

**UNIVERSIDADE SANTO AMARO**

**Curso de Nutrição**

**CAROLINE DOLORES DE SOUZA LEITE DOS SANTOS**

**GABRIELA D'ANGELO LOPES DE ANTÔNIO**

**PICS: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**  
**Efeitos da auriculoterapia no emagrecimento e mudanças no comportamento**  
**alimentar**

**São Paulo**

**2021**

**CAROLINE DOLORES DE SOUZA LEITE DOS SANTOS**

**GABRIELA D'ANGELO LOPES DE ANTÔNIO**

**PICS: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**  
**Efeitos da auriculoterapia no emagrecimento e mudanças no comportamento alimentar**

Trabalho científico apresentado à Universidade Santo Amaro, como exigência do estágio curricular em Saúde Coletiva para conclusão da graduação em Nutrição, sob supervisão da nutricionista Ana Carolina Icó dos Santos e orientação da Prof.<sup>a</sup> Raquel Nunes Silva.

**São Paulo**

**2021**

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Histórico da institucionalização das PICS no SUS.....	7
Figura 2 – Os 5 principais pontos localizados na orelha .....	16

## **LISTA DE ABREVIações E SIGLAS**

MTCI	Medicinas Tradicionais Complementares e Integrativas
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
PICS	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
PNPIC Saúde	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em

## SUMÁRIO

<b>1. Introdução.....</b>	<b>6</b>
1.1 Desenvolvimento e implantação das PICS no SUS .....	6
2. Justificativa.....	8
3. Objetivo .....	9
<b>4. Desenvolvimento.....</b>	<b>9</b>
4.1 A origem da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) .....	9
4.2 A Medicina Tradicional Chinesa incorporada nas PICS .....	13
4.3. Resolução CFN N° 879, permite atuação do nutricionista nas PICS .....	13
4.4 Aplicação da auriculoterapia no atendimento nutricional .....	15
5. Considerações Finais.....	17
6. Referências .....	18

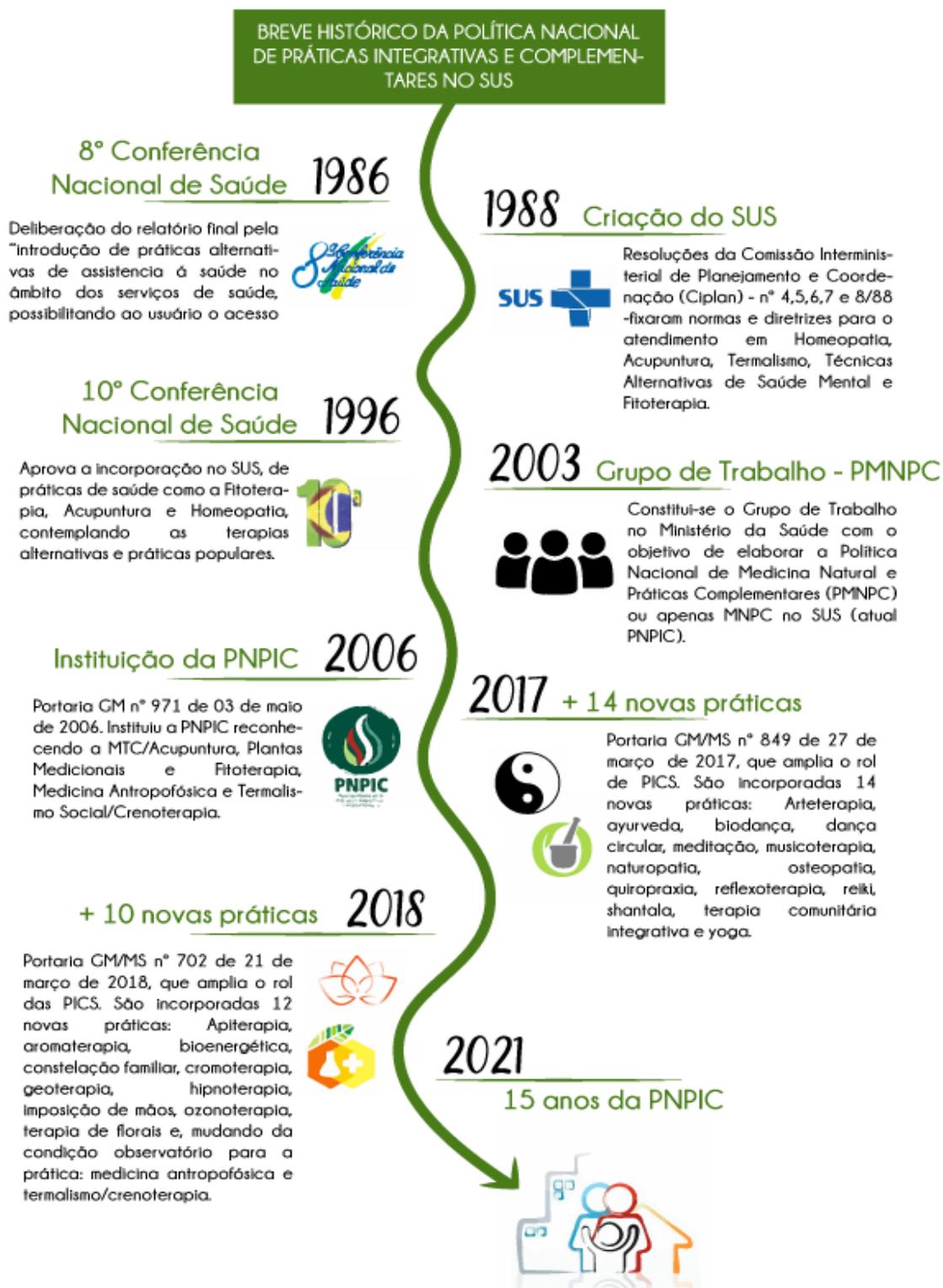
## **1. Introdução**

### **1.1 Desenvolvimento e implantação das PICS no SUS**

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), são recursos e práticas que abordam e buscam a prevenção de doenças e recuperação de doenças através de métodos naturais, eficazes e seguros, com ênfase no acolhimento, na escuta, desenvolvimento do vínculo terapêutico e estímulo da integração do ser humano ao meio ambiente.<sup>1</sup>

No Brasil, as PICS estão institucionalizadas no SUS desde 2006, com a publicação da Portaria GM/MS nº 971/2006, o Ministério da Saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), onde foram inseridas principalmente na Atenção Básica e em todos os outros níveis de sistemas de saúde. Com a aprovação da PNPIC, desencadeou um olhar mais abrangente ao desenvolvimento de políticas, programas e projetos dessas práticas no SUS.<sup>1</sup>

**Figura 1 – Histórico da institucionalização das PICS no SUS**



Fonte: Adaptado CNPICS/DESF/SAPS/MS, 2020.

Dessa forma, por meio da PNPIC, o objetivo era ampliar a oferta desses recursos terapêuticos no SUS, garantindo o cuidado integral as comunidades, associando-se ao tratamento tradicional, com perspectivas na prevenção de agravos e da promoção de saúde. A prática das PICS é muito infundida principalmente na Atenção Básica, porém, além de haver uma estimulação e implantação das PICS no SUS, ainda necessitam de mais capacitação profissional, estruturação das PICS nos serviços, o acesso e a aceitação de PICS por usuários do SUS. Assim, entre as principais diretrizes da PNPIC estão no aumento de resolubilidade dos serviços de saúde, garantindo qualidade, eficácia, eficiência e segurança no uso, promover racionalização de ações de saúde, estimulando alternativas inovadoras e socialmente integrativas ao desenvolvimento sustentável nas comunidades, proporcionar envolvimento responsável e continuado dos usuários, gestores e trabalhadores em diferentes áreas das políticas de saúde, além de agir de forma conciliada no diagnóstico, na avaliação e no cuidado.<sup>2</sup>

## **2. Justificativa**

A nutrição tem evoluído muito desde a sua origem, percorrendo por diversas fases, saiu do período em que a nutrição era apenas um estigma de “dietas restritivas”, e passou a considerar que a alimentação saudável vai muito além do que colocamos no prato, é uma relação que envolve aspectos emocionais, fisiológicos e sociais entrelaçados ao ato de comer.<sup>3</sup>

Durante um tratamento nutricional, encontra-se muitas dificuldades de mudanças alimentares por parte dos pacientes, onde seu comportamento alimentar já está inadequado, e essa abrupta mudança leva a pessoa a desanimar nas primeiras tentativas de começar uma reeducação alimentar, podendo gerar quadros de ansiedade, frustração, cansaço, irritabilidade e insônia. Com todos os adventos da Medicina Tradicional Chinesa, em especial a auriculoterapia, é possível aliar o tratamento nutricional com essa prática para ampliar a eficácia e melhoria dos resultados.<sup>3</sup>

A prática de auriculoterapia por parte do nutricionista, é uma atribuição muito importante ao profissional, pois amplia e diversifica as abordagens de cuidado e as possibilidades terapêuticas aos pacientes em assistência nutricional.<sup>3</sup>

### **3. Objetivo**

Contextualizar a importância das PICS e como seu uso pode complementar o tratamento nutricional nos pacientes com obesidade e que buscam o emagrecimento, além das mudanças no comportamento alimentar.

### **4. Desenvolvimento**

#### **4.1 A origem da Medicina Tradicional Chinesa (MTC)**

A MTC teve sua origem ao longo do segundo maior rio da China, denominado Huang He (que em chinês significa Rio Amarelo). Por volta de 2000 a.C, uma grande civilização chinesa começou a se desenvolver envolto as margens do Huang He, onde começaram a formar diferentes grupos e a sobrevivência foi baseada na caça e lutas contra a natureza. Durante esse período, os princípios médicos eram muito primitivos e eram baseados em mitos, lendas e empirismo, no qual, começaram a ser observadas os primeiros usos de ervas, acupuntura e moxabustão para tratar doenças. Enquanto usavam pedras quentes para se aquecerem, os habitantes viram que essas pedras ao entrar em contato com o corpo e pressioná-las, proporcionavam efeitos analgésicos para as dores e foram usadas para tratar doenças, por sua vez, descobriram também que ao usarem agulhas feitas de ossos e ao espetá-las em pontos particulares do corpo, constataram que a dor em outras regiões foi completamente aliviada.<sup>4</sup>

Em 2953 a.C, a chamada Dinastia Xia, foi marcada pela tradicional lenda de nascimento da civilização chinesa, onde ocorreu uma enorme inundação do Rio Amarelo que durou meses, porém, um homem chamado Yu, teria desenvolvido um sistema de drenagem que foi capaz de orientar as áreas de volta as margens do rio. Seria após esse episódio que Yu teria recebido um “chamado divino” para estabelecer então a Dinastia Xia. No entanto, foi nesse reinado que ocorreu o aperfeiçoamento da escrita, desenvolvimento da agricultura, do comércio, e da medicina. Ainda, existe uma lenda de que o imperador Huang-Ti (2698 a.C - 2598 a.C), denominado

“o imperador amarelo”, que realizou um trabalho de coleta e sistematização de conhecimento médico, resultando no tratado médico *Nei King (Nei Tsing)*, tido como o mais antigo livro médico existente e que seria a base da Medicina Tradicional Chinesa.<sup>5</sup>

Subsequente a Dinastia Xia, ascendeu a Dinastia Shang (1500 -1050 a.C), e nessa época que desenvolveram o uso de peças de bronze, a prática da acupuntura com utilização de agulhas feitas de bronze e a moxabustão.<sup>5</sup>

A era da Dinastia Zhou (1030 a.C até 221 a.C), foi um marco da história da medicina chinesa, pois nesse período que viveram Confúcio (551-479 a.C) e Lao-Tsé (604-517 a.C), sendo responsáveis pelos ensinamentos taoistas práticos e filosóficos que ajudaram a moldar a MTC.<sup>5</sup>

A sucessora da Dinastia Zhou, foi a Dinastia Qin (221 – 207 a.C), foi a época onde o príncipe Qin Shi Huangdi se consagrou imperador, e esse fato foi alcançado não apenas com a força, mas também através da standardização dos sistemas pelo país, como o idioma, escrita, pesos e medidas. Além de que, foi nesse período que a China se transformou em uma nação multicultural e étnica sob a ideia de uma mesma identidade, estabelecendo um sistema imperial que foi mantido posteriormente.<sup>6</sup>

A Dinastia Han (202 a.C – 220 d.C), veio após o curto período da dinastia Qin, com a morte do último imperador Huangdi, o plebeu Liu Bang aproveitou a situação de instabilidade e tomou o poder, criando a dinastia Han, que foi marcada por ser uma época repleta de guerras e conflitos. De início, a única preocupação de Liu Bang era de conter invasões de tribos nômades, porém, posteriormente passou a expandir o império em direção à Manchúria, Coréia, Mongólia, a Indochina e ao Vietnã. Nesse fervor de expansão territorial, acabou levando consigo muitas práticas culturais, incluindo as médicas, enriquecendo ainda mais a medicina chinesa no que diz respeito ao conhecimento de novas ervas e substâncias medicinais.<sup>6</sup>

A Dinastia Jin (265 - 420 d.C), deu-se pelo aprofundamento da acupuntura e moxabustão, onde um médico chinês chamado Huang Fu Mi, escreveu o livro clássico denominado “*Clássico da Acupuntura e Moxabustão*”, que foi a primeira compilação

a tratar unicamente sobre esses temas, organizando toda a literatura guardada nesse tempo. Por sua vez, Huang Fu Mi epilogou todo o conhecimento de acupuntura e moxabustão organizado em 12 volumes, 128 capítulos e descreveu 349 pontos de acupuntura, dentre os temas abordados no livro estão, os fundamentos e princípios da acupuntura, as propriedades e indicações de cada ponto, pontos de acupuntura perigosos e proibidos e métodos de manipulação de agulhas. O livro de Huang Fu Mi foi o marco clássico da medicina chinesa e exerceu influência grande durante mais de mil anos.<sup>6</sup>

A Dinastia Sui (581 - 618 d.C), é marcada por ter sido governada por um imperador déspota e cruel, porém, essa dinastia foi de grande importância para a reunificação da China, devido a uma obra de grande importância que ligaria as bacias do Rio Amarelo e Azul. Essa ligação repercutiu e moldou uma sociedade mais economicamente estável e aparentemente pacífica. No entanto, devido aos atos altamente tiranos do imperador Yang, a população revoltou-se e ocasionou o declínio da dinastia Sui.<sup>6</sup>

A Dinastia Tang (618 - 906 d.C), foi reconhecida por ter sido um dos períodos mais prósperos e brilhantes dentre as dinastias da China. O imperador Taizong devido a sua simpatia e empatia era reverenciado pelos chineses, pois uma das suas maiores características era a valorização do povo chinês, que manteve impostos baixos, evitar gastos desnecessários com luxo dos governantes, implantou reformas agrárias e concursos públicos. Nessa dinastia que ocorreu o apogeu da medicina chinesa, em decorrência de um progresso econômico favorável e desenvolvimento de transporte interno e externo, resultando na crescente importação de substâncias medicinais e manipulação de remédios. Outro grande feito da Dinastia Tang foi na criação da primeira Academia de Medicina da China, que possuía um departamento especial para acupuntura e moxabustão.<sup>6</sup>

A Dinastia Song (960 - 1279 d.C), é marcada por desenvolvimentos tecnológicos de produções agrícolas e de novas relevantes invenções como equipamentos móveis de impressão, o compasso e a porcelana, além de ser um “período de ouro” também na literatura, na música e na arte chinesa. Um novo aumento do desenvolvimento médico aconteceu nessa dinastia, com diversas compilações de antigos

ensinamentos que foram realizados e novos livros foram escritos. Um ponto interessante foi da utilização de estatuas de bronze para marcar os pontos de acupuntura, para facilitar o aprendizado e também da criação de mapas e diagramas com o trajeto dos meridianos.<sup>6</sup>

A Dinastia Ming (1368-1644 d.C), foi caracterizado por um período de reconciliar toda a tradição chinesa. Os Ming reconstruíram a economia agrícola, criaram inúmeros reservatórios de água, repovoaram zonas demográficas de baixa densidade além de promover organização social e divisão de trabalho. Nessa época, viveu um grande médico chamado Le Che-Tchen que redigiu um livro denominado “*per tsao kang mau*”, que é uma enciclopédia de farmacologia, onde consultou mais de 300 documentos para compor suas pesquisas e esse documento demorou 27 anos para que fosse finalizado.<sup>6</sup>

A Dinastia Qing (1644-1912 d.C), sendo considerada a última dinastia da China, e a Era Qing foi marcada pela abertura da China para a influência ocidental. A população do império expandiu-se rapidamente e migrou extensivamente, a economia cresceu e as artes e a cultura floresceram, mas o desenvolvimento dos militares gradualmente enfraqueceu o controle do governo central sobre o país, além da prata chinesa que foi desvalorizada, deixando a China sem recursos, dependente econômica e politicamente dos estrangeiros. É importante salientar que a acupuntura sempre passou eras de grande valorização e outros períodos de pouca valorização, entretanto, durante a Dinastia Qing, época de grande crise econômica e crescente aproximação com o ocidente, fez com o que a acupuntura e toda MTC sofresse uma profunda estagnação.<sup>5,6</sup>

Em 1945, devido a grandes conflitos mundiais, principalmente após o término da Segunda Guerra Mundial, houve um movimento político chinês para a tomada de poder entre Guomindang e o Partido Comunista Chinês (PCC) com o líder Mao Tsé Tung, que organiza diversos grupos revolucionários pela china e da-se início a várias operações militares bem-sucedidas. Depois de subsequentes guerras civis, foi 1949 que se institui a República Popular da China (RPC). Em 1955, que a acupuntura, a moxabustão e fitoterapia foram oficialmente reconhecidas, e o estudo da MTC pelas universidades teria sido implantada juntamente com as técnicas trazidas pelo

ocidente, além de que, nesse mesmo ano foram criadas academias de MTC e o Centro de Pesquisa em Acupuntura e Moxabustão em Pequim.<sup>5,6</sup>

#### **4.1 A Medicina Tradicional Chinesa incorporada nas PICS**

A MTC foi implantada nas PICS, devido a diversas recomendações da OMS (Organização Mundial da Saúde) em fomentar a integralização das Medicinas Tradicionais Complementares e Integrativas (MTCI), aos sistemas nacionais de saúde dos Estados Membros, juntamente com o objetivo de propor uma estratégia mundial de regulamentação e promoção dessas práticas. As PICS, foram denominadas dessa forma pela OMS, no entanto, em território nacional, essas práticas foram institucionalizadas no SUS por meio da PNPIC, que foi a política pioneira em trazer as PICS aos sistemas universais de saúde no Brasil, além de ter trazido avanços para a saúde no país, por meio da normatização e institucionalização das experiências com essas práticas na rede pública, onde proporcionou o aumento significativo de ações, programas e políticas nos estados e municípios brasileiros após sua aprovação.<sup>7</sup>

#### **4.2 Resolução CFN Nº 879, permite atuação do nutricionista nas PICS**

O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), regulamentou o exercício das PICS e de outras providências, onde, no uso das atribuições conferidas pela Lei nº 6.583, de 20 de outubro de 1978, regulamentada pelo Decreto nº 84.444, de 30 de janeiro de 1980, e no Regimento Interno do CFN aprovado pela Resolução CFN nº 621, de 18 de fevereiro de 2019, ouvidos os Conselhos Regionais de Nutricionistas (CRN), e em conformidade com a deliberação adotada na 404ª Reunião Plenária Ordinária do CFN, realizada por videoconferência no dia 11 de janeiro de 2021.<sup>8</sup>

Conforme a preconização da Resolução do CFN, houve a regulamentação do exercício das PICS pelo nutricionista, onde, das PICS que foram autorizadas são: apiterapia, exceto apitoxina, aromaterapia, arteterapia, ayurveda, biodança, bioenergética, cromoterapia, dança circular, homeopatia, imposição de mãos/reiki,

medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, **medicina tradicional chinesa: dietoterapia/fitoterapia, auriculoterapia** e práticas corporais, meditação, musicoterapia, reflexoterapia, shantala, terapia comunitária integrativa, terapia de florais, e yoga. No entanto, as PICS foram organizadas conforme as seguintes categorias:<sup>8</sup>

Categoria 1: práticas que lidam com a alimentação e com o uso de plantas medicinais a partir de diferentes racionalidades em saúde.

- ✓ Ayuverda;
- ✓ Medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde;
- ✓ **Medicina Tradicional Chinesa, exceto acupuntura, ventosa e moxabustão;**

Categoria 2: práticas que incluem prescrições individualizadas.

- ✓ Apiterapia, exceto apitoxina;
- ✓ Aromaterapia;
- ✓ Homeopatia;
- ✓ Terapia de florais;

Categoria 3: práticas individuais e coletivas que podem ser utilizadas como ferramentas terapêuticas integrativas auxiliares, pois podem estimular mudanças no estilo de vida, promover a saúde e integrar o processo de educação alimentar e nutricional, de forma a compor uma abordagem multidimensional do exercício profissional.

- ✓ Arteterapia.
- ✓ Biodança;
- ✓ Bioenergética;
- ✓ Cromoterapia;
- ✓ Dança circular;
- ✓ Imposição de mãos/reiki
- ✓ Meditação
- ✓ Musicoterapia
- ✓ Reflexoterapia
- ✓ Shantala
- ✓ Terapia Comunitária Integrativa

✓ Yoga

### 4.3 Aplicação da auriculoterapia no atendimento nutricional

A auriculoterapia é uma prática com ações terapêuticas que promove a regulação psíquico-orgânica do indivíduo por meio de estímulos nos pontos energéticos localizados na orelha, que na visão da MTC, o corpo humano apresenta vários microssistemas que tem o potencial de representar o corpo como um todo, por sua vez, podem ser utilizadas agulhas, sementes, cristais, imã, além de laserterapia e eletroterapia.<sup>9</sup>

Vale salientar que quando estimulamos os pontos corretos do pavilhão auricular, nosso corpo libera estímulos que ajudam a retornar o estado de equilíbrio (na MTC denominados de Tao). Pontos auriculares são áreas específicas da superfície auricular que refletem fielmente a atividade funcional de todo o organismo. Todas as regiões e órgãos do corpo humano estão representados na orelha, que por sua vez, a maioria desses pontos se torna reativa quando há um processo patológico em sua zona correspondente no corpo.<sup>9</sup>

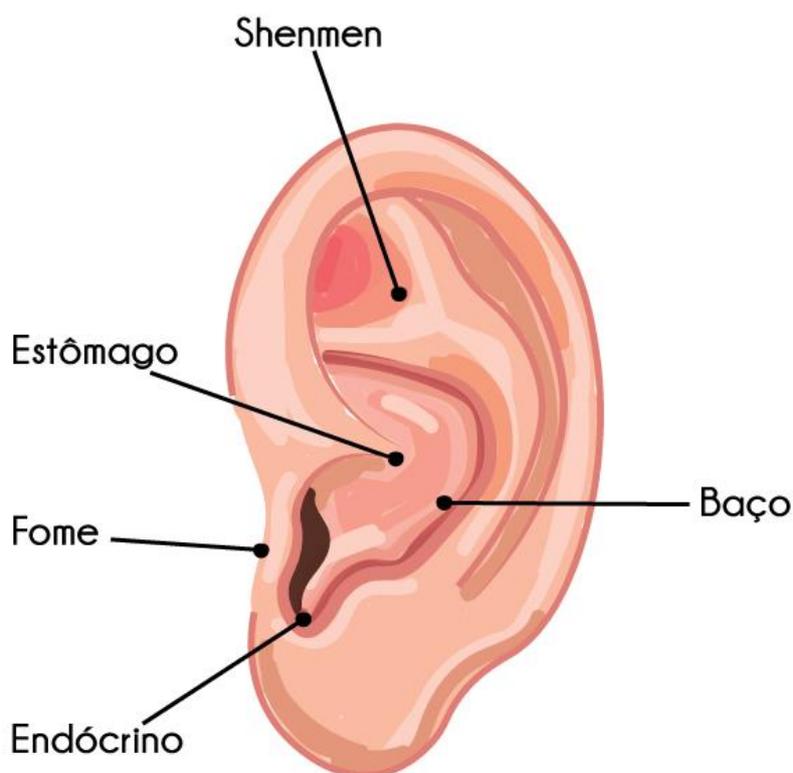
Em caso de alguma doença, as reações se manifestam no ponto ou área específica da região comprometida, através de mudanças morfológicas, da coloração da pele, dor à palpação, presença de edemas ou nodulações, mudanças na resistência elétrica ou presença de pequenos vasinhos. Todas estas reações podem aparecer antes mesmo que a enfermidade se manifeste e também desaparecer depois de uma longa melhora no tratamento da doença.<sup>9</sup>

Os fatores como estresse, ansiedade, cansaço, insônia e irritabilidade estão presentes na rotina das pessoas, tudo isso influencia diretamente nos hábitos alimentares e, portanto, uma má alimentação pode agravar diretamente o estado nutricional do indivíduo. Com isso, é possível aliar um tratamento nutricional com a auriculoterapia para ampliar a eficácia dos resultados, que paralelamente, irá promover o reequilíbrio energético, favorecer na redução do estresse e da ansiedade e conseqüentemente, diminuição da fome, favorecendo as mudanças no comportamento alimentar.<sup>10</sup>

Estudos feitos por Yeo et al, 2014 constatou que a auriculoterapia nos pontos Shenmen, baço, estômago, fome (esse ponto foi utilizado tanto para reduzir a fome quanto na diminuição do peso corporal), e glândulas endócrinas, sendo que, todos esses pontos utilizados, obtiveram resultados animadores na redução de peso concomitante com a mudança do estilo de vida e hábitos alimentares.<sup>11</sup>

Todavia, no ponto de vista da reflexologia, os pontos auriculares que foram utilizados na pesquisa, são pontos que consideram a escolha de órgãos que favoreçam a função digestiva. No entanto, pela abordagem da MTC, esses pontos equilibram o fluxo do QI, causam efeitos de acalmar a mente (Shenmen), promovem estímulo no nervo vago, elevando os níveis de serotonina, aumentando o tônus muscular do estômago e reduzindo a ansiedade relacionada aos quadros de obesidade.<sup>11</sup>

**Figura 2 – Os 5 principais pontos localizados na orelha**



Fonte: Elaborado pelos autores

## **5. Considerações finais**

Este trabalho científico trouxe como objetivo elucidar e contextualizar sobre a importância das PICS no SUS, e como a resolução do CFN regulamenta a atuação do nutricionista no exercício dessas ferramentas integrativas auxiliares. Na prática, a resolução amplia as abordagens de cuidado e as possibilidades terapêuticas em pacientes em tratamento nutricional, a fim de estimular mudanças no estilo de vida e adotar hábitos alimentares mais saudáveis.

Dessa forma, a adoção das PICS pelo nutricionista abre novos horizontes na sua atuação profissional, onde, sabendo que os alimentos que os indivíduos consomem são seus principais objetos de estudos, somando isso com as práticas integrativas, podem favorecer a relação saudável entre eles e, portanto, compor uma abordagem dicotômica de educação alimentar e nutricional juntamente com as PICS.

## REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. [livro online]. Manual de implantação de serviços de Práticas Integrativas e complementares no SUS. Brasil: 2018. [acesso em 2 set 2021]. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual\\_implantacao\\_servicos\\_pics.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf)
2. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde [livro online]. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasil: 2015. [acesso em 3 set 2021]. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf)
3. Conselho Federal de Nutricionistas [internet]. CFN publica três novas resoluções sobre PICS [acesso em 2 set 2021]. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/cfn-publica-tres-novas-resolucoes-sobre-pics/>
4. Brasil. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. Departamento de Apoio e Educação Permanente [livro online]. Acupuntura - Medicina Tradicional Chinesa. Brasil: 2019. [acesso em 17 set 2021]. Disponível em: <http://www.crfsp.org.br/images/cartilhas/acupuntura.pdf>
5. Fróio RL. A expansão da Medicina Tradicional Chinesa: uma análise da vertente cultural das Relações Internacionais [dissertação]. Brasília: Universidade de Brasília –UNB; 2006.
6. Medicina Chinesa [internet]. História da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) [acesso em 18 set 2021]. Disponível em: <http://www.medicinachinesapt.com/historia.html>
7. Ministério da Saúde. Secretária-Executiva. Secretária de Atenção à Saúde. [livro online]. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Brasília:

2018. [acesso em 21 set 2021]. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/glossario\\_pics.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/glossario_pics.pdf)
8. Conselho Federal de Nutricionistas [internet]. Resolução CFN Nº 679, de 19 de janeiro de 2021 [acesso em 22 set 2021]. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res\\_679\\_2021.html](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_679_2021.html)
  9. Ministério da Saúde [internet]. Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem [acesso em 23 set 2021]. Disponível em: <https://antigo.saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>
  10. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção Primária à Saúde. [livro online]. Informe de evidência clínica em práticas integrativas e complementares em saúde. Brasília: 2020 [acesso em 23 set 2021]. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe\\_evidencia\\_empics\\_obesidade\\_DM\\_n1\\_2020..pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_obesidade_DM_n1_2020..pdf)
  11. Lim S, Kim KS, Yeo S. (2014). Randomised clinical trial of five ear acupuncture points for the treatment of overweight people [publicação online]; 2014 [acesso em 23 set 2021], Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30180304/>