



UTILIZAÇÃO DA AROMATERAPIA NO PROCESSO PARTURITIVO

RESUMO

Introdução: A aromaterapia pode ser caracterizada como um tipo de tratamento não farmacológico que inclui a utilização de óleos essenciais. Óleos Essências a fim de promover ou melhorar a saúde, o bem-estar e a higiene. A utilização de Óleos Essências tem sido utilizada no período gravídico puerperal para alguns efeitos associado a redução da dor e ansiedade deste período. **Objetivo(s):** Descrever os benefícios da aromaterapia para a promoção do conforto materno durante o parto. E como objetivo específico: Citar quais óleos essenciais foram utilizados durante o trabalho de parto. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa e exploratória. A pesquisa tem o período de operacionalização entre os meses de março a maio de 2022, e as buscas de dados ocorreram através das bases SCIELO, LILACS, PubMed/MEDLINE e NCBI. A pesquisa possui como benefícios despertar interesse nos profissionais e gestores quanto à utilização de técnicas de baixo custo na promoção do bem estar materno. **Resultados:** Durante a busca, foram encontrados 1247 estudos após realizar o cruzamento entre os descritores. Após a seleção do quantitativo de artigos para a amostra final e leitura na íntegra dos mesmos. Constatou-se que os artigos incluídos nesta pesquisa discorrem sobre benefícios da aromaterapia a qual, tratam do alívio da dor durante o trabalho de parto, aumenta pensamentos positivos, anula medos e ansiedades que possam surgir e ajuda a aliviar náuseas e vômitos. **Conclusão:** Diante os resultados apresentados na pesquisa mostrou que entre os óleos essenciais o mais utilizado na aromaterapia é o óleo de lavanda. Constatou-se que o uso da aromaterapia durante o trabalho de parto, tem como estratégia de enfrentamento reduzir dor, ansiedade, náusea e vômito. Durante a pesquisa percebeu-se que a necessidade de investimentos em projetos educativos e edificar no contexto da graduação e da pós-graduação.

Palavras-chave: Plantas Medicinais; Óleo Essencial; Trabalho de Parto; Dor; Analgésicos.

1. INTRODUÇÃO

A aromaterapia pode ser caracterizada como um tipo de tratamento não farmacológico que inclui a utilização de óleos essenciais (OE) a fim de promover ou melhorar a saúde, o bem-estar e a higiene. Os OE's podem ser encontrados em ervas, flores ou outras plantas, por exemplo, e seus compostos podem ser administrados de forma tópica, por inalação ou imersão (RIERA *et al.*, 2019).

Segundo Brasil (2018), aromaterapia faz parte das práticas integrativas e complementares (PIC) no Sistema Único Saúde (SUS), regulamentada pela Portaria nº 702, de

21 de março de 2018. Este método pode ser praticado por multiprofissionais que são utilizadas em distintas categorias da área para auxiliar de forma complementar a estabelecer o reequilíbrio físico e/ou emocional do indivíduo, com ênfase na atenção primária à saúde, proporcionando o cuidado continuado, humanizado e integral.

É observado que aromaterapia consiste na recuperação e harmonização ao equilíbrio do organismo, na qual, esteve estabelecido que esses óleos essenciais servem para prevenir doenças e recuperar a saúde, promovendo a integração do ser humano com o meio ambiente (SILVA *et al.*, 2019).

A dor do parto para muitas mulheres pode ser uma sensação intensa, que provoca o aumento da pressão arterial materna, aumento da frequência cardíaca fetal, contrações uterinas irregulares (SRIASIH *et al.*, 2019). Além disso, contribui para redução de cesarianas eletivas associadas à ansiedade materna (SRIASIH *et al.*, 2019).

Ressalta-se que a dor durante o trabalho de parto surge como resultado de contrações uterinas que causam dilatação e apagamento do colo uterino, diminuição da cabeça fetal e isquemia uterina, sendo que o uso da aromaterapia pode prevenir ou inibir os impulsos de dores derivados do colo do útero e do corpo uterino (SRIASIH *et al.*, 2019). A utilização de OE's tem contribuído também para a redução de náuseas e vômitos em gestantes (SAFAJOU *et al.*, 2020).

Diante do exposto, definiu-se a seguinte pergunta norteadora: O que a literatura tem discutido acerca da utilização da aromaterapia no período parturitivo? A presente pesquisa tem como objetivo geral descrever os benefícios da aromaterapia para a promoção do conforto materno durante o parto. E como objetivo específico: Citar quais óleos essenciais tem sido utilizado durante o trabalho de parto.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa e exploratória, a qual permite a construção de uma análise geral a respeito do uso da aromaterapia em parturitivo, realizada de maneira ordenada e sistemática, através da qual objetiva-se colaborar para o conhecimento, identificando uma possível lacuna para o entendimento (CLEMENTINO *et al.*, 2021).

A pesquisa tem o período de operacionalização entre os meses de março a maio de 2022, e as buscas de dados ocorreram através das bases *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Literatura Latino-Americana, Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), *National Library of medicine* (PubMed/MEDLINE) e *National Center for Biotechnology Information*

(NCBI). Para a coleta de dados foram usados os *Descritores em Ciências da Saúde* (DeCS): aromaterapia (aromatherapy), óleo essencial (essential oil) e trabalho de parto (workofchildbirth), associado ao operador booleano AND.

Foram definidos como critérios de inclusão: artigos gratuitos disponíveis na íntegra, publicados nos idiomas português, espanhol e inglês entre os anos de 2017 a março de 2022. Como critério de exclusão artigos que abordem aromaterapia em qualquer outra população que não seja gestante e parto, teses, dissertações e manuais.

A presente revisão integrativa assegura os aspectos éticos, garantindo a autoria dos artigos pesquisados, utilizando para citações e referências dos autores as normas da associação brasileira de normas técnicas (ABNT). Não foi necessário submeter ao Comitê de Ética e Pesquisa, visto que se trata de uma pesquisa que busca dados de domínio público.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a pesquisa, foram encontrados 1247 estudos após realizar o cruzamento entre os descritores. A exclusão por títulos, resumos e por ano foi realizada conforme quadro 01, restando apenas 08 estudos elegíveis para essa revisão, destes 7 artigos foram publicados no idioma inglês e 1 em português. Em relação ao local de origem da publicação foram obtidos artigos provenientes do Irã, Indonésia e Brasil. A seleção sistemática da pesquisa é exposta no quadro 01.

Quadro 01: Seleção de estudos por meio dos DeCs nas bases.

Combinações X Bases de dados	LILACS	SCIELO	NCBI	PubMed/ MEDLINE	Total
Aromaterapia AND Trabalho de parto AND Óleo essencial	2	0	0	0	2
Aromatherapy AND Labor AND Essential Oil	2	0	1.181	62	1.245
Número total de artigos	4	0	1.181	62	1.247
Artigos excluídos por anos	2	0	705	32	739
Excluídos por título	1	0	253	25	279
Excluídos pelo resumo	0	0	219	2	221
Total selecionado	1	0	4	3	8

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Após a seleção do quantitativo de artigos para a amostra final e leitura na íntegra dos mesmos. Constatou-se que os artigos incluídos nesta pesquisa discorrem sobre benefícios da aromaterapia a qual, tratam do alívio da dor durante o trabalho de parto, aumenta pensamentos positivos, anula medos e ansiedades que possam surgir e ajuda a aliviar náuseas e vômitos.

Evidenciou-se que, uso de várias terapias complementares vêm se disseminando para integrar uma assistência humanizada no processo parturitivo. As técnicas de relaxamento visam produzir a resposta natural de relaxamento do corpo, caracterizada por respiração mais lenta, pressão arterial mais baixa e uma sensação de maior bem-estar (SMITH *et al.*, 2018).

A aromaterapia pode ser uma alternativa aos medicamentos sintéticos usados durante o trabalho de parto para reduzir a dor e a ansiedade. Como tal, pode promover o parto normal e atuar como um passo eficaz na redução da taxa de cesariana (HAMDAMIAN *et al.*, 2018).

Dentro os OE's, a lavanda tem sido utilizada como erva medicinal eficaz na redução da ansiedade e dor nas gestantes durante o trabalho de parto, e existe uma associação relevante entre a redução de ansiedade e o nível de cortisol. Sendo esse o hormônio do estresse mais importante, a lavanda mostrou-se capaz de reduzir seu nível sérico e conseqüentemente houve redução da ansiedade e aumento da capacidade de adoção de várias tecnologias e procedimentos durante o trabalho de parto com o objetivo de torná-lo, mas seguro para a mulher e seu filho ou filha (KAZEMINA *et al.*, 2020).

Tal fato corrobora com estudo realizado ao afirmar sobre os benefícios da lavanda, o que auxilia na concentração e tranquilidade (PAVIANI, 2019). Porém, ressalta-se que este OE quando utilizado com percentuais acima de 15% dos metabólitos de linalol e acetato de linalila, são contraindicados no trabalho de parto e o seu uso deve ser feito com cautela na gestação e durante o parto. Contudo Safajou (2020), relata que, a aromaterapia de inalação combinada da lavanda e hortelã-pimenta, pode reduzir as náuseas e vômitos na gestação, e os efeitos demonstraram que a intensidade desses agravos minimiza ao longo de 3 dias após a intervenção.

Outro óleo citado foi o de Frangipani, que pode auxiliar a relaxar da exaustão mental, cansaço físico e comportamento agressivo, possibilitando um trabalho de parto mais tranquilo e evitando seu prolongamento. No entanto, Frangipani ainda é muito raramente usado como terapia alternativa para diminuir a dor do parto porque não foi popularizada na prática da obstetrícia (SRIASIH *et al.*, 2019).

Ghiasi (2019) aponta que, durante o trabalho de parto a ansiedade ativa o sistema nervoso simpático e amplia a secreção hormonal, como adrenalina, noradrenalina e cortisol, o qual pode levar à diminuição das contrações uterinas efetivas, prolongamento do primeiro e

segundo estágios do trabalho de parto, aumento de intervenções invasivas e até aumento da probabilidade de cesariana.

Segundo Scandurra (2022), a aromaterapia com óleo de Neroli impacta consideravelmente e decisivamente a experiência de dor e ansiedade observadas pelas mulheres durante o trabalho de parto, simbolizando mais uma confirmação da eficácia dos métodos não farmacológicos em tornar o parto uma experiência menos estressante.

Hamdamian (2018) demonstrou em seu estudo que rosa damascena é utilizada na aromaterapia e produzida a partir da destilação das pétalas da erva, a qual pode ser eficaz na redução da ansiedade sem efeitos colaterais para as mães e os bebês. A essência também tem efeitos antiespasmódicos, analgésicos e anti-inflamatórios que levam à redução da dor. Tem um efeito antidepressivo e, portanto, demonstrou ser eficaz nos sintomas pré-menstruais, bem como na depressão pós-parto.

4. CONCLUSÃO

Constatou-se que o uso da aromaterapia durante o trabalho de parto, pode reduzir a dor, estimular a liberação de endorfinas ou ajudando a diminuir o agravamento do sofrimento. Diante os resultados apresentado na pesquisa mostrou que entre os óleos essenciais como: neroli, rosa damascena, Frangipani, lavanda e hortelã-pimenta o mais utilizado na aromaterapia é o óleo de lavanda.

Enfatiza-se que, os profissionais da saúde, devem possuir uma postura humanizada, proporcionando escuta livre de preconceitos, provocando um sentimento de segurança e conforto para a gestante, resultando em um momento saudável e tranquilo. A utilização dos óleos essenciais não é agressiva e com efeito adverso mínimo ou nulo para o binômio de mãe e filho, também apresenta baixo custo e a simplicidade na aplicação.

Durante a pesquisa percebeu-se que a necessidade de investimentos em projetos educativos e edificar no contexto da graduação e da pós-graduação, no que diz respeito ao conhecimento do profissional e incentivo a terapias de baixo custo. Verificou-se no estudo realizado que demonstrou limitações quanto à população definida e artigos publicados nos últimos 5 anos.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Saúde Brasil 2018- uma análise de situação de saúde e das doenças e agravos crônicos: desafios e perspectivas. **Rev. Ministério da Saúde**. Brasília, P. 424, 2019. ISBN 978-85-334-2701-3.
- CLEMENTINO, C. V., *et al.* Assistência de enfermagem a gestantes usuárias de crack e cocaína: revisão integrativa. **Rev. enferm UERJ**. Rio de Janeiro, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2021.56246>.
- GHIASI, A., *et al.* A Systematic Review on the Anxiolytic Effect of Aromatherapy during the First Stage of Labor. **Rev. J Caring Sci**. V. 8, nº1, p. 51-60, 2019. doi: 10.15171/jcs.2019.008. PMID: 30915314; PMCID: PMC6428160.
- HAMDAMIAN, S., *et al.* Effects of aromatherapy with Rosa damascena on nulliparous women's pain and anxiety of labor during first stage of labor. **Rev. J Integr Med**. V. 16, nº 2, p. 120-125, 2018. Doi: 10.1016/j.joim.2018.02.005. Epub 2018 Feb 9. PMID: 29526235.
- KAZEMINIA, M., *et al.* O efeito da lavanda (*Lavandula stoechas* L.) na redução da dor do parto: uma revisão sistemática e meta-análise. **Rev. Complemento baseado em Evid Alternat Med**. 2020; doi:10.1155/2020/4384350.
- PAVIANI, B. A., *et al.* O uso de óleos essenciais no trabalho de parto e parto: revisão de escopo. **REME – Rev. Min Enferm**. V. 23, 2019. Disponível em: DOI: 10.5935/1415-2762.20190110.
- RIERA, R. *et al.* O que as revisões sistemáticas Cochrane dizem sobre o uso das 10 novas práticas de medicina integrativa incorporadas ao Sistema Único de Saúde. **Rev. Diagn Tratamento**. 2019.
- SAFAJOU, F. *et al.* The Effect of Combined Inhalation Aromatherapy with Lemon and Peppermint on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blind, Randomized Clinical Trial. **Rev. Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research**. V. 25, nº 5, p. 401-406, 2020, doi:10.4103/ijnmr.IJNMR_11_19.
- SCANDURRA, C., *et al.* The Effectiveness of Neroli Essential Oil in Relieving Anxiety and Perceived Pain in Women during Labor: A Randomized Controlled Trial. **Rev. Healthcare (Basel)**. V. 10, nº 2, p. 366, Feb 14 2022. doi:10.3390/healthcare10020366.
- SILVA, M. A., *et al.* Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto. **Rev. Enferm UFPE online**. Recife, 2019.
- SMITH, C. A., *et al.* Relaxation techniques for pain management in labour. **Rev. Cochrane Database of Systematic Reviews**. V. 3, nº 3, 2018. DOI: 10.1002/14651858. CD009514.pub2.
- SRIASIH, N. I. G. K., *et al.* “The Effect of Massage Therapy Using Frangipani Aromatherapy Oil to Reduce the Childbirth Pain Intensity.” **Rev. International Journal of Therapeutic Massage and Body Work**. V. 12, nº 2, p. 18-24, 2019.
- TABATABAEICHEHR, M., *et al.* The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review. **Rev. Ethiop J Health Sci**. V. 30, nº 3, pág. 449-458, 2020. Doi: 10.4314/ejhs. V 30i3.16. PMID: 32874088; PMCID: PMC7445940.