



**CENTRO UNIVERSITÁRIO UNIFTC
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM E FARMÁCIA
UNIDADE DE ENSINO - REDE UNIFTC SALVADOR-BA**

**ANA BEATRIZ DA ROCHA SOUZA
ANANDA SOUZA DA SILVA
ISABELLE SANTOS SILVA
LETICIA DE JESUS CARRILHO DA SILVA**

**AROMATERAPIA ASSOCIADA AO TRATAMENTO DE
DOENÇAS RESPIRATÓRIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Salvador
2024



ANA BEATRIZ DA ROCHA SOUZA

ANANDA SOUZA DA SILVA

ISABELLE SANTOS SILVA

LETICIA DE JESUS CARRILHO DA SILVA

AROMATERAPIA ASSOCIADA AO TRATAMENTO DE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de enfermagem e farmácia do Centro Universitário UNIFTC como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel.

Orientadora: Profª. Esp. Érica Tupiniquim Freitas de Abreu.

Salvador

2024

AROMATERAPIA ASSOCIADA AO TRATAMENTO DE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Beatriz Rocha de Souza¹
Ananda Souza da Silva²
Isabelle Santos Silva³
Letícia de Jesus Carrilho⁴
Érica Tupiniquim Freitas de Abreu⁵

RESUMO

Introdução: As doenças respiratórias podem afetar estruturas do sistema respiratório como boca, nariz, laringe, faringe, traqueia e pulmão, podendo atingir todas as idades. Estão diretamente ligadas ao estilo de vida e à qualidade do ar que respiramos. Como tratamento complementar a aromaterapia utiliza óleos essenciais, concentrados voláteis extraídos de vegetais, para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo com promoção de saúde física e mental, bem-estar e higiene. **Objetivo:** Conhecer o uso de práticas integrativas - aromaterapia para tratamento de doenças respiratórias. **Metodologia:** Revisão integrativa, descritiva e analítica do estudo em questão, pesquisas em banco de dados como Scielo, BVS, Lilacs, PubMed. O método escolhido foi o máximo de combinações possíveis com o intuito de termos a maior quantidade possível de artigos para análise. Foram incluídos ensaios clínicos randomizados e estudos observacionais que avaliaram os efeitos da aromaterapia em doenças respiratórias como asma, bronquite crônica, DPOC ou rinite alérgica. **Resultados e Discussão:** Constatou-se que a aromaterapia é utilizada no tratamento de doenças respiratórias. Os estudos selecionados foram elencados em um quadro com seus respectivos resultados e conclusões, e discutidos pelos revisores independentes.. **Considerações Finais:** O conhecimento acerca da eficácia terapêutica do uso da aromaterapia no tratamento de doenças do trato respiratório é crucial para desenvolver alternativas de controle de sintomas, sejam elas doenças crônicas ou não. Também se faz necessário a orientação de profissional qualificado quanto ao uso de óleos essenciais para efetividade da prática. É imprescindível ressaltar que essas práticas não substituem tratamentos farmacológicos já prescritos, mas tem função de potencializar o controle de sintomas e do tratamento.

Palavras-chave: Aromaterapia. Óleo essencial. Práticas Integrativas. Doença respiratória.

¹ Discente do curso de Enfermagem. Centro Universitário UniFTC de Salvador//BA, e-mail: ananda.silva2@ftc.edu.br

² Discente do curso de Farmácia. Centro Universitário UniFTC de Salvador//BA, e-mail: bellelene12@hotmail.com

³ Docente Orientadora de cursos de saúde. Centro Universitário UniFTC de Salvador/BA. Nutricionista. E-mail: abreu.ssa@ftc.edu.br

AROMATHERAPY ASSOCIATED WITH THE TREATMENT OF RESPIRATORY DISEASES: AN INTEGRATIVE REVIEW

SUMMARY

Introduction: Respiratory diseases can affect structures of the respiratory system such as the mouth, nose, larynx, pharynx, trachea and lungs, and can affect all ages. They are directly linked to our lifestyle and the quality of the air we breathe. As a complementary treatment, aromatherapy uses essential oils, volatile concentrates extracted from vegetables, to restore balance and harmony in the body, aiming to promote physical and mental health, well-being and hygiene. **Objective:** To understand the use of integrative practices - aromatherapy for the treatment of respiratory diseases. **Methodology:** Aiming for an integrative, descriptive and analytical review of the study in question, searches in databases such as Scielo, BVS, Lilacs and PubMed. The method chosen was the maximum possible combinations in order to have the largest possible number of articles for analysis. Randomized clinical trials and observational studies that evaluated the effects of aromatherapy on respiratory diseases such as asthma, chronic bronchitis, COPD or allergic rhinitis were included. **Results and Discussion:** It was found that aromatherapy is used to treat respiratory diseases. The selected studies were listed in a table with their respective results and conclusions, and discussed by independent reviewers. **Final Considerations:** Knowledge about the therapeutic efficacy of using aromatherapy in the treatment of respiratory tract diseases is crucial to developing alternatives to control symptoms, whether they are chronic diseases or not. It is also necessary to receive guidance from a qualified professional regarding the use of essential oils for the practice to be effective. It is essential to emphasize that these practices do not replace pharmacological treatments already prescribed, but have the function of helping to control symptoms and treatment.

Key-words: Aromatherapy. Essential oil. Integrative Practices. Respiratory disease.

1 INTRODUÇÃO

As doenças respiratórias podem afetar estruturas do nosso sistema respiratório, como boca, nariz, laringe, faringe, traqueia e pulmão, e podem afetar pessoas de todas as idades. Geralmente, estão associadas ao estilo de vida e à qualidade do ar que respiramos. Isso implica que a exposição a agentes poluentes, produtos químicos, tabagismo e mudanças abruptas de temperatura pode contribuir para o desenvolvimento e agravamento das condições respiratórias. Além desses fatores, as doenças respiratórias também podem ser desencadeadas por vírus, fungos e bactérias (Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos, 2021).

Essas condições respiratórias podem provocar irritações e inflamações em todo o sistema respiratório, resultando também na obstrução das vias aéreas e dificuldades respiratórias. Elas podem se manifestar inicialmente no nariz ou na traqueia, espalhando-se para outras áreas, ou permanecer restritas aos pulmões. Esse quadro pode ser classificado como agudo ou crônico (Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos, 2021).

Como exemplo de doenças crônicas, destacam-se aquelas que afetam os pulmões e estão diretamente relacionadas à inflamação de longa duração. Indivíduos frequentemente expostos à poeira, poluição ou tabagismo compõem o grupo de maior risco. Entre essas condições, incluem-se a asma, tuberculose, rinite alérgica e sinusite crônica. Em casos mais graves, a doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma manifestação mais severa destas doenças respiratórias (Brasil, 2020).

As doenças respiratórias agudas são comumente desencadeadas por infecções no sistema respiratório. Essas condições requerem intervenção rápida, geralmente de curto prazo. Muitas delas são contagiosas e, se não tratadas adequadamente, podem progredir para formas crônicas de doença. Exemplos incluem gripe, pneumonia, faringite, bronquite aguda e síndrome do desconforto respiratório agudo (SDRA) (OMS, 2020).

Essas doenças podem ser causadas por diversos fatores internos e/ou externos. Em alguns casos, podem ser genéticos, desenvolver-se ao longo do tempo e ser agravado por condições ambientais. Apesar de não haver cura para as doenças respiratórias crônicas, existem diversos tratamentos para amenizar os sintomas, que incluem a inalação de corticosteróides, ventilação mecânica e líquida,

lavagem nasal, antibióticos e expectorantes ou cirurgias em casos mais graves (Brasil, 2010).

A aromaterapia é uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). As PICS são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças, a recuperação da saúde, melhor qualidade de vida e bem-estar de indivíduos e coletividades podem também ser utilizadas como tratamento complementar de doenças respiratórias (Brasil. Ministério da Saúde.). Tais práticas terapêuticas visam o cuidado integral ao paciente e são embasadas na avaliação holística do indivíduo, considerando-o em seus vários aspectos: físico, mental, emocional, espiritual e social (Brasil, 2020).

Em evidência tem-se a aromaterapia que é uma prática terapêutica secular que utiliza as propriedades dos óleos essenciais, concentrados voláteis extraídos de vegetais, para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental, ao bem-estar e à higiene (Brasil, 2020).

Os compostos voláteis podem ser extraídos de diversas partes das plantas, incluindo raízes, folhas, flores, cascas, sementes e frutos. Independentemente da sua origem nas plantas, esses compostos são reconhecidos por desempenhar funções biológicas significativas (Gonçalves e Guazzelli, 2014; Alves, 2011).

O uso de óleos vegetais quando utilizados de acordo com as técnicas da aromaterapia, constitui-se em uma prática natural não invasiva, aplicada não para atuar apenas no sintoma ou na doença, mas também para manter o equilíbrio natural do organismo como um todo, pois promovem a saúde, auxiliam no tratamento de diversas patologias e podem ser administrados tanto por via dérmica, olfativa ou realizando a ingestão, podendo representar aos profissionais de saúde, uma nova ferramenta a ser empregada no tratamento de desequilíbrios tanto físicos quanto emocionais (Domingos e Braga, 2014).

Nas últimas décadas, o interesse nestes óleos e compostos têm aumentado e as suas aplicações têm sido investigadas e desenvolvidas. Pois, a terapia pode ser usada para complementar o tratamento farmacológico porque, além de tratar a tosse e acalmar as vias respiratórias superiores, tem também um efeito antisséptico antimicrobiano, impedindo o desenvolvimento de vírus e bactérias nos pulmões. Com base nisso, observa-se grande adesão da prática em evidência, visto que, os óleos essenciais agregam benefícios para a saúde respiratória no quesito prevenção e tratamento de síndromes já instaladas (Aromaterapia, 2018).

Com o propósito de ampliar o uso, as PICS fazem parte do SUS por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), criada em 2006 pelo Ministério da Saúde. Atualmente, o SUS oferece, de forma integral e gratuita, 29 procedimentos de PICS à população. É importante ressaltar que a PIC em evidência tem como objetivo principal, reduzir o uso de medicamentos e diminuir os custos com a saúde melhorando a qualidade de vida, além de potencializar os efeitos do tratamento convencional, quando usado como terapia complementar (BRASIL, 2006).

Vale salientar também que a PNPIC reconhece a importância da medicina tradicional e das terapias complementares no cuidado da saúde, contribuindo para a promoção do bem-estar e qualidade de vida dos usuários do SUS.

O objetivo deste trabalho é conhecer o uso de aromaterapia para tratamento de doenças respiratórias. Conhecer a eficácia, segurança e potenciais benefícios da aromaterapia na promoção da saúde respiratória. Nossa pesquisa se concentra no papel da aromaterapia como uma prática integrativa no tratamento de enfermidades respiratórias, com especial ênfase em sua segurança e capacidade de aprimorar a saúde. E, justifica-se pela necessidade de os profissionais de saúde conhecerem, poder utilizar e difundir a aromaterapia como possibilidade terapêutica, com eficácia comprovada pela ciência, para manejo de doenças respiratórias.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa, descritiva, analítica e com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada entre os meses de fevereiro a maio de 2024, com levantamento bibliográfico de documentos e artigos científicos nos bancos de dados ou buscadores: National Library of Medicine (Medline via PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

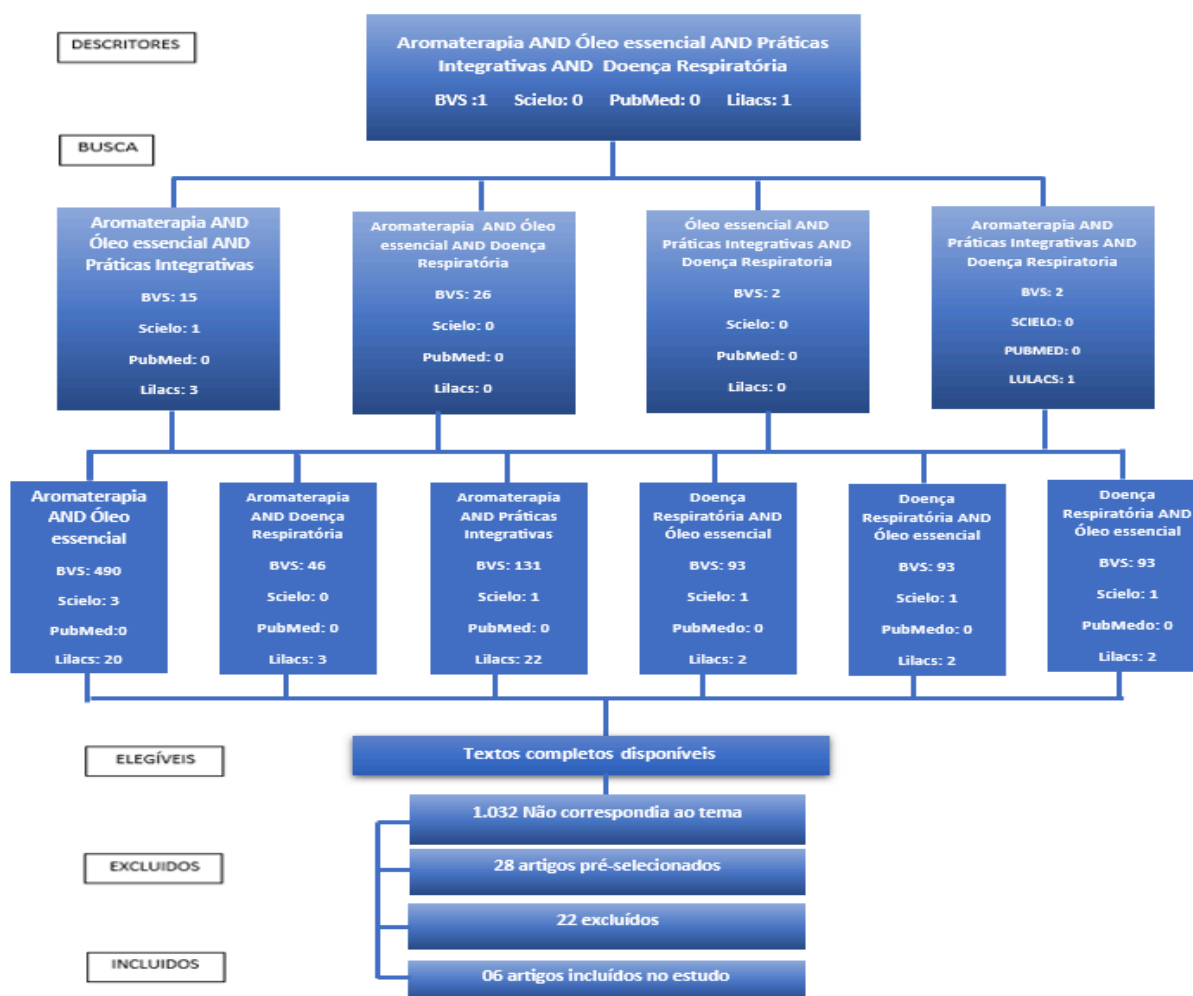
Foram utilizadas os seguintes descritores em saúde (DECS) para buscas nas bases acima citadas e/ou Medical Subject Headings (MESH) para pesquisa na LILACS (banco de dados incluso na BVS), busca avançada nos idiomas português e/ou inglês: “Doença respiratória” OR “Respiratory Tract Diseases”, “Aromaterapia”

OR “Aromatherapy”, “Óleo essencial” OR “Oils Volatile”, “Práticas Integrativas” OR “Complementary Therapies” utilizando o operador booleano AND.

Os critérios de inclusão empregados para seleção dos estudos consistiram em: pesquisas originais, textos gratuitos, disponíveis online, completos, publicados nos últimos 25 anos (1999 a abril de 2024), nos idiomas português e/ou inglês, e que respondessem a temática do estudo sobre uso de aromaterapia no tratamento de doenças respiratórias em todas as áreas de interesse da saúde.

Os critérios de exclusão foram artigos de revisão, duplicados, fora do recorte temporal ou idiomas propostos, incompletos, pagos, que não contemplassem o objetivo do estudo por abordar aromaterapia mas sem conexão com tratamento de doenças respiratórias ou a eficácia terapêutica nas afecções pulmonares. A Figura 1 demonstra o método de seleção dos artigos e materiais utilizados e o processo de inclusões e exclusões até a amostra final que compõem este estudo.

Figura 1 - Fluxograma adaptado tipo PRISMA sobre a seleção dos artigos



3 RESULTADOS

Inicialmente, a pesquisa com todas as palavras-chave resultou em apenas um artigo. A combinação de trios trouxe resultados melhores, mas ainda insuficientes. Combinando as palavras-chave em duplas, encontramos 1060 artigos, descartados 1032 e pré-selecionando 28 para leitura completa e minuciosa. Nesta última seleção foram excluídos mais 22 artigos. Aplicação dos critérios de inclusão e exclusão supracitados foram então selecionados 6 artigos que respondiam à temática proposta para o estudo. O Quadro 1 apresenta esses estudos, incluindo a separação por autor, ano, tipo de estudo, ano de realização, principais resultados e conclusões alcançadas.

Como resultado, a aromaterapia está se tornando um método seguro e eficaz para tratar condições respiratórias. É capaz de complementar os tratamentos farmacológicos convencionais e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. A pesquisa nessa área deve continuar para aprofundar o conhecimento sobre como os óleos essenciais funcionam e melhorar a aplicação clínica deles na saúde respiratória.

QUADRO 1 – Distribuição da produção científica acerca de artigos sobre aromaterapia associada ao tratamento de doenças respiratórias.

AUTOR / ANO	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVOS	METODOLOGIA	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÕES
INOUE; TAKIZAWA; YAMAGUCHI, 2001	Investigação por dose inibitória mínima de óleo essencial por contato gasoso.	Investigar potencial uso de óleos essenciais de eucaliptol e mentol como terapia de inalação e determinar a atividade antibacteriana contra 5 patógenos: <i>Haemophilus influenzae</i> , <i>Streptococcus pneumoniae</i> sensível e resistente à penicilina, <i>Streptococcus pyogenes</i> e <i>Staphylococcus aureus</i> .	Investigação por contato gasoso em uma caixa hermética usando ágar chocolate a 37°C por 18 horas de incubação.	A inalação de vapores de óleos essenciais aumentou a produção de fluidos do trato respiratório, manteve a ventilação e drenagem dos seios da face, teve efeito antiinflamatório na traqueia e reduziu a asma.	A ação antimicrobiana dos óleos essenciais por contato gasoso é mais eficiente quando expostos em alta concentração de vapor por um curto período de tempo.
JUERGENS, 2003	Estudo duplo-cego Ensaio controlado por placebo	Avaliar a eficácia antiinflamatória do 1,8-cineol (eucaliptol).	Amostra de 32 pacientes dependentes de esteróides, idade entre 32 e 75 anos que preenchiam os critérios de inclusão e exclusão, para o diagnóstico de asma brônquica e recebia o tratamento com prednisolona.	Potência antiinflamatória determinada equivalente à prednisolona em pacientes com asma grave. A maioria dos pacientes com asma crônica que receberam 1,8-cineol na dose de 200 mg por VO 3x/dia permaneceu clinicamente estável.	O estudo apoia pela primeira vez a atividade antiinflamatória clinicamente relevante do óxido terpenóide 1,8-cineol e oferece novas perspectivas para o uso terapêutico a longo prazo em doenças das VAS como asma.
DUIJKER, 2015	Ensaio clínico duplo-cego randomizado	Avaliar a eficácia de um extrato de óleo essencial de três plantas aromáticas cretenses no tratamento de casos de infecção do trato respiratório superior.	Pesquisa realizada com 105 pacientes que completaram o estudo, sendo 51 no grupo placebo e 54 no grupo intervenção (tratado).	Não foram encontradas diferenças com significância estatística na duração ou gravidade dos sintomas. Observados, no entanto, efeitos pequenos e clinicamente favoráveis. Análise restrita a indivíduos com infecção viral com documentação laboratorial identificou cessação dos sintomas em 91% após 6 dias de tratamento no grupo	Em comparação com o placebo, o óleo essencial de três plantas aromáticas cretenses não forneceu nenhum benefício ou dano estatisticamente significativo nos pacientes com doenças em VAS, embora diferenças descritivas tenham sido identificadas em direção favorável, principalmente na população positiva para o vírus.

				intervenção e 70% no controle.	
AUTOR / ANO	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVOS	METODOLOGIA	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÕES
AL-AZZA WI, 2020	Ensaio clínico duplo-cego randomizado e controlado	Avaliar influências da intervenção com óleo de semente preta como terapia adjuvante à medicação padrão nas funções pulmonares e marcadores celulares e moleculares de antioxidantes-oxidantes e inflamação em 100 pacientes com DPOC leve a moderada para explorar os impactos potenciais deste intervenção na doença.	Amostra com 100 pacientes, entre 40 e 66 anos, dentro dos critérios de elegibilidades, foram divididos aleatoriamente em 2 grupos 50/cada (grupo controle e grupo BSO). Sendo BSO tratamento padrão + associação com o óleo de semente preta.	Efeitos positivos com uso do óleo de semente preta como terapia adjuvante em pacientes com DPOC. Melhora das funções pulmonares e o equilíbrio oxidante-antioxidante, além de redução do agravamento de processos inflamatórios em pacientes com DPOC por limitar o nível de TNF- α e IL-6 (marcadores inflamatórios).	Este estudo mostrou resultados promissores e inovadores na melhoria de muitos parâmetros associados diretamente à origem e ao desenvolvimento da doença. O óleo de semente preta, em geral, é bem tolerado e não teve efeitos colaterais em nenhum dos participantes.
SOLEIMA NI, 2021	Caso controle	Testar a eficácia da inaloterapia com a solução aquosa do eucalipto em pacientes portadores de IRA.	Amostra de 208 crianças entre 5 e 15 anos, divididas aleatoriamente entre Grupo caso: crianças com diagnóstico de IRAS e grupo controle: pacientes pareados.	O estudo evidenciou que, a administração do incenso de eucalipto em pacientes com infecção do trato respiratório superior, melhora os sintomas.	<i>Eucalyptus globulus</i> possui propriedades antiinflamatórias comprovadas em diversos estudos laboratoriais. Verificou-se que a solução aquosa de eucalipto é eficaz no auxílio do tratamento das IRAS.
VALUSSI; ANTONELLI, 2021	Discussão crítica das evidências clínicas alternativas à terapia padrão.	Delinear os usos potenciais e baseados em evidências de óleos essenciais e seus principais componentes para o manejo clínico seguro de sintomas respiratórios leves associados a infecções não complicadas causadas por coronavírus.	Utilização de dois óleos essenciais: eucaliptol pode reduzir potencialmente a produção de mediadores inflamatórios e o mentol que agiu como analgésico, antitussígeno e refrescante natural.	Evidenciado através de estudos descreviam a eficácia dos óleos essenciais e seus componentes, no manejo sintomático de doenças respiratórias infecciosas agudas, através de ensaios clínicos randomizados únicos.	O mecanismo de ação dos óleos essenciais e de seus componentes isolados, quando utilizados no tratamento sintomático de doenças respiratórias agudas, é essencialmente atribuído a efeito anti-inflamatório, espasmolíticos, mucolíticos e anestésicos nas VAS e inferiores.

Legenda: IRAS - Infecção Respiratória à Assistência à Saúde; VO - Via Oral; VAS - Vias aéreas superiores.



Fonte: Elaboração própria, 2024.

4 DISCUSSÃO

Diante dos resultados obtidos, sinaliza-se que a aromaterapia apresenta um campo mais maduro para discussão, visto que não há uma quantidade significativa de estudos disponíveis da literatura investigando seus supostos benefícios e limitações. Constata-se que foram compilados e organizados no Quadro 1 os artigos que abordam a aromaterapia associada ao tratamento de doenças respiratórias. Assim, os estudos analisados abordam uma variedade de tópicos relevantes.

Inicialmente, destaca-se a pesquisa de Al-azzawi (2020) se esforçou para avaliar as influências da intervenção com óleo de semente preta como terapia adjuvante à medicação padrão nas funções pulmonares e marcadores celulares e moleculares de antioxidantes-oxidantes e inflamação em 91 pacientes com DPOC leve/moderada para explorar os impactos potenciais deste intervenção nesta doença. Os resultados deste estudo exibiram muitos efeitos positivos em vários aspectos do controle da DPOC, especialmente na função pulmonar, na inflamação das vias aéreas e no estado oxidante-antioxidante.

Já Duijiker (2015) em seu ensaio clínico randomizado comparou o extrato do óleo essencial de três plantas aromáticas cretenses (tomilho ou orégano espanhol, ditamnus ou dittany cretense e sálvia) com placebo. A principal descoberta foi que o extrato da planta não mostrou benefício estatisticamente significativo em pacientes com doença respiratória superior de qualquer causa, mas demonstrou uma leve melhora dos sintomas nos pacientes tratados.

No início deste estudo, a proporção de pacientes com níveis elevados de proteína C-reativa (PCR) foi semelhante em ambos os grupos, durante o acampamento o grupo tratado apresentou níveis baixos de PCR (68%), em comparação com 13 dos 24 pacientes no grupo placebo (54%). A PCR está relacionada à inflamação e os dados também apontaram uma direção favorável quando foram considerados pontos de redução de sintomas de 50% e 80% para tipos específicos de vírus e dos marcadores inflamatórios.

Por sua vez, Soleimani (2021) evidenciou o efeito do eucalipto (*Eucalyptus globulus*) nas infecções respiratórias bacterianas e virais. Os pesquisadores descobriram que Parainfluenza, Haemophilus influenza e Stenotrophomonas maltophilia eram os organismos mais sensíveis ao óleo essencial de eucalipto. Esta planta também tinha propriedades antivirais contra os vírus adenovírus.

Ainda, Soleimani (2021) utilizaram spray de eucalipto administrado para o grupo caso e spray placebo para o grupo controle e foi usado 3 vezes ao dia durante 3 dias. O desfecho primário foi a alteração do paciente na gravidade dos sintomas desagradáveis. A análise da intenção de tratar mostrou que 20 minutos após a pulverização os participantes do grupo relataram melhora dos sintomas maior do que em comparação com os participantes do grupo placebo. Como resultado, o uso do spray de eucalipto neste estudo resultou em uma melhora significativa e imediata nos sintomas de doenças respiratórias superiores.

Inouye, Takizawa e Yamaguchi (2001), através da dose inibitória mínima (MID), evidencia que entre os 14 óleos utilizados, os óleos de casca de canela, capim-limão e tomilho (selvagem e vermelho) apresentaram maior atividade, inibindo seis cepas a $<12,5$ mg/L de ar, com exceção do óleo de capim-limão, que apresentou fraca atividade contra *E. coli* (MÉDIO, 100 mg/L de ar). Os óleos de perilla, tomilho (geraniol), hortelã-pimenta, tea tree, coentro e lavanda (espiga e verdadeiro) apresentaram atividade moderada contra todos os isolados, exceto *E. coli*.

No entanto, os óleos de tea tree e coentro mostraram atividade contra *E. coli* comparável à de outras cepas. O óleo de eucalipto (radiata), e especialmente o óleo de cidra, tiveram atividade mais fraca. Foi observado também que exibiram atividade antibacteriana, que aumentou na seguinte ordem: *E. coli* $<$ *S. aureus* $<$ estreptococos $<$ *H. influenzae* (Inouye; Takizawa; Yamaguchi, 2001).

De acordo com Valussi; Antonelli (2021) diferentes óleos essenciais exercem diversos efeitos no sistema respiratório, bem como em outros órgãos - o que proporciona alívio de sintomas específicos. Óleos essenciais com propriedades anestésicas, como o mentol, são mais eficazes no controle da tosse seca, enquanto aqueles com ação mucolítica como por exemplo o eucaliptol, são mais úteis para a congestão nasal ou bronquite catarral.

Esses estudos, embora abordam diferentes aspectos, convergem para a importância da associação do uso de óleos essenciais às doenças respiratórias. Observa-se, também, forte afinidade entre as PICs com ênfase na aromaterapia, como atividades prazerosas que aproximam os profissionais com usuários e a integração entre os profissionais com o intuito de tomar a conduta adequada de acordo com cada necessidade (Barros; Spadacio; Costa, 2018); A atuação da equipe multidisciplinar, tem como objetivo complementar a atuação um do outro, possibilitando uma assistência mais assertiva (Brasil, 2023).

Ainda, a equipe multidisciplinar também consegue obter resultados de longo prazo, não tratando apenas a ocorrência, mas assegurando que a sintomatologia não voltará a acontecer (Brasil, 2023). Por fim, identificaram-se as PICS como uma perspectiva de prevenção e promoção da saúde e a possibilidade de uso por diversos profissionais de saúde, desde que devidamente capacitados (Barros; Spadacio; Costa, 2018). Incorpora-se que essas informações são fundamentais para sensibilizar tanto a comunidade médica quanto o público em geral sobre a importância da aromaterapia no cuidado da saúde respiratória.

Destaca-se que a aromaterapia não deve substituir tratamentos médicos ou de saúde convencionais e reforça-se o respeito às práticas já estabelecidas, mas que o uso da aromaterapia garante uma abordagem integrativa da saúde. Além disso, é importante enfatizar a necessidade de utilizar a aromaterapia de forma adequada e segura, com orientação profissional, promover a segurança dos pacientes e evitar possíveis efeitos adversos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo principal desse estudo foi identificar comprovações científicas acerca do tema, visto que parte significativa das pessoas sofrem com algum tipo de doença respiratória, seja ela crônica ou não, a compreensão da importância do uso da aromaterapia em casos de doenças respiratórias, se faz necessária ainda que seja pouco abordada. Durante a realização deste estudo, foi observado que esta forma terapêutica pode oferecer benefícios potenciais no auxílio da manutenção dos sintomas e no tratamento de doenças que afetam o trato respiratório.

Apesar do crescente interesse na aromaterapia como abordagem complementar, é essencial reconhecer as limitações nos estudos existentes. A falta de padronização na administração dos óleos essenciais, amostras pequenas, falta de controle de variáveis e viés de publicação são alguns dos desafios enfrentados pelos pesquisadores. Além disso, a heterogeneidade dos participantes e a ausência de estudos de longo prazo também requerem consideração. Essas limitações são cruciais para uma interpretação adequada dos resultados e para orientar futuras pesquisas sobre o tema.

A aromaterapia pode oferecer benefícios significativos para melhora da qualidade de vida dos pacientes. No entanto, é crucial ressaltar a importância de buscar orientação de profissionais de saúde qualificados, especialmente em casos mais graves, para garantir a eficácia e segurança desta prática terapêutica. Assim, ao promover uma discussão informada e responsável sobre o uso da aromaterapia, o texto contribui para o avanço no cuidado da saúde respiratória e para a promoção do bem-estar da sociedade como um todo.

REFERÊNCIAS

AL-AZZAWI, M. A. Efeitos terapêuticos da suplementação de óleo de semente preta em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica: um ensaio clínico duplo-cego randomizado e controlado. v. 06, ago. 2020.

Aromaterapia: biotecnologias tradicionais utilizadas no Sistema Único de Saúde. Disponível em: <<https://itr.ufrj.br/determinacaoverde/aromaterapia-biotecnologias-tradicionais-utiliza-das-no-sistema-unico-de-saude/>>. Acesso em: 04 maio 2024.

BAKKALI, F.; et al. Efeitos biológicos de óleos essenciais - Uma revisão. Toxicologia Alimentar e Química, v.46, n.2, p.446-75, 2008.

BARROS, N. F. DE; SPADACIO, C.; COSTA, M. V. DA. Trabalho interprofissional e as Práticas Integrativas e Complementares no contexto da Atenção Primária à Saúde: potenciais e desafios. Saúde em Debate, v. 42, n. spe1, p. 163–173, set. 2018.

BAUDOUX, D. Aromaterapia: como pode ajudar com problemas respiratórios? 2018/Out. Disponível em: <https://terra-flor.com/blog/problema-respiratorio-como-a-aromaterapia-pode-ajudar/>. Acesso em: 04/04/2024.

BRASIL. A importância de uma equipe multidisciplinar para a entrega de cuidados de saúde de alta qualidade. 2023. Disponível em: <https://www.drgbrasil.com.br/valoremsaude/equipe-multidisciplinar/>. Acesso em: 04 maio 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf.

BRASIL. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>.

DOMINGOS, T. S.; BRAGA, E. M. Significado da Massagem com aromaterapia em saúde mental. Acta paul. enferm. São Paulo, v. 27, n. 6, dezembro, 2014.

DOENÇAS Respiratórias: Aromaterapia Para Rinite, Bronquite, Gripe e Mais. Dicas dos Especialistas, 11 ago. 2020. Disponível em: <https://www.grandha.com.br/doencas-respiratorias-aromaterapia-para-rinite-bronquite-e-gripe/>.

DOENÇAS respiratórias: Saiba o que são e quais são os tipos. Hilab, 8 jun. 2022. Disponível em: <https://hilab.com.br/blog/doencas-respiratorias/>.

DOENÇAS respiratórias: saiba quais são as 6 mais comuns! AmorSaúde, 8 maio 2023. Disponível em: <https://blog.amorsaude.com.br/quais-sao-as-6-doencas-respiratorias-mais-comuns/>.

DOENÇAS respiratórias crônicas: quais são, sintomas e tratamentos. Labvw, 3 nov. 2022. Disponível em: <https://labvw.com.br/doencas-respiratorios-cronicas-quais-sao-sintomas-e-tratamento-s/>.

DUARTE, M.C.T. Atividade Antimicrobiana de Plantas Medicinais e Aromáticas Utilizadas no Brasil. MultiCiência, p.1-16, 2006.

DUIJKER, G. Relatando a eficácia de um extrato de três ervas tradicionais de Creta na infecção do trato respiratório superior: resultados de um ensaio clínico duplo-cego randomizado. 21 jan. 2015. Acesso em: 24 abr. 2024.

GONÇALVES, A.; GUAZZELLI, M. J. Agroflorestas e óleos essenciais. 2014. Disponível em: http://www.centroecologico.org.br/cartilhas/Cartilha_Oleos.pdf. Acesso em: 05 maio. 2024.

INOUE, S.; TAKIZAWA, T.; YAMAGUCHI, H. Atividade antibacteriana de óleos essenciais e seus principais constituintes contra patógenos do trato respiratório por contato gasoso. v. 47, 1 maio 2001.

JUERGENS, U.R. Atividade antiinflamatória do 1,8-cineol (eucaliptol) na asma brônquica: estudo duplo-cego ensaio controlado por placebo. v. 97, 2003.

NINIAID.NIH.GOV. Estratégias e tratamentos para infecções respiratórias e emergências virais (STRIVE). 2021. Disponível em: <https://www.niaid.nih.gov/clinical-trials/estrategias-tratamientos-para-infecciones-respiratorias-emergencias-virales>. Acesso em: 07 abr. 2024.

Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/pnpic>.

PROBLEMA RESPIRATÓRIO: COMO A AROMATERAPIA PODE AJUDAR? PharmaHoje, 9 jun. 2018. Disponível em: <https://www.hipolabor.com.br/blog/problema-respiratorio-como-aromaterapia-pode-ajudar/>.

PROBLEMA RESPIRATÓRIO: COMO A AROMATERAPIA PODE AJUDAR?. Terra Flor Aromoterapia, 10 out. 2018. Disponível em: <https://terra-flor.com/blog/problema-respiratorio-como-aromaterapia-pode-ajudar/>.

SOLEIMANI, G. Eficácia da inalação de eucalipto nas infecções do trato respiratório superior em crianças de 5 a 15 anos. v. 27, 1 out. 2021.

SOARES, M.; GIRONDOLI, Y. Práticas integrativas e complementares em saúde (PICS). jun. 2021.

VALUSSI, M.; ANTONELLI, M. Uso adequado de óleos essenciais e seus componentes no manejo dos sintomas do trato respiratório superior em pacientes com COVID-19. 28 ago. 2021.