

## A UTILIZAÇÃO DA AROMATERAPIA EM PACIENTES COM RINITE ALÉRGICA

**Pedro Aquiles dos Santos Kunzler<sup>1</sup>; Darlan Miguel Aozani de Oliveira<sup>2</sup>; William Teixeira Fogaça<sup>3</sup>; Letícia Fernandez Frigo<sup>4</sup>**

### RESUMO

A rinite alérgica é uma das doenças crônicas mais frequentes atualmente, que causa grande desconforto, por meio da inflamação da mucosa nasal. Propondo-se a amenizar seus sintomas, uma opção de tratamento não farmacológico é a utilização da aromaterapia com óleos essenciais. Por meio deste trabalho foi realizada uma revisão literária de artigos científicos referentes a esse método, que comprovem sua eficiência no tratamento dos sintomas da doença. Foram selecionados cinco artigos científicos que debatem sobre o tema. Identificou-se a utilização da aromaterapia por mecanismos diferentes, dando ênfase na inalação de óleos essenciais. Conclui-se, por meio dos artigos analisados nesta revisão literária, que a utilização de tais óleos é uma opção favorável para amenizar os sintomas da rinite alérgica.

**Palavras-chave:** Óleos Essenciais, Tratamento, Patologia.

**Eixo Temático:** Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS).

### 1. INTRODUÇÃO

Segundo Choi e Park (2016) a rinite alérgica é considerada uma das doenças crônicas que ocorre com maior frequência, afetando em torno de 500 milhões de pessoas, dentre seus sintomas, encontra-se a fadiga, a disfunção cognitiva, a depressão e a degradação da qualidade de vida. Ela é uma inflamação na mucosa nasal ocasionada pela reação anormal do organismo por agentes alergênicos, vírus

<sup>1</sup> Pedro Aquiles dos Santos Kunzler - Acadêmico do curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana (UFN) - [pedro.kunzler@ufn.edu.br](mailto:pedro.kunzler@ufn.edu.br).

<sup>2</sup> Darlan Miguel Aozani de Oliveira - Acadêmico do curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana (UFN) - [darlan.miguel@ufn.edu.br](mailto:darlan.miguel@ufn.edu.br).

<sup>3</sup> William Teixeira Fogaça - Acadêmico do curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana (UFN) - [w.fogaça@ufn.edu.br](mailto:w.fogaça@ufn.edu.br).

<sup>4</sup> Letícia Fernandez Frigo – Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana (UFN) - [leticiafrigo@ufn.edu.br](mailto:leticiafrigo@ufn.edu.br).

e bactérias, com isso os mecanismos de defesa do corpo humano entram em ação, gerando uma resposta alérgica que pode ser violenta ou excessiva. (GUERRA; CIDADE, 2019).

O tratamento mais comum para a rinite alérgica consiste na utilização de medicamentos, pode-se citar a administração de antibióticos, corticóides, antihistamínicos, descongestionantes e antileucotrienos (KOCK; SANTOS, 2019). Muitas vezes esse tipo de tratamento pode tornar-se resistente e pouco efetivo, podendo ser necessário o tratamento cirúrgico, também deve-se levar em consideração os efeitos colaterais indesejados resultados da prática medicamentosa (CHOI; PARK, 2016; KOCK; SANTOS, 2019). Sendo assim, há uma busca de métodos não farmacológicos que ajudem no tratamento da rinite e amenizem seus sintomas, sendo a aromaterapia, especialmente a inalação direta de óleos essenciais, uma alternativa que é utilizada há muito tempo para o tratamento de várias doenças antiinflamatórias (CAIMMI et al., 2021).

Visando amenizar os sintomas produzidos pela rinite alérgica, estudos apontam a utilização da aromaterapia, como alternativa para atingir esse objetivo (CHOI; PARK, 2016). A aromaterapia é a ciência que tem como objetivo promover a saúde e o bem-estar do corpo humano, da mente e das emoções, através do uso de aromas naturais de plantas por meio de seus óleos essenciais. (BRITO et al., 2013). Os óleos essenciais são uma pequena fração volátil extraída de vegetais, pode-se considerar como o perfume da planta, um verdadeiro concentrado, que pode ser extraído de diferentes partes de um vegetal: folhas, flores, casca, madeira, casca de frutos, sementes, bagas frutos e bulbos (FESTY, 2021).

Alguns óleos essenciais que já tem na literatura, e que podem ajudar no tratamento da rinite alérgica seriam os de eucalipto-radiata e eucalipto-glóbulos, já que os mesmos têm como uma de suas funções lidar diretamente no trato respiratório (FESTY, 2021). Os óleos de eucalipto puro são reconhecidos pela capacidade anti-inflamatória, antisséptica e descongestionante, sendo utilizados no tratamento de asma, congestão nasal, sinusite e sintomas da gripe (KOCK; SANTOS, 2019).

Pode-se citar o óleo essencial de hortelã-pimenta, que possui propriedades descongestionantes, expectorantes, antissépticas, analgésicas, antiinflamatória,

capacidade de reduzir a febre e os sintomas de gripe e resfriados (ANDREI; DEL COMUNE, 2005). As propriedades do óleo essencial de hortelã-pimenta, podem amenizar os sintomas mais comuns da rinite alérgica, como também pode ser utilizado no seu tratamento (GUERRA; CIDADE, 2019).

Além da utilização de cada óleo essencial separadamente, também tem-se a possibilidade de sua utilização de maneira conjunta, segundo Song e Suh (2010), a utilização da mistura dos óleos essenciais de eucalipto e hortelã-pimenta apresenta propriedades terapêuticas descongestionantes e de indução do sono, amenizando alguns dos sintomas da rinite.

Considerando a rinite como uma doença que afeta muitas pessoas, e a necessidade de estudos que visem amenizá-los, dando ênfase em métodos não farmacológicos, este trabalho tem como objetivo estudar os efeitos já comprovados na literatura da aromaterapia e os óleos essenciais em pacientes com rinite alérgica.

## **2. METODOLOGIA**

Tratando-se de uma revisão literária, será avaliado artigos que tenham como objetivo a aplicação da aromaterapia, utilizando óleos essenciais, e visando o tratamento dos sintomas subjetivos. Critérios de exclusão: resumos, dissertações, teses, trabalhos de conclusão de curso, livros e artigos que não tratassem do tema da forma desejada. Critérios de inclusão: artigos publicados em revistas e que abordassem possíveis efeitos da aromaterapia em pacientes com alergias.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Foram selecionados cinco artigos científicos durante a pesquisa. O primeiro artigo selecionado, de Guerra e Cidade (2019), aborda a utilização de aromaterapia através de joias porosas que possam carregar o óleo essencial de hortelã, as quais devem ser pingadas de 3 em 3 dias para que tenha uma boa propagação do odor e deve-se pingar 2 gotas por vez afim de garantir a absorção pelo material.

O artigo examinado, desenvolvido por Caimmi et al. (2021), disserta sobre a utilização de um spray nasal, que é composto por uma combinação de água do mar

e água floral, além de uma mistura de quatro óleos essenciais (ravintsara, gerânio, eucalipto radiata e niaouli), para o tratamento de pacientes com rinite alérgica. Foi realizado sua administração duas vezes ao dia, pelo período de quatro semanas, em 43 pacientes. Conclui-se que a utilização do spray nasal de solução hipertônica e óleos essenciais teve uma alta tolerância e que seu uso mostrou uma redução nos sintomas de pacientes com rinite alérgica (CAIMMI et al., 2021).

No trabalho escrito por Kock e Santos (2019), foi realizado dez sessões de drenagem linfática manual em conjunto ao óleo essencial de eucalipto para melhorar o deslizamento, duas vezes por semana totalizando cinco semanas de tratamento em tanto para o grupo controle quanto para o grupo experimental. Constata-se então que os paciente se beneficiaram do tratamento utilizado, aliviando os principais sintomas da rinosinusite crônica (KOCK; SANTOS, 2019).

A pesquisa escrita por Brito et al. (2013), disserta que a aromaterapia é a arte e a ciência que tem como objetivo promover a saúde e o bem-estar do corpo, da mente e das emoções, através de essências naturais vinda das plantas, os óleos essenciais são substancias complexas, voláteis e de fragrância variável, que podem ser obtidos através que qualquer parte da planta.

Cessando os artigos considerados, tem-se o artigo elaborado por Choi e Park (2016), que realizou um estudo controlado randomizado duplo-cego o qual foi projetado para investigar os efeitos da inalação de óleos essenciais. Foram criados dois grupos, um sendo o controle e outro o experimental, no grupo experimental utilizou-se óleos de aromaterapia de três plantas (sândalo, incenso e *ravensara*), os quais foram misturados e dissolvidos em óleo de amêndoa (CHOI; PARK, 2016). Já para o grupo controle o óleo de amêndoa foi escolhido como o placebo (CHOI; PARK, 2016). Os participantes foram instruídos a se autotrotar por 14 sessões, por 7 dias consecutivos, sendo orientados a aplicar o óleo em uma almofada de fragrância e inalar por 5 minutos (CHOI; PARK, 2016). Constatou-se que a inalação óleos de aromaterapia aliviaram os sintomas subjetivos da rinite alérgica (CHOI; PARK, 2016).

#### 4. CONCLUSÃO

Através deste trabalho, foram feitas diversas pesquisas em artigos, os quais trazem algumas informações sobre o tratamento da rinite crônica que não sejam de maneira farmacológica, mas por meio da utilização de óleos essenciais em conjunto com a aromaterapia, massagem e drenagem linfática. O método utilizado para o tratamento dos pacientes foi por meio da inalação, mas pela utilização de mecanismos diferentes, alguns por objetos, outros diretamente sob a pele, e de forma intranasal. Conclui-se, por meio desta revisão literária, que a utilização de óleos essenciais é uma opção benéfica para o tratamento dos sintomas da rinite alérgica.

#### REFERÊNCIAS

- ANDREI, P.; DEL COMUNE, A. P. Aromaterapia e suas Aplicações. **Cadernos**, São Paulo, v. 11, n. 4, p. 57-68, 2005.
- BRITO, A. M. G. et al. Aromaterapia: da Gênese a Atualidade. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, Campinas, v. 15, n. 4, p. 789-793, 2013.
- CAIMMI, D. et al. Effect of the Use of Intranasal Spray of Essential Oils in Patients with Perennial Allergic Rhinitis: A Prospective Study. **International Archives of Allergy and Immunology**, v. 182, n. 3, p. 182-189, 2021.
- CHOI, S. Y.; PARK, K. Effect of Inhalation of Aromatherapy Oil on Patients with Perennial Allergic Rhinitis: A Randomized Controlled Trial. **PubMed**, v. 2016, p. 1-7, 2016
- FESTY, D. **A Bíblia dos Oleos Essenciais**. 1. ed. Belo Horizonte: Laszlo, 2021.
- GUERRA, A. L. S.; CIDADE, M. K. Desing e Joalheria: Desenvolvimento de uma Joia com Óleos Essenciais para o Alívio de Sintomas Alérgicos. **Revista Design e Tecnologia**, v. 9, n. 18, p. 115-130, 2019.
- KOCK, K. S.; SANTOS, C. M. C. Atuação Fitoterapêutica na Rinossinusite Crônica. **ASSOBRAFIR Ciência**, v. 10, n. 3, p. 13-27, 2019.





SONG, M. S.; SUH, Y. S. Effects of Aromatherapy on Blood Pressure, Pulse, Fatigue, and Sleep for Patients with Allergic Rhinitis. **Journal of Korean Biological Nursing Science**, v. 12, n. 1, p. 16-23, 2010.