos en el campo de la acupuntura, utilizando un porcentaje de acuerdo absoluto igual o superior al 90%; y (iv) validación clínica del protocolo en gestantes con ansiedad, evaluadas mediante una puntuación  $\geq 40$  en el Inventario de Ansiedad Estado. **Resultados:** de los 285 artículos identificados en las bases de datos, uno fue seleccionado para un análisis detallado. El protocolo de auriculoterapia para la ansiedad en mujeres embarazadas, validado por expertos, incluyó los puntos Ansiedad (100%), Shen Men (100%), Corazón (94,4%), Riñón (94,4%) y Sistema Nervioso Visceral/Simpático (94,4%). Sin embargo, los puntos Hígado (83,3%), Subcortex (77,8%) y Bazo (72,2%) no alcanzaron el porcentaje de acuerdo requerido. La aplicación de auriculoterapia mediante cristales radionícticos de forma unilateral, alternando el pabellón auricular semanalmente durante cuatro sesiones, resultó en una mejora significativa de la ansiedad ( $p=0,029$ ). **Conclusión:** los puntos auriculares de Ansiedad, Shen Men, Corazón,

### Como citar este artigo:

Correa HP, Silva DVA, Andrade KB, Caldeira AP, Chianca TCM, Brito MSFB, Moura CC, Araújo DD. Auriculoterapia para o tratamento de ansiedade na gestação: construção e validação de protocolo clínico. REME - Rev Min Enferm [Internet]. 2025 [citado em \_\_\_\_];29:e-1565. Disponível em: <https://doi.org/10.35699/2316-9389.2025.48727>

*Riñón y Sistema Nervioso Visceral/Simpático fueron validados por expertos. El protocolo demostró ser estadísticamente significativo en la reducción de la ansiedad en mujeres embarazadas, representando una práctica de salud integradora y complementaria que puede ser combinada con otras intervenciones para prevenir, minimizar o tratar la ansiedad en mujeres embarazadas. Palabras clave: Auriculoterapia; Ansiedad; Embarazo; Terapias Complementarias; Medicina Tradicional China; Enfermería.*  
*Palabras clave: Auriculoterapia; Ansiedad; Embarazo; Terapias Complementarias; Medicina Tradicional China; Enfermería.*

## INTRODUÇÃO

O diagnóstico de enfermagem de ansiedade é definido pela NANDA-Internacional como uma “resposta emocional a uma ameaça difusa, na qual o indivíduo antecipa um perigo, catástrofe ou infortúnio iminente e não específico”. Essa condição provoca sinais e sintomas autonômicos, além de desconfortos comportamentais, emocionais, fisiológicos, simpáticos, parassimpáticos e cognitivos<sup>(1)</sup>. Na gestação, a ansiedade é comum devido às alterações físicas, emocionais e hormonais, bem como à mudança no papel social<sup>(2)</sup>. Em um estudo transversal realizado no Brasil, observou-se que 27,6% das gestantes apresentavam ansiedade moderada a severa<sup>(3)</sup>.

Durante a gestação, a presença de ansiedade com sinais clínicos moderados a intensos tem sido associada à ameaça de abortamento, ruptura prematura de membranas e ao risco maior de parto por cesariana<sup>(4)</sup>, à depressão antes e depois do parto, aos baixos escores de Apgar, ao déficit no desenvolvimento fetal e infantil<sup>(4,5)</sup>, à prematuridade e ao baixo peso ao nascer<sup>(5)</sup>. Além disso, a ansiedade pode alterar a interação social da mulher, causar crises de pânico, aumentar relatos de náuseas e vômitos, induzir a realização de mais consultas de pré-natal, provocar faltas no trabalho e alterar a percepção dos movimentos fetais<sup>(4)</sup>.

Dentre os profissionais que cuidam da mulher durante o período gestacional, destaca-se o enfermeiro, que pode identificar a ansiedade por meio do uso de instrumentos validados, como o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE-Estado), o Inventário de Ansiedade de Beck<sup>(3)</sup> e o domínio de ansiedade da Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS-A)<sup>(5)</sup>. Além disso, o profissional pode implementar medidas de prevenção, rastreamento e tratamento da ansiedade durante as consultas de pré-natal na atenção primária à saúde<sup>(5)</sup>. É essencial que as intervenções de enfermagem sejam planejadas e implementadas com base no problema identificado, destacando-se a escuta ativa, orientação de técnicas de relaxamento, administração de medicamentos<sup>(6)</sup> e as práticas integrativas e complementares em saúde (PICS).

As PICS são amplamente utilizadas no tratamento da ansiedade, com destaque para a acupuntura sistêmica e auricular, reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde e pelo Ministério da Saúde brasileiro desde

a década de 1970<sup>(7,8)</sup>. Elas compreendem um conjunto de técnicas com sistemas de diagnósticos próprios, que promovem o equilíbrio do corpo, da mente e um estado de saúde físico e emocional<sup>(9)</sup>.

A acupuntura, especialmente a abordagem auricular, tem efeitos comprovados no controle de diversas doenças e agravos, incluindo a ansiedade em adultos<sup>(9)</sup>. A técnica, fundamentada na medicina tradicional chinesa (MTC), envolve a aplicação de dispositivos como agulhas, sementes e cristais na orelha, em pontos que correspondem a sistemas orgânicos do corpo. A estimulação no ponto escolhido promove a ativação do Sistema Nervoso Central e a harmonização dos canais energéticos, resultando na liberação de hormônios e substâncias químicas e endógenas responsáveis pela melhora de condições físicas e emocionais<sup>(9)</sup>.

Devido à facilidade de aplicação, baixo custo e efetividade significativa da auriculoterapia, essa técnica tem sido cada vez mais incorporada na prática clínica e pode ser aplicada pelo enfermeiro nos diferentes níveis de atenção à saúde<sup>(8-9)</sup>. Contudo, diante do aumento do uso das PICS e da escassez de estudos, tanto nacionais quanto internacionais, que descrevam a validação e utilização de pontos auriculares específicos para ansiedade em gestantes, assim como a segurança de seu uso durante a gestação, torna-se imperativo a realização de mais pesquisas. Embora os protocolos de auriculoterapia possam divergir dos critérios de avaliação individual propostos pela MTC, eles são fundamentais pois permitem a replicabilidade do estudo, critério essencial na condução de uma pesquisa científica, com o intuito de gerar evidências confiáveis e contribuir para a prática baseada em evidências<sup>(9)</sup>. Assim, este estudo visa construir e validar um protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes.

## MÉTODOS

Este estudo metodológico<sup>(10)</sup> foi desenvolvido em etapas distintas: i) realização de levantamento bibliográfico; ii) elaboração de um protocolo de pontos de auriculoterapia para o tratamento da ansiedade em gestantes; iii) validação de aparência e de conteúdo do protocolo de pontos; e iv) validação clínica do protocolo em gestantes com ansiedade. O estudo ocorreu entre dezembro de 2021 e fevereiro de 2023.

### Protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes

Para a realização da busca, utilizou-se o mnemônico PICO. A questão central do estudo foi: Quais são os protocolos de auriculoterapia (*intervention*) para o

tratamento da ansiedade (*outcome*) em gestantes (*population*), quando comparados a grupos placebo, tratamentos convencionais ou ausência de intervenção (*comparison*)?

As fontes de informações consultadas incluíram: *Medline via National Library of Medicine* (PUBMED); Biblioteca Virtual de Saúde (BVS); Biblioteca Virtual em Saúde em Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (BVS MTCI); Embase; *Web of Science*; *Scopus*; *The Cochrane Library* (CENTRAL) e International Auricular Acupuncture Bibliography, além de publicações do Ministério da Saúde, dissertações, teses e livros sobre o tema.

A estratégia de busca foi revisada por um bibliotecário profissional. Utilizaram-se os descritores 'auriculoterapia', 'ansiedade' e 'gravidez', nos idiomas português, inglês e espanhol, combinados com os operadores booleanos AND e OR. Os termos definidos pelo *Medical Subject Headings* (MeSH) foram adaptados para as demais bases de dados, empregando-se a seguinte estratégia de busca: ("anxiety disorder" OR anxiety) AND ("Pregnant Woman" OR "Woman Pregnant" OR "pregnancy" OR "pregnancy" OR "pregnancy" OR "pregnancies" OR "gestation") AND ("Acupuncture, Ear" OR "Ear Acupuncture" OR "auriculotherapy" OR auriculopressure OR "Ear Acupunctures" OR "Auricular Acupuncture" OR "Auricular Acupunctures"). As teses e dissertações foram consultadas na base da BVS e as publicações do Ministério da Saúde no domínio público da internet.

Foram incluídos estudos realizados com gestantes, abordando a utilização da auriculoterapia no tratamento da ansiedade em serviços de saúde, sem restrição de período temporal ou limitação de idiomas, com o intuito de avaliar a literatura disponível pertinente. Foram excluídos editoriais, resumos, correspondências, monografias e resenhas.

Após a remoção de duplicatas, utilizando o *Microsoft Office Excel®*, a seleção inicial de títulos e resumos foi feita de maneira independente por dois revisores, sendo as discordâncias resolvidas por um terceiro revisor. Os textos selecionados foram avaliados na íntegra, e foram extraídas informações sobre os pontos auriculares para tratamento da ansiedade em gestantes, bem como sobre o regime de tratamento e os principais achados.

Dos pontos identificados para tratamento da ansiedade em gestantes, na literatura revisada, o ponto 'Tronco Cerebral' foi excluído por apresentar ação semelhante aos pontos 'Shen Men' e 'Sistema Nervoso Visceral/Simpático', enquanto os pontos 'Coração', 'Fígado' e 'Subcôrte' foram adicionados à análise, considerando-se a sua

indicação para o tratamento de ansiedade na população em geral<sup>(9,11)</sup>.

### Seleção de especialistas

A definição da amostra baseou-se em um cálculo amostral, utilizando a fórmula para população finita  $n=Za^2.P(1-P)/e^2$ <sup>(12)</sup>. Adotou-se um nível de confiança (Za) de 95%, uma proporção de especialistas que concordam com a pertinência dos pontos auriculares sugeridos (P) de 90% e uma diferença esperada (e) de 15%. Desse modo, o número mínimo de especialistas necessários foi de 15. A seleção dos especialistas ocorreu através da análise de currículo na Plataforma *Lattes* do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). Os convites foram enviados por e-mail e mensagem de telefone, acompanhados do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e dos instrumentos de coleta de dados.

Para participar do estudo, os especialistas precisavam atingir um mínimo de quatro pontos, baseando-se na soma dos critérios obtidos, os quais foram adaptados para este estudo: ter titulação latu sensu em acupuntura (2 pontos); possuir curso de auriculoterapia (2 pontos); ter experiência profissional como acupunturista por um período mínimo de dois anos (3 pontos); e ser autor, coautor ou orientador em estudos relacionados à acupuntura, auriculoterapia, ansiedade ou gestação (2 pontos)<sup>(13)</sup>.

Após a análise de currículos, indicações por grupos de pesquisa e redes de contatos, obteve-se uma amostra de 18 especialistas que responderam aos questionários e atenderam aos critérios estabelecidos. É importante ressaltar que não há na literatura um consenso sobre o número ideal de especialistas para processos de validação de aparência e de conteúdo, embora a variabilidade encontrada na literatura varie de cinco a 21 especialistas<sup>(13-15)</sup>.

### Validação de aparência e conteúdo do protocolo de pontos

Nesta etapa, destaca-se a construção de instrumentos, entre eles: questionário de caracterização dos especialistas, protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes e regime de tratamento.

O questionário de caracterização dos especialistas incluiu variáveis como: sexo, idade, estado de residência, área e tempo de atuação, tipo e tempo de formação acadêmica, titulação máxima, tipo e tempo de formação em acupuntura e acupuntura auricular, além do desenvolvimento de pesquisa nas temáticas de acupuntura, acupuntura auricular, ansiedade ou gestação.

O protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes, validado pelos especialistas,

estruturou-se incluindo os pontos: Ansiedade, Shen Men, Coração, Rim, Sistema Nervoso Visceral/Simpático, Fígado, Subcórtex e Baço. Para cada ponto, o especialista deveria optar entre concordar ou discordar, havendo também um campo aberto para sugestões de pontos auriculares adicionais não encontrados na literatura.

No instrumento de regime de tratamento, as variáveis consideradas foram: racionalidade para a prática da acupuntura, localização dos pontos e lateralidade de inserção (aplicação de pontos de maneira unilateral ou bilateral no pavilhão auricular), tipo de estimulação do ponto (manual ou elétrica), dispositivo utilizado para a estimulação dos acupontos e número e frequência de sessões, conforme adaptado dos *Standards Reporting Interventions Controlled Trials of Acupuncture (STRICTA)*<sup>(16)</sup>.

Este estudo visou à validação do protocolo de pontos. Para analisar a concordância sobre a relevância do protocolo de pontos de auriculoterapia entre os especialistas, utilizou-se a porcentagem de concordância absoluta, calculada pela fórmula: % de concordância = (número de participantes que concordam / número total de participantes) x 100. Itens com índices de concordância iguais ou superiores a 90% foram considerados adequados. Foi realizada uma única rodada de avaliação pelos especialistas, visto que foram obtidos valores aceitáveis de concordância já na rodada inicial.

Para as frequências relativas de concordância, adotaram-se intervalos de confiança de 95%. As demais informações sobre a caracterização dos especialistas e as variáveis dos pontos e regime de tratamento da auriculoterapia foram analisadas por meio da frequência absoluta (n) e relativa (%), utilizando o Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versão 20.

### Validação clínica do protocolo de pontos

A validação clínica do protocolo ocorreu em um município na região norte de Minas Gerais, envolvendo gestantes de pré-natal de risco habitual atendidas nas oito unidades básicas de saúde do município. Foram convidadas a participar gestantes com 18 anos ou mais, em consulta de pré-natal, e que concordaram em participar do estudo após assinatura do TCLE.

Utilizou-se o IDATE-Estado<sup>(17-18)</sup> para quantificar componentes subjetivos da ansiedade, sendo este composto por vinte questões. Escores variando de 20 a 80 pontos indicam a gravidade da ansiedade, com uma nota de corte de 40 pontos para ansiedade clinicamente significativa no contexto gestacional<sup>(17-18)</sup>.

Os critérios de inclusão abrangeram gestantes com idade gestacional inferior a 37 semanas e ansiedade

moderada a alta, avaliada por escores ≥40 no IDATE-Estado. Foram excluídas gestantes que utilizavam medicamentos benzodiazepínicos, antidepressivos ou ansiolíticos, que estivessem em tratamento com terapias energéticas ou as realizassem nos últimos três meses, com infecção, inflamação ou ferimento no pavilhão auricular, alergia a fita microporosa, uso de piercing no local de inserção dos dispositivos e alteração anatômica no pavilhão auricular.

As características sociodemográficas e obstétricas das gestantes foram avaliadas quantitativamente por um questionário adaptado<sup>(18)</sup>, incluindo variáveis como idade, estado civil (“solteira”; “casada/união estável”; “viúva”; “divorciada”), ocupação (“empregada”; “desempregada”; “autônoma”; “estudante”; “do lar”) e a paridade (número de gestações, partos e abortos).

A amostra foi composta por conveniência, baseando-se na disponibilidade e interesse das gestantes em participar voluntariamente da pesquisa. Durante o período de rastreamento, 27 gestantes responderam ao IDATE-Estado, das quais sete foram excluídas por obterem escore <40. Assim, 20 gestantes participaram do estudo, sem perdas amostrais durante a intervenção. A aplicação do protocolo de pontos ocorreu após agendamento pelo pesquisador, conforme a disponibilidade das gestantes. Ressalta-se que o pesquisador possuía aproximadamente cinco anos de experiência prática e acadêmica em auriculoterapia.

Os dados foram analisados utilizando o *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)*, versão 20. As variáveis categóricas foram descritas por meio de frequências absoluta e relativa. O Teste T-pareado foi empregado para comparar os níveis de ansiedade antes e após a intervenção, com 5% de significância.

### Aspectos éticos

O estudo seguiu os princípios éticos da pesquisa com seres humanos em âmbito mundial. A validação por especialistas recebeu aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros, sob CAAE: 53877821.7.0000.5146. A validação clínica com gestantes foi aprovada sob CAAE: 48035121.0.0000.5146.

## RESULTADOS

### Protocolo de pontos de auriculoterapia para ansiedade em gestantes

Dos 285 artigos identificados nas bases de dados, 59 (20,7%) foram excluídos por duplicidade e 219 (76,8%) por não tratar de auriculoterapia para ansiedade gestacional. Dos títulos e resumos remanescentes, sete foram

selecionados para leitura na íntegra e um incluído na análise (Quadro 1). Dois foram excluídos pela abordagem da auriculoterapia ocorrer após o parto, três por abordarem a ansiedade durante o abortamento e um por avaliar a ansiedade no momento do parto.

Quadro 1 - Recomendação e protocolo para realização de auriculoterapia para ansiedade na gestação. Montalvânia, MG, Brasil, 2023.

Citação	18
Título do artigo	Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco
Título do periódico	Acta Paulista Enfermagem
Ano de publicação	2020
Serviço de saúde	Ambulatório
País de origem	Brasil
Pontos utilizados no grupo experimental	Shen Men, Rim e Sistema Nervoso Simpático, Tronco Cerebral, Baço, Ansiedade
Intervenção no grupo controle/placebo	Controle com consulta de pré-natal
Racionalidade da acupuntura	Medicina Tradicional Chinesa
Localização dos pontos	Sensibilidade no local dos pontos
Lateralidade da inserção de dispositivos	Não descrita
Tipo de estimulação do ponto	Manipulação manual do ponto pela gestante 10 vezes ao dia, por um período aproximado de 10 segundos
Tipo do dispositivo	Semente de mostarda amarela-colza
Número de sessões	3 sessões
Frequência de sessões	A cada 3 dias
Principais resultados	Após a auriculoterapia houve uma redução da ansiedade no grupo experimental

Fonte: Os autores (2023)

Ressalta-se que o artigo selecionado foi conduzido em um contexto ambulatorial, distinto daquele do presente estudo. Além disso, não há relatos de validação clínica ou de conteúdo do protocolo de auriculoterapia utilizado.

### Seleção de especialistas

Entre os 18 especialistas participantes, a idade média foi de 41 anos (DP: 11 anos). A média de pontuação na análise curricular foi de 7,3 pontos, e 58,8% possuíam formação em acupuntura sistêmica na modalidade *latu sensu*. Todos os participantes tinham formação em auriculoterapia, seja através de cursos de extensão ou outros cursos específicos. O tempo médio de experiência com a técnica foi de 16 anos (DP: 11 anos).

Todos os especialistas eram do sexo feminino (n=18, 100%). A maioria situava-se no sudeste do Brasil (n=17, 94,4%), enquanto uma residia no centro-oeste (5,6%). As áreas de formação incluíram enfermagem (n=12, 66,7%), fisioterapia (n=2, 11,1%), terapia ocupacional (n=1, 5,6%), fonoaudiologia (n=1, 5,6%) e naturopatia (n=1, 5,6%). Quanto à área de atuação, destacaram-se a assistência (n=12, 66,7%), docência (n=9, 50,0%), gestão (n=1, 5,6%) e estudantes de pós-graduação (n=1, 5,6%).

A produção acadêmica dos especialistas abrangeu apresentações em eventos (n=6, 33,3%), publicações de artigos (n=6, 33,3%), orientações ou elaborações de teses (n=7, 39,9%), orientações ou elaborações de dissertações (n=6, 33,3%), orientação de trabalhos de conclusão de curso ou residência (n=3, 16,7%) e a elaboração de cartilhas (n=1, 5,6%).

### Validação de aparência e conteúdo do protocolo de pontos

Os pontos auriculares validados pelos 18 especialistas incluem: Ansiedade; Shen Men; Coração; Rim; e Sistema Nervoso Visceral (Tabela 1).

Tabela 1 - Pontos auriculares para o tratamento da ansiedade validados pelos especialistas. – Montalvânia, MG, Brasil, 2023.

Ponto auricular	N	% de concordância	IC95%
Ansiedade	18	100	0,78-1,00
Shen Men	18	100	0,78-1,00
Coração	17	94,4	0,71-1,00
Rim	17	94,4	0,71-1,00
Sistema Nervoso Visceral/Simpático	17	94,4	0,71-1,00
Fígado	15	83,3	0,58-0,96
Subcórtex	14	77,8	0,52-0,93
Baço	13	72,2	0,46-0,89

Fonte: Os autores (2023)

Em relação aos pontos auriculares que não alcançaram o índice de concordância mínima, o ponto referente ao Fígado foi contraindicado pelos especialistas para o tratamento de ansiedade (n=3, 16,7%), sendo recomendado apenas na presença de sinais de raiva e irritabilidade. Quanto ao ponto do Baço, os especialistas desaconselharam seu uso devido à possibilidade de estimulação do útero em momentos inapropriados (n=5, 27,8%). Por sua vez, o ponto Subcórtex, de acordo com os especialistas (n=4, 22,2%), é indicado para analgesia, sem que haja justificativas neurofisiológicas claras para sua aplicação.

no tratamento da ansiedade. Importante ressaltar que, em um contexto aberto a sugestões, os especialistas não identificaram pontos auriculares adicionais aos mencionados na proposta de protocolo.

As informações referentes ao regime de tratamento da ansiedade em gestantes estão detalhadas na Tabela 2.

Tabela 2 - Variáveis relativas ao tratamento e materiais utilizados nas sessões de auriculoterapia, adaptadas do Standards Reporting Interventions Controlled Trials of Acupuncture (STRICTA). Montalvânia, MG, Brasil, 2023.

Variáveis	N	%
Racionalidade da acupuntura		
Medicina tradicional chinesa	17	94,4
Neurofisiologia	1	5,6
Localização dos pontos		
Mapa de pontos	11	61,1
Detector elétrico	10	55,6
Apalpador	7	38,9
Lateralidade da inserção de dispositivos		
Unilateral	17	94,4
Bilateral	1	5,6
Tipo de estimulação do ponto		
Manual	12	66,7
Sem estimulação	6	33,3
Tipo do dispositivo		
Dispositivos não-invasivos (semente de mostarda, cristais radiônicos, cristais, laser)	13	72,2
Aguilha (semipermanente, sistêmica)	6	33,3
Número de sessões		
1 sessão	1	5,6
2 sessões	2	11,1
3 sessões	2	11,1
4 sessões	5	27,8
5 sessões	2	11,1
8 sessões	1	5,6
Entre 7 e 10 sessões	1	5,6
10 sessões	2	11,1
Variável de acordo com a avaliação	2	11,1
Frequência de sessões		
Semanal	14	76,4
A cada 5 dias	2	11,1
Entre 5 e 7 dias	1	5,6
A cada 3 dias	1	5,6

Fonte: Os autores (2023)

## Validação clínica do protocolo de pontos

A avaliação clínica do protocolo de auriculoterapia, elaborado para o tratamento da ansiedade, foi realizada utilizando-se cristais radiônicos nos pontos *Shen Men*, Rim, Sistema Nervoso Visceral/Simpático, Coração e Ansiedade (Figura 1). Após a antisepsia do pavilhão auricular com álcool 70%, os dispositivos foram fixados com fita microporosa de forma unilateral, alternando-se o pavilhão auricular uma vez por semana, durante quatro sessões. A racionalidade adotada baseou-se na Medicina Tradicional Chinesa, e os pontos foram localizados por meio do mapa de pontos da World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies, sob as nomenclaturas: *Shénmén*/TF4 (*Shen Men*); *Shèn*/CO10 (Rim); *Jiāogǎn*/AH6a (Sistema Nervoso Visceral); *Xīn*/CO15 (Coração); e *Chuíqián*/ LO4 (Ansiedade)<sup>(19)</sup>.al (Tabela 1).

Esta etapa contou com a participação de 20 gestantes, apresentando uma idade média de 28,4 anos (DP: 7,1), das quais estavam solteiras (n=3, 15,0%) e casadas (n=17, 85,0%). Quanto à ocupação, as participantes se dividiram entre empregadas (n=8, 40,0%), desempregadas (n=8, 40,0%), do lar (n=3, 15,0%) e autônomas (n=1, 5,0%). Em relação à paridade, observou-se que 11 eram primigestas (55,0%) e 9 eram multíparas (45,0%). A avaliação da média de ansiedade antes e depois do tratamento é descrita na Tabela 3.

Figura 1 - Localização dos pontos auriculares utilizados no estudo. Montalvânia, MG, Brasil, 2023



Tabela 3 – Ansiedade antes e depois da realização da auriculoterapia (n=20). Montalvânia, MG, Brasil, 2023.

IDATE-Estado	Média (DP1)	p-valor
Racionalidade da acupuntura	49,5 (5,0)	
Medicina tradicional chinesa	45,9 (7,8)	0,029 <sup>(2)</sup>

1Desvio-padrão; 2Teste T-pareado.

## DISCUSSÃO

Dos pontos auriculares identificados e validados, o Shen Men, que possui efeito sedativo e analgésico<sup>(11,20)</sup>, foi utilizado em estudos prévios sobre o controle da ansiedade, obtendo resultados satisfatórios com o público geral<sup>(9,11)</sup>, gestantes<sup>(18)</sup> e parturientes<sup>(20)</sup>. O Shen Men, em associação aos pontos Rim e Sistema Nervoso Visceral, predispõe o tronco cerebral e o córtex a receber, condicionar e codificar reflexos auriculares<sup>(18,20)</sup>. Em conjunto, esses pontos têm a função de acalmar a mente, reduzir a ansiedade<sup>(18)</sup>, regular a atividade neurovegetativa e estabelecer conexão com o sistema límbico<sup>(11)</sup>. Isoladamente, o ponto do Rim apresenta função energética e revigorante, enquanto o ponto do Sistema Nervoso Visceral exerce um efeito considerável na melhoria da dor e no relaxamento muscular<sup>(9)</sup>.

O ponto da Ansiedade ameniza essa condição, e o ponto do Coração tem o efeito de acalmar e controlar a mente<sup>(21)</sup>. Além disso, o ponto do Coração (Xin) é sedativo, relaxante, regula a circulação sanguínea, bem como atividades mentais, cognitivas e emocionais<sup>(9,11)</sup>. A combinação dos pontos Coração, Ansiedade e Shen Men, Rim, Sistema Nervoso Visceral/Simpático, de acordo com a indicação conjunta dos especialistas, demonstrou redução da ansiedade em gestantes de risco habitual neste estudo. De fato, um estudo<sup>(21)</sup> com mulheres submetidas à curetagem uterina para interrupção voluntária da gravidez, no qual foram aplicados os pontos Coração, Ansiedade e Shen Men, revelou redução da ansiedade. Ademais, a auriculoterapia utilizando esses pontos é considerada uma medida terapêutica complementar, econômica, inofensiva e com mínimo de reações adversas<sup>(21)</sup>.

Os pontos que não alcançaram o índice de concordância estabelecido (Baço, Subcôrte, Fígado) podem ser utilizados<sup>(11)</sup> no tratamento da ansiedade em adultos e idosos<sup>(9,12)</sup> e na gestação, considerando as ações regulatórias sobre a atividade neurovegetativa e a possível repercussão na gestação, além da experiência do profissional em MTC<sup>(18)</sup> e das queixas específicas de cada gestante. Resalta-se que, no presente estudo, a discordância no uso do ponto do Baço se deu pela possível estimulação do útero. Na auriculoterapia, há também contraindicações de pontos que induzem o parto em períodos gestacionais precoces, como útero<sup>(20,22-24)</sup> e colo do útero<sup>(22-24)</sup>. O ponto Subcôrte não foi recomendado, pois sua indicação está mais relacionada à analgesia. Quanto ao ponto do Fígado, conforme os especialistas, deve ter uma indicação individualizada, dependendo da avaliação da gestante.

Conforme indicado pelos especialistas neste estudo, observa-se na literatura a falta de homogeneidade no

regime de tratamento com auriculoterapia. A ausência de consenso é também evidenciada em estudo de validação de um protocolo de auriculoterapia com laser para dor na coluna vertebral<sup>(14)</sup> e em revisão sistemática para estresse, ansiedade e depressão em adultos<sup>(9)</sup>. Em relação ao número de sessões e ao tempo de retirada dos dispositivos, estudos conduzidos para avaliar o efeito da auriculoterapia no controle da dor e da ansiedade mostraram que um regime de tratamento de uma única sessão não ofereceu benefício algum para os desfechos em situações de abortamento medicamentoso<sup>(22-23)</sup>. Considerando a redução da ansiedade gestacional com três sessões em ensaio clínico<sup>(18)</sup> e a percepção da maioria dos especialistas, são necessárias pelo menos quatro sessões de auriculoterapia para se obter efeitos positivos com o uso de um protocolo de pontos auriculares.

Em relação aos dispositivos utilizados na auriculoterapia em gestantes, estudos desenvolvidos no ciclo grávidico-puerperal descrevem a utilização exclusiva de dispositivos não invasivos, como cristais<sup>(20,22-24)</sup>, esferas de ouro<sup>(20,22)</sup> e sementes de mostarda amarela colza<sup>(18)</sup>. Dentro desses, o cristal radiônico foi o escolhido devido à sua boa aceitação e à indicação para uso em problemas emocionais. Neste estudo, um terço dos especialistas recomendou o uso de agulhas semipermanentes, enquanto dois terços preferiram dispositivos não invasivos. De maneira geral, preferir o uso de sementes ou esferas em detrimento de agulhas de acupuntura pode ser uma alternativa eficaz para a auriculoterapia, mantendo a segurança da técnica<sup>(25)</sup>.

Observou-se que dois terços dos especialistas recomendam a estimulação manual dos pontos auriculares, orientando as gestantes a realizar a estimulação três a cinco vezes por dia, durante 10 a 30 segundos. A estimulação foi também descrita em estudos que aplicaram a técnica a mulheres durante o parto e o abortamento<sup>(18,20,22-23)</sup>. Na literatura, o tempo de estímulo indicado variou de dez segundos<sup>(22-23)</sup> a 60 segundos<sup>(20)</sup>, conforme a necessidade<sup>(22)</sup> ou até dez vezes por dia<sup>(18)</sup>. A aplicação dos pontos auriculares de forma unilateral é a mais comum, conforme indicado pelos autores e descrito primordialmente nos artigos que analisaram a técnica em gestantes no período perinatal<sup>[18,20,23]</sup>.

Por meio da avaliação clínica de um protocolo de auriculoterapia com cristais radiônicos, observou-se a diminuição do nível médio de ansiedade nas gestantes. Esse achado reforça os resultados de um ensaio clínico que avaliou o efeito da auriculoterapia na ansiedade durante o pré-natal<sup>(18)</sup>. Portanto, o protocolo validado por especialistas provou ser eficaz no tratamento da ansiedade

gestacional, abrindo caminho para futuras pesquisas que avaliem seu efeito neste contexto.

Do ponto de vista da atuação do enfermeiro, este estudo buscou contribuir por meio da proposição de um protocolo de pontos de auriculoterapia para o controle e tratamento da ansiedade na gestação. Considerando a vasta atuação da enfermagem, especialmente no contexto da atenção primária à saúde no Brasil, onde o enfermeiro é responsável por atender gestantes em sua área de abrangência, torna-se essencial a realização de estudos para a validação de face e conteúdo de intervenções que possam ser executadas autonomamente por estes profissionais, utilizando-se do protocolo de pontos aqui validado.

Quanto às limitações, destacam-se a escassez de estudos sobre a segurança e eficácia da auriculoterapia na ansiedade gestacional, o que pode ter limitado a identificação de pontos auriculares específicos em estudos anteriores. Apesar dessas limitações, a pesquisa apresentou rigor metodológico suficiente para mitigar ou eliminar potenciais vieses, além de consultar as principais bases de dados em saúde sobre o tema, incluindo plataformas que abrangem textos em chinês.

Apesar do reconhecimento nacional e internacional da acupuntura como uma prática segura e eficaz e da ausência de relatos de eventos adversos relacionados ao uso da auriculoterapia em mulheres gestantes, não é possível garantir totalmente a segurança e eficácia da técnica. Assim, sugere-se a realização de estudos experimentais para avaliar o efeito do uso da auriculoterapia na ansiedade em gestantes.

## CONCLUSÕES

Os pontos auriculares Ansiedade, *Shen Men*, Coração, Rim e Sistema Nervoso Visceral/Simpático, após validação de aparência e conteúdo, alcançaram um índice de concordância superior a 90%. Além disso, o protocolo de pontos demonstrou diferença estatisticamente significativa na redução da ansiedade em gestantes, conforme avaliado pelo IDATE-Estado, na comparação antes e depois da aplicação do protocolo estabelecido.

## REFERÊNCIAS

1. Herdman TH, Kamitsuru S, Lopes, CT. Diagnósticos de enfermagem da NANDA-I: definições e classificação - 2024-2026. Porto Alegre (RS): Artmed; 2024.
2. Kazemi A, Dadkhah A. Changes in prenatal depression and anxiety levels in low risk pregnancy among Iranian women: A prospective study. Asia Pac Psychiatry [Internet]. 2022 [citado em 2023 out. 25];14(1):e12419. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/appy.12419>.
3. Nomura RMY, Ubinha ACF, Tavares IP, Costa ML, Opperman MLD, Brock MF, et al. Increased Risk for Maternal Anxiety during the COVID-19 Outbreak in Brazil among Pregnant Women without Comorbidities. Rev Bras Ginecol Obstet [Internet]. 2021 [citado em 2023 out. 25];43(12):932-9. Disponível em: <https://doi.org/10.1055/s-0041-1740234>
4. Registered Nurses Association of Ontario. Assessment and interventions for perinatal depression. International Affairs and Best Practice Guidelines. 2021 [citado em 2023 out. 23]. Disponível em: [https://rnao.ca/sites/rnao-ca/files/bpg/Perinatal\\_Depression\\_FINAL\\_web\\_0.pdf](https://rnao.ca/sites/rnao-ca/files/bpg/Perinatal_Depression_FINAL_web_0.pdf).
5. Silva MMJ, Nogueira DA, Clapis MJ, Leite EPRC. Anxiety in pregnancy: prevalence and associated factors. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2017 [citado em 2023 out. 23];51:e03253. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016048003253>.
6. Bulechek GM, Butcher HK, Dochterman JM. Nursing Interventions Classification NIC. 7<sup>a</sup> ed. Rio de Janeiro (RJ): Guanabara; 2020.
7. Alnuaimi K, Oweis A, Habtoosh H. Exploring woman: Nurse interaction in a Jordanian antenatal clinic: A qualitative study. Midwifery [Internet]. 2019 [citado em 2023 out. 23];72:1-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2019.01.008>.
8. Azevedo C, Moura CC, Corrêa HP, Mata LRF, Chaves ECL, Chianca TCM. Complementary and integrative therapies in the scope of nursing: legal aspects and academic-assistance panorama. Esc Anna Nery Rev Enferm [Internet]. 2019 [citado em 2023 out. 23];23(2). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2018-0389>.
9. Correa HP, Moura CC, Azevedo C, Bernardes MFVG, Mata LRFP, Chianca TCM. Effects of auriculotherapy on stress, anxiety and depression in adults and older adults: a systematic review. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2020 [citado em 2023 out. 23];54. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2019006703626>.
10. Polit DF, Beck CT. Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem. Porto Alegre: Artmed Editora; 2019.
11. Noronha LK, Träsel AR, More AOO, Teixeira JEM, Savi, MGM, Tesser, CD, et al. Evidence-Based Guide to Auriculotherapy for Anxiety. Universidade Federal de Santa Catarina. [Internet] 2020 [citado em 2023 out. 23]. Disponível em: [https://auriculoterapia.paginas.ufsc.br/files/2020/12/Guia-ansiedade-06\\_12\\_2020.pdf](https://auriculoterapia.paginas.ufsc.br/files/2020/12/Guia-ansiedade-06_12_2020.pdf).
12. Silva CRDT, Felipe SGB, Carvalho KM, Gouveia MTO, Silva Júnior FL, Figueiredo MLF. Construction and validation of an educational gerontotechnology on frailty in elderly people. Rev Bras Enferm [Internet] 2020 [citado em 2023 out. 23];73:e20200800. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0800>.
13. Quatrini HCCPG, Pena SB, Lopes JL, Lopes CT, Bottura ALLB. Especialistas for Validation Studies in Nursing: New Proposal and Selection Criteria. Int J Nurs Knowl [Internet]. 2016 [citado em 2023 out. 23];27(3):130-5. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/2047-3095.12089>.
14. Nassif MS, Iunes DH, Sousa L, Costa ICP, Oliveira PE, Moura CC, et al. Validation of a laser auriculotherapy protocol for chronic spinal pain. REME Rev Min Enferm [Internet]. 2020 [citado em 2023 out. 23];24:e1350. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1415.2762.20200087>.
15. Vieira TW, Sakamoto VTM, Moraes LC, Blatt CR, Caregnato, RCA. Validation methods of nursing protocols: an integrative review. Rev Bras Enferm [Internet]. 2020 [citado em 2023 out. 23];73(supl 5). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0050>.
16. MacPherson H, Altman DG, Hammerschlag R, Youping L, Taixiang W, White A, et al. Revised STAndards for Reporting Interventions in Clinical Trials of Acupuncture (STRICTA): Extending the CONSORT Statement. PLoS Med [Internet]. 2010 [citado em 2023 out. 23];7(6):e1000261. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000261>.
17. Cena L, Mirabella F, Palumbo G, Gigantesco A, Trainini A, Stefana A. Prevalence of maternal antenatal anxiety and its association with demographic and socioeconomic factors: A multicentre study in Italy. Eur Psychiatry [Internet]. 2020 [citado em 2023 out. 23];73(supl 5):e1350. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2020.07.001>.

- out. 23];63(1): e84. Disponível em: <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.82>.
18. Silva HL, Almeida MV, Diniz JS, Leite FM, Moura MA, Bringente ME, et al. Effects of auriculotherapy on anxiety of pregnant women receiving low-risk prenatal care. *Acta Paul Enferm* [Internet]. 2020 [citado em 2023 out. 12];eAPE20190016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.37689/actaape/2020AO0016>.
19. World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies. Auricular Acupuncture Point (WFAS STANDARD-002: 2012). WJAM. 2013[citado em 2023 jan. 10];23(3). Disponível em: <https://www.sciedirect.com/science/article/pii/S1003525713600550>.
20. Mafetoni RR, Rodrigues MH, Jacob LMS, Shimo AKK. Effectiveness of auriculotherapy on anxiety during labor: a randomized clinical trial. *Rev LatinoAm Enferm* [Internet]. 2018 [citado em 2023 out. 12];26. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2471.3030>.
21. Mirabal ME, Ramos PK, Pulgarón SJ. Auriculotherapy and acupuncture to alleviate the symptoms of anxiety in abortion. *Rev Ciencias Médicas* [Internet]. 2014 [citado em 2023 out. 12]; 18(4):590-7. Disponível em: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942014000400005&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942014000400005&lng=es&nrm=iso).
22. Westhoff CL, Nelson IS, Suarez-Rodriguez A, Gold MA. Auricular acupressure and acupuncture as adjuncts for pain management during first trimester medication abortion: A randomized three-arm trial. *Contraception* [Internet]. 2021 [citado em 2023 out. 12];103(5):348-55. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2020.12.003>.
23. Oviedo JD, Marquez E, Gold MA, Westhoff, CL. Auricular acupressure and auricular acupuncture as an adjunct for pain management during first trimester aspiration abortion: A randomized, double-blinded, three-arm trial. *Contraception* [Internet]. 2021 [citado em 2023 out. 12];103(5):342-7. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2021.02.005>.
24. Ndubisi C, Danvers A, Gold MA, Morrow L, Westhoff CL. Auricular acupuncture as an adjunct for pain management during first trimester abortion: a randomized, double-blinded, three arm trial. *Contraception* [Internet]. 2019[citado em 2023 out. 12];99(3):143-7. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2018.11.016>.
25. Bleck RR, Gold, MA, Westhoff, CL. Training hour requirements to provide acupuncture in the United States. *Acupunct Med* [Internet]. 2021 [citado em 2023 out. 12];39(4):327-33. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0964528420939576>.

