



REVISÃO

A eficácia da aromaterapia no alívio da dor no parto

The Aromatherapy Effectiveness in Relieving Pain in Childbirth

La eficacia de la aromaterapia para aliviar el dolor en el parto

Marcos Vinicius Monteiro da Silva¹, Tainá Carvalho Da Silva², Nadia Cristina de Lima³, Osmar Pereira dos Santos⁴, Arianne Ferreira Vieira⁵

Como citar: Silva MVM, Silva TV, Lima NC, Santos OP, Vieira AF. A eficácia da aromaterapia no alívio da dor no parto. LatinMED. 2025; 1(2): 74-8.

RESUMO

Objetivo: analisar a eficácia da aromaterapia no alívio da dor no parto segundo a literatura científica. Método: revisão bibliográfica realizada entre Janeiro e Junho de 2023 no formulário avançado da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), na Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Google Acadêmico. Para a coleta, foram utilizadas duas estruturas de busca, por meio de palavras-chave, aromaterapia: 1) enfermagem AND trabalho de parto AND aromaterapia; e 2) enfermagem AND óleos essenciais AND fitoterápicos. Resultados: A Aromaterapia permite trabalhar com diversas faixas de concentração da substância ativa escolhida. os óleos essenciais atuam em função da concentração escolhida nos aspectos físicos, mentais ou emocionais, da maior concentração para a menor. Conclusão: a utilização da aromaterapia contribui para dar suporte e aliviar a dor das parturientes, a referida prática integrativa, além de promover o relaxamento, conforto e bem-estar, reduz os níveis de ansiedade, contribuindo para a analgesia local da dor
Descriptor: Enfermagem; Trabalho de parto; Aromaterapia.

ABSTRACT

Objective: To analyze the efficacy of aromatherapy in relieving pain during childbirth according to the scientific literature. Method: literature review carried out between January and June 2023 in the advanced form of the Virtual Health Library (VHL), in the Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Google Scholar. For data collection, two search structures were used, using keywords, aromatherapy: 1) nursing AND labor AND aromatherapy; and 2) nursing AND essential oils AND herbal medicines. Results: Aromatherapy allows you to work with different concentration ranges of the chosen active substance. Essential oils act according to the concentration chosen in the physical, mental or emotional aspects, from the highest concentration to the lowest. Conclusion: the use of aromatherapy contributes to support and relieve the pain of parturients, this integrative practice, in addition to promoting relaxation, comfort and well-being, reduces anxiety levels, contributing to local pain analgesia
Descriptor: Nursing; Labor; Aromatherapy.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la eficacia de la aromaterapia en el alivio del dolor durante el parto según la literatura científica. Método: revisión bibliográfica realizada entre enero y junio de 2023 en la forma avanzada de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), en la Scientific Electronic Library Online (SCIELO) y en Google Scholar. Para la recolección de datos, se utilizaron dos estructuras de búsqueda, utilizando las palabras clave aromaterapia: 1) enfermería Y trabajo de parto Y aromaterapia; y 2) enfermería Y aceites esenciales Y hierbas medicinales. Resultados: La aromaterapia permite trabajar con diferentes rangos de concentración del principio activo elegido. Los aceites esenciales actúan según la concentración elegida en los aspectos físicos, mentales o emocionales, desde la concentración más alta hasta la más baja. Conclusión: el uso de la aromaterapia contribuye a apoyar y aliviar el dolor de las parturientas, esta práctica integradora, además de promover la relajación, el confort y el bienestar, reduce los niveles de ansiedad, contribuyendo a la analgesia local del dolor
Descriptor: Enfermería; Trabajo; Aromaterapia.

Informações dos Autores

1. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-1417-0871>
2. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0007-5676-2417>
3. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0002-6488-0241>
4. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0007-2968-0774>
5. Faculdade Evangélica de Valparaíso. Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0005-1652-6394>

Introdução

Julga – se que, a dor do parto tem um aspecto importante e diferenciado de acordo com cada sociedade, uma vez que é influenciada por fatores biológicos, culturais, socioeconômicos e emocionais. O medo de sentir dor é muito difundido pelas mulheres atualmente. Em algumas, a dor do parto é bastante intensa, sofrida, desgastante e aterrorizante.¹ Visto que muitas buscam alternativas para amenizar a dor, a aromaterapia é uma opção segura, de fácil custo-benefício para ajudar no processo do parto, pois consiste na utilização de óleos essenciais na prevenção ou no tratamento de diversas afecções humanas. No trabalho de parto, pode ser aplicada para o alívio da dor e ansiedade.²

É importante entender o significado das expectativas e experiências referentes ao momento do parto para cada paciente. Para alguns, a dor do parto significa sofrimento, e a analgesia a salvação. Para outras, por outro lado, significa a "verdadeira maternidade". Assim, seria interessante que a equipe multidisciplinar envolvida no parto, ao se utilizar da analgesia e da cesariana, considerasse a individualidade de cada paciente e não tomasse determinada conduta como rotineira, uma vez que cada parturiente está permeada por sua visão específica do mundo.¹

O uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vem recebendo destaque mundial, sobretudo por estar sendo estimulado pela própria Organização Mundial de Saúde (OMS). No Brasil, o uso de algumas dessas terapias tem sido respaldado pelo SUS por meio da Portaria n.º 971, que regulamenta e incentiva a adoção dessas técnicas nas unidades de atendimento dos Estados, Municípios e no Distrito Federal.³ A aromaterapia pode ser concebida como uma prática complementar proposta como alternativa para tratar diversos agravos à saúde, uma vez que o crescimento mundial de pesquisas científicas indica a efetividade do uso dos óleos essenciais por meio do seu emprego racional e sustentável, demonstrando perspectivas positivas para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida.⁴

A aromaterapia tem se caracterizado como uma estratégia da medicina complementar utilizada para o alívio da dor no TP, visto que o manejo da dor é um dos objetivos principais do cuidado intraparto nos serviços de obstetria. Entretanto, seu crescente uso na assistência obstétrica brasileira, em grande medida, não é guiado por protocolos institucionais, devido à escassez de trabalhos nacionais sobre a temática.²

Diante do exposto, sabe – se que, o desenvolvimento de pesquisas sobre o tema e a elaboração de protocolos hospitalares, baseados nas evidências científicas disponíveis, podem nortear os profissionais que desejam implantar a aromaterapia e aplicar OE no processo parturitivo de forma segura e eficaz.²

Assim, este estudo tem por objetivo analisar a eficácia da aromaterapia no alívio da dor no parto segundo a literatura científica.

Método

Refere-se à revisão bibliográfica realizada entre janeiro e junho de 2023. Como questão de pesquisa, foi definida-se: Qual a eficácia da Aromaterapia no alívio da dor no parto segundo a literatura científica?

A coleta de dados foi realizada entre Janeiro e Junho de 2023 no formulário avançado da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), na *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e *Google Acadêmico*. Para a coleta, foram utilizadas duas estruturas de busca, por meio de palavras-chave, aromaterapia: 1) enfermagem AND trabalho de parto AND aromaterapia; e 2) enfermagem AND óleos essenciais AND fitoterápicos.

Foram incluídos artigos escritos em língua portuguesa (Brasil), disponíveis online e na íntegra e envolvendo serviços de medicina integrativa e complementar.

Após leitura inicial dos títulos e resumos dos materiais encontrados, foram selecionados aqueles que atenderam os critérios de elegibilidade. Posteriormente, foi realizada a leitura dos artigos pré-selecionados na íntegra sendo novamente avaliados quanto aos critérios de inclusão e exclusão, obtendo-se assim a amostral final dessa revisão.

Dessa amostra, as seguintes variáveis foram extraídas: Ano de publicação, objetivo, resultados e conclusão. Essas informações foram coletadas de cada artigo e inseridas em um banco de dados do Microsoft Excel, compondo o quadro sinóptico dessa revisão.

A variável ano de publicação foi analisada por meio de frequência absoluta (n) e relativa (%); e o objetivo, resultados e conclusão foram submetidos a análise temática.

Resultados e Discussão

A utilização de métodos não farmacológicos de alívio da dor também faz parte do cuidado da enfermagem obstétrica, independentemente do local de nascimento. A aromaterapia é uma PIC que utiliza concentrados voláteis extraídos de plantas, denominados Óleos Essenciais (OE), que são compostos químicos naturais, complexos e altamente voláteis caracterizados por um forte aroma e produzidos como metabólitos secundários de plantas aromáticas.⁵

A ação de um óleo essencial no organismo vai depender das vias pelas quais as moléculas são administradas, podendo ocorrer por inalação, ingestão ou vias cutâneas. Quando o contato é feito por inalação, as moléculas de OE estimulam os nervos olfativos que, por sua vez, têm ligação direta com o Sistema Límbico, responsável pelas emoções, sentimentos e impulsos motivacionais. A “memória olfativa” resulta de um processo olfativo de identificação, um aroma específico associando-o a eventuais memórias desencadeadas pelo Sistema Límbico.⁵

Os OE possuem uma composição química complexa, podendo ter de 20 a 200 substâncias derivadas principalmente da classe dos terpeno.⁶ Ao aplicar o OE, por meio da inalação ou da via cutânea, algumas moléculas terpenicas ocupam os receptores, estimulando-os e excitando-os a um nível em que eles se tornam dessensibilizados, atenuando fortemente a dor. Estes óleos agem localmente contra a dor e também no sistema nervoso central.⁶ Pode-se dizer, então, que a aromaterapia é uma estratégia alternativa e útil para controle da dor, além de possuir baixo custo quando comparada a outros métodos e ser de aplicação fácil e pouco invasiva

A Teoria que provavelmente se relaciona com a Aromaterapia é a Teoria do Conforto, descrita por Katharine Kolcaba. Para este teórico, o Enfermeiro deve avaliar e identificar as necessidades de conforto do paciente nas esferas física, psicoemocional, social e ambiental, que não estão sendo atendidas, propondo uma intervenção que inclua atender às necessidades individuais de forma holística⁴. Nesse sentido, a Aromaterapia pode atuar como uma intervenção de Enfermagem para melhorar o conforto do paciente de sua família ou comunidade, tanto no manejo das áreas psicofísica, emocional e ambiental, promovendo alívio, tranquilidade e transcendência que resultam em um estado de bem-estar. ser. A dor física pode ser aliviada através do uso ambiental de óleo de cravo (*Syzygium aromaticum*), por exemplo, que também possui propriedades antissépticas.⁵

Um estudo baseado em outro ECR com parturientes, aplicou a aromaterapia com lavanda no GE, as parturientes recebiam uma combinação de 0,1 ml de óleo de lavanda

e 1 ml de água destilada em tecidos colocados próximo a suas narinas. Apesar da percepção de dor ter diminuído no grupo do aroma, não trouxe influências quanto a duração do TP. Tal desfecho ocorre devido ao fato de o óleo reduzir hormônios estressores e induzir a secreção de β -endorfinas, importantes no controle da dor.⁷

A Aromaterapia permite trabalhar com diversas faixas de concentração da substância ativa escolhida. Os óleos essenciais atuam em função da concentração escolhida nos aspectos físicos, mentais ou emocionais, da maior concentração para a menor, respectivamente. Assim, a dosagem escolhida foi definida em função do foco desta pesquisa, que é aliviar a dor no parto -pequena concentração dos princípios ativos presentes nos óleos essenciais, suficientes apenas para estimular os sensores olfativos e acessar as memórias emocionais, que se encontram no Sistema Límbico.⁹

Com o objetivo de diminuir a dor do parto, um hospital no Irã utilizou a aromaterapia com a essência *C. aurantium*, por meio de difusão ambiental, com relatos de satisfação das gestantes no sentido de promover tranquilidade, pois sua ação mobiliza o sistema límbico. Cruz e outros, consideraram a aromaterapia como um método de baixo custo, não invasivo, de fácil aplicação e sem efeitos colaterais para a mãe e o recém-nascido.⁸

Considerações Finais

A utilização da aromaterapia contribui para dar suporte e aliviar a dor das parturientes, a referida prática integrativa, além de promover o relaxamento, conforto e bem-estar, reduz os níveis de ansiedade, contribuindo para a analgesia local da dor, porém estudos acerca dos aspectos como via de aplicação, dosagem e efeitos colaterais dos óleos essenciais precisam ser perscrutados.

Agradecimento

Esse estudo foi financiado pelos próprios autores.

Referências

1. Ruano R, Prohaska C, Tavares AL, Zugaib M. Dor do parto: sofrimento ou necessidade?. Rev Assoc Med Bras [Internet]. 2007Sep;53(5):384-. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0104-42302007000500009>
2. Karasek G, Laia da Mata JA, Vaccari A. O uso de óleos essenciais e aromaterapia no trabalho de parto. Rev Cuid [Internet]. 14 de julho de 2022 [citado 10 de junho de 2023];13(2). Disponible en: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/2318>
3. Gnatta JR, Dornellas EV, Silva MJP. The use of aromatherapy in alleviating anxiety. Acta Paul Enferm [Internet]. 2011 [cited 2023 May 15];24(2):257-63. Available from: http://www.scielo.br/pdf/ape/v24n2/en_16.pdf
4. Carvalho BG, Peduzzi M, Mandú ENT, Ayres JRCM. Work and Inter-subjectivity: a theoretical reflection on its dialectics in the field of health and nursing. Rev Latino Am Enfermagem [Internet]. 2012 [cited 2023 JUN 12];20(1):19-26. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692012000100004
5. 1. Gnatta JR, Kurebayashi LFS, Turrini RNT, Silva MJP da. Aromaterapia e enfermagem: concepção histórica e teórica. Rev enferm USP [Internet]. 2016fev;50(1):127-33. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-623420160000100017>
6. Baudoux D. O grande manual da aromaterapia. 1ed. Belo Horizonte: Lazlo; 2018.
7. Mascarenhas VHA, Lima TR, Silva FMD e, Negreiros F dos S, Santos JDM, Moura MÁP, et al.. Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. Acta paul

enferm [Internet]. 2019May;32(3):350-7. Available from: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201900048>

8. Cabral BTV, Rocha MC dos S, Almeida VR de M, Petrônio CCAD, Azevedo IC de, Martins QCS, et al.. Non-pharmacological measures for pain relief in childbirth: a systematic review. Rev Bras Saude Mater Infant [Internet]. 2023;23:e20210439. Available from: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202300000439-en>

9. Gnatta, Juliana Rizzo, Dornellas, Eliane Vasconcellos e Silva, Maria Júlia Paes daO uso da aromaterapia no alívio da ansiedade. Acta Paulista de Enfermagem [online]. 2011, v. 24, n. 2 [Acessado 14 Outubro 2022], pp. 257-263. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-21002011000200016>>. Epub 14 Out 2011. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002011000200016>

Marcos Vinicius Monteiro Da Silva

Rua Acre, Quadra 02. Lotes 17/18 s/n. CEP: 72876-241- Setor de Chácra, R. Anhanguera, Valparaíso de Goiás, Goiás, Brasil.

marques-sm@hotmail.com

Recebido: 19/01/25

Aceito: 18/03/25