

## **O USO DA AROMATERAPIA COMO MÉTODO NÃO FARMACOLÓGICO PARA O ALÍVIO DA DOR EM PARTURIENTES**

**Tipo de Trabalho:** Relato de experiência exitosa.

**Eixo Temático:** Ações de Humanização voltada ao paciente e ao colaborador.

**Autores:** Karina Dias Delgado, Maise August de Faria Martins

**Afiliação:** Centro Obstétrico - HM Ignácio Proença de Gouvêa, São Paulo - SP.

**Descritores:** Humanização, Aromaterapia, Enfermagem Obstétrica, Trabalho de Parto, Óleos voláteis.

**Introdução:** A aromaterapia consiste na aplicação terapêutica de diversos óleos essenciais que são absorvidos por meio da inalação, uso tópico na pele ou ingestão, utiliza os princípios ativos dos óleos afim de estimular a produção de substâncias relaxantes, estimulantes e sedativas, reduzindo a sensação de dor e ansiedade durante o trabalho de parto, ativam memórias afetivas, desencadeando respostas emocionais ao ambiente.<sup>1</sup> As práticas integrativas e complementares (PIC) são incorporadas no sistema único de saúde através da portaria Nº 702, de 21 de março de 2018 de modo a respaldar e legitimar este método. A aromaterapia é reconhecida e recomendada pelo ministério da saúde como método de alívio da dor no trabalho de parto, como consta em seu manual de diretrizes de assistência ao parto normal, com isso passou a ser incorporada nos hospitais fazendo um papel importante nos considerados métodos não farmacológicos para o alívio da dor no processo de parturição.<sup>1,2</sup>

**Objetivo:** Relatar a experiência do uso do óleo essencial de lavanda por via inalatória em parturientes.

**Método:** Estudo descritivo do tipo relato de caso, desenvolvido por enfermeira obstetra que atua no centro obstétrico em um Hospital Municipal de São Paulo. Foi utilizado o óleo essencial de lavanda, por via inalatória, com uso de difusor de ambiente elétrico, nos quartos ocupados por gestantes na fase ativa do trabalho de parto e que referiam desconforto causado pela dor das contrações.

**Resultados:** Foi observada a diminuição da ansiedade e da dor, bem como relatos de sensação de conforto e relaxamento e uma maior disposição das parturientes para realizarem as condutas humanizadas que auxiliam na progressão no trabalho de parto.

**Discussão:** O óleo essencial de lavanda promove sensação de paz, equilíbrio e aconchego, reduzindo a ansiedade, medo e o nervosismo das parturientes.<sup>3</sup> A sua utilização vem sendo incrementada nos últimos anos por gestantes por ser um óleo com propriedades calmantes, relaxante, antiestresse e estimulante.<sup>4</sup> As ações dos óleos essenciais nas parturientes em geral demonstram diminuição da ansiedade, da dor e dos períodos de TP, incentivam a atuação efetiva da mulher, resgatando os significados do processo de parto através da tomada de consciência, proporcionando uma assistência singular, segura e humanizada, incentivando seu protagonismo neste momento único, diminuindo intervenções desnecessárias e condutas iatrogênicas.<sup>5</sup>

**Conclusão:** A aromaterapia representa uma estratégia não farmacológica para o manejo do trabalho de parto, de baixo custo e com potencial para colaborar na humanização do cuidado prestado às mulheres no período parturitivo. Contudo, é importante ressaltar a importância da realização de novos estudos sobre o tema para sustentar cientificamente a prática em obstetrícia.

#### **Referências:**

1. Sá RRL, Gouvêa AN. Aromaterapia no parto. Glob Acad Nurs. 2022;3(1):e221. [Acesso em 17/04/2023]. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200221>.
2. Pereira GTB, Silva CSSL. Aromaterapia e suas contribuições para o processo de parturição. Experiências exitosas que transformam a saúde da mulher. 1ed. Cajazeiras: IDEIIA, 2020; v.1, p. 5-146.
3. Silva MA et al. Aromaterapia para Alívio da Dor Durante o Trabalho de Parto. Revista de Enfermagem. Recife, PE, 2019. 13(2):455-63.
4. Hoare J. Guia completo de aromaterapia, 2010.
5. Rodrigues AF et al. Aromaterapia na assistência ao trabalho de parto: Relato de experiência. UECE, Ceará- Ce, 2019. 4(1):1-3.