Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE

doi.org/10.51891/rease.v12i9.30550

OS BENEFÍCIOS FITOTERÁPICOS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS PARA ANALGESIA DURANTE O PARTO NATURAL

PHYTOTHERAPEUTIC BENEFITS OF ESSENTIAL OILS FOR ANALGESIA DURING NATURAL CHILDBIRTH

BENEFICIOS FITOTERAPÉUTICOS DE LOS ACEITES ESENCIALES PARA LA ANALGESIA DURANTE EL PARTO NATURAL

Danyelly Rodrigues Machado Azevedo[1]
Talita Rodrigues Corredeira Mendes[2]
Geoeselita Borges Teixeira[3]
Dhulia Karolynne da Silva Santos[4]

RESUMO: **INTRODUÇÃO:** A dor durante o trabalho de parto constitui um importante desafio para a assistência obstétrica, estimulando a busca por estratégias não farmacológicas que promovam conforto e bem-estar à parturiente. Nesse contexto, a aromaterapia com óleos essenciais apresenta-se como uma prática complementar que pode auxiliar no manejo da dor e da ansiedade. **OBJETIVO:** Analisar as evidências científicas sobre os benefícios da aromaterapia com óleos essenciais para o alívio da dor durante o parto natural. **MÉTODO:** Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, com buscas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo BDENF, LILACS e MEDLINE, além de PubMed e SciELO. Foram incluídos artigos originais, disponíveis na íntegra e de acesso gratuito, publicados em português e inglês, conforme os critérios estabelecidos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, quatro estudos foram incluídos na análise final. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os achados indicaram que a aromaterapia apresenta potencial para o alívio da dor durante o trabalho de parto, além de estar associada à redução da ansiedade, ao relaxamento, ao conforto e ao bem-estar das parturientes. **CONCLUSÃO:** A aromaterapia pode constituir uma estratégia complementar no cuidado obstétrico, contribuindo para uma assistência mais humanizada, individualizada e centrada na mulher. Entretanto, são necessárias novas pesquisas para ampliar as evidências sobre a eficácia, segurança e formas de utilização dos diferentes óleos essenciais.

Palavras-chave: Óleos essenciais. Aromaterapia. Parto natural. Dor do parto.

[1] Mestre em Saúde Coletiva, orientador. Docente da UNIEGO.
[2] Mestre em Ciências Farmacêuticas, coorientador. Docente da UNIEGO.
[3] Mestre em Ciências Farmacêuticas, coorientador. Docente da UNIEGO.
[4] Acadêmica de enfermagem UNIEGO.

ABSTRACT: **INTRODUCTION:** Pain during labor is an important challenge in obstetric care, encouraging the search for non-pharmacological strategies that promote comfort and well-being for women in labor. In this context, aromatherapy with essential oils is presented as a complementary practice that may assist in managing pain and anxiety. **OBJECTIVE:** To analyze the scientific evidence on the benefits of aromatherapy with essential oils for pain relief during natural childbirth. **METHOD:** An integrative literature review was conducted, with searches in the Virtual Health Library (VHL), including BDENF, LILACS, and MEDLINE, as well as PubMed and SciELO. Original articles available in full text and free of charge, published in Portuguese and English, were included according to the established criteria. After applying the inclusion and exclusion criteria, four studies were included in the final analysis. **RESULTS AND DISCUSSION:** The findings indicated that aromatherapy has potential for pain relief during labor and is also associated with reduced anxiety, relaxation, comfort, and well-being among women in labor. **CONCLUSION:** Aromatherapy may constitute a complementary strategy in obstetric care, contributing to more humanized, individualized, and woman-centered care. However, further research is needed to expand the evidence regarding the efficacy, safety, and methods of using different essential oils.

Keywords: Essential oils. Aromatherapy. Natural childbirth. Labor pain.

RESUMEN: **INTRODUCCIÓN:** El dolor durante el trabajo de parto constituye un desafío importante para la atención obstétrica, estimulando la búsqueda de estrategias no farmacológicas que promuevan comodidad y bienestar a la parturienta. En este contexto, la aromaterapia con aceites esenciales se presenta como una práctica complementaria que puede contribuir al manejo del dolor y la ansiedad. **OBJETIVO:** Analizar las evidencias científicas sobre los beneficios de la aromaterapia con aceites esenciales para el alivio del dolor durante el parto natural. **MÉTODO:** Se realizó una revisión integrativa de la literatura, con búsquedas en la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), incluyendo BDENF, LILACS y MEDLINE, además de PubMed y SciELO. Se incluyeron artículos originales, disponibles en texto completo y de acceso gratuito, publicados en portugués e inglés, de acuerdo con los criterios establecidos. Después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, cuatro estudios fueron incluidos en el análisis final. **RESULTADOS Y DISCUSIÓN:** Los hallazgos indicaron que la aromaterapia presenta potencial para el alivio del dolor durante el trabajo de parto, además de estar asociada con la reducción de la ansiedad, la relajación, el confort y el bienestar de las parturientas. **CONCLUSIÓN:** La aromaterapia puede constituir una estrategia complementaria en la atención obstétrica, contribuyendo a una atención más humanizada, individualizada y centrada en la mujer. Sin embargo, son necesarias nuevas investigaciones para ampliar las evidencias sobre la eficacia, seguridad y formas de utilización de los diferentes aceites esenciales.

Palabras clave: Aceites esenciales. Aromaterapia. Parto natural. Dolor de parto.

INTRODUÇÃO

O parto natural é considerado um processo fisiológico que requer práticas seguras e atenciosas que levem a um resultado positivo tanto para a mãe quanto para o bebê. No entanto, a dor associada ao trabalho de parto ainda é considerada um dos maiores obstáculos, gerando

medo, ansiedade e incerteza nas mulheres durante o trabalho de parto. A busca por alternativas não farmacológicas à analgesia tem se tornado cada vez mais popular, o que é atribuído ao movimento em direção à assistência obstétrica humanizada e à valorização do papel da mulher durante o parto (Pimentel *et al.*, 2021).

Em escala global, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) defende a implementação de procedimentos que aliviem a dor e promovam o conforto durante o parto. Esses procedimentos são considerados não invasivos e de baixo custo, aaromaterapia, que utiliza óleos essenciais, é considerada uma prática complementar que reduz a ansiedade e a percepção da dor, promovendo a estabilidade física e emocional da mulher. No Brasil, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (PNPIC), instituída pelo Ministério da Saúde em 2006, ampliou a inserção de práticas integrativas no SUS incluindo fitoterapia e aromaterapia. Essa norma está em consonância com o desejo de diversificar a forma de atendimento, respeitando os aspectos biopsicossociais do processo de parto e nascimento (Brasil, 2018).

Pesquisas regionais em hospitais brasileiros dedicados a mães e bebês mostram que tratamentos não farmacológicos, como massagem, música e o uso de óleos essenciais, contribuem para um maior grau de satisfação das mulheres, diminuição da percepção de dor e diminuição do número de procedimentos hospitalares. Essas evidências reforçam a importância da inclusão dessas práticas na rotina de cuidados da equipe de enfermagem (Carvalho *et al.*, 2020).

A incorporação de óleos essenciais no parto natural promove benefícios sociais, econômicos e clínicos que contribuem para a humanização do atendimento e a viabilidade a longo prazo do Sistema Único de Saúde (SUS). Sociologicamente, a aromaterapia promove maior autonomia para as mulheres durante o parto, o que aumenta a experiência positiva e diminui o número de cesáreas desnecessárias no Brasil (Oliveira *et al.*, 2019).

Do ponto de vista econômico, o uso de óleos essenciais é mais econômico do que outros métodos de analgesia durante o parto. Outros benefícios incluem a menor necessidade de recursos para infraestrutura e saúde, além de apresentar baixa probabilidade de complicações, o que contribui para a segurança da gestante. Outro benefício importante é a promoção de uma recuperação pós-parto mais rápida, a melhoria do bem-estar das mães e a redução do número de consultas hospitalares (Silva *et al.*, 2019).

Clinicamente, óleos essenciais como lavanda, eucalipto e hortelã-pimenta apresentam propriedades analgésicas e relaxantes comprovadas por estudos científicos. Seu uso tem demonstrado eficácia na redução da dor e da ansiedade, tanto em ambientes hospitalares quanto domiciliares, ampliando as possibilidades terapêuticas no cuidado à gestante. No contexto obstétrico, esses achados reforçam o potencial dos óleos essenciais como recurso complementar, com implicações relevantes para a diversificação e humanização das estratégias de cuidado (Lakhan*et al.*, 2016).

Embora a aromaterapia apresente resultados favoráveis no alívio da dor e da ansiedade durante o trabalho de parto, ainda existem lacunas quanto à padronização das intervenções, segurança, formas de aplicação e efetividade dos diferentes óleos essenciais. Assim, o estudo é relevante por sistematizar evidências sobre essa prática como recurso complementar, contribuindo para uma assistência obstétrica mais humanizada e baseada em evidências, especialmente na atuação da enfermagem. Portanto, a presente pesquisa buscou investigar a eficácia, segurança e aplicabilidade da aromaterapia com óleos essenciais como recurso complementar para o alívio da dor durante o parto natural.

METODOLOGIA

Para alcançar o objetivo do estudo, realizou-se uma revisão integrativa de literatura. Este modelo de revisão consiste em um método de reunião e síntese de resultados de investigações sobre determinada temática, além de combinar dados de delineamento de pesquisas diversas, contemplando o rigor do método característico da pesquisa científica (Sousa; Silva; Carvalho, 2010).

Para orientar a revisão, elaborou-se a seguinte pergunta norteadora: "Quais são os benefícios dos óleos essenciais utilizados na aromaterapia para o alívio da dor durante o parto natural?"

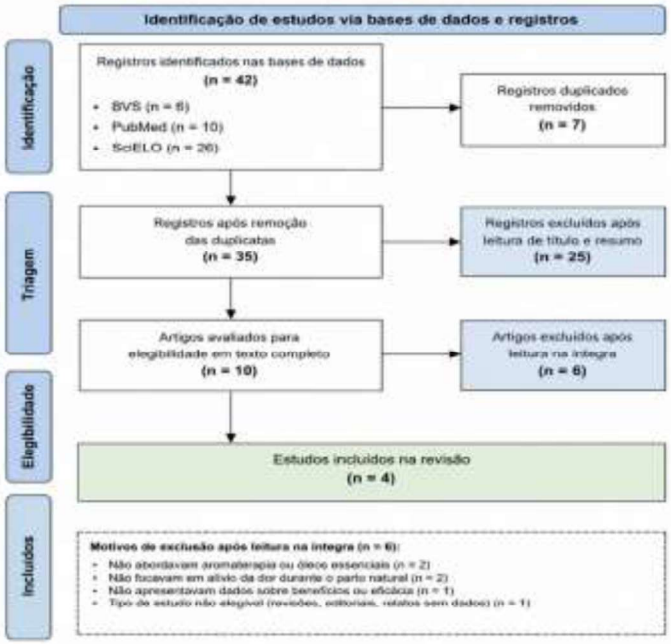
A busca dos artigos foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), contemplando as bases de dados Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), além das bases PubMed (Public Medline) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram utilizados os descritores "Óleos essenciais", "Aromaterapia", "Parto natural" e "Dor do parto", combinados entre si pelo operador booleano AND

Foram incluídos artigos completos, de acesso gratuito, publicados em português ou inglês, no período de 2020 a 2025, que apresentassem contribuições sobre o uso de óleos essenciais ou da aromaterapia para o alívio da dor durante o trabalho de parto. Foram excluídos artigos de revisão, estudos duplicados, trabalhos não disponíveis na íntegra, estudos que não abordassem diretamente a temática e aqueles que não respondessem à pergunta norteadora.

O processo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos foi organizado conforme as etapas recomendadas pelo Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), como descreve PAGE *et al.*, (2023) sendo apresentado em fluxograma na Figura 1. Utilizando o boleador AND, obteve-se 42 artigos completos, dos quais 7 estavam duplicados ou não representavam interesse para esta revisão. Em seguida 25 foram excluídos por não abordarem a temática diretamente e 06 por não responderem à pergunta norteadora. Por fim, foram selecionados 04 artigos para compor o estudo.

Para a distribuição e análise dos dados, elaborou-se um quadro contendo autores, ano de publicação, periódico, delineamento do estudo, objetivo, óleo essencial utilizado, forma de aplicação, principais resultados relacionados ao alívio da dor e limitações dos estudos. Essa organização possibilitou a comparação dos achados e a identificação das principais evidências sobre a utilização da aromaterapia como recurso complementar durante o parto natural apresentados no Quadro 1.

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos estudos segundo o modelo PRISMA 2020.



Fonte: Elaborado pelos autores, adaptado de Page *et al.* (2023).

RESULTADOS

Para facilitar a compreensão e a comparação dos estudos incluídos, o quadro a seguir apresenta suas principais características, contemplando autores e ano de publicação, título, periódico, método, objetivo, contribuição para a resposta à pergunta norteadora e limitações dos estudos, organizados em ordem cronológica, de modo a favorecer uma melhor visualização e apresentação dos trabalhos selecionados.

Quadro 1 – Estudos originais sobre o uso de óleos essenciais e aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto, 2026.

Nº	Autores e ano	Título original	Periódico	Método	Objetivo	Contribuição do estudo à pergunta norteadora	Limitações
A1	Jacob *et al.* (2022)	A percepção do cuidado centrado na mulher por enfermeiras obstétricas num centro de parto normal	Escola Anna Nery	Estudo descritivo, exploratório, de abordagem qualitativa, realizado com 11 enfermeiras obstétricas, mediante entrevistas semiestruturadas e análise de conteúdo temática.	Compreender a percepção da atuação das enfermeiras obstétricas em relação à assistência às mulheres atendidas em um Centro de Parto Normal.	Contribui ao demonstrar que a aromaterapia com óleos essenciais integra as práticas utilizadas pelas enfermeiras obstétricas, sendo associada principalmente ao relaxamento e ao conforto da mulher durante o trabalho de parto, embora o estudo não avalie diretamente a redução da dor.	Por ser qualitativo e centrado na percepção das enfermeiras, não mensura a eficácia dos óleos essenciais sobre a intensidade da dor.
A2	Prata *et al.* (2022)	Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas	Escola Anna Nery	Estudo qualitativo e descritivo, com oito enfermeiras obstétricas de uma casa de parto do Rio de Janeiro. Os dados foram coletados por entrevistas semiestruturadas e submetidos à análise temática.	Descrever as contribuições terapêuticas da utilização de tecnologias não invasivas de cuidado oferecidas por enfermeiras obstétricas durante o trabalho de parto.	Demonstra que os óleos essenciais fazem parte das tecnologias não invasivas empregadas no cuidado obstétrico, contribuindo para o relaxamento, conforto e manejo da experiência dolorosa durante o trabalho de parto, embora não mensure especificamente o efeito analgésico de cada óleo.	A amostra foi composta por apenas oito enfermeiras de uma casa de parto, e o estudo não mensurou quantitativamente a eficácia dos óleos essenciais sobre a dor.
A3	Pereira *et al.* (2024)	Experiências das parturientes de alto risco com o uso das	Texto & Contexto – Enfermag em	Estudo qualitativo e descritivo, realizado com 20 puérperas de alto	Analisar as experiências de parturientes de alto risco	Evidência que os óleos essenciais são utilizados como tecnologia não invasiva de cuidado	Por se tratar de estudo qualitativo com parturientes

		tecnologias não invasivas de cuidado		risco, mediante entrevistas semiestruturadas e análise de conteúdo temática, fundamentado na Teoria dos Cuidados de Kristen Swanson.	com o uso das tecnologias não invasivas de cuidado durante o trabalho de parto.	durante o trabalho de parto, estando relacionados às percepções de conforto, bem-estar e alívio da dor pelas parturientes.	de alto risco, os resultados representam experiências e percepções, não permitindo estabelecer a eficácia específica de cada óleo essencial.
A4	Nascimento *et al.* (2025)	Effectiveness of aromatherapy with sweet orange oil (Citrus sinensis L.) in relieving pain and anxiety during labor	Explore: The Journal of Science & Healing	Ensaio clínico randomizado, simples-cego, com 84 gestantes, distribuídas em grupo experimental (n=42), submetido à inalação de 250 μL de óleo essencial de *Citrus sinensis*, e grupo placebo (n=42), submetido à inalação de água destilada. Foram avaliadas intensidade da dor, ansiedade, parâmetros fisiológicos e frequência cardíaca fetal.	Avaliar os efeitos da aromaterapia com *Citrus sinensis* L. sobre a dor e a ansiedade durante o trabalho de parto.	Demonstra diretamente que a aromaterapia com óleo essencial de laranja-doce (*Citrus sinensis*) contribui para a redução da intensidade da dor e da ansiedade durante o trabalho de parto, constituindo a evidência mais direta para a pergunta norteadora.	O estudo avaliou um único óleo essencial, em uma população específica e em determinado contexto, limitando a generalização dos resultados para outros óleos e diferentes populações.

DISCUSSÕES

A discussão dos estudos selecionados foi organizada em três eixos, buscando apresentar os achados de forma progressiva e articulada à pergunta norteadora. Inicialmente, são discutidas as evidências relacionadas ao alívio da dor durante o trabalho de parto; em seguida, são abordados os benefícios associados à aromaterapia e suas implicações para a assistência obstétrica. Por fim, são apresentadas as limitações das evidências disponíveis, considerando as características metodológicas dos estudos e suas implicações para a prática profissional.

Aromaterapia e óleos essenciais no alívio da dor durante o trabalho de parto

Os estudos analisados indicam que a aromaterapia apresenta potencial como recurso complementar para o manejo da dor durante o trabalho de parto, sobretudo quando integrada a

estratégias de cuidado não farmacológico. Os achados de A1 e A2 demonstram a inserção dessa prática no cuidado obstétrico, associando sua utilização principalmente ao conforto e ao relaxamento da parturiente. No A3, essa perspectiva é ampliada pela experiência das próprias mulheres, que relacionam as tecnologias não invasivas à sensação de conforto, bem-estar e alívio da dor. Esses resultados sugerem que a contribuição da aromaterapia não deve ser analisada exclusivamente pela capacidade de reduzir a intensidade dolorosa, mas também pela possibilidade de modificar a maneira como a mulher vivencia o trabalho de parto.

A literatura específica sobre aromaterapia no contexto obstétrico fornece sustentação para essa interpretação. Tabatabaeichehr e Mortazavi (2020), em revisão sistemática de 33 estudos, identificaram resultados predominantemente favoráveis da aromaterapia no manejo da dor e da ansiedade durante o trabalho de parto. Os estudos analisados utilizaram diferentes formas de aplicação, incluindo inalação, massagem, banho de pés, piscina, acupressão e compressas, sendo a lavanda o óleo essencial mais frequentemente empregado. A diversidade das estratégias utilizadas demonstra que a aromaterapia não constitui uma intervenção única e padronizada, mas um conjunto de possibilidades terapêuticas que pode ser adaptado ao contexto e às necessidades da parturiente.

Essa interpretação também é sustentada por Chen *et al.* (2019), que realizaram uma meta-análise de 17 ensaios clínicos randomizados envolvendo mulheres em trabalho de parto de baixo risco. Os autores identificaram redução da dor durante a fase de transição, particularmente entre 8 e 10 cm de dilatação, além de redução da duração da fase ativa e do terceiro período do trabalho de parto. Entretanto, os próprios autores ressaltaram a heterogeneidade existente entre os estudos e recomendaram pesquisas com amostras maiores e métodos mais rigorosos antes da formulação de recomendações clínicas mais fortes.

O resultado encontrado no A4, relacionado à utilização do óleo essencial de laranja-doce e à redução da dor e da ansiedade, também pode ser compreendido à luz das evidências que avaliam diferentes óleos essenciais durante o trabalho de parto. Liao *et al.* (2021), em revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados, investigaram especificamente os efeitos da aromaterapia sobre dor e ansiedade durante a primeira fase do trabalho de parto em mulheres nulíparas. A análise reforça a possibilidade de benefícios simultâneos sobre esses dois componentes da experiência do parto, permitindo compreender a intervenção para além de uma perspectiva exclusivamente analgésica.

A relação entre dor e ansiedade é especialmente relevante, pois fatores físicos e emocionais influenciam a percepção da dor durante o trabalho de parto. Assim, a redução da ansiedade pode contribuir indiretamente para uma vivência menos negativa da dor. Nesse sentido, os resultados do A3 são importantes por mostrarem que os efeitos percebidos pelas parturientes vão além da intensidade dolorosa e incluem conforto e bem-estar. Portanto, a aromaterapia pode ter valor terapêutico por atuar sobre uma experiência multidimensional, na qual dor, tensão e ansiedade se relacionam.

Entretanto, os resultados não permitem afirmar que todos os óleos essenciais produzam efeitos semelhantes. Yazdkhasti e Pirak (2016), em ensaio clínico randomizado com 120 mulheres primíparas, avaliaram a inalação de lavanda em diferentes momentos da dilatação cervical. O estudo encontrou diferença significativa na intensidade da dor entre os grupos, mas não identificou diferença significativa na duração das fases ativa e de expulsão do trabalho de parto. Esse resultado é importante porque demonstra que a possível contribuição da aromaterapia pode estar mais relacionada ao controle da percepção dolorosa do que necessariamente à modificação da evolução fisiológica do parto.

A composição dos óleos essenciais também precisa ser considerada nessa interpretação. Simões *et al.* (2017) e Lorenzi *et al.* (2020) destacam que esses produtos apresentam diferentes constituintes químicos e propriedades biológicas, o que impede que sejam tratados como uma intervenção homogênea. Assim, o efeito observado com a laranja-doce no A4 não deve ser automaticamente atribuído à lavanda, à rosa, à camomila ou a outros óleos. A evidência precisa ser interpretada de acordo com a substância utilizada, sua concentração, forma de administração e contexto clínico.

Portanto, a convergência entre A1, A2, A3 e A4 e os estudos de Chen *et al.* (2019), Yazdkhasti e Pirak (2016), Liao *et al.*(2021) e Tabatabaeichehr e Mortazavi (2020) sustenta a existência de um potencial benefício da aromaterapia para o manejo da dor durante o trabalho de parto. Entretanto, esse benefício deve ser compreendido como complementar e dependente das características da intervenção, não sendo possível afirmar que a aromaterapia produza efeito analgésico uniforme em todas as mulheres ou em todas as fases do parto.

Benefícios associados à aromaterapia e implicações para a assistência obstétrica

Os benefícios identificados nesta revisão ultrapassam a redução da intensidade da dor. A1 e A2 evidenciam a utilização da aromaterapia como recurso não invasivo inserido no cuidado

obstétrico, enquanto A3 demonstra que conforto e bem-estar constituem dimensões valorizadas pelas próprias parturientes. Essa constatação desloca a discussão de uma perspectiva centrada exclusivamente no controle do sintoma para uma compreensão mais ampla da assistência, na qual a experiência da mulher ocupa posição central.

A possibilidade de utilizar métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto amplia o repertório de estratégias disponíveis para a equipe e pode favorecer uma assistência mais individualizada. Carvalho *et al.* (2018) e Gallo *et al.* (2018) discutem a utilização dessas estratégias como recursos destinados a auxiliar a mulher no enfrentamento da dor e das alterações emocionais próprias do processo. Nesse contexto, a aromaterapia pode ser articulada a outras intervenções de conforto, sem que sua utilização implique abandono das medidas farmacológicas ou obstétricas quando estas forem clinicamente necessárias.

A ansiedade constitui uma dimensão especialmente relevante. Liao *et al.* (2021) avaliaram conjuntamente dor e ansiedade e encontraram resultados favoráveis para ambos os desfechos. Essa associação contribui para compreender por que uma intervenção que favorece relaxamento pode repercutir sobre a experiência global do parto. O resultado observado no A4, envolvendo dor e ansiedade, reforça essa característica e sugere que a aromaterapia pode ser considerada dentro de uma abordagem que contemple tanto as manifestações físicas quanto emocionais do trabalho de parto.

Essa abordagem também se relaciona ao cuidado centrado na mulher. Diniz *et al.* (2016) e Oliveira *et al.* (2019) ressaltam a importância da autonomia e do protagonismo feminino na assistência ao parto. A aromaterapia pode contribuir para essa perspectiva quando oferecida como possibilidade de escolha e não como procedimento imposto. A participação da parturiente na decisão sobre as estratégias de conforto utilizadas durante o parto é fundamental para que uma prática complementar esteja efetivamente alinhada aos princípios de humanização.

O A2 acrescenta ainda uma dimensão relacionada à atuação da enfermagem obstétrica. A utilização de uma tecnologia não invasiva exige conhecimento sobre suas indicações, limitações e formas de aplicação. Nesse sentido, Tesser *et al.* (2018) destacam a necessidade de qualificação profissional para a utilização das práticas integrativas e complementares. A incorporação da aromaterapia ao cuidado, portanto, não deve ocorrer apenas porque a intervenção é considerada natural ou de baixo custo, mas porque o profissional possui condições técnicas para avaliar sua pertinência e utilizá-la de maneira segura.

Os resultados de Ghiasi, Bagheri e Sharaflari (2022) introduzem uma dimensão adicional ao demonstrarem que alguns tipos de aromaterapia, especialmente a lavanda, apresentaram resultados relacionados à redução da duração do trabalho de parto. A revisão reuniu 22 estudos envolvendo 3.234 mulheres, mas os autores recomendaram cautela na interpretação dos resultados. Dessa forma, embora a literatura sugira que determinados óleos possam influenciar outros aspectos do trabalho de parto, esse efeito não apresenta a mesma consistência observada para a percepção da dor e não deve constituir a principal justificativa para sua utilização.

A principal contribuição da aromaterapia para a assistência obstétrica, portanto, parece estar na possibilidade de ampliar as estratégias de cuidado disponíveis à mulher. O recurso pode ser empregado para favorecer conforto, relaxamento e enfrentamento da dor e da ansiedade, integrando uma assistência que respeite as preferências individuais da parturiente. Seu significado para a enfermagem obstétrica está, consequentemente, menos relacionado à substituição de intervenções convencionais e mais à ampliação de possibilidades terapêuticas dentro de um cuidado individualizado.

Limitações das evidências e implicações para a assistência obstétrica

Embora os resultados sejam predominantemente favoráveis, a interpretação das evidências exige cautela diante da heterogeneidade metodológica identificada. A1, A2 e A3 apresentam contribuições importantes para a compreensão das experiências, percepções e práticas de cuidado, mas não permitem, isoladamente, determinar a magnitude de um efeito analgésico. A4, por apresentar avaliação experimental da dor e da ansiedade, oferece uma contribuição diferente, mas também está limitada às características específicas do óleo essencial e do protocolo utilizado.

A heterogeneidade é igualmente evidente nas revisões e meta-análises. Tabatabaeichehr e Mortazavi (2020) encontraram 33 estudos que empregaram diferentes óleos e formas de aplicação. Chen *et al.* (2019), por sua vez, reuniram 17 ensaios clínicos randomizados e reconheceram diferenças metodológicas entre os estudos. Essa diversidade dificulta a comparação direta dos resultados e limita a definição de um protocolo único de aromaterapia para o trabalho de parto.

A própria forma de aplicação pode interferir nos resultados. Os estudos disponíveis utilizam inalação, massagem, banho, compressas e outras estratégias, além de diferentes óleos essenciais. Dessa maneira, não é metodologicamente adequado considerar que um resultado

observado com lavanda por inalação possa ser automaticamente reproduzido com laranja-doce, rosa ou outro óleo administrado por via diferente. Essa questão reforça a necessidade de descrição detalhada das intervenções nos estudos e de maior padronização dos protocolos.

A divergência entre os resultados sobre a duração do parto constitui outro aspecto que merece atenção. Chen *et al.* (2019) identificaram redução da duração da fase ativa e do terceiro período do parto, enquanto Yazdkhasti e Pirak (2016) não encontraram diferença significativa na duração das fases ativa e de expulsão após a utilização de lavanda. Ghiasi, Bagheri e Sharaflari (2022) também encontraram resultados sugestivos de redução da duração do trabalho de parto com algumas modalidades de aromaterapia, mas recomendaram cautela. Esses resultados indicam que a influência da aromaterapia sobre a progressão do parto permanece menos consistente do que seus possíveis efeitos sobre dor e ansiedade.

Essa diferença é relevante para evitar interpretações excessivas. A redução da dor não deve ser utilizada como sinônimo de aceleração do parto, assim como um possível efeito sobre a duração de determinada fase não significa que a aromaterapia seja capaz de modificar de maneira previsível a fisiologia do trabalho de parto. Cada desfecho deve ser analisado separadamente, considerando a qualidade e o desenho dos estudos que o avaliaram.

A questão da segurança também precisa permanecer vinculada às características da intervenção. Shaterian *et al.* (2022), em revisão sistemática e meta-análise, analisaram 27 estudos e 2.566 participantes, avaliando a dor em diferentes dilatações cervicais e os escores de Apgar. Os resultados apontaram efeitos favoráveis sobre a dor em diferentes momentos da dilatação, sem efeito significativo sobre os escores de Apgar de um e cinco minutos. Ainda assim, esse resultado não significa que todos os óleos essenciais possam ser considerados equivalentes ou utilizados sem avaliação individual.

Nesse sentido, a utilização da aromaterapia no trabalho de parto deve estar vinculada à avaliação da parturiente, à escolha adequada do óleo, à forma de aplicação e à capacitação profissional. A prática também precisa respeitar a autonomia da mulher e ser incorporada ao plano de cuidados de maneira compartilhada. Tesser *et al.* (2018) contribuem para essa discussão ao enfatizarem a importância da qualificação para a utilização das práticas integrativas e complementares.

Diante desse cenário, a aromaterapia pode ser considerada uma estratégia complementar de cuidado, mas não deve ser apresentada como substituta das intervenções obstétricas convencionais. Os resultados disponíveis são suficientemente promissores para justificar sua

investigação e utilização criteriosa, mas ainda não sustentam recomendações universais quanto ao tipo de óleo, concentração, via de administração ou momento ideal para aplicação.

A principal lacuna identificada está, portanto, na necessidade de maior padronização dos estudos. Pesquisas futuras devem utilizar amostras maiores, protocolos reprodutíveis, descrição precisa dos óleos e concentrações empregados e instrumentos padronizados para avaliação da dor e da ansiedade. Também é importante diferenciar os efeitos sobre dor, ansiedade, duração do trabalho de parto, satisfação materna e desfechos materno-fetais, evitando que diferentes resultados sejam agrupados sob uma única interpretação.

Assim, A1, A2, A3 e A4, quando analisados em conjunto com as evidências de Chen *et al.* (2019), Yazdkhasti e Pirak (2016), Liao *et al.* (2021), Tabatabaeichehr e Mortazavi (2020), Shaterian *et al.* (2022) e Ghiasi, Bagheri e Sharaflari (2022), apontam para um cenário favorável, porém ainda não definitivo. A aromaterapia apresenta potencial principalmente como recurso complementar para o conforto, manejo da dor e redução da ansiedade durante o trabalho de parto. Sua incorporação à assistência obstétrica mostra-se mais coerente quando fundamentada na individualização do cuidado, na autonomia da mulher, na capacitação profissional e na avaliação crítica das evidências disponíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados desta revisão integrativa indicam que a aromaterapia com óleos essenciais apresenta potencial como recurso complementar para o alívio da dor durante o trabalho de parto, especialmente por estar associada também à redução da ansiedade, ao relaxamento, ao conforto e ao bem-estar das parturientes. Os resultados evidenciam benefícios relacionados ao uso de óleos essenciais, particularmente quanto à redução da dor e da ansiedade, além de contribuírem para a compreensão da utilização da aromaterapia e de sua percepção no cuidado obstétrico.

Dessa forma, a aromaterapia pode contribuir para uma assistência obstétrica mais humanizada, individualizada e centrada na mulher, podendo ser utilizada pela enfermagem como estratégia complementar às demais formas de cuidado durante o trabalho de parto. Entretanto, as diferenças metodológicas entre as evidências disponíveis e a avaliação de óleos essenciais específicos indicam a necessidade de novas pesquisas originais, especialmente ensaios clínicos, para ampliar as evidências sobre eficácia, segurança, formas de aplicação e benefícios dos diferentes óleos essenciais.

Assim, os resultados permitem responder à pergunta norteadora ao indicar que os principais benefícios identificados estão relacionados ao alívio da dor, redução da ansiedade, relaxamento, conforto e bem-estar durante o trabalho de parto, embora a força das evidências ainda seja variável.

REFERÊNCIAS

ALI, B. et al. Essential oils used in aromatherapy: a systemic review. Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine, v. 5, n. 8, p. 601-611, 2015. DOI: https://doi.org/10.1016/j.apjtb.2015.05.007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC-SUS. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006.

BUCKLE, J. Clinical aromatherapy: essential oils in healthcare. 3. ed. Philadelphia: Elsevier, 2015.

CARVALHO, C. C. R. et al. Práticas não farmacológicas para alívio da dor no parto: revisão integrativa. Revista de Enfermagem UFPE on line, v. 14, e243849, p. 1-9, 2020. DOI: https://doi.org/10.5205/1981-8963.2020.243849.

CARVALHO, E. C. et al. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: revisão integrativa. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 71, n. 3, p. 1244-1252, 2018. DOI: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0038.

CHEN, Shuo-Fei et al. Labour pain control by aromatherapy: a meta-analysis of randomised controlled trials. Women and Birth, v. 32, n. 4, p. 327-335, 2019. DOI: https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.09.010.

DINIZ, C. S. G. et al. Disrespect and abuse in childbirth in Brazil: social activism, public policies and providers' training. Reproductive Health Matters, v. 24, n. 47, p. 67-77, 2016. DOI: https://doi.org/10.1016/j.rhm.2016.04.002.

GALLO, R. B. S. et al. Non-pharmacological pain relief methods in labor: integrative review. Revista Dor, v. 19, n. 2, p. 141-152, 2018. DOI: https://doi.org/10.5935/1806-0013.20180028.

GHIASI, Ashraf; BAGHERI, Leila; SHARAFLARI, Fatemeh. Effectiveness of aromatherapy in reducing duration of labour: a systematic review. Journal of Obstetrics and Gynaecology, v. 42, n. 7, p. 2573-2582, 2022. DOI: https://doi.org/10.1080/01443615.2022.2109952.

HODNETT, E. D. et al. Continuous support for women during childbirth. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 7, CD003766, 2013. DOI: https://doi.org/10.1002/14651858.CD003766.pub4.

JACOB, T. N. O. et al. A percepção do cuidado centrado na mulher por enfermeiras obstétricas num centro de parto normal. Escola Anna Nery, v. 26, e20210105, 2022. DOI: https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0105.

LAKHAN, S. E. et al. The effectiveness of aromatherapy in reducing pain: a systematic review and meta-analysis. Pain Research and Treatment, v. 2016, p. 1-13, 2016. DOI: https://doi.org/10.1155/2016/8158692.

LIAO, Ching-Chu et al. Aromatherapy intervention on anxiety and pain during first stage labour in nulliparous women: a systematic review and meta-analysis. Journal of Obstetrics and Gynaecology, v. 41, n. 1, p. 21-31, 2021. DOI: https://doi.org/10.1080/01443615.2019.1673707.

LORENZI, H. et al. Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas. 3. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2020.

NASCIMENTO, J. C. et al. Effectiveness of aromatherapy with sweet orange oil (Citrus sinensis L.) in relieving pain and anxiety during labor. Explore: The Journal of Science & Healing, v. 21, n. 1, e103081, 2025. DOI: https://doi.org/10.1016/j.explore.2024.103081.

OLIVEIRA, A. C. et al. Benefícios da aromaterapia no trabalho de parto: revisão integrativa. Revista de Enfermagem da UFSM, v. 9, e35, p. 1-16, 2019. DOI: https://doi.org/10.5902/2179769234857.

OLIVEIRA, A. S. et al. Experiência de parturientes com práticas integrativas no parto. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, v. 19, n. 3, p. 621-628, 2019. DOI: https://doi.org/10.1590/1806-93042019000300008.

PAGE, M. J. et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. Revista Panamericana de Salud Pública, v. 47, e112, 2023. DOI: https://doi.org/10.26633/RPSP.2023.112.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ, v. 372, n. 71, 2021. DOI: https://doi.org/10.1136/bmj.n71.

PEREIRA, A. L. F. et al. Experiências das parturientes de alto risco com o uso das tecnologias não invasivas de cuidado. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 33, e20230202, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2023-0202pt.

PERRY, N.; PERRY, E. Aromatherapy in practice: clinical use of essential oils for holistic healthcare. 5. ed. London: Elsevier, 2020.

PIMENTEL, T. C. et al. Humanização do parto: práticas baseadas em evidências. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 42, e20200356, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200356.

PRATA, J. A. et al. Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas. Escola Anna Nery, v. 26, e20210182, 2022. DOI: https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0182.

SHATERIAN, Negin et al. Labor pain in different dilatations of the cervix and Apgar scores affected by aromatherapy: a systematic review and meta-analysis. Reproductive Sciences, v. 29, n. 9, p. 2488-2504, 2022. DOI: https://doi.org/10.1007/s43032-021-00666-4.

SILVA, A. C. S. et al. Óleos essenciais: potencial terapêutico e aplicações. Revista Fitos, v. 13, n. 2, p. 183-195, 2019. DOI: https://doi.org/10.32864/revfitos.v13i2.213.

SILVEIRA, D. et al. Práticas integrativas e complementares e seus sentidos na atenção básica: estudo de caso em Florianópolis. Saúde e Sociedade, v. 30, n. 2, e200321, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/S0104-12902021200321.

SIMÕES, C. M. O. et al. Farmacognosia: da planta ao medicamento. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

SOUSA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. DOI: https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134.

TABATABAEICHEHR, Mahbubeh; MORTAZAVI, Hamed. The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain and anxiety: a systematic review. Ethiopian Journal of Health Sciences, v. 30, n. 3, p. 449-458, 2020. DOI: https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16.

TESSER, C. D. et al. Práticas integrativas e complementares no SUS: avanços e desafios. Saúde em Debate, v. 42, n. 1, p. 174-188, 2018. DOI: https://doi.org/10.1590/0103-11042018S112.

VEIGA JÚNIOR, V. F. et al. Plantas medicinais: cura segura? Química Nova, v. 28, n. 3, p. 519-528, 2005. DOI: https://doi.org/10.1590/S0100-40422005000300026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). WHO recommendations: intrapartum care for a positive childbirth experience. Geneva: World Health Organization, 2018.

YAZDKHASTI, Mansoreh; PIRAK, Arezoo. The effect of aromatherapy with lavender essence on severity of labor pain and duration of labor in primiparous women. Complementary Therapies in Clinical Practice, v. 25, p. 81-86, 2016. DOI: https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.08.008.