

O EFEITO DA AROMATERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DOS PACIENTES ADULTO– UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE EFFECT OF AROMATHERAPY ON THE QUALITY OF LIFE OF PATIENTS ADULT – AN INTEGRATIVE REVIEW

Jackselaine Esmeraldo Braga¹

Glauco César da Conceição Canella²

RESUMO

Introdução: As práticas integrativas no SUS foram iniciadas a partir dos atendimentos das diretrizes e recordação de várias conferências nacional de saúde nos anos de 2003. A Fisioterapia atua sobre as PICs através da regulamentação do COFFITO nº 380/2010 e nº491/201, e seu crescimento colabora para diminuição de custos operacionais e equipamentos. Aromaterapia é uma prática da ciência que utiliza óleos essenciais puros para tratar e melhorar problemas físicos e psicológicos. Aplicação da aromaterapia os óleos são usados para tratamento para prevenção. **Objetivo;** Diante disto, o objetivo do estudo é realizar uma revisão integrativa visando compreender e analisar o uso da aromaterapia na qualidade de vida dos pacientes adultos. **Metodologia;** O estudo foi realizado para responder questões para ser utilizada em uma revisão integrativa questão norteadora: "Quais os efeitos da aromaterapia em um paciente adulto?" Foram realizadas na plataforma nos seguintes bancos de dados (BVS),(PUBMED), (LILACS) e (SCIELO). **Resultado;** foram descrita 7 artigos em resultados e conclusão. **Discussão;** descreve que aromaterapia é a ciência que estuda a aplicação é de maneira terapêutica, de forma que se utilizam as propriedades desses óleos para, principalmente, buscar estabelecer o equilíbrio do organismo, promovendo o bem estar e promoção de saúde tanto física quanto mental. **Conclusão:** Concluiu-se que as práticas integrativas são técnicas antigas que trazem uma boa eficácia no tratamento de patologias tanto no psicossocial e patologias motoras. As práticas no Brasil estão presentes em várias capitais das PICs.

Palavras chave: Fisioterapia: Técnicas aromaterapia: Ansiedade: Emocional:

ABSTRACT

Introduction: The integrative practices in SUS started from the attendance of the guidelines and recall of several national health conferences in 2003. Physiotherapy acts on PICs through the regulation of COFFITO nº 380/2010 and nº 491/201, and its growth helps to reduce operating costs and equipment. Aromatherapy is a practice of science that uses pure essential oils to treat and improve physical and psychological problems. Application of aromatherapy oils are used for treatment for prevention. **Goal;** Given this, the aim of the study is to carry out an integrative review aiming to understand and analyze the use of aromatherapy in the quality of life of adult patients. **Methodology;** The study was conducted to answer questions to be used in an integrative review guiding question: "What are the effects of aromatherapy on an adult patient?" They were carried out on the platform in the following databases (BVS), (PUBMED), (LILACS) and (SCIELO). **Result;** 7

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

articles were described in results and conclusion. **Discussion** describes that aromatherapy is the science that studies the application in a therapeutic way, so that the properties of these oils are used, mainly to seek to establish the body's balance, promoting well-being and promoting both physical and mental health. **Conclusion;** He concluded that integrative practices are old techniques that bring good effectiveness in the treatment of pathologies both in psychosocial and motor pathologies. The practices in Brazil are present in several capitals of the PICs.

Keywords: Physiotherapy: Aromatherapy Techniques: Anxiety: Emotional

INTRODUÇÃO

As práticas integrativas no SUS foram iniciadas a partir dos atendimentos das diretrizes e recordação de várias conferências nacional de saúde nos anos de 2003 e das recomendações da organização da saúde (OMS), seguindo as diretriz e conduta como estabelecer educação, estratégia de saúde familiar, programa comunitário de saúde, divulgações como vídeo, folhetos e cartazes. No sistema de saúde destacam no âmbito de chinesa tradicional. (BRASIL, 2015).

As Práticas Complementares estão presentes em algumas capitais brasileiras, sendo ofertada principalmente na porta de entrada do SUS, ou seja, na atenção básica os atendimentos das PICs totalizam um percentual de 78%, já na atenção de média e alta complexidade os atendimentos somam 18% e 4%, respectivamente, Segundo o resalta do Ministério da Saúde (MS). A Fisioterapia atua sobre as PICs através da regulamentação do COFFITO nº 380/2010 e nº491/201, e seu crescimento colabora para diminuição de custos operacionais e equipamentos, nesse sentido garante maior número de atendimentos evitando a aplicabilidade do modelo biomédico convencional (SMANIOTTO,FRACASSO,FERRETTI,NIEROTKA, 2019).

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), publicada em 2006, instituiu no SUS abordagens de cuidado integral à população por meio de outras práticas que envolvem recursos terapêuticos diversos. A política traz diretrizes gerais para a incorporação das práticas nos serviços e compete ao gestor municipal elaborar normas para inserção da PNPIC na rede municipal de saúde. Os recursos para as PICS integram o Piso da Atenção Básica (PAB) de cada município, podendo o gestor local aplicá-los de acordo com sua prioridade. Alguns tratamentos específicos, como acupuntura, recebem algum tipo de financiamento, que compõem o bloco de média e alta complexidade. Estados e municípios também podem instituir sua própria política, considerando suas necessidades locais, sua rede e processos de trabalho (BRASIL, 2015).

A diretriz para os profissionais COFFITO é a divulgação dos usos de possibilidades,

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

capacitação conforme modelo de inserção, uso de medida de segurança e tratamento convencional. Avaliar com equipe de saúde, deverão elaborar novas formas de atendimento, garantia no atendimento, desenvolver ações (BRASIL, 2015). O COFFITO publicou na resolução n.380, uso das práticas integrativas e complementares na Fisioterapia que uso das técnicas aplicadas como recursos das práticas tradicionais. O profissional da saúde das práticas na Atenção Básica se baseia nos regulamento da utilização da terapia e o autocuidado (SMANIOTTO,FRACASSO,FERRETTI,NIEROTKA, 2019).

Aromaterapia é uma prática da ciência que utiliza óleos essenciais puros para tratar e melhorar problemas físicos e psicológicos. Aplicação da aromaterapia os óleos são usados para tratamento para prevenção, cura e diminuição dos sintomas psicossocial, motora, problema de saúde e bem-estar do ser humano (PESSOA., *et. al.* 2021).

Esta técnica ajuda na promoção da saúde emocional, motor e psicossocial dos pacientes. Seu tratamento é eficaz quando óleo é indicado para cada aplicação da técnica e qualidade de óleo e uso correto de cada patologia (MACHADO, SILVA, 2019).

LIMA *et al.*,(2021) menciona que a aromaterapia é um método que usa óleos essenciais que possuem um alto teor de fragrâncias marcantes e versáteis, estes são coletados de plantas, caules, raízes, folhas, cascas e talos. É um dos recursos terapêuticos mais acessíveis utilizados e teve uma expansão na área da saúde. É uma técnica é definida como a arte e da ciência que destina à melhoria da saúde e do bem-estar do corpo humano, da mente e das emoções, através do uso medicinal do aroma natural das plantas por intermédio dos seus óleos essenciais, cujas moléculas podem ser facilmente absorvidas pelas vias aéreas por inalação, ou via cutânea por uso tópico na massagem.

Diante das evidências o objetivo do estudo é realizar uma revisão integrativa visando compreender e analisar o uso da aromaterapia na qualidade de vida dos pacientes adultos com óleos essenciais para diminuição dos sintomas psicossocial e físico.

1.0 METODOLOGIA;

O estudo foi realizado para responder questões para ser utilizado em uma revisão integrativa, em que consiste em seis fases, sendo elas: elaborar uma pergunta norteadora, busca na literatura, coleta de dados, análise da crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa. Utilizou-se como questão norteadora: "Quais os efeitos da aromaterapia em um paciente adulto?"

Foram realizadas na plataforma nos seguintes bancos de dados da Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), United States National Library of Medicine (PUBMED),

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

Literatura Latino-Americana em Ciência da Saúde (LILACS) e Scientific Eletronic Library Online (SCIELO). Sendo incluído artigo entre anos de 2013 a 2021 em idioma em português, com os seguintes descritores: ‘Fisioterapia’, ‘Aromaterapia’, ‘Medicina Integrativa’, ‘Terapias Complementares’.

Crítérios de inclusão foram baseados em estudos temáticos sobre o efeito da aromaterapia e o estudo que descreve os escores do efeito e aplicação da aromaterapia, os artigos para realização da pesquisa foram na base de dados BVS, SCIELO, LILACS e PUBMED, foram sós essa busca de dado pesquisado. Foram artigos em idiomas portugueses, no ano de 2013 a 2021, os artigos pesquisados foram artigo de revisão científica e revisão integrativa, além dos artigos originais. Critérios de exclusão se basearam em artigos que não descreveram sobre efeito da aromaterapia em adultos e efeito da técnica quando é aplicada e uso.

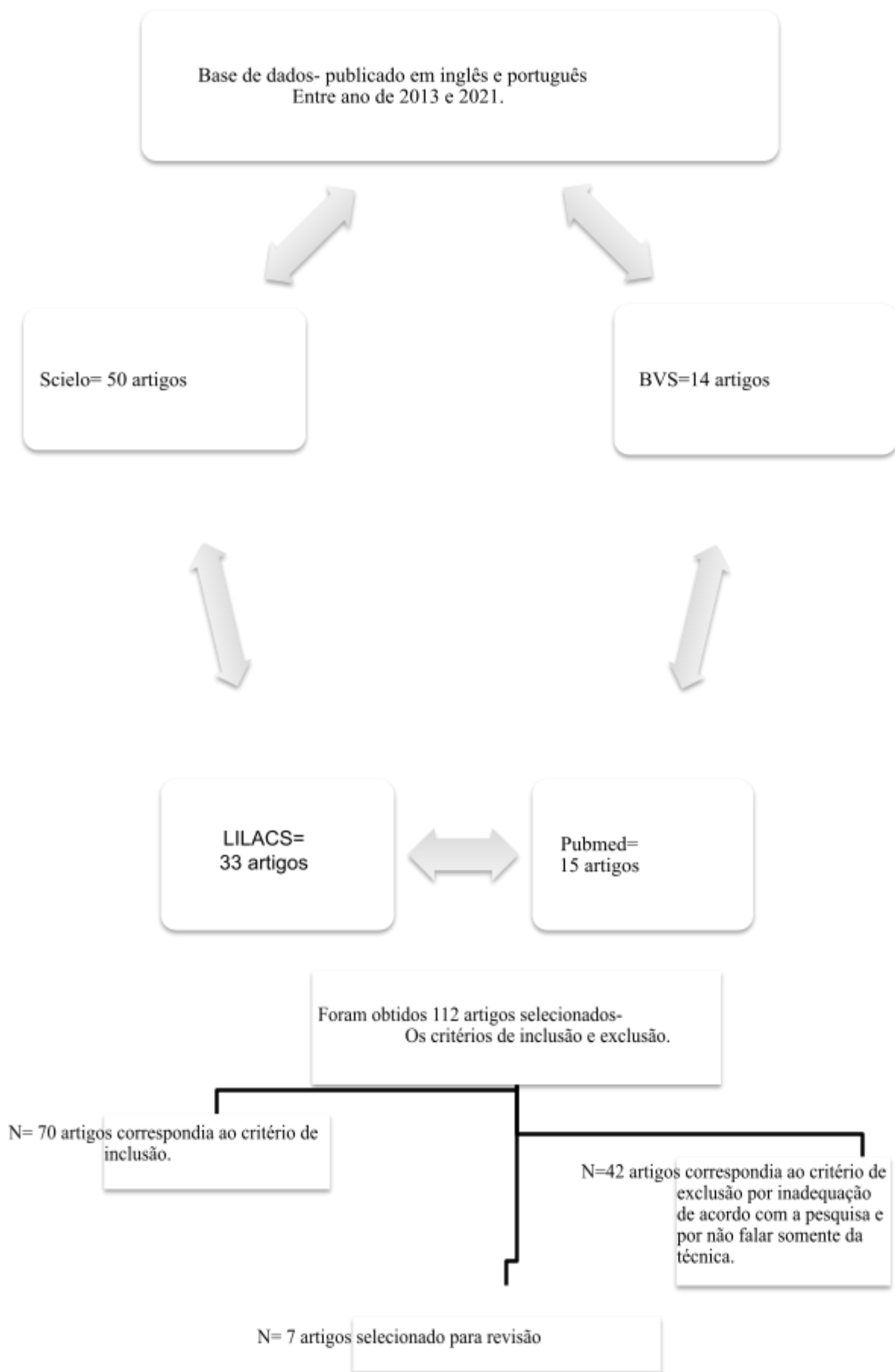
Quadro 1= Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados BVS, LILACS, SciELO e PUBMED.

BASE DE DADOS	DESCRITORES EM CIÊNCIA DA SAÚDE (DECs)	NÚMERO DE ARTIGOS ENCONTRADOS
BVS	Especialidade de fisioterapia	Os números artigos foram encontrados 8 artigos no DECs, foram excluídos descritores no idioma Inglês
LILACS	Modalidades de fisioterapia	
SCIELO	Serviço hospitalar de Fisioterapia	
PUBMED	Aromaterapia	
	Medicina integrativa	
	Centro nacional de Medicina	
	Terapia complementares	
	Práticas complementares integrativas	

FLUXOGRAMA:

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br



Fonte: Dados da pesquisa.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

RESULTADO

Os resultados da revisão foram organizados e agrupados na tabela abaixo, apresentando os autores dos artigos trabalhados, objetivo, metodologia, resultados e conclusão.

Artigo N°	AUTOR/ANO	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS	CONCLUSÃO
1	MONTIBELE, R. J. et al (2018)	O objetivo do artigo consistiu em verificar a efetividade do uso da aromaterapia com óleos essenciais de lavanda e gerânio associado à massagem para alívio do estresse de uma equipe de Enfermagem do centro cirúrgico por meio da avaliação de parâmetros fisiológicos e psicológicos.	Os estudos foram estudo com delineamento de ensaio clínico controlado e randomizado, desenvolvido em um centro cirúrgico de um hospital de ensino no interior de São Paulo.	Na análise estatística da frequência cardíaca demonstrou redução significativa na totalidade das sessões de aromaterapia, confirmando a efetividade da intervenção na diminuição do estresse dos profissionais da equipe de saúde.	A aromaterapia associada à massagem demonstrou efetividade na redução de parâmetros bi fisiológicos dos profissionais da equipe de enfermagem de centro cirúrgico, redução essa evidenciada pela diminuição estatisticamente significativa da frequência cardíaca e pressão arterial.
2	DOMINGOS, T. S;BRAGA, E.(2015)	Investigar a efetividade da massagem com aromaterapia utilizando óleos essenciais,para diminuição da ansiedade de pacientes com Transtornos de Personalidade durante a internação psiquiátrica.	O estudo foi uma pesquisa de campo e descritiva, exploratória, de abordagem qualitativa, utilizando como instrumento de coleta de dados entrevista.	Os pacientes atribuíram à aromaterapia a função de favorecer o bem-estar psicológico e físico durante o período de internação, auxiliando-os na adaptação ao ambiente e diminuindo.	Intervenção com aromaterapia na internação psiquiátrica em hospitais gerais trouxe melhorias em diversas esferas, como a diminuição dos sintomas ansiosos e no enfrentamento do transtorno mental.
3	PAGANINI, T.; SILVA, Y. S. (2014)	O objetivo do presente trabalho consiste em um levantamento bibliográfico da utilização dos óleos	Os estudos não foram realizados uma pesquisa de campo e sim para a construção do trabalho, a busca dos materiais científicos foi	Os óleos essenciais quando utilizados por um profissional que tem conhecimento e aplicados com métodos e dosagem correta permitem o	A aromaterapia é uma terapia que utiliza concentrados voláteis, que são os óleos essenciais, são oriundos da natureza e fornecem todo o equilíbrio necessário para as pessoas que possuem a patologia do estresse, pois atuam no equilíbrio

		essenciais no tratamento do estresse, bem como em suas consequências para a saúde..	realizada por meio de livros, dissertações e artigos científicos na plataforma de dados Scielo. Foram usados 27 óleos essenciais.	equilíbrio do organismo nas dimensões físicas, mentais e espirituais, sempre é válido lembrar que para os efeitos desejados é necessário a utilização de óleos essenciais.	biopsicossocial, nas dimensões físicas, mentais e espirituais. Essas terapias são verdadeiros coadjuvantes nos tratamentos do modelo biomédico tradicional, pois há um verdadeiro estudo do ser humano como um ser único e especial. Diversos são os óleos que podem ser utilizados para o estresse, pelos seus efeitos sedativos e calmantes, além das diversidades de maneiras para sua utilização.
4	SILVA, et al., (2020)	Dessa forma, o estudo é relevante na medida que apresenta a aromaterapia como uma possibilidade de intervenção no âmbito da enfermagem e incentiva a sua aplicação, fundamentada em evidências científicas, nos diversos cenários de assistência ao usuário. Assim, o estudo tem como objetivo investigar na literatura científica como a aromaterapia é utilizada na prática assistencial da enfermagem.	Revisão integrativa da literatura com a seguinte questão norteadora: Como a aromaterapia é utilizada na prática assistencial de Enfermagem? O levantamento das publicações ocorreu no período de março e abril de 2020, nas bases de dados BDNF, LILACS e MEDLINE	2019. As pesquisas tiveram como população: prontuários de parturientes (1), usuários com transtorno de personalidade (2), pacientes submetidos à intervenção coronária percutânea (1), candidatos à cirurgia cardíaca aberta (1), pacientes com cardiopatia isquêmica (1), paciente com diagnóstico de “Síndrome do Coração Partido” (1), funcionários de setores de higienização e central de material esterilizado (1), funcionários de enfermagem de hospital universitário (1), equipe de enfermagem do centro cirúrgico (1), enfermeiras obstétricas (1), estudantes de enfermagem (3), professores de enfermagem (1), paciente com câncer (1). O óleo essencial mais utilizado nos estudos foi a	Como limitação desta revisão integrativa, identificou-se que o volume de pesquisas a respeito da eficácia da aromaterapia na assistência da enfermagem ainda é incipiente, especialmente no que se refere a área de oncologia. Além disso, existe uma falta de consenso sobre dosagem, frequência e vias de administração dos óleos essenciais na literatura investigada. Nesse sentido, fazem-se necessários mais estudos experimentais randomizados para estabelecer resultados mais consistentes a fim de apoiar o enfermeiro nas mais variadas dimensões do cuidar.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

				lavanda e o modo de aplicação mais frequente dos óleos foi a aplicação tópica com massagem (11), seguida da inalação (7), e do escalda-pés (1). Foi possível agrupar o uso da aromaterapia no contexto da enfermagem em três categorias temáticas, quais sejam: A aromaterapia usada no alívio da dor; A aromaterapia usada nos cuidados paliativos oncológicos; e A aromaterapia usada como recurso terapêutico na saúde mental; as quais serão discutidas na próxima sessão.	
5	LIMA, et al., (2017)	Verifica a efetividade do uso da aromaterapia com óleos essenciais de lavanda e gerânio associado à massagem para o alívio do estresse de uma equipe de enfermagem do centro cirúrgico por meio da avaliação de parâmetros bi fisiológico e psicológico.	Estudo descritivo, de campo e com abordagem quantitativa desenvolvido na Universidade Federal da Paraíba com estudantes do curso de Graduação em Enfermagem. Fizeram parte da investigação 51 estudantes que cursaram nos últimos períodos.	Participaram do estudo 51 estudantes, graduandos do 9º e 10º períodos do curso de Enfermagem, dos quais 92,16% eram do sexo feminino, com faixa etária entre 21 e 44 anos, apresentando uma mediana de 24 anos. Os participantes eram predominantemente solteiros, com 78,4%, seguidos dos casados, com 19,6%, e 1,9% separados . Quanto ao desempenho de atividades laborais, os resultados	O presente estudo demonstrou que o perfil sociodemográfico dos Concluintes de Enfermagem não apresentou discordância com estudos também realizados com estudantes de Enfermagem, permanecendo com prevalência feminina. Evidenciou-se ainda que os estudantes concluintes considerem a produção de TCC e os estágios que fazem parte da grade curricular vigente fatores ansiosos da experiência acadêmica. Os níveis de ansiedade Traços identificados demonstram que de fato tais atividades têm elevado a ansiedade dos estudantes, uma vez que a maioria apresentou Alta Ansiedade. Os estudantes concluintes da graduação em Enfermagem também apresentaram

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

				demonstraram que 80,3% não desempenham tais atividades e 90,1% se dizem satisfeitos com a escolha do curso de Enfermagem como futura profissão; com relação à saúde, 92,1% não possuem doenças crônicas e 74,5% não fazem uso de medicamentos diários.	níveis insatisfatórios de autoestima. Esses níveis revelam que a experiência acadêmica tem influenciado negativamente a percepção que os estudantes concluintes têm de si mesmos, influenciando sua capacidade de enfrentar os desafios da vida acadêmica.
6	ANTONELLY; DONELLI, (2020)	O presente estudo tem como objetivo verificar o benefício da massagem e aromaterapia.	Essa pesquisa trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa. Com busca de dados bimestrais, BVS, Scielo, Pubmed e google acadêmico .	A massagem com óleo essencial de lavanda pode ser benéfica como terapia complementar e preciso para o tratamento sintomático de várias condições, principalmente transtornos psicológicos.	O uso da aromaterapia evidenciou benefícios que pode trazer para o corpo e alma, oferecendo possibilidade de promover o equilíbrio.
7	SANTOS,CAR VALHO,SANT ANA,ROCHA (2021)	Analisar a aplicação da aromaterapia como tratamento coadjuvante no tratamento de distúrbios de ansiedade	Revisão integrativa da literatura, realizada com artigos disponíveis na BVS, SciELO, LILACS e MEDLINE, com um intervalo de anos de 2010 a 2020. Foram selecionadas as pesquisas de acordo com o nível hierárquico de evidência científica para estudos Intervencionistas.	A aromaterapia é a ciência que estuda a aplicação OE de maneira terapêutica, de forma que se utilizam as propriedades desses óleos para, principalmente, buscar estabelecer o equilíbrio do organismo, promovendo o bem estar e promoção de saúde tanto física quanto mental. A mesma tem se apresentado nos ramos da medicina como uma prática que pode trazer diversas vantagens para os pacientes, além de ser barata, podendo ser exercida por vários	Nesse estudo, observou-se grande importância da utilização da aromaterapia no tratamento para ansiedade, um método não farmacológico que reduz os níveis de ansiedade em portadores com tal distúrbio. Por serem substâncias voláteis e que atuam através de mecanismos de ação e por meio de várias vias, os óleos essenciais atuam na redução de níveis de estresse, tensão muscular, frequência cardíaca, frequência respiratória e pressão arterial, podendo assim agir como um mecanismo que aumenta o nível de relaxamento

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

				profissionais que compõe a equipe multidisciplinar	
--	--	--	--	--	--

Fonte: Dados da pesquisa

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

4.0 DISCUSSÃO:

As práticas integrativas dão em relação ao SUS a atuação principal na promoção, manutenção e reabilitação da saúde na atenção humanizada centrando nos indivíduos e ajuda na contribuição de fortalecimento dos princípios do SUS. Os estudos falam que as abordagens ajudam a contribuir para ampliação das responsabilidades de cada saúde e exercícios da cidadania (BRASIL, 2015).

Nos estudos SANTOS (2021) descreve que a aromaterapia é a ciência que estuda a aplicação de maneira terapêutica, de forma que se utilizam as propriedades desses óleos para, principalmente, buscar estabelecer o equilíbrio do organismo, promovendo o bem estar e promoção de saúde tanto física quanto mental.

No estudo de LIMA *et al.*, (2017), menciona de 51 estudantes das redes públicas, os resultados foram quanto ao desempenho de atividades laborais para testar sobre o empenho de cada estudantes em relação profissão futuras, e com essas atividades realizadas os resultados demonstraram que 80,3% não desempenham tais ocupação e 90,1% se dizem satisfeitos com a escolha do curso, como futura profissão; com relação à saúde dos estudantes entre os estudantes 92,1% não possuem nenhum tipo de doenças crônicas e 74,5% não fazem uso de medicamentos diários. Mas o uso de aromaterapia juntamente com a massagem e os óleos essenciais demonstrou uma efetividade na redução dos fatores emocionais ligada aos fatores psicológicos.

SILVA *et al.* (2020) descrevem que os óleos essenciais trazem um grande alívio no transtorno mental, mudança de autoestima, diminuição no distúrbio do sono, ajuda em trauma de estresse e redução no nível da ansiedade. O uso de óleos essenciais promove melhoria da qualidade de vida e bem-estar e contribui para o reconhecimento da aromaterapia como uma prática holística para vários agravos da saúde humana.

As práticas clínicas como Aromaterapia têm uma expansão de saúde, podendo ser vista como uma das técnicas psicossocial. As indicações do uso da Aromaterapia no tratamento de ansiedade, depressão e transtornos psicológicos. Alguns modos apresentem a ação da aromaterapia para a população portadora de transtornos psiquiátricos (DOMINGO; BRAGA, 2015).

MONTIBELLER *et al.* ,(2018) diz que aromaterapia pode ser concebida como uma das prática de alternativa para tratar diversas patologias e uma vez que o crescimento indica a efetividade do uso dos óleos essenciais por meio do seu emprego racional e sustentável, demonstrando positividade para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida. (SOUZA, *et al.*, 2020)

Aplicação da técnica com óleo poder ser utilizados por um profissional que tem

conhecimento e dos métodos e aplicação que permitem o equilíbrio do organismo nas dimensões físicas, mentais e espirituais, sempre é válido lembrar que para os efeitos desejados é necessário à utilização de óleos essenciais (PAGANINI, T.; SILVA, Y. S. 2014)

MACHADO & SILVA (2019) descreve que os estudos mostraram eficácia da aromaterapia no tratamento da ansiedade. O uso da aromaterapia com aplicação do Óleo essencial de Lavanda resultou na redução do estado de ansiedade, sendo aplicado sobre uma amostra de ansiedade moderada. As moléculas dos óleos essenciais liberadas na aromaterapia são capazes de liberar neurotransmissores e com isso geram um efeito calmante.

A Ansiedade é uma hiperatividade no sistema nervoso autônomo, caracterizada pela condição de impactos, em que a cognição é comprometida para distorção de percepção sendo acompanhada por queixas somáticas e tornado o indivíduo suscetível a doenças. Pessoas ansiosas sofrem com físicos e psicológicos, sintomas esses que aparecem gradativamente e muitas vezes não é objeto de consideração até que comece a ficar mais frequentes, persistentes e intolerantes por meio de angústia, insônia, medo, tristeza sem motivos, vontade de se isolar, inquietude física e mental, pensamentos negativos e pensamento acelerado (BEZERRA; BRANDÃO; CARVALHO, 2019). Alguns pacientes têm mudanças positivas de humor na redução da ansiedade, além de oferecer auxílio positivo aos sintomas físicos, refletindo também na qualidade de vida, autoajuda e bem-estar das pessoas. Essas mudanças são através dos usos de óleos essenciais (PESSOA et al., 2019).

A massagem com aromaterapia tem um efeito mais eficaz para o alívio de dores e prevenção de doenças, também serve para relaxamento principalmente em dores musculoesqueléticas. Seus benefícios estão associados à técnica de Aromaterapia. Aromaterapia é a arte e a ciência que utiliza as propriedades terapêuticas dos óleos essenciais, com o objetivo de aumentar a saúde e promover o bem-estar do corpo, da alma e das emoções (AMARAL; SILVA, 2015).

Alguns estudos trazem como resultado que, intervenções realizada de aromaterapia, com inalação e aplicação do óleo essencial, os resultados são as diminuições nos níveis de transtorno de ansiedade e melhora na qualidade do sono, influenciando no bem estar geral e na qualidade de vida dos pacientes, mas também apontou que o óleo essencial de lavanda foi irritativo para alguns participantes (DOMINGO; BRAGA, 2015). Massagem com aromaterapia beneficia no tratamento e nos sintomas emocionais e físicos e ajuda principalmente no tratamento psicológico (ANTONELLY; DONELLI., 2020).

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

CONCLUSÃO:

Concluimos que as práticas integrativas são técnicas antigas que trazem uma boa eficácia no tratamento de patologias tanto no psicossocial e patologias motoras. As práticas no Brasil estão presentes em várias capitais das PICs. Porém a prática abordada foi a aromaterapia que mostra um bom resultado para as patologias abordadas em relação qualidade de vida.

Diante dos artigos encontrados técnica aplicada verificando o efeito da aromaterapia em paciente adulto com o uso dos óleos essenciais para o alívio de dores e prevenção de doenças, também serve para relaxamento principalmente em dores musculoesqueléticas e as patologias associadas ao emocional.

REFERÊNCIAS;

AMARAL, Dabiani Carolini; SILVA, Ellen Maira. Os efeitos da massagem relaxante associada a aromaterapia no tratamento da depressão THE EFFECTS ASSOCIATED WITH MASSAGE RELAXING AROMATHERAPY IN THE TREATMENT OF DEPRESSION. Revista Científica do Unisalesiano, Lins-SP, v.6, n.13, jul-dez-2015. Disponível: <http://www.salesianolins.br/universitaria/artigos/no13/artigo7.pdf>

ANTONELLI, Michele. DONELLI, Davide. Eficácia, segurança e tolerabilidade da massagem aromática com óleo essencial de lavanda: uma visão geral. Int J Ther Massagem Carroçaria. P.32-36. n. 13, v. 1, Mar- 2020. Disponível: https://semanadaaromaterapia.com/guia-convite/?utm_medium=texto&utm_source=googlesearch&utm_campaign=sda-21&utm_content=guia_&gclid=EA1aIQobChMIj8_x2N2w8wIVwuDICH3tIA_UEAMYASAAEgI1sfD_BwE

BEZERRA, R.M. BRANDÃO, M.C. CARVALHO, T.L. a práticas integrativas e complementares no tratamento da ansiedade: competências e desafios do enfermeiro. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao Centro Universitário. Anápolis - GO 2019. Disponível: <http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/8528/1/TCC%20MARIANA%20CARVALHO%20BRAND%C3%83O%20T%C3%82NIA%20LORRANY%20ALVES%20CARVALHO%20.pdf>

BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Atenção á saúde. Departamento de Atenção Básica. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS : atitude de amplitude. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015.

Disponível: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf

DOMINGOS, T.S. BRAGA, E.M. Massagem com aromaterapia: efetividade sobre a ansiedade de usuários com transtornos de personalidade em internação psiquiátrica. **Rev Esc Enferm USP** 2015;49(3):453-45. Disponível: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/8smxkwntfV5zJVGC4rd8Xmf/?lang=pt#>

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

LIMA,B.VB.G, et al., Avaliação da ansiedade e autoestima em concluintes do curso de graduação em enfermagem. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 11(11):4326-33, nov., 2017 4326. Disponível: [file:///C:/Users/Samsung/Downloads/13440-72377-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Samsung/Downloads/13440-72377-1-PB%20(1).pdf)

LIMA,F.C.C.PINHEIRO,L.A.BARROS.N.B.BARROS,R.R. A utilização de óleos essenciais de Lavandula angustifolia, Pelargonium graveolens e Citrus bergamia no combate à ansiedade Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.7, n.4, p. 41031-41046 apr 2021. Disponível: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/28616>

MACHADO,C.O.S. SILVA,D.P. Aromaterapia no tratamento da ansiedade. **Revista Saúde em Foco** – Edição nº 11 – Ano: 2019. Disponível; <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2019/11/>.

MONTIBELER,J. et al., Efetividade da massagem com aromaterapia no estresse da equipe de enfermagem do centro cirúrgico: estudo-piloto. **Rev Esc Enferm USP** · 2018;52:03348. Disponível: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0080-62342018000100439&lng=pt&nrm=iso

PAGANINI, T.; FLORES e SILVA, Y. O uso da aromaterapia no combate ao estresse. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, Umuarama, v. 18 n. 1, p. 43-49, jan./abr. 2014. Disponível;<https://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/5157>

PESSOA,D.L.R. et al., O uso de aromaterapia na prática clínica e interprofissional. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 3, e46410313621, 2021(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | Disponível:<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13621>

SANTOS,G.M.CARVALHO,L.N.T.M.SANTANA,T.A.S.ROCHA,M.F.N. Uso da aromaterapia como tratamento adjuvante na redução de sintomas de indivíduos com ansiedade. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 10, e504101019210, 2021. Disponível; <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/19210>

SOUZA,L.C.A, et al., USO DA AROMATERAPIA NO ENVELHECIMENTO.VII congresso internacional de envelhecimento humano, ano 2020. Disponível:file:///C:/Users/Samsung/Downloads/TRABALHO_EV136_MD1_SA19_ID2051_30102020145502.pdf

SILVA et al., O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa. *Rev. Eletr. Enferm.*, 2020; 22:59677, 1-12. Disponível; <file:///C:/Users/Samsung/Documents/59677-Texto%20do%20artigo-304245-1-10-20201221.pdf>

SMANIOTTO, S. FRACASSO, T. FERRETTI, F. NIEROTKA, R. P. Conhecimento de fisioterapeutas quanto às práticas integrativas e complementares. Disponível em <https://bell.unochapeco.edu.br/revistas/index.php/fisisenectus/article/view/5037/>

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: jackselaine.braga.acad@ajes.edu.br

² Fisioterapeuta, professor mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br