

# PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ESTÉTICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA<sup>1</sup>

## INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES IN AESTHETICS: AN INTEGRATIVE REVIEW

Larine Nandi Alano<sup>2</sup>

Mônica Rinaldi Bittencourt<sup>3</sup>

**Resumo: Introdução:** Os tratamentos estéticos comparados a cirurgias são mais acessíveis e seguros. Dentre as técnicas que tal área oferece, existem as práticas integrativas e complementares, que há muitos anos são utilizadas para cura de doenças e embelezamento. **Objetivo:** Conhecer a utilização das práticas integrativas e complementares na estética, através dos estudos obtidos sobre as PICs nesse ramo e os resultados alcançados. **Método:** O presente estudo tratou-se de uma pesquisa descritiva, qualitativa, de abordagem e procedimento do tipo bibliográfica, com bases de dados: SCIELO, Google acadêmico, LILACS, Portal da Capes e Medline. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, artigos na íntegra que retratassem a temática referente à práticas integrativas e complementares aplicadas a estética, artigos de ensaio clínico, estudo de caso e artigos publicados no período de 2009 a 2019. Foram excluídos artigos que estivessem fora do período de publicação, artigos em inglês e que não correspondessem ao tema da pesquisa, assim como revisões integrativas e sistemáticas. **Resultados:** Dos quatro artigos selecionados, todos seguem a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), para tratamento de obesidade e redução de medida. **Conclusão:** nos artigos selecionados foi possível verificar a eficácia da auriculoterapia, acupuntura e eletroacupuntura em tratamentos estéticos corporais, para adiposidade e redução de medidas e consequentemente na melhora da autoestima.

**Palavras-chave:** Terapias complementares. Estética. Terapia por Acupuntura. Revisão.

**Abstract: Introduction:** The aesthetic treatments compared to surgeries are more accessible and safe. Among the techniques that such area offers, there are integrative and complementary practices, which have been used for many years to cure diseases and beautify. **Objective:** To know the use of integrative and complementary practices in aesthetics, through the studies obtained on Pics in this field and the results achieved. **Method:** The present study was a descriptive, qualitative, bibliographic approach and procedure, with databases: SCIELO, academic Google, LILACS, Capes Portal and Medline. The inclusion criteria defined for the selection of articles were: articles published in Portuguese; full articles that portrayed the

---

<sup>1</sup> Artigo de conclusão do curso Superior de Tecnólogo em Estética e Cosmética da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL. 2020. Profª. Orientadora: Daniella Koch de Carvalho, Msc. do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul. larysnandi@hotmail.com

<sup>3</sup> Acadêmica do curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul. morinaldii@hotmail.com

theme related to integrative and complementary practices applied to aesthetics, clinical trial articles, case study and articles published from 2009 to 2019. Articles that were published during the publication period, articles in English and that did not correspond to the research topic, such as integrative and systematic reviews, were excluded. **Results:** Of the four selected articles, all follow the Traditional Chinese Medicine (TCM), for treatment of obesity and reduction of measures. **Conclusion:** in the selected articles it was possible to verify the efficacy of auriculotherapy, acupuncture and electroacupuncture in body aesthetic treatments, for adiposity and reduction of measures and consequently in the improvement of self-esteem.

**Keywords:** Complementary therapies. Aesthetics. Acupuncture Therapy. Review.

## 1 INTRODUÇÃO

A procura pela área da estética vem desde os tempos antigos. Cleópatra era adepta a cuidados de sua beleza por meios naturais na antiguidade, mas foi a partir do século XX que essa indústria evoluiu. A presença do esteticista em clínicas médicas e dermatológica se torna cada vez mais comum, já que os tratamentos estéticos estão mais seguros, menos invasivos e mais acessíveis que cirurgias plásticas<sup>1</sup>.

A motivação desse crescimento se dá pela corrida em busca da perfeição que a mídia ecoa, para com o corpo e a juventude eterna, fazendo com que a preocupação com a aparência seja extrema, o que se desencadeia cada vez mais pessoas insatisfeitas consigo mesmas, aumentando a procura por tratamentos estéticos e sua evolução em protocolos, aparelhos e cosméticos. O ramo da estética tem despertado interesse inclusive em outros setores da saúde, gerando novas vertentes, a partir da migração para outras profissões como, biomedicina, odontologia e fisioterapia<sup>2</sup>.

Desde tratamentos faciais ou corporais, cabelos e unhas, são abrangentes os diversos tratamentos que disponibilizam em clínicas de estéticas ou SPA, independente de qual for, a responsabilidade do profissional é alcançar a expectativa, a satisfação, ter comprometimento, cuidado e o bem estar do cliente<sup>2</sup>.

Além destes tratamentos, fazem parte da área da estética às práticas integrativas e complementares (PICs), são terapias voltadas à saúde, que buscam o equilíbrio do ser entre mente, corpo e espírito, por meios naturais. Tais práticas favorecem para que os beneficiários reduzam a utilização de medicamentos melhorem a qualidade de vida e a autoestima<sup>3</sup>. O profissional que trabalha com PICs tem como foco promover a saúde. Atuando no bem-estar do paciente usando produtos, técnicas e equipamentos que ajudam a restabelecer o equilíbrio emocional, mental e físico<sup>4</sup>.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) as designam como um amplo conjunto de práticas de cuidado, saberes e produtos de uso terapêutico que não pertencem à medicina convencional ou alopática<sup>5</sup>. O Ministério da Saúde em 2006 aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que visa apoiar, tornar conhecida e implantar tais práticas de tratamentos em saúde<sup>6</sup>.

Atualmente em 2020, o SUS oferece gratuitamente 29 procedimentos de Práticas Integrativas e Complementares (PICs) à população, sendo elas, apiterapia com produtos derivados de abelhas, aromaterapia, arteterapia, ayurveda de origem indiana, atua no campo energético, mental e espiritual, biodança, bioenergética, constelação familiar sendo um método psicoterapêutico, cromoterapia, dança circular, geoterapia, hipnoterapia, homeopatia, medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, que trata junto a medicina moderna, MTC – acupuntura, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia atua no sistema musculoesquelético, ozonioterapia aplicação de uma mistura dos gases oxigênio e ozônio, fitoterapia, quiropraxia age no sistema neuromusculoesquelético, reflexoterapia, *reiki*, imposição de mãos, *shantala*, terapia comunitária integrativa, terapia de florais, termalismo social/crenoterapia, *yoga*<sup>7</sup>.

Os méritos das práticas complementares estão resultando em reconhecimento da mesma pela população, da sociedade formal e em parte da ciência biomédica; particularmente quanto à experiência com o processo adoecimento-cuidado-cura e quanto ao estímulo do potencial de reequilíbrio e cura do próprio cliente<sup>8</sup>. Com a disponibilidade de tais tratamentos é possível proporcionar maneiras naturais e acessíveis de cuidar da saúde evitando, em muitos casos, medicamentos alopáticos que debilitam os usuários<sup>6</sup>.

A junção das PICs a tratamento estéticos, tem como finalidade amenizar a disfunção, além da melhora do bem estar do cliente<sup>1</sup>. O fato de que tais práticas não necessitam de recursos tecnológicos sofisticados, oferecem menores riscos de efeitos colaterais quando comparados aos tratamentos convencionais, e necessitam de menos recursos financeiros, o que torna a assistência em saúde menos onerosa e com qualidade, além de proporcionar resultados satisfatórios<sup>9</sup>. Baseando-se nisso, esta pesquisa traz como tema: Práticas integrativas e complementares na estética: uma revisão integrativa.

O levantamento dos resultados desta pesquisa é importante para o conhecimento sobre as PICs, além de saber mais sobre suas funções com finalidades estéticas, os tratamentos que são utilizados, conclusões alcançadas com uso estético, além de observar o número de estudos sobre tal assunto. Através dos resultados, clínicas de estética e SPAs, poderão despertar mais interesse ou não em acrescentar as PICs aos seus tratamentos e protocolos, beneficiando a

sociedade com mais essa vertente em saúde, para agregar e complementar os tratamentos. Dessa forma o objetivo geral desta pesquisa é: Conhecer a utilização das práticas integrativas e complementares na estética, através dos estudos obtidos sobre as PICs na estética e os resultados alcançados.

A relevância desse estudo se dá em obter sapiência sobre as PICs, além de estimular interesses pelos tratamentos, agregando conhecimento sobre os benefícios que trazem aderir a escolha das PICs. Divulgando informação sobre o uso e resultados obtidos, através dos artigos e suas experiências clínicas, reforçando a necessidade de implantação dessas técnicas em clínicas e protocolos de tratamentos estéticos. Contudo, segue a questão norteadora da pesquisa: Qual a utilização das práticas integrativas e complementares na estética?

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo tratou-se de uma pesquisa descritiva quanto ao nível, qualitativa, de abordagem e quanto ao procedimento para coleta de dados do tipo bibliográfica.

Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: *Scientific electronic library online* (SCIELO), *Google acadêmico*, *Literatura latino-americana e do Caribe em ciências da saúde* (LILACS) e *Medical literature analysis and retrieval sistem on-line* (Medline). Na busca da incidência, em outras pesquisas, da problemática focalizada neste estudo, realizou-se um levantamento das produções acadêmicas no Banco de Teses e Dissertações da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

Foram utilizados, para busca dos artigos, os seguintes descritores e suas combinações na língua portuguesa: “Práticas integrativas e complementares”, “Práticas integrativas e complementares na estética”, “Práticas integrativas e complementares na estética facial”, “Práticas integrativas e complementares na estética corporal”.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, artigos na íntegra que retratassem a temática referente a práticas integrativas e complementares aplicadas a estética, artigos de ensaio clínico, estudo de caso e artigos publicados no período de 2009 a 2019. Quanto aos critérios de exclusão foram: artigos que estivessem fora do período de publicação, artigos em inglês e que não correspondessem ao tema da pesquisa, assim como revisões integrativas e sistemáticas. A partir da leitura dos resumos foi possível refinar a pesquisa sendo que, dos 53 estudos encontrados, mantiveram-se 04 artigos que contemplavam a temática e os critérios de inclusão para o estudo.

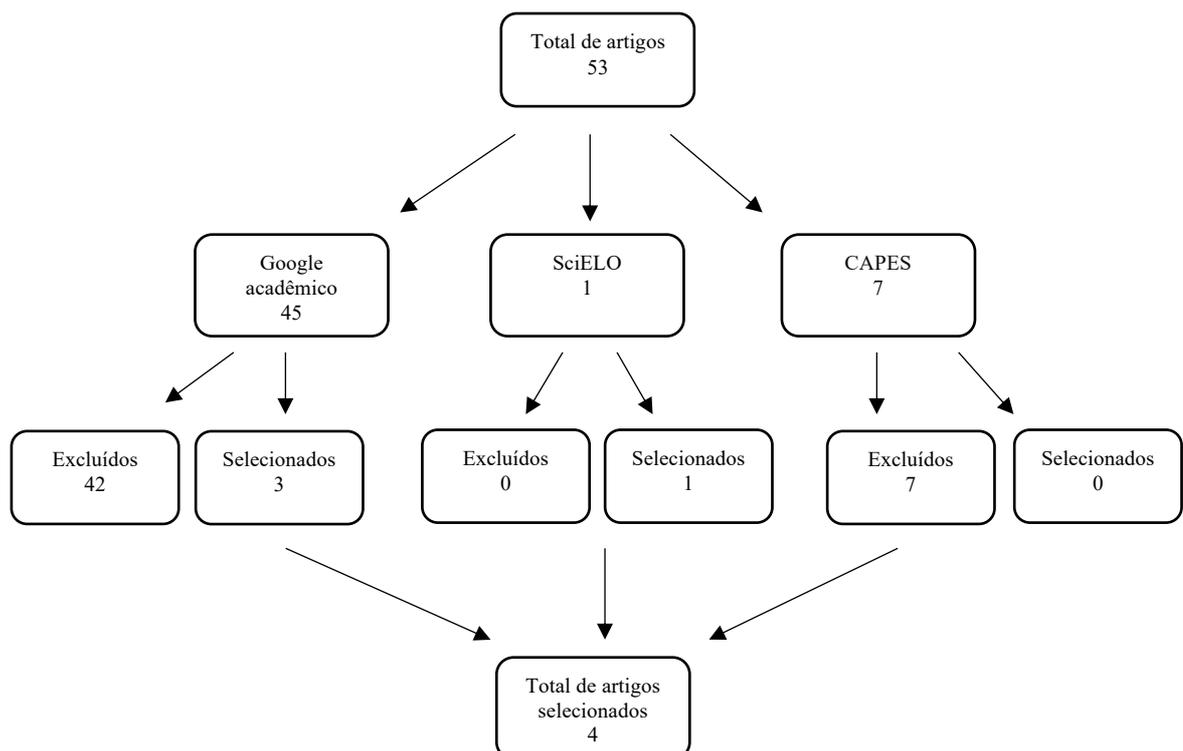
A análise dos estudos selecionados em relação ao delineamento de pesquisa, assim como, a síntese dos dados extraídos dos artigos, foram realizadas de forma descritiva, possibilitando observar, contar, descrever e classificar os dados, com o intuito de reunir o conhecimento produzido sobre o tema da pesquisa.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a pesquisa em bases de dados, foram analisados 45 artigos no *Google Acadêmico*, 7 artigos no CAPES e 1 no SciELO, no Medline não foram encontrados artigos em português, e no LILACS não foram encontrados artigos sobre o tema. Dos 7 artigos encontrados no CAPES, nenhum foi selecionado pois não se enquadravam nos critérios de inclusão, dos 45 artigos do *Google Acadêmico*, 3 se encaixaram dentro dos requisitos de critérios de inclusão, já do SciELO foi selecionado 1.

A seguir, na Figura 1, mostra-se a esquematização da escolha e análise das bases de dados de artigos que se enquadram nos critérios de inclusão e exclusão. E posteriormente, no Quadro 1, uma breve descrição sobre os artigos selecionados sendo, autor, ano, tema, metodologia, objetivos, resultados e práticas complementares aplicadas.

Figura 1 - Representação esquemática da seleção dos artigos em base de dados elaborado pelas autoras da pesquisa, Tubarão SC, 2020.



Fonte: Elaboração das autoras, 2020.

Quadro 1 - Artigos selecionados seguindo os critérios de inclusão.

<b>Autor</b>	<b>Tema</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados</b>
<b>Mariana Lourenço Haddad, 2011 <sup>(10)</sup></b>	Acupuntura e apetite de trabalhadores obesos de um hospital universitário	Estudo descritivo, exploratório com abordagem quantitativa, realizado com 37 trabalhadores obesos	Mensurar o comportamento da sensação de apetite dos sujeitos antes, durante e após a intervenção de acupuntura.	Obteve mudanças no apetite, saciedade, plenitude e desejo por alimentos doces e palatáveis, durante a intervenção. Não houve redução de peso ou índice de massa corpórea dos sujeitos, contudo observou-se redução significativa na razão cintura-quadril ( $p=0,02$ ) e controle no hábito de consumir alimento consolo.
<b>Rogério Gavassa Ornela, Maria do Vale Oba, Fernanda Lopes Kinouchi, Mario André Sigoli, Rogério José Scandiuzzi, Daniela Witter Soares, Paulo Cesar Carvalho, 2012 <sup>(11)</sup></b>	Acupuntura no tratamento da obesidade	Estudo clínico randomizado caracterizado por ser do tipo experimental, descritivo e analítico, com abordagem qualiquantitativa. Realizado com 27 indivíduos.	Analisar o efeito da estimulação dos pontos de acupuntura, no tratamento da obesidade.	No grupo de tratamento "T1" houve redução de IMC em 67% e de circunferência abdominal em 78%. No grupo tratamento "T2" obteve redução no IMC em 56% e de circunferência abdominal em 67%. E o grupo controle "C" a redução no IMC em 89% e de circunferência abdominal em 67%.
<b>Cleonice Schneider, 2018 <sup>(12)</sup></b>	Efeitos da auriculoterapia no tratamento do sobrepeso e Obesidade	Pesquisa de natureza quantitativa, explicativo. Sendo definido como um estudo clínico piloto. Realizado com 15 mulheres.	Conhecer os possíveis efeitos da auriculoterapia no sobrepeso e obesidade.	Houve diferença média de redução de peso foi 1,9 Kg, circunferência da cintura teve uma redução na média de 2,6 cm, do quadril uma diminuição de 1,9 cm, e do abdome de 2,5 cm, também o apetite reduziu 0,9 pontos.
<b>Sandra Patrícia de Oliveira Vilaça, Diógenes José Gusmão Coutinho, 2019 <sup>(13)</sup></b>	Auriculoterapia no tratamento da obesidade na Atenção Básica de Saúde	Estudo do tipo descritivo com abordagem qualitativa e quantitativa. Realizado com 30 indivíduos com obesidade.	Inserir a auriculoterapia como possibilidade terapêutica para redução de peso na estratégia de saúde da família em obesos.	Redução no grau de obesidade e intensidade do apetite nos participantes.

Fonte: Elaboração das autoras, 2020.

Em relação ao Quadro 1, é possível notar os artigos encontrados estão relacionados as técnicas de acupuntura ou auriculoterapia, com aplicação de tratamentos em alterações semelhantes como a obesidade e redução de medidas corporais. Essas práticas relacionadas a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), existentes há milhares de anos, baseiam-se na divisão do mundo em duas forças *Yin-Yang*; que são energias opostas, mas complementares,

buscando sempre estarem em harmonia, do contrário o corpo reflete mostrando seus desequilíbrios ou doenças<sup>3</sup>.

Tais artigos entram no tema da pesquisa, pois, a obesidade é considerada uma doença crônica, e segundo a MTC é um desequilíbrio no baço, e seu tratamento com as práticas gera emagrecimento e conseqüentemente redução de medidas, melhorando a estética corporal dos participantes envolvidos nas pesquisas, além de agir nas alterações emocionais como na ansiedade, sendo outro fator desencadeante de aumento de peso<sup>14</sup>.

Dentre os artigos selecionados, será iniciada as discussões por um estudo que aborda “Acupuntura e apetite de trabalhadores obesos de um hospital universitário”, com 37 trabalhadores obesos, com idades entre 32 e 67 anos, que possuíam Índice de Massa Corpórea (IMC) de 30 a 40 e que pudessem preencher as pesquisas. As variáveis incluíram, identificação, características sociodemográficas dos participantes; peso, altura, IMC, circunferência abdominal e de quadril; e o apetite dos participantes antes, durante e após as aplicações. Para o peso usou-se uma balança antropométrica manual, a altura foi utilizada o estadiômetro acoplado à balança, as circunferências abdominal e de quadril foram utilizadas fita métrica. As Escalas Visuais Analógicas (EVA) de Apetite eram linhas horizontais de 100 milímetros de comprimento, foram utilizadas sete EVAs para mensurar os comportamentos de fome, satisfação, capacidade para comer mais e a preferência por alimentos doces, salgados, saborosos e gordurosos. Acima de cada escala, havia uma pergunta e abaixo suas respostas, os participantes deveriam assinalar na linha, o que ele estava sentindo naquele momento. As EVAs utilizadas foram fornecidas aos participantes na primeira entrevista, sendo orientado para preenchê-las duas vezes ao dia, sempre uma hora após o almoço e o jantar, em dias predeterminados, sendo folhas de papel sulfite amarelas para o dia/almoço e azuis para a noite/jantar. Foram 8 sessões no total, semanalmente de eletroacupuntura e auriculocupuntura de 30 minutos, com a frequência de 2Hz e 3V, aplicadas nos pontos auriculares *shen men*, fome, boca, ansiedade 1 e 2. Para analisar as estatísticas, utilizou-se o teste não paramétrico de *Wilcoxon* e ANOVA. Houve diferença significativa ( $p=0,02897$ ) na cintura-quadril antes e após a acupuntura, porém, não foi percebido alteração no peso. Nas Escalas Visuais de Apetite, não houve diferença significativa nas semanas antes, durante e após a intervenção, exceto na 3ª EVA, quanto à sensação de plenitude. Desejo por doces, mudança significativa para as 4ª e 6ª EVAs. Desejo por alimentos palatáveis mudança significativa nas 3ª, 5ª e 7ª EVAs<sup>10</sup>.

A eletroacupuntura utilizada no estudo acima é a combinação da acupuntura com a corrente elétrica, na adiposidade localizada tem efeitos antiinflamatórios, que modifica a

permeabilidade celular, com ação vasodilatadora, ativando a microcirculação local, facilitando a eliminação das toxinas e degradação das gorduras<sup>15</sup>.

O sobrepeso segundo a MTC, está relacionado com a desarmonia de um dos cinco elementos. O elemento Terra, onde a energia do baço é bloqueada, acumulando umidades e mucosas, dificultando o transporte de líquido, que segundo a MTC é um acúmulo de fleuma, um excesso de muco e gordura, sendo que o excesso de peso mostra um desequilíbrio, classificados em dois tipos, obeso *Yang*, consumo alto de alimentos e obeso *Yin*, por motivos hormonais. Os efeitos terapêuticos que a acupuntura causa no paciente favorece no seu emagrecimento, melhorando sua estética, já que depressão e ansiedade também são desencadeantes de excesso de peso, além de ação antiinflamatória, ativa o metabolismo acelerando os gastos de energia e facilitando a eliminação de toxinas<sup>14</sup>.

Já em outro estudo clínico sobre “Acupuntura no tratamento da obesidade”, com 27 participantes entre 41 a 50 anos, separados em três grupos, (T1 e T2) de acupuntura sistêmica e auricular, atividade física e reorientação alimentar e grupo controle (C) com atividade física e orientação alimentar. Os pacientes responderam a um questionário, antes do início e ao final do tratamento, sobre questões socioeconômicas, avaliação do Índice de Massa Corporal (IMC), circunferência abdominal (CA) e sua percepção em relação ao tratamento com acupuntura. Os pontos utilizados na acupuntura sistêmica foram: “T1”, B13, B14, B15, B42, B43, B44, VG14, Ig4, E36, BP6. O grupo tratamento “T2” nos pontos B20, B21, B22, VC12, F13, BP3, E42, E25. No tratamento com acupuntura auricular as sementes de mostarda fixadas por micropore ou esparadrapo nos pontos: SNV, *shen men*, pulmão, ponto de fome e estômago, os mesmos pontos para os dois grupos, renovando a cada 7 dias. Foram 10 sessões aplicadas uma vez por semana, o Grupo “C” não recebeu tratamento com acupuntura. Os resultados sobre (IMC) e (CA), observou-se uma redução do IMC e CA nos pacientes do grupo (T1) em 67% ICM e 78% de CA, no grupo “T2”, houve uma redução no IMC em 56% e de circunferência abdominal em 78%, no grupo controle “C” nota-se que ocorreu uma redução no IMC em 89% e de circunferência abdominal em 67%. “T1” houve uma perda de peso de 1.123 gramas, “T2” houve uma perda de peso em média 712 gramas, e o grupo “C” houve uma perda de peso em média 1523 gramas, tal resultado pois, o grupo “T1” e “T2”, praticaram menos atividade física que o grupo “C”, sendo tal atividade importante na redução de peso e medida<sup>11</sup>.

A acupuntura estimula o hipotálamo, na saciedade prolongada, ainda a eletroacupuntura ajuda na diminuição de medidas, pois desobstrui o QI do BP, melhorando a disfunções de adiposidade abdominal, além da redução de níveis de colesterol e triglicérides.

Tal técnica estimula as fibras do Sistema Nervoso Periférico (SNP) e Sistema Nervoso Central (SNC), que liberam cortisol, endorfina, dopamina, noradrenalina e serotonina, promovendo bem estar e saciedade<sup>16</sup>.

Na MTC a preocupação e reflexão, são sentimentos relacionados ao baço e estômago tais órgãos afetados, desencadeia um desequilíbrio emocional, aumentando os sintomas, gerando ansiedade e como consequência o consumo de comida em excesso e aumento de peso, além disso, a fome exagerada é um desequilíbrio do *yin* e *yang* do estômago, em que o alimento é digerido de forma rápida, causando uma distensão epigástrica e inchaço. É importante a prática de exercícios e alimentação de forma correta para melhor ação no tratamento<sup>17</sup>.

Continuando nos estudos relacionados a aplicação da MTC, tem-se a pesquisa “Efeitos da auriculoterapia no tratamento do sobrepeso e obesidade”, realizado com 15 pacientes do sexo feminino, de 23 a 63 anos, com sobrepeso grau I e II, que recebiam tratamentos de nutricionistas em uma Unidade Básica de Saúde. As participantes preencheram ficha de anamnese, além de retirada de medidas pré e pós tratamento e avaliação do apetite, com escala de 1 a 5, onde a numeração um representava muito pouco apetite, dois pouco, três regular, quatro muito e cinco bastante fome. Foram oito sessões aplicadas duas vezes por semana, com sementes de mostarda com esparadrapo. Houve uma redução estatisticamente significativa na média do peso corporal, das medidas de circunferências da cintura, quadril e abdômen. A diferença média de redução de peso foi 1,9 Kg, circunferência na cintura teve uma redução na média de 2,6 cm, do quadril uma diminuição de 1,9 cm, e do abdômen de 2,5 cm, também o apetite reduziu 0,9 pontos segundo o questionário da avaliação de apetite. A avaliação que foi utilizada na pesquisa compreende os testes estatísticos t de *Students*, e o teste *Wilcoxon* realizado antes e após o tratamento com auriculoterapia<sup>12</sup>.

A auriculoterapia é uma técnica de acupuntura auricular, na qual os materiais utilizados são sementes, esferas ou agulhas, onde existem pontos energéticos na mesma, que correspondem aos órgãos e suas funções. No tratamento, o estímulo exercido percorre as terminações até o cérebro e glândula hipófise, seu custo é baixo e apresenta poucos efeitos colaterais. Nesses tratamentos são utilizados pontos como, intestino, estômago, boca, como regulação da fome e intestino, além de outros pontos que podem ser utilizados para ansiedade<sup>18</sup>.

No mesmo segmento, o estudo “Auriculoterapia no tratamento da obesidade na Atenção Básica”, contou com trinta mulheres de 30 a 58 anos, que não estivessem usando remédios para emagrecer, nem para ansiedade e depressão, com diagnóstico de obesidade,

devidamente cadastrados na unidade de saúde da família. Foram realizados cinco encontros, no primeiro encontro foi aplicada a ficha de anamnese em auriculoterapia, foi realizado o acolhimento e roda de conversa com mediação da nutricionista, em seguida, encaminhado para sessão de auriculoterapia. Os três encontros seguintes, com intervalo de uma semana, foram realizados apenas as sessões de auriculoterapia, e no último encontro, foram coletados os mesmos dados iniciais para comparação, e avaliação da participante. Cada participante ficou com as sementes de mostarda na orelha por cerca de sete dias e orientado a fazer a própria estimulação três vezes ao dia por dez segundos em cada ponto. Ao término do tratamento observou-se, em 35% dos usuários redução no grau de obesidade, em 100% dos pacientes alguma diminuição na circunferência abdominal, apesar de todos continuarem acima de 80 cm, e ainda, diminuição na intensidade do apetite, obtido pela escala de percepção autodeclarada contida na ficha de anamnese. Embora ao final da pesquisa ainda prevaleceu o sobrepeso e obesidade, sendo esse achado devido ao fato que a duração do tratamento foram cinco semanas, tempo curto para ter uma perda de peso bastante significativa<sup>13</sup>.

A medicina Ocidental trata a obesidade de uma forma muito invasiva, sendo com cirurgias bariátricas, além de remédios prejudiciais à saúde, onde leigos possuem acesso a compras, laxantes, diuréticos, todas essas formas citadas, são maneiras aparentemente fáceis de conseguir o corpo desejado, porém a qualidade de vida e segurança é baixa. Por isso a auriculoterapia é um método seguro, acessível e benéfica a saúde, além de ser uma técnica eficaz na redução de peso e medidas<sup>19</sup>.

É possível observar que foram utilizados nos tratamentos acima referentes a MTC, pontos similares, dentre elas o ponto *shen men*, onde tem ação psicofisiológico, ansiolítico, sedativo, analgésico, imune. O ponto SNV simpático é analgésico, relaxante e equilíbrio. O ponto Endócrino tem ação para hiper e hipotireoidismo, antiestresse, disfunções da menstruação, disfunções ovarianas, impotência, esterilidade e emagrecimento. O ponto Pulmão tem ação respiratória, na pele, pelas glândulas sudoríparas, em angustia, medo e ansiedade. O ponto estômago, age na ansiedade, gastrite, seda a fome, vísceras abdominais, emotividade e na angústia. O ponto baço e pâncreas, possui ação na tosse crônica, ansiedade, hemorragias, angústia e transporte dos alimentos. O ponto coração, efeitos no sistema circulatório, ansiedade, taquicardia, hipertensão, insônia, cefaleia e nervosismo. O ponto rim, com ação no metabolismo, medo, distúrbio bipolar, dor lombar, dores no joelho, audição, baixa de imunidade e força física. O ponto ansiedade para a mesma e preocupação. O ponto fígado age na fadiga, nervosismo, alergia e intolerância alimentar<sup>20</sup>.

Ressaltando sobre os benefícios que as PICs oferecem em junção aos tratamentos estéticos, identificamos em uma pesquisa de mercado sobre a aplicação das práticas integrativas e complementares no mercado de estética, que foi levantado em clínicas de estética que ofertavam as PICs em seus tratamentos, assim como quais as práticas mais procuradas. Nesta pesquisa realizada em 18 estabelecimentos, apenas oito aplicavam PICs para finalidades estéticas, em que os profissionais possuíam formação em Estética. A disfunção mais tratada foi a gordura localizada, e a com menor procura foram os tratamentos para flacidez. A PIC mais utilizada foi a ventosaterapia para gordura localizada e celulite, para mobilidade do tecido e contorno, e auriculoterapia e já a menos utilizada foi dietoterapia. A autora relata que as PICs voltadas para meios estéticos e as disfunções são, celulite, gordura localizada, cicatrizes e estrias. Com tratamentos de moxabustão, reflexologia, *shiatsu*, ventosaterapia, aromaterapia, geoterapia, florais, cromoterapia, dietoterapia, *guasha*, sangria e acupuntura. Além de seus efeitos estéticos possuem poucas contraindicações e poucos gastos, sendo uma forma de aperfeiçoar os tratamentos com algo diferenciado, seguro e eficaz<sup>1</sup>.

As práticas integrativas e complementares são pouco utilizadas em meio estético, visto isso, a partir do levantamento de número de artigos, os poucos encontrados em estudos clínicos utilizaram algumas práticas da MTC, porém, em alguns trabalhos de revisões bibliográficas mostram os benefícios das PICs para diversos tratamentos estéticos incluindo dentre eles, acupuntura e moxabustão pra rugas e acnes, fitoterapia pra obesidade, argilas pra estética corporal e facial, cromoterapia para tratamentos de acne e óleos pra celulite e rugas<sup>21-26</sup>.

Os estudos selecionados para este artigo, enfatizam os benefícios das PICs em tratamentos para perda de peso, redução de medidas, além de claro, atuar no emocional do usuário, conseqüentemente a autoestima e confiança do paciente melhoram com a junção das práticas. As práticas integrativas e complementares em estética visam não só resultados externos como grandes mudanças internas. Os tratamentos visam a regularização dos sistemas e órgãos internos que possuem influências diretas nas diversas regiões do corpo. Trata-se conjuntamente o interior e o exterior, além da parte estética propriamente dita<sup>19</sup>.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através dos artigos selecionados, dos resultados obtidos em suas pesquisas e tratamentos clínicos, é possível verificar a eficácia da auriculoterapia, acupuntura e eletroacupuntura em tratamentos estéticos corporais, para adiposidade e redução de medidas,

e conseqüentemente a melhora da autoestima. Tais técnicas favoreceram para o bem estar da pessoa, buscando o seu equilíbrio mental, físico e emocional.

Além do tratamento físico, foi possível analisar a atuação no meio emocional, como na ansiedade e estresse em alguns dos artigos, sendo de extrema importância o tratamento de tais pontos para se obter um bom resultado final, já que a ansiedade é um desencadeador para o aumento de peso e outros desequilíbrios.

A saúde e a aparência corporal sempre foi uma preocupação das pessoas, principalmente das mulheres, e aqui, comprovado como possibilidade terapêutica, as práticas integrativas e complementares. Um leque de modalidades pouco exploradas, que apontam resultados positivos e ainda podem alavancar resultados se associadas a tratamentos estéticos convencionais. Importante ressaltar também, que por já estar inserida no Sistema Único de Saúde, pode ser alternativa para muitos pacientes com comorbidades e que não tem acesso a uma clínica de estética.

Como resposta ao objetivo geral desta pesquisa, foi possível elencar resultados eficazes segundo a leitura dos 04 artigos selecionados, sendo todos sobre as técnicas da MTC. Assim como, a relevância de trazer tal estudo, como forma de agregar conhecimento sobre as PICs, e estímulo para o uso em tratamentos estéticos. Entretanto, foram encontrados poucos artigos que preenchessem os critérios de inclusão deste estudo, desta forma, não conseguimos abordar outras modalidades de PICs, mas que se faz presente em revisões bibliográficas, inclusive citando disfunções estéticas como rugas, acne e celulites.

Sugere-se mais estudos clínicos futuros para comprovar amplamente a eficácia das PICs para tratamentos estéticos. Tendo em vista, que é possível aliar as terapias e potencializar os resultados estéticos, existindo uma grande oportunidade de explorar diversos tratamentos não apontados nos estudos clínicos do período de coleta desta pesquisa. E ainda, incentivar esse nicho de mercado, não só como oportunidade de negócio, mas com o comprometimento do profissional de buscar o equilíbrio e o bem estar integral do cliente, em diversos aspectos, não se limitando apenas aos resultados estéticos.

## REFERÊNCIAS

1. Machado MC, Rescaroli HF, Pereira JNP. Pesquisa de mercado sobre a aplicação nas práticas integrativas e complementares no mercado de estética na região de Itajaí. [Internet]. Itajaí: Univali; s/d. [acesso em 2020 maio 05]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Helena%20Feiler%20Rescaroli,%20Joyce%20Nara%20Peixer%20Pereira.pdf>.

2. Schmitz DS, Laurentino L, Machado M. Estética facial e corporal: uma revisão bibliográfica. [Internet]. Itajaí: Univali; s/d. [acesso em 2020 jun. 20]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Delourdes%20Schafascheck%20Schmitz,%20Lucia%20Laurentino.pdf>.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2018. 180 p.
4. Azevedo C *et al.* Práticas integradoras e complementares no ambiente da enfermagem: aspectos legais e panorama acadêmico-assistencial. Esc. Anna Nery. [Internet]. 2019 apr. 29. [acesso em 2019 nov. 10]; 23(2). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2018-0389>.
5. Souza IMA, Tesser CD. Medicina Tradicional e Complementar no Brasil: inserção no Sistema Único de Saúde e integração com a atenção primária. Cad. Saúde Pública. [Internet]. 2017 [acesso em 2019 nov. 15]; 33(1). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00150215>.
6. Ischkanian PC, Pelicioni MCF. Desafios das Práticas Integrativas e Complementares no SUS visando a promoção da Saúde. Rev. Bras. Crescimento Desenv. Hum. [Internet]. 2011. [acesso em 2019 out. 14]; 22(1):233-8. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v22n2/pt\\_16.pdf](http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v22n2/pt_16.pdf).
7. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
8. Pereira RDM, Alvim NAT. Theoretical and Philosophical aspects of traditional Chinese Medicine: acupuncture, and diagnostic forms the irrelations with the care of nursing. Rev. Enferm. UFPE. [Internet]. 2013 jan. [acesso em 2019 dez. 21]; 7(1):279-88. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/10231/108240>.
9. Spadacio C, Castellanos MEP, Barros NF, Alegre SM, Tovey P, Broom A. Medicinas Alternativas e Complementares: uma metassíntese. Cad. Saúde Pública. 2010; 26(1):7-13. doi.org/10.1590/S0102-311X2010000100002.
10. Haddad ML, Marcon SS. Acupuntura e apetite de trabalhadores obesos de um hospital universitário. Acta Paul Enferm. [Internet]. 2011. [acesso em 2020 maio 17]; 24(5):676-82. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ape/v24n5/13v24n5.pdf>.
11. Ornela RG *et al.* Acupuntura no tratamento da obesidade. [Internet]. J Health Sci Inst. 2016. [acesso em 2020 jun. 13]; 34(1):17-23. Disponível em: [https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2016/01\\_jan-mar/V34\\_n1\\_2016\\_p17a23.pdf](https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2016/01_jan-mar/V34_n1_2016_p17a23.pdf).
12. Schneider C, Rodrigues DMO. Efeitos da auriculoterapia no tratamento do sobrepeso e obesidade. [Internet]. 2018. [acesso em 2020 maio 22]. Disponível em:

<https://riuni.unisul.br/bitstream/handle/12345/5497/TCCAURICULOTERAPIA%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

13. Vilaça SPO, Coutinho DJG. Auriculoterapia no tratamento da obesidade na atenção básica. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação-Criciúma [Internet]. 2019; 5(3). ISSN - 2446-547X. [acesso em 2020 jun. 10]. Disponível em: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:hiC24roTvUsJ:https://periodicoreas.e.pro.br/rease/article/download/28/8+&cd=2&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br>.

14. Sousa JNS, Mejia DPM. A medicina tradicional chinesa no tratamento da obesidade. [Internet]. S/d. Pós-graduação em acupuntura - Faculdade Ávila. [acesso em 2020 abr. 25]. Disponível em: [https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/13/36\\_-\\_A\\_Medicina\\_Tradicional\\_Chinesa\\_no\\_Tratamento\\_da\\_Obesidade.pdf](https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/13/36_-_A_Medicina_Tradicional_Chinesa_no_Tratamento_da_Obesidade.pdf).

15. Martins GHF. Estudo da eletroacupuntura associada à técnica de drenagem linfática manual no tratamento da obesidade. Revista Acadêmica Novo Milênio. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 maio 21]; 2(1):770-785. Disponível em: <http://www.novomilenio.br/Revista/wp-content/uploads/2020/03/ARTIGO-12-GEANE.pdf>

16. Muranaka P. Eficácia da acupuntura associada à eletroacupuntura no tratamento da lipodistrofia abdominal - uma revisão bibliográfica. [monografia] [Internet]. Faculdade de Tecnologia em Saúde - CIEPH. Curso de Pós-graduação Lato Sensu em Acupuntura. 2016 [acesso em 2020 jun. 27]. Disponível em: <https://acervomonografiascieph.files.wordpress.com/2017/08/muranaka-patrc3adcia-eficc3a1cia-da-acupuntura-associada-c3a0-eletroacupuntura-no-tratamento-da-lipodistrofia-abdominal-uma-revisc3a3o-bibliogrc3a1fica.pdf>.

17. Matos DC, Ramos ECS, Sakaguti ES. A acupuntura como recurso para o tratamento da obesidade em adolescentes: uma revisão bibliográfica. [monografia] [Internet]. (Especialização) Centro de Estudos Firval de São José dos Campos – Curso de Especialização em Acupuntura. 2012;32p. [acesso em 2020 jun. 28]. Disponível em: <http://www.firval.com.br/ftmateria/1434810098.pdf>.

18. Franzoni L, Costa TV, Santos MC. Auriculoterapia em um caso de obesidade grau I. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 abr. 18]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Liciane%20Franzoni-Tayana%20da%20Costa.pdf>.

19. Franzoni L, Costa TV, Santos MC. Auriculoterapia em um caso de obesidade grau I. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 jul. 01]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Liciane%20Franzoni-Tayana%20da%20Costa.pdf>.

20. Souza JL. Auriculoterapia, Auriculopuntura e Auriculotaping. [Internet]. 2018. Centro Educacional em Saúde Ltda. IPGU. [acesso em 2020 mar. 05]. Disponível em: <http://www.portalunisaude.com.br/arquivos/file/APOSTILA%20AURICULO%202018.pdf>.

21. Silva JO. Estética facial: a eficácia da acupuntura no tratamento de rugas – revisão bibliográfica. [Internet]. 2008. Montes Claros. [acesso em 2020 mar. 19]. Disponível em:

[http://www.portalunisaude.com.br/downloads/A\\_EFICACIA\\_DA\\_ACUPUNTURA\\_NO\\_TRATAMENTO\\_DE\\_RUGAS%20.pdf](http://www.portalunisaude.com.br/downloads/A_EFICACIA_DA_ACUPUNTURA_NO_TRATAMENTO_DE_RUGAS%20.pdf).

22. Morastoni AP, Moreira G, Santos MC. Acupuntura Estética e Moxaterapia no Tratamento e Prevenção do Envelhecimento Facial. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 jun. 14]. Disponível em: <https://docplayer.com.br/69308757-Artigo-cientifico-acupuntura-estetica-e-moxaterapia-no-tratamento-e-prevencao-do-envelhecimento-facial.html>.

23. Boing PCM, Carvalho DK. O uso da argila nos tratamentos estéticos: uma revisão integrativa. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 maio 09]. Disponível em: <https://riuni.unisul.br/bitstream/handle/12345/5494/O%20USO%20DA%20ARGILA%20NO%20S%20TRATAMENTOS%20ESTETICOS-%20UMA%20REVIS%3%83O%20INTEGRATIVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

24. Battistella GFC, Faldoni FLC, Moreira JAR. Óleo de Citrus aurantium no Tratamento da Celulite. [Internet]. 2019. Centro Universitário Hermínio Ometto, Universidade de Araras-Uniararas. Araras SP. [acesso em 2020 jun. 30]. Disponível em: [https://www.cosmeticsonline.com.br/ct/painel/class/artigos/uploads/e8230-CT314\\_42-47.pdf](https://www.cosmeticsonline.com.br/ct/painel/class/artigos/uploads/e8230-CT314_42-47.pdf).

25. Guerra ES, Arent MD, Machado M. Fitoterapia no controle e prevenção da obesidade. [Internet]. S/d. [acesso em 2020 jun. 22]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Elimara%20Sales%20Guerra%20e%20Michele%20Daiane%20Arent.pdf>.

26. Peixoto NV, Silva SDSFD, Souza SRD. Cromoterapia no tratamento facial. [Internet]. 2013. Universidade Vale do Rio Verde. [acesso em 2020 jun. 17]. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/iniciacaocientifica/article/view/4124/3098>.