



C A P Í T U L O 16

EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS SOBRE O USO DOS ÓLEOS ESSENCIAIS DURANTE O TRABALHO DE PARTO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Maria Vitória Alcântara Carvalho

Possui Pós-graduação em Enfermagem Obstétrica e Neonatal pelo Centro Universitário INTA - UNINTA. Graduação em Enfermagem pelo Centro Universitário INTA - UNINTA) Centro Universitário INTA - UNINTA, Sobral – CE, Brasil

Vanessa Mesquita Ramos

Mestre em Saúde da Família pela Universidade Federal do Ceará (UFC/Sobral). Especialização em Saúde Pública pelo Instituto de Teologia Aplicada (INTA). Especialização em UTI neonatal e pediátrica pela Escola de Formação em Saúde da Família Visconde de Sabóia - EFSFVS. Graduação em Enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA) Centro Universitário INTA - UNINTA, Sobral – CE, Brasil

Magda Elisa Turini da Cunha

Doutora em Agronomia pela Universidade Estadual de Londrina. Mestre em Química dos Recursos Naturais pela Universidade Estadual de Londrina. Graduação em Química Industrial pela Unopar Centro Universitário INTA - UNINTA, Sobral – CE, Brasil

Lourdes Santos Rocha

Especialização em Urgência e Emergência pelo Instituto Superior de Teologia Aplicada. Especialização em Enfermagem Obstétrica e Neonatal pela Faculdade Educare. Graduação em Enfermagem Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA) Centro Universitário INTA - UNINTA, Sobral – CE, Brasil

Adilio Moreira de Moraes

Doutor em Ciências da Educação pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Educação Física das Universidades de Pernambuco UPE/Universidade Federal da Paraíba UFPB. Especialista em Treinamento Desportivo, Metodologia do Ensino Superior, Gestão Escolar e Fisiologia do Exercício e Biomecânica do Movimento. Graduação em Educação Física pela Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA) e em Pedagogia pela Faculdade Kurios - FAK Universidade Paulista, Sobral – CE, Brasil

RESUMO: Abordagens alternativas, como a Medicina Tradicional, enfatizam a qualidade das relações entre mulher no trabalho de parto e profissional e utilizam práticas como a aromaterapia, que utiliza óleos essenciais para promover bem-estar. Esta pesquisa tem como objetivo analisar as evidências científicas sobre o uso dos

óleos essenciais durante o trabalho de parto. Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura realizada em três bases de dados reconhecidas no campo da saúde: SciELO, Periódicos CAPES e BVS. Para a seleção dos artigos, foram utilizados descritores exatos: Aromaterapia, Trabalho de parto e Terapias Complementares combinados com operador booleano *AND*. Os critérios de inclusão foram: artigos completos, disponíveis on-line e na íntegra, publicados em português, inglês ou espanhol entre 2020 e 2024 e os critérios de exclusão foram: artigos duplicados e trabalhos classificados como relatórios técnicos, opiniões, editoriais ou manuais. Ao final, oito artigos foram incluídos neste estudo de revisão. As evidências científicas indicam que o uso de óleos essenciais, especialmente a lavanda, durante o trabalho de parto, proporciona alívio da dor e redução da ansiedade materna, além de potencializar a liberação de ocitocina salivar. Ademais, a integração de aromaterapia nos protocolos hospitalares pode aprimorar o cuidado obstétrico, mas ainda são necessárias mais pesquisas para avaliar sua eficácia, segurança e a experiência subjetiva das parturientes. Conclui-se que ensaios clínicos randomizados e estudos qualitativos são essenciais para uma compreensão mais abrangente e segura dessa prática na enfermagem obstétrica.

PALAVRAS-CHAVE: Aromaterapia. Trabalho de parto. Terapias Complementares.

SCIENTIFIC EVIDENCE ON THE USE OF ESSENTIAL OILS DURING LABOR: A REVIEW OF THE LITERATURE

ABSTRACT: Alternative approaches, such as Traditional Medicine, emphasize the quality of the relationship between women in labor and healthcare professionals and employ practices such as aromatherapy, which uses essential oils to promote well-being. This study aims to analyze the scientific evidence on the use of essential oils during labor. It is an Integrative Literature Review conducted in three health-related databases: Scielo, CAPES Journals, and BVS. For article selection, the exact descriptors "Aromatherapy," "Labor," and "Complementary Therapies" were combined using the Boolean operator AND. Inclusion criteria were: full-text articles, available online, published in Portuguese, English, or Spanish between 2020 and 2024. Exclusion criteria were: duplicate articles and works classified as technical reports, opinions, editorials, or manuals. In the end, eight articles were included in this review. The scientific evidence indicates that the use of essential oils, especially lavender, during labor provides pain relief and reduces maternal anxiety, in addition to enhancing salivary oxytocin release. Furthermore, integrating aromatherapy into hospital protocols may improve obstetric care; however, further studies are still needed to assess its effectiveness, safety, and the subjective experience of parturients. It is concluded that randomized clinical trials and qualitative studies are essential for a broader and safer understanding of this practice in obstetric nursing.

KEYWORDS: Aromatherapy. Labor. Complementary Therapies.

1. INTRODUÇÃO

Conceitua-se a Medicina Tradicional, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) (2002), como um conjunto de diversas práticas, abordagens, conhecimentos e crenças em saúde que utilizam medicamentos à base de plantas, animais ou minerais, terapias espirituais e técnicas manuais, que podem ser aplicadas separadamente ou em combinação, com o intuito de manter o bem-estar, tratar, diagnosticar e prevenir doenças.

Os Óleos Essenciais (OE) são compostos orgânicos de origem vegetal, formados por moléculas químicas complexas que podem ser extraídas por diversas partes da planta pelo processo de destilação e prensagem. Por conseguinte, os OE podem ser absorvidos por meio da inalação, uso tópico na pele ou por ingestão, com a finalidade de promover bem-estar físico e mental. Diante disso, com a correta orientação e indicação, esses óleos podem ser utilizados em diferentes fases da vida, como por exemplo no parto (Karasek; Laia da Mata; Vaccari, 2022).

Ante o exposto, o uso de OE durante o parto pode ser um recurso valioso para lidar com as sensações dolorosas e emocionais associadas a esse momento, como estresse, medo e desamparo. Por isso, garantir o bem-estar físico e emocional da parturiente é crucial. Neste sentido, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) enfatiza a importância do parto humanizado, que consiste em cuidados personalizados, centrados na mulher, respaldados por práticas com base em evidências e pelo respeito ao processo fisiológico do parto.

Coadunando a isso, este estudo emergiu a partir de vivências em um serviço de obstetrícia, onde foi possível observar a importância do uso de aromaterapia, óleos essenciais e técnicas de manejo da dor no trabalho de parto de forma rotineira, levando ao interesse de aprofundamento na temática e busca das evidências científicas para a prática clínica.

É importante destacar a significativa relevância deste estudo, pois poderá influenciar na evolução das práticas de saúde obstétrica, possibilitando a análise das informações e avanços científicos mais recentes no contexto abordado, em que a aromaterapia pode representar uma valiosa ferramenta na prática profissional, atuando como um método não farmacológico durante o trabalho de parto. Este trabalho tem por objetivo sintetizar as evidências científicas sobre o uso dos óleos essenciais durante o trabalho de parto.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa trata-se de um estudo descritivo, do tipo Revisão Integrativa da Literatura, caracterizado por reunir, analisar e sintetizar resultados de pesquisas já publicadas sobre um tema específico. Segundo Nunes, Nascimento e Luz (2016) esse tipo de estudo visa identificar, registrar e analisar aspectos de um fenômeno ou processo, permitindo uma compreensão abrangente do conhecimento científico produzido. A busca pelos estudos foi realizada de forma on-line em três bases de dados reconhecidas no campo da saúde: SciELO (Scientific Electronic Library Online), Periódicos CAPES e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Para a seleção dos artigos, foram utilizados descritores exatos do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), a saber: “Aromaterapia”, “Trabalho de parto” e “Terapias Complementares”.

Os descritores foram combinados com operadores booleanos *AND*, visando ampliar a precisão da busca. Para garantir a objetividade e a relevância dos resultados, foram adotados os seguintes critérios de inclusão: artigos completos, disponíveis on-line e na íntegra, publicados em português, inglês ou espanhol entre 2020 e 2024 que abordassem a temática da aromaterapia ou uso de óleos essenciais no contexto do trabalho de parto. Já nos critérios de exclusão foram: artigos duplicados e trabalhos classificados como relatórios técnicos, opiniões, editoriais ou manuais. Foram encontrados 89 artigos: 43 na SciELO, 27 na CAPES e 19 na BVS que, após a leitura na íntegra, foram selecionados para incorporar os resultados deste estudo um total de oito artigos.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

Antes, a dor do parto era vista como um castigo dos deuses, ou como um carma, e cada civilização a explicava de acordo com suas crenças. Era tratada de forma empírica, utilizando-se ervas, sangue de animais, rezas, termoterapia, entre outros métodos. Entretanto, o modelo assistencialista tradicional em obstetria ainda prevalece no Brasil, colocando a parturiente como coadjuvante de sua própria experiência e desconsiderando o processo fisiológico do parto (Mascarenhas *et al.*, 2019).

Atualmente, algumas práticas ainda colocam a parturiente em um papel secundário durante o trabalho de parto, desrespeitando seus direitos. Em resposta a isso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (MS) trabalham juntos para conscientizar os profissionais de saúde e as gestantes sobre os benefícios do parto humanizado e seus direitos. O período gestacional é uma fase de profundas transformações na vida da mulher, incluindo mudanças psicológicas, corporais e fisiológicas. Portanto, é fundamental que a parturiente seja bem amparada (Possati *et al.*, 2017).

No contexto obstétrico, a dor durante o trabalho de parto não está associada a doenças, mas sim, a um processo biológico natural do corpo feminino. Isso ressalta a importância do alívio da dor através de métodos farmacológicos, pois sua não mitigação pode transformar-se em uma experiência negativa para a parturiente, gerando sentimentos de ansiedade, medo e insatisfação. Além disso, a dor intensa durante esse momento pode prejudicar a experiência e afetar negativamente a percepção da mulher sobre o nascimento (Jacob *et al.*, 2021).

A aromaterapia pode ser aplicada de diversas formas, como massagem com óleos essenciais, inalação dos aromas através de vapor ou queimadores. A massagem terapêutica, por sua vez, estimula os receptores de pressão, aumentando a atividade vagal e diminuindo os níveis de cortisol, o que contribui para a redução do estresse e melhora da função imunológica em mulheres grávidas (Loureiro *et al.*, 2022).

Devido à sua simplicidade e acessibilidade, a aromaterapia tem sido utilizada como uma opção em alguns contextos de práticas de cuidados, isoladamente ou junto ao protocolo padrão de controle da dor. Para tanto, estudos sugerem que tal método pode reduzir medo, ansiedade, dor, náusea e vômito, além de melhorar as contrações durante o TP. Contudo, ainda há uma carência de estudos robustos que avaliem o papel da aromaterapia no controle da dor durante o parto (Paviani; Trigueiro; Gessner, 2019).

Outro aspecto relevante é o impacto dessas práticas no ambiente hospitalar. Ao integrar terapias adjuvantes nos protocolos de cuidado, cria-se um ambiente mais acolhedor e menos medicalizado, contribuindo para a redução do estresse e da ansiedade não apenas da parturiente, mas também de sua família. Nessa perspectiva, estudos apontam que o uso de técnicas como a musicoterapia e a aromaterapia durante o trabalho de parto pode melhorar a interação entre os profissionais de saúde e a parturiente, favorecendo uma comunicação mais empática e assertiva. Essa atmosfera de cuidado integral reflete diretamente na experiência da mulher, promovendo maior satisfação com o atendimento e maior confiança nos profissionais envolvidos (Perdigão, 2019).

Além disso, as terapias adjuvantes destacam-se por sua acessibilidade e baixo custo, características que as tornam viáveis mesmo em contextos de recursos limitados. Para tanto, a utilização de óleos essenciais, músicas personalizadas ou técnicas de toque não exige infraestrutura sofisticada, sendo facilmente adaptável a diferentes realidades de cuidado. Isso abre espaço para a inclusão dessas práticas em unidades básicas de saúde e em maternidades públicas, ampliando o acesso a métodos não farmacológicos para uma população mais ampla. Para isso, é essencial que gestores e profissionais de saúde sejam capacitados, garantindo que essas terapias sejam aplicadas com segurança e eficácia, sempre respeitando as individualidades de cada mulher (Rodrigues *et al.*, 2019).

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O trabalho de parto envolve movimentos do feto que o guiam ao longo do trabalho de parto promovidos pelas contrações do útero. Nesse processo, uma das etapas mais longas é a dilatação com duração de 10 a 12 horas em primíparas e de 6 a 8 horas em múltiparas. Como é possível que as fases do trabalho de parto sejam longas e exaustivas é importante que além da assistência humanizada preconizadas nas orientações para o parto e nascimento, incluir métodos não farmacológicos que possam reduzir a duração do trabalho de parto e tornar o processo mais confortável para o feto e para a mãe. Um dos métodos não farmacológicos capaz de reduzir a duração do parto foi o uso de aromaterapia que ajudou a encurtar o tempo de nascimento (Gregolis, 2024).

O escalda-pés aromaterápico com óleos de sálvia-esclareia e lavanda demonstrou aumento significativo nos níveis de ocitocina salivar em gestantes a termo, enquanto o óleo de jasmim apresentou apenas tendência de elevação. A intervenção mostrou-se segura, sem registros de efeitos adversos para mãe ou bebê. Entretanto, não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas em relação ao grupo controle quanto aos níveis de ocitocina, contrações uterinas subjetivas ou cortisol salivar. Essa ausência de significância pode estar relacionada à variabilidade individual e ao uso pontual da técnica. Assim, estudos futuros com amostras ampliadas, intervenções repetidas e métodos mais precisos de mensuração são recomendados, visando elucidar o potencial da aromaterapia como recurso complementar no cuidado obstétrico (Tadokoro, 2023).

A lavanda, através do uso da aromaterapia com óleo essencial, demonstrou eficácia na redução da dor em mulheres, especialmente em casos de dismenorreia, parto natural e cesariana. Os principais métodos utilizados foram a inalação e a massagem, isoladamente ou combinados com outros óleos, destacando-se a predominância da inalação. Trata-se de uma prática simples, de baixo custo e sem evidências de efeitos adversos relatados até o momento, o que reforça seu potencial de aplicação por enfermeiros na assistência em saúde (Lisboa, 2023).

Como observado por Rodriguez *et al.* (2023), as terapias complementares, em especial, a aromaterapia, destacam-se no manejo da dor por sua efetividade e rápida ação, sendo frequentemente reconhecidas como método de escolha. Para além do alívio sintomático, oferecem uma abordagem integral, que valoriza a mulher em sua totalidade e respeita suas crenças e preferências no cuidado. Quando aplicadas de forma segura e orientada por profissionais capacitados, configuram-se como recursos úteis, capazes de proporcionar benefícios relevantes à parturiente e de fortalecer uma prática de enfermagem centrada no cuidado humanizado e de excelência.

Um estudo realizado por Fonseca *et al.* (2023) aponta que a aromaterapia e o uso de óleos essenciais no trabalho de parto contribuem para reduzir dor e ansiedade, além de favorecer maior satisfação materna. Observou-se que a maior parte das evidências concentra-se em estudos internacionais, especialmente no Irã, havendo escassez de pesquisas nacionais sobre a temática. Embora a coleta desta revisão tenha se limitado a quatro bases de dados, os achados sugeriram que a aromaterapia configura uma estratégia não farmacológica eficaz, de baixo custo, não invasiva e segura, passível de ser conduzida por enfermeiros(as).

Constatou-se que as principais intervenções não farmacológicas aplicadas no contexto do trabalho de parto incluem a massagem, a aromaterapia e algumas outras. Esses métodos demonstraram efetividade na redução da dor, promovendo, adicionalmente, relaxamento, conforto, diminuição da ansiedade e contribuindo para a menor necessidade de recursos analgésicos farmacológicos, conforme comprovou o estudo de Cabral *et al.* (2023).

Os estudos analisados indicam que os óleos essenciais e a aromaterapia auxiliam no controle da dor, da ansiedade e de sintomas como náuseas e vômitos, além de fornecerem subsídios para a elaboração de protocolos clínicos. Trata-se de uma prática integrativa, de baixo custo e sem efeitos adversos descritos, com potencial para contribuir na humanização do cuidado durante o trabalho de parto (Karasek, 2022)

A literatura científica também evidencia a necessidade de um maior envolvimento das parturientes no processo de escolha e aplicação das terapias complementares. O uso de óleos essenciais, quando realizado em conjunto com a participação ativa da mulher, fortalece sua autonomia durante o trabalho de parto. Assim, relatos de experiências positivas incluem maior relaxamento e satisfação emocional, além de um maior senso de controle sobre as dores e desconfortos característicos do período. Isso ressalta a importância de personalizar os cuidados, promovendo uma experiência mais empática e individualizada.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao considerar o potencial dos óleos essenciais no cuidado obstétrico, destaca-se a necessidade de políticas de saúde que incentivem a pesquisa e a prática dessas abordagens integrativas. Assim como, a necessidade de mais estudos sobre o uso de óleos essenciais durante o trabalho de parto é fundamental, pois, embora os resultados iniciais sejam promissores, ainda existem lacunas significativas na compreensão de sua eficácia e segurança.

Ensaios clínicos randomizados podem fornecer dados mais robustos, permitindo comparações diretas entre diferentes métodos e controle de variáveis externas. Além disso, é essencial investigar a experiência das parturientes, considerando

percepções subjetivas de dor, ansiedade e satisfação. Estudos qualitativos podem oferecer uma visão mais holística sobre como a aromaterapia pode ser integrada ao cuidado obstétrico. Por fim, é importante explorar possíveis efeitos colaterais e interações com outras intervenções, garantindo que os profissionais de saúde estejam adequadamente preparados para utilizar essas técnicas de maneira segura e eficaz

REFERÊNCIAS

CABRAL, Beatriz Távina Viana et al. Medidas não farmacológicas para alívio da dor do parto: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 23, p. e20210439, 2023.

FONSECA, Mariana Borges et al. Benefits of using essential oils and aromatherapy in labor: benefícios do uso de óleos essenciais e da aromaterapia no trabalho de parto. **J Nurs UFPE on line**, v. 17, p. e254393, 2023.

GREGOLIS, Thais Blaya Leite et al. A influência de métodos não farmacológicos na duração do parto: uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, p. e19032022, 2024.

JACOB, Tatianni de Nazaré Oliveira et al. A percepção do cuidado centrado na mulher por enfermeiras obstétricas num centro de parto normal. **Escola Anna Nery**, v. 26, p. e20210105, 2021.

KARASEK, Gisele; MATA, Júnia Aparecida; VACCARI, Alessandra. O uso de óleos essenciais e aromaterapia no trabalho de parto. **Revista Cuidarte**, v. 13, n. 2, 2022.

LOUREIRO, Renata Reis et al. Aromaterapia no parto. **Global Academic Nursing Journal**, v. 3, n. 1, p. e221-e221, 2022.

LISBOA, Ivanete de Freitas et al. Aromaterapia com óleo essencial de *Lavandula angustifolia* para dor em mulheres: revisão de escopo. **BrJP**, v. 6, p. 208-214, 2023.

MASCARENHAS, Victor Hugo Alves et al. Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, p. 350-357, 2019.

MARÍN, Noelia et al. Técnicas complementarias de relajación y analgesia no farmacológicas durante el parto: revisión sistemática. **Enfermería Global**, v. 23, n. 73, p. 458-490, 2024.

POSSATI, Andrêssa et al. Humanização do parto: significados e percepções de enfermeiras. **Anna Nery School Journal of Nursing/Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v. 21, n. 4, 2017.

PAVIANI, Bibiana Amaral; TRIGUEIRO, Tatiane Herreira; GESSNER, Rafaela. O uso de óleos essenciais no trabalho de parto e parto: revisão de escopo. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 23, n. 1, 2019.

PERDIGÃO, Lígia Karina de Castro. Musicoterapia e aromaterapia para alívio da dor em trabalho de parto: uma intervenção do enfermeiro especialista. **Dissertação de Mestrado**. 2019.

RODRIGUES, Amanda Figueira et al. Aromaterapia na assistência ao trabalho de parto: Relato de experiência. **UECE, Ceará-Ce**, v. 4, n. 1, p. 1-3, 2019.

RODRÍGUEZ, Margarita; PÉREZ, Elisabet. Utilidad de las terapias complementarias en el manejo de dolor durante el parto: una revisión integradora. **Enfermería Global**, v. 22, n. 70, p. 465-496, 2023.

TADOKORO, Yuriko et al. Changes in Salivary Oxytocin Level of Term Pregnant Women after Aromatherapy Footbath for Spontaneous Labor Onset: A NonRandomized Experimental Study. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 13, p. 6262, 2023.