



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO
PIAUÍ UNIVERSIDADE ABERTA DO PIAUÍ-CAMPUS ALTOS-PI
ESPECIALIZAÇÃO EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E
COMPLEMENTARES EM SAÚDE**

ANTONIA ADRIELLY SOUSA NOGUEIRA

**O USO DA AROMATERAPIA COMO ALTERNATIVA AOS
CUIDADOS DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**ALTOS
2024**

ANTONIA ADRIELLY SOUSA NOGUEIRA

O USO DA AROMATERAPIA COMO ALTERNATIVA AOS
CUIDADOS DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso (artigo científico) apresentado como exigência para obtenção do diploma do Curso de pós graduação em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Altos-PI.

Orientadora: Prof^a. Ma. Cyntia Meneses de Sá Sousa.

Coorientador (a): Prof.^a Ma. Patricia VianaCarvalheda Lima

**ALTOS
2024**

O USO DA AROMATERAPIA COMO ALTERNATIVA AOS CUIDADOS DA ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Antonia Adrielly Sousa Nogueira¹

Cyntia Meneses de Sá Sousa²

Patrícia Viana Carvalhedo Lima³

RESUMO

Introdução: A aromaterapia é uma prática terapêutica que usa óleos essenciais para promover e recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo. A aromaterapia tem sido praticada por enfermeiros, como auxílio nos cuidados de enfermagem no alívio da dor e promovendo melhoria no bem estar dos pacientes. **Objetivo:** Investigar na literatura científica estudos sobre o uso da aromaterapia como alternativa aos cuidados da enfermagem. **Metodologia:** trata-se de uma revisão integrativa, na qual foi utilizado a base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, sendo realizada no período de 02 a 04/05/2024, com os descritores: “Terapias Complementares”; “Aromaterapia”; “Terapia” e “Enfermagem”, os critérios de inclusão: texto completo, idioma português, publicados entre 2019 e 2024, critérios de exclusão: teses, dissertações, artigos em outro idioma e trabalhos com fuga ao tema. **Resultados:** Foram encontradas 119 artigos e após os critérios de inclusão e exclusão restaram 10 artigos para o estudo. Os artigos foram divididos em 3 áreas temáticas: O uso da aromaterapia pela enfermagem obstétrica; A contribuição da aromaterapia para os cuidados de enfermagem no dia-a-dia; A aromaterapia para os profissionais de enfermagem. **Conclusão:** O estudo demonstrou a importância e a eficácia do uso da aromaterapia nos cuidados de enfermagem, uma vez que trouxe evidências sobre o uso da aromaterapia em gestantes em trabalho de parto, em clientes acometidos por diversos tipos de dor, estresse e ansiedade, além do uso para o auto cuidado dos profissionais de enfermagem, demonstrando que a aromaterapia é uma aliada efetiva para os cuidados de enfermagem.

Palavras-chave: terapias complementares; aromaterapia; terapia; enfermagem.

ABSTRACT

Introduction: Aromatherapy is a therapeutic practice that uses essential oils to promote and restore balance and harmony in the body. Aromatherapy has been practiced by nurses, as an aid in nursing care to relieve pain and promote improvements in patients' well-being. **Objective:** To investigate studies in the scientific literature on the use of aromatherapy as an alternative to nursing care. **Methodology:** this is an integrative review, in which the Virtual Health Library database was used, being carried out from 02 to 05/04/2024, with the descriptors: “Complementary Therapies”; “Aromatherapy”; “Therapy” and “Nursing”, inclusion criteria: full text, Portuguese language, published between 2019 and 2024, exclusion criteria: theses, dissertations, articles in another language and works that are off topic. **Results:** 119 articles were found and after the inclusion and exclusion criteria, 10 articles remained for the study. The articles were divided into 3 thematic areas: The use of aromatherapy in obstetric nursing;

¹ Pós-graduanda em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde-UFPI; Técnica em Redes de Computadores - UFPI; Bacharelado em Enfermagem - UESPI; Especialista em Urgência e Emergência – FACAPI; Altos/PI. adriellynogueira5@gmail.com

² Mestre em Saúde e Comunidade – UFPI; Licenciatura Plena em Educação Física; Professora do Instituto Federal do Piauí; Teresina/PI. cyntia.meneses@ifpi.edu.br

³ Mestre em Saúde e Comunidade – UFPI; Enfermagem – Universidade Federal do Piauí; Professora do Instituto Federal do Piauí, Enfermeira da Prefeitura Municipal de Teresina; Teresina/PI. patriciavianalima@hotmail.com

The contribution of aromatherapy to day-to-day nursing care; Aromatherapy for nursing professionals. **Conclusion:** The study demonstrated the importance and effectiveness of using aromatherapy in nursing care, as it provided evidence on the use of aromatherapy in pregnant women in labor, in clients affected by different types of pain, stress and anxiety, in addition to of use for self-care by nursing professionals, demonstrating that aromatherapy is an effective ally for nursing care.

Keywords: complementary therapies; aromatherapy; therapy; nursing.

Data de aprovação: 22/06/2024

1 INTRODUÇÃO

A natureza é utilizada para fins terapêuticos de forma tão antiga quanto a civilização humana e por muito tempo os produtos minerais de plantas e animais foram fundamentais para o desenvolvimento na área da saúde. A aromaterapia é uma prática terapêutica que utiliza óleos essenciais extraídos de plantas para promover e recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental, ao bem-estar e à higiene. (Martins, 2024).

As civilizações antigas, como a egípcia, a grega e a romana, já usavam as plantas para obter os aromas naturais e utilizá-los em várias formas de uso medicinal. Os índios utilizavam as plantas aromáticas para cura e rituais de purificação desde os tempos remotos. A aromaterapia moderna propriamente dita surgiu com o Francês René-Maurice Gattefossé, no século XX, que descobriu os benefícios da aplicação do óleo essencial de lavanda em sua pele queimada por um acidente de trabalho (Barroco; Tombi, 2018).

A enfermagem e a aromaterapia sempre andaram juntas uma vez que a aromaterapia desperta o interesse da Enfermagem por representar uma ferramenta complementar ao processo assistencial, contribuindo para uma abordagem integral e holística da saúde. Foi com a enfermeira austríaca Marguerite Maury (1895-1967), que é conhecida como a mãe da aromaterapia que esse laço surgiu. A partir de seus estudos sobre óleos essenciais, ela começou a fazer fórmulas específicas para cada pessoa, sendo a responsável por fundar a primeira clínica de aromaterapia em Londres (Cativa, 2024).

As terapias alternativas e complementares em saúde são definidas como qualquer sistema de medicina, prática ou produto que não fazem parte dos cuidados médicos convencionais. A expressão “Práticas Integrativas e Complementares” (PICs) foi empregada pela primeira vez no Brasil, pelo Ministério da Saúde, em 2006, no documento que aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS). A aromaterapia foi inserida no PNPIC em 2018 e com isso o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) por meio de resolução de nº 581/2018 assegurou o respaldo dos profissionais de enfermagem para desenvolver pesquisas e atuar na área das PICs em geral e, consequentemente, da aromaterapia (Silva *et al.*, 2020).

Os cuidados de enfermagem se referem a todas as ações e procedimentos realizados pelos enfermeiros no contato direto com os pacientes e englobam desde as tarefas mais simples e rotineiras até a execução de procedimentos técnicos e complexos. Com o uso das PICs o cuidado se torna ainda mais humanizado e holístico, tendo em vista que com o uso das práticas integrativas o cuidado pode ser empregado pela enfermagem como uma ferramenta para auxiliar a estabelecer o reequilíbrio tanto emocional quanto físico do indivíduo, uma vez que a aromaterapia como por exemplo, tem-se mostrado eficaz na redução de certos tipos de dor, incluindo dor muscular, cefaléia, além do notável alívio da insônia e na redução de estresse e ansiedade (Martins, 2024).

Históricamente e mundialmente a aromaterapia tem sido praticada por enfermeiros, como auxílio nos cuidados de enfermagem no alívio da dor, promovendo melhoria no bem estar mental dos pacientes, além de redução do estresse e ansiedade, em vista disso, esse artigo tem como objetivo investigar na literatura científica estudos sobre o uso da aromaterapia como alternativa aos cuidados da enfermagem.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa, caracterizada por uma abordagem qualitativa, acerca do uso da aromaterapia como alternativa para os cuidados de enfermagem. A abordagem qualitativa oferece a busca de questões subjetivas, contrapondo a abordagem quantitativa por atrelar ao universo das significações, dos valores, das crenças e das relações humanas, desta forma o estudo é descritivo, pois pretendeu conhecer o universo em estudo e seus problemas, além de seus valores (Minayo, 2011).

Para esta revisão foi utilizado a base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que é um bem público que facilita o acesso e uso da informação científica e técnica em saúde com o objetivo de contribuir para a redução da distância entre o conhecimento e a prática em saúde nos países da América Latina e do Caribe (AL&C) e também contém dentro do seu sistema vários outros bancos de dados.

Foram utilizados como descritores na busca dos artigos: “Terapias Complementares”; “Aromaterapia”; “Terapia” e “Enfermagem”, durante a coleta de dados foram usados os operadores booleanos “AND” e “OR” formando assim a operação de busca ("Terapias Complementares" OR "Terapias Complementarias" OR "Complementary Therapies") AND (Aromaterapia OR Aromaterapia OR Aromatherapy) AND (terapia OR terapia OR therapy) AND (Enfermagem OR Enfermería OR Nursing). Com essa busca foram encontradas 119 produções científicas, divididas entre artigos e teses na base de dados da BVS. A pesquisa foi realizada entre os dias 02 e 04 de maio de 2024.

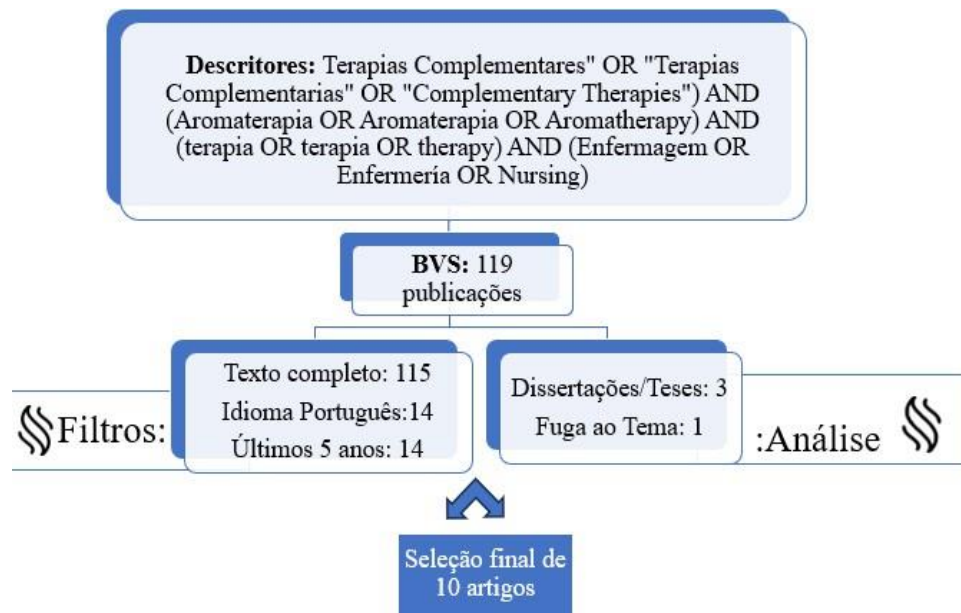
Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos com texto completo, no idioma em português, e publicados entre os anos de 2019 e 2024 e os criterios de exclusão foram: teses, dissertações, artigos em outro idioma e trabalhos com fuga ao tema.

Para a análise dos dados obtidos foi utilizada a proposta operativa de análise temática de Minayo, 2011. Ela dividiu a análise em 3 (três) fases: 1º pré-análise, no qual constituiu na organização do material coletado durante a busca nas bases de dados, com o objetivo de sintetizar as ideias iniciais a serem colocadas na revisão, por meio de uma leitura criteriosa e minuciosa desse material. Na 2º fase ocorre a exploração do material e foram aplicadas as definições utilizadas na 1º fase, organizando-o em categorias de forma sistematizada. Na 3º fase, de análise e interpretação, realizou-se a exposição do conteúdo analisado nas fases anteriores.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a realização da busca no qual foram usados os descritores relatados foram encontradas 119 produções científicas, divididas entre artigos e teses na base de dados. Para se solidificar a quantidade final de artigos a serem utilizados nessa pesquisa foram realizados filtros com os critérios de inclusão e exclusão citados na metodologia e 10 artigos foram selecionados para serem analisados como mostra o fluxograma de seleção dos artigos:

Fluxograma 1: Seleção dos artigos



Fonte: próprio autor

Em relação ao número e prevalência de publicações por ano, se observa que, em 2019 teve o maior número de publicações sobre o tema com 5 publicações, no ano de 2020 foi publicado apenas 1 artigo, em 2021 foram publicados 2 estudos, em 2022 e 2023 foi publicado apenas 1 estudo em cada ano e em 2024 não foi encontrado artigos relacionados ao tema. As informações referentes ao título, autores, objetivo, ano de publicação e metodologia estão disponíveis na Quadro 1.

Quadro 1- Caracterização dos artigos organizados por título da pesquisa, autores, objetivo, tipo de estudo e conclusão. Altos, PI, Brasil. 2024.

TÍTULO	AUTORES/ ANO	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO	CONCLUSÃO
Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto	MASCARENHAS, V.H <i>et al.</i> 2019	Identificar na literatura nacional e internacional, estudos sobre a eficácia de métodos não farmacológicos na redução da dor do parto.	Revisão Integrativa	A acupuntura e a acupressão agem tanto sobre aspectos fisiológicos da dor como sobre sua subjetividade. O banho quente de aspersão, a musicoterapia, a aromaterapia e as técnicas de respiração promovem o relaxamento e a diminuição dos níveis de ansiedade. As terapias térmicas contribuem para a analgesia local de regiões afetadas pela dor. Os

				exercícios na bola suíça são importantes para reduzir a dor e adotar posição vertical, importante na progressão do trabalho de parto
Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem	MENDES, D.S et al 2019	Caracterizar os benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem	Revisão Integrativa	A enfermagem possui papel fundamental no que se refere à aplicação dessas práticas reconhecidas e respaldadas pela legislação vigente. No entanto é preciso preparo para a identificação das necessidades dos pacientes, bem como dos benefícios de cada tipo de prática integrativa no cotidiano do trabalho da enfermagem.
Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto	SILVA, M.A et al 2019	Analisar a utilização da aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto.	Revisão integrativa	Recomenda-se a ampliação de conhecimento referente aos benefícios da aromaterapia por parte dos profissionais que estão ligados a assistência obstétrica, principalmente o profissional de enfermagem por estar no acompanhamento contínuo da mulher em trabalho de parto.

Tecnologias do cuidado na enfermagem obstétrica: contribuição para o parto e nascimento	DUARTE, M. R et al. 2019	Identificar as tecnologias do cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas em um Centro de Parto Normal.	Estudo descritivo	A utilização das tecnologias do cuidado permite que as enfermeiras obstétricas valorizem as práticas humanizadas no contexto do parto e nascimento.
O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa	SILVA, I.T.S et al. 2020	investigar na literatura científica como a aromaterapia é utilizada na prática assistencial da enfermagem.	Revisão integrativa	A síntese das evidências encontradas fortalece a prática da aromaterapia dentro da enfermagem como uma intervenção para o cuidado integral do cliente, consolidando a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde.
Terapias não farmacológicas no alívio da dor pós-operatória de cirurgias cardíacas: revisão de escopo	SARMENTO, S.D et al 2021	Mapear a produção do conhecimento sobre as principais terapias não farmacológicas no alívio da dor pós-operatória de pacientes submetidos à cirurgia cardíaca.	Revisão de Escopo	Respondendo ao objetivo deste estudo, as principais terapias não farmacológicas identificadas e descritas pelos estudos incluídos nesta revisão foram: massagens terapêuticas, música, acupressão e aromaterapia. Os resultados apontam um impacto significativo quanto à diminuição das

				respostas dolorosas nos pacientes após a aplicação dos procedimentos.
Tecnologias não invasivas para o alívio da dor na parturição	PIMENTEL, M.M et al 2021	Analisar as tecnologias de invasivas alívio da dor no parto e nascimento.	Revisão integrativa	A utilização de novas tecnologias no processo parturitivo resgata a autonomia da mulher frente ao seu corpo.
Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas	PRATA, J.A et al 2022	Descrever as contribuições terapêuticas da utilização de tecnologias não invasivas de cuidado, oferecidas por enfermeiras obstétricas, durante o trabalho de parto.	Estudo qualitativo e descritivo	Tecnologias não invasivas de cuidado possuem contribuições terapêuticas e conformam um cuidado desmedicalizado, respeitoso e centrado na mulher, que promove a autonomia feminina
Aromaterapia na redução dos sintomas de estresse na equipe de enfermagem: Revisão integrativa de literatura	GIANI, V.C et al 2023	Analisar as evidências científicas em relação ao uso da aromaterapia na redução de sintomas relacionados ao estresse na equipe de Enfermagem.	Revisão integrativa	A aromaterapia demonstrou efetividade e segurança na redução de sintomas de estresse para a equipe de Enfermagem.
Aromaterapia para a ansiedade e estresse de professores de enfermagem	DIAS, S.S, DOMINGOS, T.S, BRAGA, E.M 2019	Investigar a efetividade do uso da aromaterapia com os óleos essenciais de lavanda (Lavandula angustifolia) ou ylang-ylang (Cananga orata), associada à	Trata-se de estudo quantitativo.	Demonstra-se efetividade parcial da aromaterapia associada à massagem, utilizando óleos essenciais de lavanda ou ylang-ylang em relação aos parâmetros biofisiológicos

		massagem, para o alívio da ansiedade e do estresse.		
--	--	---	--	--

Fonte: próprio autor

Após análise e leitura minuciosa e criteriosa dos artigos, os mesmos foram divididos em áreas temáticas: O uso da aromaterapia pela enfermagem obstétrica; A contribuição da aromaterapia para os cuidados de enfermagem no dia-a-dia; A aromaterapia para os profissionais de enfermagem.

O uso da aromaterapia pela enfermagem obstétrica

Historicamente o modelo obstétrico brasileiro se caracteriza pela medicalização que ano após ano vem apresentando resultados maternos e perinatais desfavoráveis, com esse contexto no decorrer dos anos buscou-se as iniciativas de humanização do parto. A inserção das enfermeiras obstétricas no processo de parturição se associa com cuidados desenvolvidos na perspectiva humanística, que promovem autonomia e bem estar, com satisfação das parturientes e desfechos positivos em comparação com o modelo medicalizado anteriormente desenvolvido no decorrer da história (Prata, *et al.*, 2022).

O parto normal é uma forma natural de promover o nascimento. Quando comparado à cesariana, pode ser visto como um método mais seguro e com menor tempo de recuperação para a mãe. Contudo, a dor e a ansiedade desencorajam a grande maioria das gestantes em optar pelo parto normal, em vista disso, os métodos não farmacológicos (MNF) são uma opção para substituir analgesia durante o trabalho de parto e o parto propriamente dito e auxiliar as parturientes a lidar com suas queixas algícas. Nesse contexto a enfermagem obstétrica se tornou essencial para a realização desses cuidados relacionados a essa fase final da gestação (Mascarenhas, *et al.*, 2019).

Com o crescente aumento do uso das práticas integrativas e principalmente da aromaterapia nos centros de parto normal e no cotidiano da enfermagem em obstetrícia, observou-se que dentre os dez artigos selecionados para esse estudo cinco artigos são voltados para a área da enfermagem em obstetrícia, ou seja, o uso das práticas integrativas e em especial da aromaterapia tem sido bastante valorizado e utilizado por esse grupo de profissionais para os cuidados de enfermagem durante o trabalho de parto. A utilização da aromaterapia pode ser realizada por meio de técnicas como: acupressão, massagem, escalda pés, diluição em água para banho de imersão e inalação. (Silva, *et al.*, 2019).

No trabalho de Duarte e colaboradores (2019), fica evidenciado a importância da aromaterapia para o processo final da gestação, uma vez que os participantes da pesquisa apontaram que atuam visando minimizar o sofrimento e a dor das parturientes no processo de parir e associam os cuidados com métodos de aromaterapia nos quais auxiliam no relaxamento das mulheres em todo o processo e que o uso de aromas e óleos essenciais é bastante usado no dia-a-dia do trabalho e até mesmo por outros profissionais de outras áreas que atuam no ambiente hospitalar.

O uso de óleos essenciais com aroma delicado, levemente doce e cítrico, como exemplo os óleos essenciais de lavanda, eucalipto, jasmim, rosa e laranja trazem efeitos significativos na percepção que a parturiente tem da dor, além do alívio na ansiedade dessas parturientes, melhorando assim a duração das fases do processo parturitivo. No trabalho de Pimentel *et al.* (2021), as evidências científicas demonstram que essas essências podem ser aplicadas por meio da massoterapia, no uso de incensos, na banheira ou na simples inalação, trazendo benefícios para a parturiente e também sendo constatado que os efeitos dos óleos essenciais podem

ocorrer de forma transplacentária, ou seja, ocorre também no feto através da via respiratória (por inalação da mãe), e ainda na amamentação e por isso se faz necessário ressaltar a importância do conhecimento sobre os óleos essenciais que pode ser usados na gestação e na amamentação, uma vez e muitos deles são tóxicos e se não diluídos corretamente podem causar efeitos adversos, como por exemplo o óleo de alecrim podem conter componentes que podem interferir no suprimento de leite ou afetar a saúde do bebê.

A contribuição da aromaterapia para os cuidados de enfermagem no dia-a-dia

Dentre os profissionais de saúde, o enfermeiro destaca-se por seu contato direto e constante com o paciente em todos os níveis de atenção e a visão holística desse profissional, associada às diversas PICs, pode favorecer a sua aplicabilidade. A aromaterapia tem despertado o interesse da enfermagem e tem sido praticada em todo o mundo, por representar uma ferramenta complementar a sua assistência, promovendo uma abordagem integral do indivíduo, apresentando-se como uma possibilidade de aplicação das Teorias de Enfermagem na prática assistencial (Silva, *et al.*, 2020).

Nesse sentido, três artigos dos dez selecionados para este trabalho destacam 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, como por exemplo o trabalho de Silva, *et al.*, 2020, que demonstra a eficácia da aromaterapia como método não farmacológico para alívio da dor em três situações: no processo de parturição, na dismenorreia e na dor oncológica, além do uso terapêutico da aromaterapia na saúde mental.

Mendes *et al.* (2019), , relatam que a aromaterapia “consiste em uma prática que, além de ser utilizada sozinha, pode estar associada com outras práticas, como a massagem”, essa fala corrobora com a temática da aromaterapia inserida nas atividades da enfermagem em obstetrícia, em que vai de encontro aos artigos que relatam sobre a associação da aromaterapia à outras práticas integrativas utilizadas para os cuidados de enfermagem, além de que é considerada um recurso terapêutico seguro que podem ser administrados de forma olfativa ou via dérmica.

A aromaterapia associada à acupressão, à musicoterapia e à massagem pode ser uma terapia comumente usada em alívio da dor após cirurgia cardíaca, uma vez que a dor pode repercutir no prolongamento da internação hospitalar no pós-operatório em pacientes submetidos a grandes cirurgias como as cirurgias cardíacas. Estes, geralmente enfrentam dores intensas, ansiedade e estresse, refletindo negativamente no tratamento, recuperação e qualidade de vida (Sarmiento, *et al.*, 2021).

A aromaterapia para os profissionais de enfermagem

A enfermagem é uma profissão que lida diariamente com situações de estresse emocional. O estresse tem sido identificado e associado ao trabalho, sua sobrecarga e suas condições precárias, no contexto atual no qual os profissionais de enfermagem estão expostos, do ponto de vista profissional e pessoal, pode desenvolver o estresse como uma das principais respostas ao seu enfrentamento, da mesma forma que pode representar risco de intensificação do sofrimento psíquico, diante do exposto é necessário que se tenha o cuidado com quem cuida e a aromaterapia tem-se mostrado bastante eficaz como terapia não farmacológica para esses profissionais. (Giani, *et al.*, 2023).

Assim como os profissionais que atuam diretamente na área assistencial, os professores dos cursos de graduação em enfermagem também são alvos de problemas relacionados ao estresse no trabalho, pois há uma associação entre o estresse ocupacional e o desenvolvimento

do burnout, como uma consequência que atinge profissionais que estão em contato direto com pessoas, dentre os quais: os profissionais da saúde e educação. É evidente que esses profissionais tem mais chances de adquirir problemas emocionais, e a associação entre estresse e ansiedade que engloba os elementos fisiológicos e psicológicos no desenvolvimento de sintomas como taquicardia, aumento dos níveis pressóricos, alterações intestinais, insegurança, apreensão e temor evidencia um processo atual de adoecimento desses profissionais (Dias, Domingos e Braga, 2019).

Os efeitos terapêuticos da aromaterapia extrapolam a dimensão física e, ao agir no sistema límbico, ativa memórias, sensações e sentimentos. A via inalatória explora a característica volátil dos óleos essenciais, dessa forma a prática de aromaterapia para com os cuidados diretamente focado em quem cuida (equipe de enfermagem) ajudam a diminuir o estresse diário em que esse profissional vive. Giani *et al.* (2023), relata em seu artigo que com a difusão do conhecimento das PICS e os resultados de seu potencial terapêutico, foi comum a prática deliberada dessas intervenções, muita das vezes não conduzidas por profissionais formados, mas sim, como automedicação.

Em seu estudo com professores e alunos do curso de enfermagem, com uso de óleo essencial de lavanda e de ylang-ylang, Dias, Domingos e Braga (2019) demonstraram efetividade parcial da aromaterapia com óleo essencial de lavanda e ylang-ylang para ansiedade e estresse de professores de enfermagem. É necessário ressaltar ainda que se indica que os resultados para ansiedade foram maiores que o estresse e o uso de óleo essencial de ylang-ylang na concentração de 3% aplicados via dérmica e olfativa apresentaram melhores resultados que a sinergia utilizada

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A enfermagem é uma das profissões que mais se dedica ao uso de aromaterapia para o cuidado dos seus clientes e também para o seu autocuidado. O reflexo disso são os resultados obtidos nos estudos citados, nos quais demonstram o uso da aromaterapia como alternativa no tratamento de doenças e sintomas dos clientes e dos profissionais enfermeiros.

Com isso, os benefícios de tratamentos não farmacológicos como a aromaterapia são importantes para uma recuperação de qualidade, promovendo ao paciente medidas alternativas e eficazes para sua reabilitação hospitalar e emocional. Foi possível perceber também a importância do uso desse método não farmacológico para com os profissionais de enfermagem, que em sua maioria passa por estresse e ansiedade relacionados à vida cotidiana e ao trabalho, além de síndromes ocasionadas pelo excesso de trabalho, como por exemplo.: a Síndrome de Burnout.

É imprescindível ressaltar que, o estudo demonstrou com eficiência a importância e a eficácia do uso da aromaterapia nos cuidados de enfermagem, uma vez que trouxe evidências significativas do uso dessa prática integrativa em gestantes em trabalho de parto, em clientes acometidos por diversos tipos de dor, estresse e ansiedade, além do uso para o auto cuidado dos profissionais de enfermagem, demonstrando que a aromaterapia é uma aliada efetiva para os cuidados de enfermagem. Assim demonstrando a importância desse estudo para que se tenha a disseminação ainda maior da aromaterapia e de seus benefícios.

Para isso é necessário ainda que se tenha uma ampliação dos estudos a cerca desta temática, bem como disseminar informações sobre sua eficácia e benefícios do uso da aromaterapia para com os profissionais que prestam assistência e também para o uso dos próprios profissionais, uma vez que percebe-se ainda poucos estudos relacionados ao tema.

REFERÊNCIAS

BARROCO, Caroline de Araújo. TOMBI, Elen Cristina Nascimento de Araújo. **Terapias alternativas em estética**. Ed. Grupo A, p. 2. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Práticas Integrativas e Complementares - plantas medicinais e fitoterapia na atenção básica. **Cadernos de atenção básica**. Brasília. Ed. Ministério da Saúde, 2018.

CATIVA NATUREZA. **História da aromaterapia**. 2024. Disponível em: <https://www.cativanatureza.com.br/historia-da-aromaterapia#:~:text=Surgimento%20de%20Aromaterapia%20Moderna,uso%20terap%C3%AAutico%20dos%20C3%B3leos%20essenciais>. Acessado em: 03/05/2024.

DIAS, Suzieli Souza. DOMINGOS, Thiago da Silva. BRAGA, Eliana Mara. Aromaterapia para a ansiedade e estresse de professores de enfermagem. **Revista de enfermagem da UFPE**. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/240179>. Acessado em: : 04/06/2024

DUARTE, Micheliana Rodrigues *et al.* Tecnologias do cuidado na enfermagem obstétrica: contribuição para o parto e nascimento. **Revista Cogitare enfermagem**. 2019. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-85362019000100318. Acessado em: 17/05/2024.

GIANI, Vitor Conti *et al.* Aromaterapia na redução dos sintomas de estresse na equipe de enfermagem: revisão integrativa de literatura. **Rev. Baiana de enfermagem**, Salvador, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/53895>. Acessado em: 01/07/2024.

MARTINS, Matheus Coelho. **Aromaterapia e seus benefícios: um guia completo**. 2024. Disponível em: <https://matheuscoelho.com.br/aromaterapia/#beneficios>, acessado em: 01/07/2024.

MASCARENHAS, Victor Hugo Alves *et al.* Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. **Acta Paul Enfermagem**. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/QPfVQVTpmczQgiL783B9bVc/?lang=pt>. Acessado em: 01/07/2024.

MENDES, Dayana Senger *et al.* Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**. Jan/Jun, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3452>. Acessado em: 04/06/2024.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa social: Teoria, método e criatividade**. Editora Vozes Limitada, v. 3, p. 114, 2011.

PIMENTEL, Mariana Machado *et al.* Tecnologias não invasivas para o alívio da dor na parturição. **Revista online de pesquisa: cuidado é fundamental**. P. 671-677, jan/dez, 2021. Disponível em: <https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/9423/pdf>.

Acessado em: 01/07/2024.

PRATA, Juliana Amaral *et al.* Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas. **Escola Anna Nery**. 2022. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ean/a/bRFmDysd7BbxKzQ6JqJxSqK/?lang=pt>. Acessado em: 04/06/2024.

SARMENTO, Sabrina Daiana Gurgel, *et al.* Non-pharmacological therapies in the relief of cardiac surgery postoperative pain: a scoping review. **Online Braz J Nurs**. 2021. Disponível em: <https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6494>. Acessado em: 04/05/2024.

SILVA, Ilisdayne Thallita Soares da *et al.* O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. 2020. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/59677>. Acessado em: 04/05/2024.

SILVA, Maria Andréia da *et al.* Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto. **Rev enferm UFPE on line**. Recife. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/237753>. Acessado em: 05/06/2024.