

AROMATERAPIA NA ASSISTÊNCIA AO PACIENTE OBESO: REVISÃO INTEGRATIVA

Congresso Online de Nutrição Integrativa., 1ª edição, de 30/11/2020 a 02/12/2020

ISBN dos Anais: 978-65-86861-59-4

SANTOS; Samantha Caires Amaral¹, **BARBOSA; Camila Pereira**², **MIRANDA; Adriana da Silva**³, **OLIVEIRA; Micaella de Cássia Meira**⁴, **FREITAS; Erlania do Carmo**⁵

RESUMO

Introdução: A obesidade, doença crônica e de etiologia multifatorial, nas últimas décadas apresentou um aumento significativamente na prevalência em nível mundial e nacional, constituindo-se, portanto, um problema de saúde pública. Para o Ministério de Saúde dentre as formas de tratamento, está a aromaterapia, cujo uso pode promover uma melhora significativa no tratamento dessa doença, por ser de baixo custo e apresentar poucos efeitos colaterais. Essa técnica baseia-se na utilização de óleos essenciais extraídos das plantas medicinais com a finalidade de promover o bem-estar e manter o equilíbrio natural do organismo. **Objetivo:** Avaliar o uso da aromaterapia no tratamento da obesidade. **Método:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica que adotou como método a revisão integrativa da literatura. Foram selecionados estudos publicados entre 2010 a 2020, nas bases de dados Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Algumas das palavras-chave estabelecidas encontraram-se indexadas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e outras relacionadas a presente temática, respectivamente: Aromaterapia, Terapias Complementares, Emagrecimento, Terapia floral, Obesidade, Nutrição integrativa, Óleos essenciais. Estas foram utilizadas de maneira combinada em português com o buscador booleano AND. Por conseguinte, foram escolhidos um total de 3 artigos para compor a revisão integrativa. **Resultados:** Os estudos demonstraram que os portadores de obesidade começaram a optar por alternativas mais naturais para controle e perda de peso, e tal busca se consolidou fortemente pelos benefícios que foram observados pelos participantes durante o uso da terapia complementar para si mesmo ou nas relações interpessoais. Arelado a isso, com a utilização da aromaterapia, os participantes das pesquisas conseguiram atingir o autocontrole na alimentação, o que contribuiu para melhorias nas alterações que aconteceram com seu corpo, na compulsão alimentar e no direcionamento das necessidades alimentares e relacionais, inclusive na qualidade do sono. Além disso, em um dos estudos selecionados o óleo essencial de Citrus aurantium também mostrou efeitos significativos na diminuição do peso corporal, do Índice de Massa Corporal, perímetros de cintura, abdômen, quadril e braço, diminuição da ansiedade e apetite. Em outro estudo, o óleo essencial de carqueja (Baccharis trimera) apresentou um efeito emagrecedor promovendo uma leve e significativa redução no peso. **Conclusão:** Dessa forma, o presente estudo possibilitou evidenciar o interesse dos indivíduos por alternativas naturais, com isso, o uso da aromaterapia, torna-se uma opção para o indivíduo no processo de

¹ Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, samantha-caires@outlook.com

² Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, camilapereirabarbosa2015@hotmail.com

³ Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, adrinut@gmail.com

⁴ , micaellacmo@hotmail.com

⁵ , erlannya@hotmail.com

melhora do seu quadro clínico, com a possibilidade de reduzir medicações e evitar efeitos colaterais. No entanto, ainda são necessários mais estudos para determinar a abrangência dos efeitos da aromaterapia no tratamento da obesidade.

PALAVRAS-CHAVE: Essências Florais. Sobrepeso. Terapias Complementares.

¹ Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, samantha-caires@outlook.com
² Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, camilapereirabarbosa2015@hotmail.com
³ Centro Universitário Faculdade de Tecnologia e Ciências, adrinut@gmail.com
⁴ , micaellacmo@hotmail.com
⁵ , erlannya@hotmail.com