

ACERCA DE PESQUISAS EM AROMATERAPIA: USOS E BENEFÍCIOS À SAÚDE

**Maria Aparecida do Nascimento Silva, Odete Pereira Coelho,
Patrícia Regina Neves, Ana Rosa Lins de Souza, Graziela Batista da Silva,
Edmir Vicente Lamarca**

¹Universidade Ibirapuera
Av. Interlagos, 1329 - São Paulo - SP
edmirvicente18@gmail.com

Resumo

Aromaterapia é uma técnica milenar, a qual utiliza óleos essenciais extraídos de diversas partes de plantas aromáticas. Fez-se aqui, por meio de revisão da bibliografia científica, a quantificação de registros em aromaterapia, descrevendo também em detalhes informações referentes aos usos e benefícios à saúde. Os registros científicos foram agrupados quanto ao período de publicação e nas seguintes categorias: I - aromaterapia e os aspectos históricos; II - aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade; III - aromaterapia associada à massagem e autoestima; e IV - aromaterapia envolvida no uso clínico e hospitalar. Como resultados observa-se que os períodos de publicação de maior frequência foram de 2007 a 2009, seguido de 2013 a 2015. Os períodos de menor frequência foram de 2010 a 2012, seguido de 2016 a 2017. Já as categorias mais frequentes foram também as descritas de forma detalhada, sendo as categorias II e IV. Por meio dos resultados descritivos, verifica-se que a aromaterapia é utilizada em diversas áreas da saúde e mostra-se como uma técnica e uma ciência em ascensão. Pesquisas de revisão permitem a quantificação e junção de diversas informações sobre determinado tema, como visto para aromaterapia, podendo proporcionar o direcionamento para novas pesquisas e o desenvolvimento de novas tecnologias.

Palavras-chaves: Nicotina; Enfermo Terminal; Neoplasias Pulmonares.

Abstract

Aromatherapy is an ancient technique, which uses essential oils extracted from various parts of aromatic plants. The quantification of records in aromatherapy has been made here, through a review of the scientific bibliography, also describing in detail information referring to uses and health benefits. The scientific records were grouped for the period of publication and in the following categories: I - aromatherapy and historical aspects; II - aromatherapy in the reduction of stress and anxiety; III - aromatherapy associated with massage and self-esteem; and IV - aromatherapy involved in clinical and hospital use. As a result the most frequent publication periods were from 2007 to 2009, followed by 2013 to 2015. The lowest frequency periods were from 2010 to 2012, followed by 2016 to 2017. The most frequent categories were also those described in detail, being categories II and IV. Through the descriptive results, it is verified that aromatherapy is used in several areas of health and shows itself as a technique and a science on the rise. Revision research allows the quantification and joining of diverse information on a certain theme, as seen for aromatherapy, being able to provide the direction for new researches and the development of new technologies. .

Keywords: Aromatic plants; Integrative Practices; Health promotion; Natural therapy.

1. Introdução

A aromaterapia é uma técnica milenar utilizada primeiramente pelos antigos egípcios em várias práticas, tais como, higienização, massagens, mumificação, banhos purificantes e relaxantes, dentre outras. Tal técnica utiliza-se de óleos essenciais extraídos de diversas partes de plantas aromáticas, por meio de destilação, infusão, maceração, decocção, entre outras. Sua administração pode ser por via oral, de forma inalatória, ou por via cutânea, promovendo assim o bem-estar e o equilíbrio na saúde do ser humano (SACCO et al., 2015).

Essa prática encontra-se consagrada em diversos países como, por exemplo, Inglaterra, França e Estados Unidos. No Brasil várias práticas terapêuticas já haviam sido contempladas no Sistema Único de Saúde (SUS), porém, a aromaterapia ainda não (GNATTA et al., 2016). Todavia, recentemente foi ampliada a regulamentação de práticas integrativas e complementares no SUS e desta vez a aromaterapia fora contemplada, como visto pela Portaria n. 702, de 21 de março de 2018 (BRASIL, 2018). A regulamentação da prática de aromaterapia já se contemplava na esfera municipal, como visto na cidade de São Paulo pela Lei n. 13.717, de 8 de janeiro de 2004, que dispõe sobre a implantação das terapias naturais na Secretaria Municipal de Saúde, envolvendo profissionais terapeutas na promoção e prevenção de saúde (SÃO PAULO, 2004).

De acordo com René Maurice Gattefossé, químico francês, o qual criou o termo Aromaterapia, após uma descoberta acidental, ou seja, ao queimar a mão e emergi-la em um vasilhame contendo óleo de lavanda, observou a melhora na cicatrização e ação anti-inflamatória. Para este autor, a aromaterapia é considerada benéfica por sua ação produzida pelas substâncias químicas contidas nos óleos essenciais de plantas (DOMINGOS & BRAGA, 2013; PAGANINI & FLORES E SILVA, 2014).

A busca pelo bem-estar e qualidade de vida é construída a partir de algumas práticas que promovam a saúde, dentre elas a aromaterapia, com intuito de promover cuidados de integralidade ao indivíduo em seus aspectos biopsicossociais, ou seja, físico, mental e social (PAGANINI & FLORES E SILVA, 2014).

Sabe-se que a doença quando instalada no organismo, altera o equilíbrio físico, biológico, mental e social do indivíduo. O benefício da aromaterapia pode trazer equilíbrio ao organismo (PAGANINI & FLORES E SILVA, 2014). Lyra et al. (2010) aponta o estresse e a ansiedade

como fatores capazes de promover desequilíbrios no organismo, gerando agravos emocionais no decorrer da vida, e relata que a utilização da aromaterapia oferece resultados satisfatórios em relação à diminuição dos níveis de estresse e ansiedade.

Assim, é de grande interesse que novas pesquisas sejam feitas a fim de promover uma abordagem a respeito de manejos e práticas do uso de óleos essenciais através da aromaterapia, como um método terapêutico (GNATTA et al., 2011a). Desta forma, mostra-se a importância de estudos que registrem informações sobre a ação da aromaterapia e enfatizem a adesão de seus benefícios terapêuticos (PAGANINI & FLORES E SILVA, 2014).

Diversos estudos já foram realizados com o tema aromaterapia, como visto na pesquisa realizada por Brito et al. (2013), o qual aborda sobre as primeiras práticas do uso de óleos essenciais, relatando as diversas finalidades de uso, bem como o tratamento de doenças, higiene, massagem e conservação. Sacco et al. (2015) verificaram que pesquisas em aromaterapia têm sido cada vez mais apontadas como uma prática relevante, por sua contribuição em muitos problemas de saúde e no equilíbrio do organismo humano. Bakhtiari et al. (2019) analisaram o efeito da aromaterapia com lavanda em mulheres no pós-menopausa. O estudo mostrou que a aromaterapia por inalação de óleo essencial de lavanda pode melhorar a qualidade de vida de mulheres na pós-menopausa, com reduções de complicações e de sintomas físicos e psicológicos.

Domingos & Braga (2013) descrevem sobre o uso da aromaterapia na busca por práticas alternativas que possam diminuir possíveis sinais patológicos e promover a qualidade de vida. Em seu estudo, relatam que a aromaterapia se encaixa nesse âmbito, sendo positiva em seus efeitos com ação fisiológica, emocional e em propriedades terapêuticas quando aplicadas aos cuidados holísticos à saúde. Özlü & Bilican (2017) destacam a eficiência da massagem associada à aromaterapia na melhoria do sono em mulheres de meia idade e em pacientes de UTI pós-cirúrgico. Nas últimas décadas alavancaram as pesquisas científicas sobre aromaterapia, tornando possível fazer ligação entre o empírico e científico, sendo a aromaterapia de grande relevância à saúde (KOO, 2017).

No que se trata dos possíveis efeitos adversos da prática em aromaterapia, pode-se descrever o uso inadequado dos óleos essenciais, levando à ocorrência de possíveis reações indesejadas. É importante abordar sobre os fatores que possam colocar em risco a saúde do indivíduo com o uso inadequado da aromaterapia. Assim, faz-se por

relevância a aplicação de testes de sensibilidade antes de seu uso, a fim de evitar possíveis manifestações alérgicas (DOMINGOS & BRAGA, 2015). Vale salientar ainda que não é indicada a terapia através de óleos para indivíduos que apresentem reações alérgicas, e também para gestantes e pacientes que fazem uso de medicamentos, por exemplo, para arritmia e para perda cognitiva (DOMINGOS & BRAGA, 2014). Contudo, sobre o uso da terapia em gestantes, estudo realizado por Chen et al. (2017) registra que a massagem de aromaterapia durante a gestação, mostra-se como um fator benéfico para o sistema imunológico e para a redução dos níveis de estresse, ressaltando em tal estudo, que a aplicação deve ser realizada por profissionais qualificados. Todavia, mesmo com os avanços científicos, nota-se que é de grande importância a necessidade de mais estudos para a recomendação e aplicação de tal terapia em gestantes.

O profissional responsável por exercer a prática em aromaterapia deve ter conhecimento sobre a aplicação e sobre o funcionamento no organismo, mantendo a qualidade e verificando as condições em que se encontram os óleos essenciais a serem utilizados. A falta de manejo adequado pode comprometer os resultados esperados e causar danos à saúde (PAGANINI & FLORES E SILVA, 2014).

Como já enfatizado, sabe-se que a aromaterapia pode contribuir para o bem-estar físico, entretanto, há carência de estudos que relacionem seu padrão de aplicação, ou seja, o tempo de exposição aos óleos essenciais e a duração do tratamento e a dosagem correta, sendo de grande importância o domínio da técnica exercida pelo profissional (LYRA et al., 2010). Corroborando com o mesmo pensamento, Domingos & Braga (2013) fazem um questionamento em relação à necessidade de estudos que abordem a ação efetiva e a segurança na aplicação da aromaterapia.

Sob esse contexto, faz-se necessária a realização de estudos que registrem as práticas terapêuticas, aspectos históricos, bem como os cuidados e os benefícios associados ao uso da aromaterapia, além da quantificação e agrupamento de informações disponíveis na literatura científica. Diante do exposto, por meio de revisão bibliográfica, o presente estudo teve como objetivo fazer uma análise quantitativa de registros científicos envolvendo aromaterapia, descrevendo também, em detalhes, informações referentes aos seus usos e benefícios à saúde humana.

2. Metodologia

Foi realizada revisão bibliográfica de periódicos acadêmicos disponíveis nas bases de dados “Google Acadêmico” (<https://scholar.google.com.br>), “SciELO” (<http://www.scielo.org/php/index.php/>) e “PubMed” (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>), com o intuito de obter registros científicos sobre aromaterapia. Para tanto, foram selecionados os artigos em que o termo aromaterapia estivesse presente no título. O período pesquisado foi de janeiro de 2007 a agosto de 2017 (referências, ver Tabela 1). Metodologia adaptada de Lamarca et al. (2013). Os critérios para inclusão dos registros científicos foram: artigo científico, nota técnica ou científica e resumo expandido, idioma português ou inglês, período de publicação pesquisado e presença do termo no título. Os critérios para exclusão foram: não ser artigo científico, nota técnica ou científica e resumo expandido, não estarem no idioma português ou inglês, não estar dentro do período de publicação pesquisado e não ter a presença do termo no título da publicação.

Após o levantamento bibliográfico, os registros científicos foram agrupados quanto ao período de publicação, sendo estes agrupados da seguinte maneira: de 2007 a 2009; de 2010 a 2012; de 2013 a 2015; e de 2016 a 2017. Os registros científicos foram agrupados também nas seguintes categorias, nomeadas como I, II, III e IV, sendo: I - aromaterapia e os aspectos históricos; II - aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade; III - aromaterapia associadas à massagem e autoestima; e IV - aromaterapia envolvida no uso clínico e hospitalar. Cabe destacar que tais categorias foram criadas depois de observações prévias aos registros científicos.

Com esses dados supracitados, ou seja, dos períodos de publicação e das categorias I, II, III e IV, foram calculadas distribuições de frequências. O cálculo da distribuição de frequência adaptou-se do estudo de Ribeiro Júnior (2004). As duas categorias referentes aos estudos em aromaterapia que apresentaram maior frequência foram selecionadas como temas para descrição, vislumbrando maior detalhamento das informações referentes à aromaterapia.

Tabela 1. Registros científicos sobre aromaterapia, obtidos por meio de revisão bibliográfica dos portais de busca Google Acadêmico, SciELO e PubMed. Período pesquisado compreendido entre janeiro de 2007 a agosto de 2017. Apresentados em ordem cronológica. Dados utilizados para as análises de distribuições de frequência.

Ano de Publicação: 2007; 2008; 2009.

Número de Registros: 36

[Buckle](#) (2007); [Cooke et al.](#) (2007); [Hur](#) (2007); [Kim](#) (2007); [Kim et al.](#) (2007); [Kunz et al.](#) (2007); [Lin et al.](#) (2007); [Shin & Lee](#) (2007); [Wilkinson et al.](#) (2007); [Cooksley](#) (2008); [Followers et al.](#) (2008); [Frank](#) (2008); [Holm & Fitzmaurice](#) (2008); [Howard & Hughes](#) (2008); [Hur et al.](#) (2008); [Nguyen & Paton](#) (2008); [Martin](#) (2008); [McCaffrey](#) (2008); [Shina et al.](#) (2008); [Smith & Kyle](#) (2008); [Takeda et al.](#) (2008); [Burje et al.](#) (2008); [Van & Janca](#) (2008); [Henle](#) (2009); [Herz](#) (2009); [Imanishi](#) (2009); [Jimbo et al.](#) (2009); [Lakshmi & Srinivas](#) (2009); [Möllmann](#) (2009); [Potts](#) (2009); [Seo](#) (2009); [Setzer](#) (2009); [Steffitsch](#) (2009); [Wigham](#) (2009); [Yim et al.](#) (2009); [Zwick & Wiegand](#) (2009).

Ano de Publicação: 2010; 2011; 2012.

Número de Registros: 15

[Krikova et al.](#) (2010); [Lyra et al.](#) (2010); [Tillet & Ames](#) (2010); [Tsang & Ho](#) (2010); [Luz-Bissmaier](#) (2011); [Gnatta et al.](#) (2011a); [Gnatta et al.](#) (2011b); [Smith et al.](#) (2011); [Apsy et al.](#) (2012); [Fung et al.](#) (2012); [Hines et al.](#) (2012); [Lus & Zacaria](#) (2012); [O'Flaherty et al.](#) (2012); [Perry et al.](#) (2012); [Posadzki et al.](#) (2012).

Ano de Publicação: 2013; 2014; 2015.

Número de Registros: 28

[Adachi et al.](#) (2013); [Agnew et al.](#) (2013); [Bagheri-Nesami et al.](#) (2013); [Brito et al.](#) (2013); [Cordell & Buckle](#) (2013); [Domingos & Braga](#) (2013); [Igarashi](#) (2013); [Hunt et al.](#) (2013); [Satou et al.](#) (2013); [Sibbritt](#) (2013); [Takeda et al.](#) (2013); [Uldry](#) (2013); [Cing](#) (2014); [Domingos & Braga](#) (2014); [Esposito et al.](#) (2014); [Katoulla et al.](#) (2014); [Paganini & Flores e Silva](#) (2014); [Gnatta et al.](#) (2014); [Sadeghi et al.](#) (2014); [Sogno & Lalloz](#) (2014); [Tang & Tse](#) (2014); [Ueki et al.](#) (2014); [Domingos & Braga](#) (2015); [Hwang & Shin](#) (2015); [Lus et al.](#) (2015); [Mattos et al.](#) (2015); [Sacco et al.](#) (2015); [Watanabe & Shin](#) (2015).

Ano de Publicação: 2016; 2017.

Número de Registros: 10

[Domic et al.](#) (2016); [Franco et al.](#) (2016); [Johnson et al.](#) (2016); [Gnatta et al.](#) (2016); [Seyyed-Rasooli et al.](#) (2016); [Turfan & Ozdemir](#) (2016); [Chen et al.](#) (2017); [Kog](#) (2017); [Lee et al.](#) (2017); [Özlu & Bilican](#) (2017).

3. Resultados e discussão

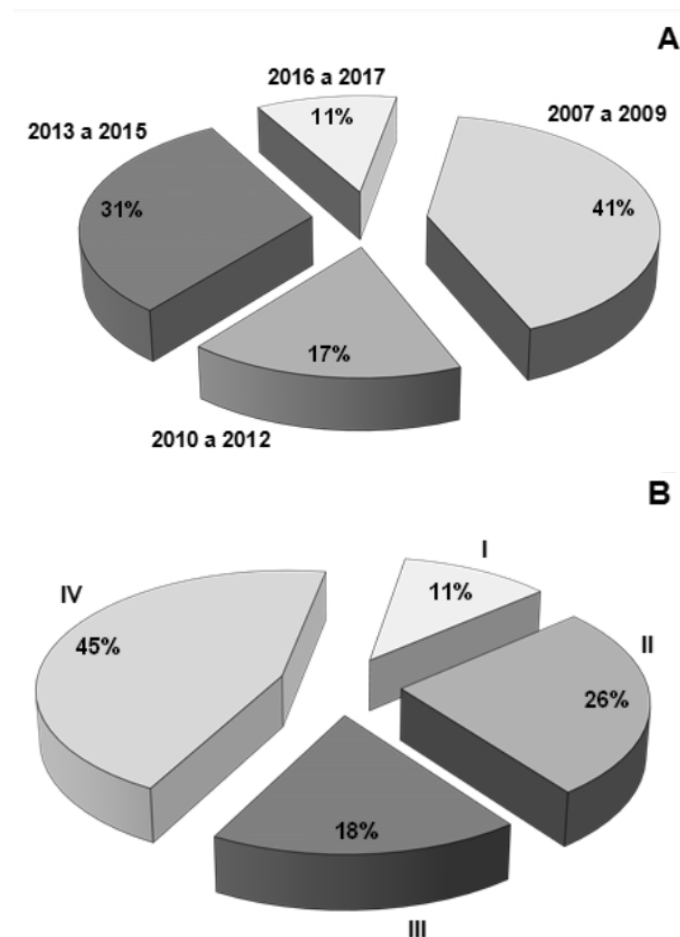
Análise quantitativa – após a realização do levantamento bibliográfico de artigos científicos sobre aromaterapia verificou-se uma ampla diferença entre os valores de frequência para o período de publicação e para as categorias I, II, III e IV dos estudos em aromaterapia (Figura 1). Como já explanado, os registros científicos foram organizados em relação ao período de publicação, sendo para este, a distribuição de frequência organizada da seguinte maneira: de 2007 a 2009; de 2010 a 2012; de 2013 a 2015; e de 2016 a 2017 (Figura 1A), enfatizando que o período pesquisado foi de janeiro de 2007 a agosto de 2017. Além dessa classificação, os registros científicos foram organizados nas seguintes categorias: I - aromaterapia e os aspectos históricos; II - aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade; III - aromaterapia associada à massagem e autoestima; e IV - aromaterapia envolvida no uso clínico e hospitalar. Estas categorias também foram apresentadas na forma de distribuição de frequência (Figura 1B).

Para os períodos de publicação, verificaram-se maiores valores para o período de 2007 a 2009, com frequência de 41%. Para o período de 2010 a 2012 verificou-se uma frequência de 17%, para o período de 2013 a 2015 verificou-se uma frequência de 31%, e para o período de 2016 a 2017 verificou-se uma frequência de 11% (Figura 1A). Observa-se que as pesquisas envolvendo aromaterapia apresentam uma distribuição heterogênea ao longo dos anos de publicação, uma vez que se verificaram valores maiores para 2007 a 2009 e para 2013 a 2015, os quais foram intercalados por valores menores, ou seja, de 2010 a 2012 e de 2016 a 2017 (Figura 1A).

A tabela 1 apresenta as referências bibliográficas dos registros científicos sobre aromaterapia e os números absolutos do total de registros obtidos para os períodos de publicação, sendo: 36 registros de 2007 a 2009; 15 registros de 2010 a 2012; 28 registros de 2013 a 2015; e 10 registros de 2016 a 2017. Cabe ainda ressaltar que para este último, os valores absolutos e consequentemente os de frequência foram menores provavelmente devido a menor quantidade de período (ano) registrado.

Para a análise envolvendo as categorias dos estudos em aromaterapia, verificou-se que a categoria I, ou seja, a qual representa estudos em aromaterapia e os aspectos históricos apresentou uma frequência de 11%; a categoria II, a qual representa os estudos em aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade apresentou uma frequência de 26%; a categoria III, a qual representa os es-

tudos em aromaterapia associados à massagem e autoestima apresentou uma frequência de 18%; e a categoria IV, a qual representa os estudos em aromaterapia envolvidos no uso clínico e hospitalar apresentou uma frequência de 45% (Figura 1B)



A obtenção de tais categorias ocorreu por meio da organização do levantamento bibliográfico, apresentado na tabela 1. Para a obtenção da categoria I foram quantificados os estudos que abordavam sobre os aspectos históricos, os estudos de revisão, a aplicabilidade do óleo e entre outros. Para a obtenção da categoria II foram quantificados os estudos que abordavam assuntos como estresse, ansiedade, aspectos psicológicos, depressão etc.. Para a obtenção da categoria III foram quantificados os estudos que abordavam sobre a autoestima, massagem, relaxamento, qualidade de vida e bem-estar e entre outros. Para a obtenção da categoria IV foram quantificados os estudos que abordavam sobre descrições de uso contra a dor, diversas patologias, queimaduras, feridas, doenças como câncer, infarto, Alzheimer e outras.

Em alguns casos o mesmo registro científico foi quantificado em mais de uma categoria, sendo o total de 15

artigos para a categoria I, 35 para a categoria II, 25 para a categoria III e 62 para a categoria IV. Como visto, tanto pela distribuição de frequência (Figura 1B), como pelos valores absolutos, as categorias II e IV foram as mais representativas nos estudos em aromaterapia, desta forma os temas que constituem tais categorias foram os selecionados para uma descrição mais detalhada.

Diversos são os estudos de revisão em aromaterapia, como os descritos a seguir: Buckle (2007) realizou uma revisão de literatura sobre o uso da aromaterapia na área da enfermagem; Yim et al. (2009) realizaram uma revisão sobre os efeitos da aromaterapia em pacientes com sintomas de depressão; Fung et al. (2012) realizaram uma revisão sistemática do uso da aromaterapia no tratamento de problemas comportamentais e demência; Lua & Zakaria (2012) realizaram uma breve revisão das evidências científicas atuais que envolvem o uso da aromaterapia para sintomas de náuseas e vômitos; Posadzki et al. (2012) realizaram uma revisão sistemática dos efeitos adversos da aromaterapia; Perry et al. (2012) verificaram por meio de revisão sistemática a eficácia da lavanda na redução do estresse e ansiedade; Domingos & Braga (2013) realizaram uma revisão integrativa sobre aromaterapia e ansiedade. Assim como realizado no presente trabalho e também nos estudos supracitados, as pesquisas de revisão podem promover a quantificação e junção de diversas informações sobre determinado assunto, como visto em aromaterapia, podendo proporcionar o norteamento e subsídios para novas pesquisas e desenvolvimento de novas tecnologias.

Descrições sobre aromaterapia – após a análise quantitativa, verificou-se que as categorias II e IV, ou seja, sendo respectivamente, aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade e aromaterapia envolvida no uso clínico e hospitalar, foram as mais frequentes, assim, foram escolhidas para maior detalhamento descritivo. Abaixo são apresentados de forma cronológica alguns dos estudos que foram agrupados nas categorias II e IV.

Aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade – diversos são os estudos presentes na literatura científica que exaltam sobre aromaterapia na diminuição de estresse e ansiedade, sendo estes trabalhos relevantes para tratar de questões pertinentes à saúde humana, como vistos a seguir:

- Yim et al. (2009) realizaram pesquisas sobre o efeito da aromaterapia em pacientes acometidos com câncer e com sintomas depressivos. A aplicação terapêutica se deu através de sessões de massagem associada a óleos essen-

ciais em um período aproximado de 30 dias, no qual surtiu efeitos satisfatórios, diminuindo sinais estressantes e melancólicos desses pacientes.

- Lyra et al. (2010) abordaram sobre a eficácia da aromaterapia como método terapêutico a ser aplicado na redução de sinais de estresse e ansiedade em alunos de graduação da área de saúde, mostrando evidências satisfatórias.

- Gnatta et al (2011a) verificaram o uso da aromaterapia na melhora da autoestima, submetendo trabalhadores de um hospital a técnica aromática por meio inalatório dos óleos essenciais de rosas e ylang ylang. Seus resultados indicam a necessidade de mais estudos sobre esse assunto.

- Gnatta et al. (2011b) avaliaram a contribuição da aromaterapia no alívio da ansiedade, comparando os efeitos dos óleos calmantes de lavanda e gerânio em estudantes do curso de enfermagem. Seus resultados foram satisfatórios, sendo o óleo essencial de lavanda como o mais expressivo na diminuição da ansiedade.

- Domingos & Braga (2013) realizaram um estudo de revisão quanto ao uso da aromaterapia como método terapêutico aplicado para diminuir a ansiedade. Os autores registraram o uso de aromaterapia em diversas áreas, tais como a oncologia, pediatria e cosmologia, com grande aceitação e benefícios à saúde.

- Gnatta et al. (2014) abordaram o efeito da aromaterapia, utilizando o óleo essencial de ylang ylang na intenção de surtir possíveis modificações da ansiedade e autoestima em profissionais da área da enfermagem. Sua aplicação se deu através do sistema respiratório e aplicação dérmica. Os autores salientam a necessidade de padronização de um método quanto à dose e ao tempo de contato com os óleos essenciais.

- Paganini & Flores e Silva (2014) verificam a contribuição da aromaterapia no combate ao estresse. Analisando as informações sobre as diversas formas de aplicação do método terapêutico, considerando a aromaterapia como prática alternativa no tratamento da diminuição de estresse, visto que de uma forma ampla pode alcançar o bem-estar.

- Sacco et al. (2015) realizaram uma pesquisa de revisão registrando o uso da aromaterapia por meio do uso dos óleos essenciais na diminuição dos níveis de estresse. Os autores mostram que aromaterapia se engaja como meio de propiciar cuidado à saúde de forma integral, favorecendo uma melhor qualidade de vida.

- Domingos & Braga (2015) pesquisaram o efeito da aromaterapia associada à massagem sobre a ansiedade de pacientes com diagnóstico de transtorno de personalidade em internação psiquiátrica. Os autores ressaltam que houve uma interação significativa para os pacientes resultando na diminuição da ansiedade, todavia, descrevem a necessidade de novos estudos.

Aromaterapia no uso clínico e hospitalar – neste tópico abordam-se os estudos que envolvem a associação da aromaterapia em uso clínico e hospitalar, como vistos a seguir:

- Kim et al. (2007) realizaram um estudo envolvendo a aromaterapia nos cuidados pós-anestesia, visando reduzir o uso de opiáceos em pacientes com obesidade mórbida submetidos à laparoscopia. No estudo, os autores verificaram a eficácia da lavanda em pós-operatório da cirurgia acima citada com resultados positivos, todavia, enfatizam a importância de novas análises.

- Takeda et al. (2008) realizaram estudo sobre os efeitos fisiológicos e psicológicos do tratamento corporal com aromaterapia. Os autores concluíram que a massagem, com ou sem óleo essencial, proporciona grandes benefícios, como, por exemplo, para a fadiga de origem mental.

- Jimbo et al. (2009) avaliaram o uso da aromaterapia em pacientes com demência e Alzheimer, verificando que tal técnica proporciona melhoras nas funções cognitivas e são eficazes para o uso em pacientes acometidos com disfunções neurológicas.

- Tillet & Ames (2010) avaliaram o uso da aromaterapia na saúde das mulheres. Analisaram o uso dos óleos essenciais na melhora e no bem-estar geral, na diminuição do desconforto no trabalho de parto, na regulação da flora vaginal, entre outros.

- Soltani et al. (2013) avaliaram o efeito da aromaterapia com óleo essencial de lavanda na dor em crianças submetidos a tonsi-

lectomia. Verificaram que o óleo essencial pode diminuir a necessidade de uso de analgésicos.

- Bagheri-Nesami et al. (2013) analisaram os efeitos da aromaterapia com óleo de lavanda para amenizar a dor após o uso de agulha na fístula em pacientes submetidos a hemodiálise. Concluíram que a técnica terapêutica proporciona diminuição da dor e conforto ao paciente durante o procedimento.

- Lua et al. (2015) avaliaram o efeito da aromaterapia em náuseas e vômitos, com inalação de óleo essencial de gengibre em mulheres com câncer de mama submetidas a quimioterapia. Observaram melhoras nas pacientes, porém, ressaltam a necessidade de novas pesquisas.

- Jhonson et al. (2016) realizaram estudo sobre a eficácia da aromaterapia em cuidados intensivos administrada por profissionais de enfermagem, melhorando os sintomas de náuseas, dores e ansiedade.

- Özlü & Bilican (2017) avaliaram os efeitos da massagem aromática na qualidade do sono e melhoria fisiológica de pacientes em uma unidade de cuidados intensivos, obtendo resultados positivos e satisfatórios.

4. Considerações finais

No presente estudo, realizou-se uma revisão em aromaterapia e seus benefícios à saúde humana, através de um levantamento bibliográfico de periódicos acadêmicos de informações referentes a tal prática e técnica. Diante dos dados obtidos, quantificaram-se e agruparam-se os estudos quanto ao período de publicação e quanto às categorias de estudos em aromaterapia.

A aromaterapia vem sendo empregada como terapia natural, através do uso de óleos essenciais em vários seguimentos da saúde, como uma ciência ascendente com possibilidade de adesão terapêutica. Todavia, com a necessidade de novos estudos que abordem sobre seu uso a fim de obter maior padronização, benefícios e eficácia dessa técnica. Por fim, pesquisas de revisão bibliográfica permitem a quantificação e junção de diversas informações sobre determinado tema, como visto no presente estudo em aromaterapia, podendo proporcionar o direcionamento para novas pesquisas e o desenvolvimento de novas tecnologias.

5. Referências bibliográficas

BAGHERI-NESAMI, M.; ESPAHBODI, F.; NIKKHAH, A.; SHOROFI, S.A.; CHARATI, J.Y. The effects of lavender aromatherapy on pain following needle fistula in hemodialysis patients. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, v. 20, n. 1, p. 1-4, 2013.

BAKHTIARI, S.; PAKI, S.; KHALILI, A.; BARADARANFARD, F.; MOSLEH, S.; JOKAR, M. Effect of lavender aromatherapy through inhalation on quality of life among postmenopausal women covered by a governmental health center in Isfahan, Iran: a single-blind clinical trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, v. 34, p. 46-50, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 702, de 21 de março de 2018. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC. *Diário Oficial da União*, 2018. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saude-legis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html>. Acesso em: 21/01/2019.

BRITO, A.M.G.; RODRIGUES, S.A.; BRITO, R.G.; XAVIER-FILHO, L. Aromaterapia: da gênese a atualidade. *Revista Brasileira Plantas Mediciniais*, v. 15, n. 4, p. 789-793, 2013.

BUCKLE, J. Literature review: should nursing take aromatherapy more seriously? *British Journal of Nursing*, v. 16, n. 2, p. 116-120, 2007.

CHEN, P.J.; CHOU, C.C.; LUKE, Y.; TSAI, Y.L.; CHANG, Y.C.; JIUAN, J.L. Effects of aromatherapy massage on pregnant women's stress and immune function: A longitudinal, prospective, randomized controlled trial. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 23, n. 19, p. 778-786, 2017.

DOMINGOS, T.S. DA.; BRAGA, E.M. Massagem com aromaterapia: efetividade sobre a ansiedade de usuários com transtornos de personalidade em relação psiquiátrica. *Revista Escola Enfermagem USP*, v. 49, n. 3 p. 453-459, 2015.

DOMINGOS, T.S.DA.; BRAGA, E.M. Aromatherapy and anxiety: integrative literature review. *Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares*, v. 2, n. 2, p. 73-81, 2013.

DOMINGOS, T.S.DA.; BRAGA, E.M. Significado da massagem com aromaterapia em saúde mental. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 27, n. 6, p. 579-584, 2014.

FUNG, J.K.; TSANG, H.W.; CHUNG, R.C. A systematic review of the use of aromatherapy in treatment of behavioral problems in dementia. *Geriatrics & Gerontology International*, v. 12, n. 3, p. 372-382, 2012.

GNATTA, J.R.; DORNELLAS, V. E.; SILVA, M.J.P.DA. O uso da aromaterapia no alívio da ansiedade. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 24, n. 2, p. 257-263, 2011a.

GNATTA, J.R.; KUREBAYASHI, L.F.S.; TURRINI, R.N.T.; SILVA, M.J.P.DA. Aromaterapia e enfermagem: concepção histórico-teórica. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 50, n. 1, p. 127-133, 2016.

GNATTA, J.R.; PIASON, P.P.; LOPES, C.L.B.C.; ROGENSKI, N.M.B.; SILVA, M.J.P.DA. Aromaterapia com ylang ylang para ansiedade e autoestima: estudo piloto. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v.48, n.3, p.492-499, 2014.

GNATTA, J.R.; ZOTELLI, M.F.M.; CARMO, D.R.B.; LOPES, C.L.B.C.; ROGENSKI, N.M.B.; SILVA, M.J.P.DA. O uso da aromaterapia na melhora da autoestima. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 45, n. 5, p. 1113-1120, 2011b.

JIMBO, D.; KIMURA, Y.; TANIGUCHI, M.; INOUE, M.; URAKAMI, K. Effect of aromatherapy on patients with Alzheimer's disease. *Psicogeriatrics*, v. 9, p. 173-179, 2009.

JOHNSON, J.R.; RIVARD, R.L.; GRIFFIN, K.H; KOLSTE A.K; JOSWIAK, D.; KINNEY, M.E.; DUSEK, J.A. The effectiveness of nurse-delivered aromatherapy in an acute care setting. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 25, p. 164-169, 2016.

- KIM, J.T.; REN, C.J.; FIELDING, G.A.; PITTI, A.; KASUMI, T.; WAJDA, M.; LEBOVITS, A.; BEKKER, A. Treatment with lavender aromatherapy in the post-anesthesia care unit reduces opioid requirements of morbidly obese patients undergoing laparoscopic adjustable gastric banding. *Obesity Surgery*, v. 17, n. 7, p. 920-925, 2007.
- KOO, M. A bibliometric analysis of two decades of aromatherapy research. *BMC Research Notes*, v. 10, n. 1, p. 46, 2017.
- LAMARCA, E.V.; BAPTISTA, W.; RODRIGUES, D.S.; OLIVEIRA JÚNIOR, C.J.F.DE. Contribuições do conhecimento local sobre o uso de *Eugenia* spp. em sistemas de policultivos e agroflorestas. *Revista Brasileira de Agroecologia*, v. 8, n. 3, p. 119-130, 2013.
- LUA, P.L.; ZAKARIA, N.S. A brief review of current scientific evidence involving aromatherapy use for nausea and vomiting. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v.18, n. 6, p. 534 -540, 2012.
- LUA, P.L.; SALIHAN, N.; MAZLAN, N. Effects of inhaled ginger aromatherapy on chemotherapy-induced nausea and vomiting and health-related quality of life in women with breast cancer. *Complementary Therapies in medicine*, v. 23, n. 3, p. 396-404, 2015.
- LYRA, C.S.DE.; NAKAI, L.S.; MARQUES, A.P. Eficácia da aromaterapia na redução de níveis de estresse e ansiedade em alunos de graduação da área da saúde: estudo preliminar. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 17, n. 1, p. 13-17, 2010.
- ÖZLÜ, Z.K.; BILICAN, P. Effects of aromatherapy massage on the sleep quality and physiological parameters of patients in a surgical intensive care unit. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative medicines*, v. 14, n. 3, p. 83-88, 2017.
- PAGANINI, T.; FLORES E SILVA, Y. O uso da aromaterapia no combate ao estresse. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 18, n. 1, p. 43-49, 2014.
- PERRY, R.; TERRY, R.; WATSON, L.K.; ERNEST, E. Is lavender an anxiolytic drug? A systematic review of randomized clinical trials. *Phytomedicine*, vol. 19, n. 8-9, p. 825-835, 2012.
- POSADZKI, P.; ALOTAIBI, A.; ERNEST, E. Adverse effects of aromatherapy: a systematic review of case reports and case series. *International Journal of Risk & Safety in Medicine*, v. 24, n. 3, p. 147-161, 2012.
- RIBEIRO JÚNIOR, J.I. *Análise estatística no Excel: guia prático*. Viçosa: UFV, 2004, 251p.
- SACCO, P.R.; FERREIRA, G.C.G.B.; SILVA, A.C.C.DA. Aromaterapia no auxílio do combate ao estresse: bem-estar e qualidade de vida. *Revista Científica da FHO|UNIRARAS*, v. 3, n.1, p. 54-62, 2015.
- SÃO PAULO. Secretaria Municipal de Saúde. Lei n. 13.717, de 8 de Janeiro de 2004. Dispõe sobre a implantação das terapias naturais na Secretaria Municipal de Saúde, 2004. Disponível em: <<http://documentacao.saopaulo.sp.leg.br/iah/fulltext/leis/L13717.pdf>>. Acesso em: 21/01/2019.
- SOLTANI, R.; SOHEILPOUR, S.; HAJHASHEMI, V.; ASGHARI, G.; BAGHER, M.; MOLAVI, M. Evaluation of the effect of aromatherapy with lavender essential oil on post-tonsillectomy pain in pediatric patients: A randomized controlled trial. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, v. 77, n. 9, p. 1579-1581, 2013.
- TAKEDA, H.; TSUJITA, J.; KAYA, M.; TAKEMURA, M.; OKU, Y. Differences between the physiologic and psychologic effects of aromatherapy body treatment. *The Journal of alternative and complementary medicine*, v.14, n. 6, p. 655-661, 2008.
- TILLET, J.; AMES, D. The uses of aromatherapy in women's health. *The Journal of Perinatal & neonatal nursing*, v. 24, n. 3, p. 238-245, 2010.
- YIM, V.W.; NG, A.K.; TSANG, H.W.; LEUNG, A.Y. A review on the effects of aromatherapy for patients with depressive symptoms. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 15, n. 2, p. 187-195, 2009.