

ÓLEOS ESSENCIAIS E REAIS BENEFÍCIOS CLÍNICOS APLICADOS NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Beatriz Gomes de Barros

Faculdade Carajás

<http://lattes.cnpq.br/06565656655665656>

<https://orcid.org/0009-0003-7712-1898>

E-mail: bia-barros67@hotmail.com

Valéria Martins Feitosa

Faculdade Carajás

<http://lattes.cnpq.br/09456432102020223>

<https://orcid.org/0009-0004-8564-5293>

E-mail: valermbrito@gmail.com

Jairo de Freitas de Sousa

Faculdade Carajás

<http://lattes.cnpq.br/0553011442950560>

<https://orcid.org/0009-0003-8049-226X>

E-mail: j.bioquimico@hotmail.com

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2023.V2N4>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2023.V2N4-79>

RESUMO: Aromaterapia está descrita como a ciência que promove saúde e o bem-estar do corpo, da mente e das emoções. Os óleos essenciais, são ativos com características voláteis e de fragrâncias variáveis, oriundos de plantas medicinais. O Transtorno do Espectro Autista (TEA), ou autismo, é um distúrbio neurológico provocado por alterações físicas e funcionais do cérebro e que se associa a condutas restritivas ou repetitivas que impactam a interação social. No tratamento do TEA, podem ser utilizadas terapias alternativas de mais fácil acesso e com menos reações adversas, como é o caso da aromaterapia, que é uma terapia natural e orgânica, que utiliza o olfato e as propriedades dos óleos essenciais. Como objetivos geral e específicos este estudo busca conhecer os efeitos da aromaterapia no tratamento do transtorno do espectro autista, e como objetivos específicos; conceituar a aromaterapia, descrever o transtorno do espectro autista e relatar os óleos essenciais empregados no tratamento do TEA. Trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa de literatura, com a finalidade de reunir e sintetizar resultados de pesquisas empíricas sobre o tema. O levantamento bibliográfico foi realizado no mês de agosto, setembro e outubro, e novembro de 2023, por meio de consultas nas bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), (PUBMED), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Os artigos supramencionados foram devidamente selecionados dentro do parâmetro temporal estabelecido e suas discussões analíticas versam com o objetivo do presente artigo, seguindo os critérios de inclusão e exclusão foram incluídos nesta revisão 06 artigos. Todos os artigos estudados convergiam em uma constatação sobre os benefícios dos óleos essenciais em portadores do TEA. O uso de óleos essenciais como lavanda (*Lavandula angustifolia*) apresenta resultados positivos na redução da insônia, depressão e ansiedade; óleo essencial de bergamota (*Citrus bergamia*) para redução da ansiedade e estresse; o óleo essencial de sálvia (*Salvia officinalis*) para

redução da irritabilidade, ansiedade e depressão; óleo essencial de erva-doce (*Pimpinella anisum*) para epilepsia e o óleo essencial de damascena (*Rosa x damascena*).

PALAVRAS-CHAVE: Aromaterapia. Transtorno do espectro autista. Óleos essenciais.

ESSENTIAL OILS AND REAL CLINICAL BENEFITS APPLIED IN AUTISTIC SPECTRUM DISORDER

ABSTRACT: Aromatherapy is described as the science that promotes the health and well-being of the body, mind and emotions. Essential oils are active ingredients with volatile characteristics and variable fragrances, originating from medicinal plants. Autism Spectrum Disorder (ASD), or autism, is a neurological disorder caused by physical and functional changes in the brain and associated with restrictive or repetitive behaviors that impact social interaction. Alternative therapies that are easier to access and have fewer adverse reactions can be used to treat ASD, such as aromatherapy, which is a natural and organic therapy that uses the sense of smell and the properties of essential oils. The general and specific objectives of this study are to learn about the effects of aromatherapy in the treatment of autism spectrum disorder. The specific objectives are to conceptualize aromatherapy, describe autism spectrum disorder and describe the essential oils used in the treatment of ASD. This is an integrative literature review, with the aim of gathering and synthesizing the results of empirical research on the subject. The bibliographic survey was carried out in August, September and October, and November 2023, by consulting databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), (PUBMED), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Virtual Health Library (BVS). The above-mentioned articles were duly selected within the established time frame and their analytical discussions are in line with the objective of this article, following the inclusion and exclusion criteria. 06 articles were included in this review. All the articles studied converged on a finding about the benefits of essential oils for people with ASD. The use of essential oils such as lavender (*Lavandula angustifolia*) shows positive results in reducing insomnia, depression and anxiety; bergamot essential oil (*Citrus bergamia*) for reducing anxiety and stress; sage essential oil (*Salvia officinalis*) for reducing irritability, anxiety and depression; fennel essential oil (*Pimpinella anisum*) for epilepsia and damascena essential oil (*Rosa x damascena*).

KEYWORDS: Aromatherapy. Autism spectrum disorder. Essential oils.

INTRODUÇÃO

Aromaterapia está descrita como a ciência que promove saúde e o bem-estar do corpo, da mente e das emoções, através do uso terapêutico do aroma natural das plantas medicinais por meio do uso de seus substratos inclusos sob as formas de óleos (CABRAL et al., 2023).

A primeira descrição científica sobre os óleos essenciais, foi realizada minuciosamente por Arnold Villanova de Bachuone no século XIII onde relacionou

terebintina, alecrim e sálvia. Os óleos essenciais, são ativos com características voláteis e de fragrâncias variáveis, oriundos de plantas aromáticas e medicinais, originados por extração química utilizando diversas partes de acordo com a espécie (ARAGÃO et al., 2023).

O Transtorno do Espectro Autista (TEA), ou autismo, é um distúrbio neurológico provocado por alterações físicas e funcionais do cérebro e que se associa a condutas restritivas ou repetitivas que impactam a interação social, a comunicação, a aprendizagem e a adaptabilidade de seu portador (VILELA; NASCIMENTO; PALMA, 2019).

A maioria dos casos de TEA, são diagnosticadas tardiamente. Identificar o transtorno na primeira infância favorece a realização da intervenção precoce e minimiza os déficits motor, cognitivo, social e emocional relacionados ao transtorno. É essa intervenção precoce, utilizando as técnicas apropriadas, possibilita que sejam alcançadas melhorias no comportamento da criança autista, conferindo-lhe qualidade de vida (LOBATO; MARTINS, 2020; LOURENÇO; ALMEIDA, 2020).

A inserção dos óleos essenciais na rotina da criança autista pode ser feita através de massagem, inalação no banho, aromatizador de ambiente, entre outros podendo os óleos essenciais atuarem como protagonistas ou coadjuvantes do tratamento (POJAR; MORETTO, 2021; COSTA, 2022).

Este estudo tem como objetivo geral estudar os efeitos da aromaterapia no tratamento do transtorno do espectro autista, e como objetivos específicos; conceituar a aromaterapia, descrever o transtorno do espectro autista e relatar os óleos essenciais empregados no tratamento do TEA.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

AROMATERAPIA

Aromaterapia é uma terapia que faz parte da fitoterapia onde o termo foi dado, à terapia que utiliza de medicamentos onde seus constituintes ativos são plantas ou derivados vegetais, o qual tem seus antecedentes nas práticas de uso popular (RODRIGUES; AMARAL, 2013). A

mesma não se utiliza qualquer aroma, os aromas utilizados para esses fins são óleos essenciais extraídos de plantas denominadas de plantas aromáticas.

Vários estudos relatam o uso da Aromaterapia possui vários benefícios no tratamento de saúde, segundo Farahani *et al.*,(2019), a Aromaterapia pode ser utilizada como terapia alternativa em pacientes com câncer, melhorando o estado geral dos pacientes, ela atua sobre a ansiedade, principalmente por meio da inalação e da massagem com lavanda, que em conformidade com o autor, isso corresponde aos resultados encontrados em outros estudos feitos com pacientes dialíticos, idosos e mulheres em trabalho de parto.

O Ministério da Saúde reconhece as Práticas Integrativas e Complementares PICs, das quais a Aromaterapia faz parte, sendo práticas terapêuticas que utilizam as propriedades dos óleos essenciais para a recuperação do equilíbrio bem como a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental (COFEN, 2020).

De acordo com BONPRÉ, 2023, os óleos proporcionam bons resultados quando usados em massagem corporal uma vez que aliviam dores musculares, infecção problemas de pele e dores nas articulações. O uso do colar aromático é muito útil no tratamento de problemas respiratórios, basta o uso de algumas gotas de óleo em algodão e fixar em um colar.

TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO

O termo autismo foi usado pela primeira vez no ano de 1911, para caracterizar os indivíduos que viviam retraídos, em si mesmos, fugindo da realidade (BARBOSA, 2014). Por muitos anos, o autismo foi confundido com a esquizofrenia, sendo reconhecido como uma condição neurológica específica apenas a partir de 1943, momento no qual as pesquisas para a melhor compreensão do comportamento e tratamento dos portadores de autismo ganharam força (ABRACI, 2023).

A partir de 2014, o autismo passou a ser denominado como Transtorno do Espectro Autista – TEA, apresentando como principais sintomas dificuldades para interagir e se comunicar socialmente, dificuldades na geração, desenvolvimento, manutenção e compreensão de relacionamentos, problemas de cunho emocional e insuficiências de linguagem e contato visual (SAVALL; DIAS, 2019).

Segundo Pojar e Moretto (2021), o TEA apresenta diferentes níveis de gravidade que determinam quais limitações seu portador apresentará quanto à sua autonomia e quanto à dependência de outras pessoas para desempenhar suas funções do dia-a-dia, conforme tabela 01 demonstra.

Tabela 1 – Níveis do autismo.

Níveis	Classificação	Caracterização
Nível 1	Leve O indivíduo precisa de pouco suporte.	Menor interesse por relacionamentos, comportamento inflexível, pouco ou nenhum prejuízo na linguagem funcional.
Nível 2	Moderado O grau de suporte necessário é razoável.	Acentuada dificuldade de comunicação, comportamento rígido, dificuldade de lidar com mudanças, podem ou não apresentar deficiência intelectual e linguagem funcional prejudicada.
Nível 3	Severo O indivíduo necessita de muito suporte.	Graves dificuldades de comunicação, podem ou não apresentar deficiência intelectual, ausência de linguagem funcional.

Fonte: Bandeira (2021).

A ocorrência do TEA é mais comum em crianças do sexo masculino e mais severa em crianças do sexo feminino, afetando todas as classes socioeconômicas sem distinção. Seu tratamento deve ser multidisciplinar. Dependendo do estado individual, o acompanhamento pode ocorrer através do uso de medicamentos e terapias que reduzam à agressividade, a ansiedade, a irritabilidade e a angústia do paciente, aumentando sua qualidade de vida (POJAR; MORETTO, 2021).

ÓLEOS ESSENCIAS

A maioria dos óleos essenciais são polimoleculares, pois contêm 3-4 moléculas principais, um certo número de moléculas menores e, às vezes, centenas de moléculas diferentes. Devido à heterogeneidade de seus componentes, apresentam propriedades distintas. Os óleos essenciais são geralmente extraídos por métodos como extração a vapor ou destilação, expressão a frio de pericarpos, florescendo com gorduras à temperatura ambiente ou extração com solventes orgânicos à temperatura ambiente (LOPEZ, 2019).

Os óleos essenciais são líquidos com pouca solubilidade em água, mas bastante solúveis em álcoois e solventes orgânicos. São geralmente misturas complexas de constituintes muito variáveis, estando geralmente presentes hidrocarbonetos mono e sesquiterpênicos, bem como derivados oxigenados derivados biogeneticamente deles. Outros constituintes comuns são os fenilpropanóides/benzenóides através da via do ácido chiquímico e seus produtos de biotransformação, bem como outros produtos do metabolismo de ácidos graxos e aminoácidos. Compostos de nitrogênio e enxofre também podem estar presentes (PINO, 2015).

Estes compostos apresentam reatividade orgânica, promovendo assim diversos efeitos fisiológicos, de acordo com as características de cada planta empregada, na extração do respectivo óleo essencial (LOPEZ, 2019).

O Linalol é uma molécula principalmente antiinflamatória e antinociceptiva. Esta ação foi estudada por diversos autores utilizando modelos *in vitro* e *in vivo*, apresentando resultados positivos em ambos os casos. O linalol é uma molécula de pequeno peso molecular cuja função reside no grupo hidroxila. O grupo hidroxila lhe confere polaridade, tornando-o mais reativo, embora não seja muito solúvel devido à estrutura apolar do hidrocarboneto (PEREIRA et al., 2018).

De acordo com Yu wn et al., (2019) o Citronelol apresentava um forte efeito antiinflamatório na adesão de neutrófilos induzida pelo TNF- α , utilizando macrófagos peritoneais e células RAW 264.7, ambos estimulados com LPS e em ambos os casos pôde-se observar a ação anti-inflamatória do Citronelol, ambos com concentrações diferentes deste. A estimulação com LPS causa aumento da produção de óxido nítrico (ON) e prostaglandina E2 (PGE2).

A utilização de plantas como *Cymbopogon citratus* pode apresentar benefícios diversos à saúde. As folhas de capim limão possuem de 0,4% a 0,6% de óleo essencial na massa fresca e o citral é considerado como o principal componente (70 a 80%) do óleo essencial, sendo o responsável pelo odor de limão característico da planta.

ÓLEOS ESSENCIAIS EMPREGADO NO TEA

O vetiver é uma planta que possui um grande potencial biotecnológico, graças aos avanços tecnológicos que permitem gerar derivados de alto valor a partir da planta. Ainda conforme Oliveira e tal., (2023) o vetiver é usado em diversos setores industriais, como biorremediação, farmacêutica e cosmetologia. Sobre a área farmacêutica o emprego apresenta ações sedativas e ansiolíticas, corroborando com uma diminuição dos picos de ansiedades.

De acordo com Bezerra (2020), o óleo essencial de sândalo por possuir efeito relaxante e sedativo sobre os nervos, ele é muito indicado para no tratamento de depressão, ansiedade e problemas relacionados ao estresse, além do mesmo proteger o sistema nervoso ele estimula o sistema imunológico bem como combate outras infecções microbianas.

O óleo essencial de lavanda é produzido comumente por destilação a vapor onde podem ser usadas suas flores ou as folhas. Dentre os métodos de destilação do óleo essencial de lavanda encontram-se a hidrodestilação, destilação a vapor e a extração por solvente. (CAVANAGH; WIKNSON, 2002 apud MAIER, 2021, p.22).

Seus componentes principais são, o linalol e o acetato de linalil, o linalol é considerado o constituinte primário ativo. Encontra-se também em sua composição outros terpenos como limoneno, triterpenos, álcoois como álcool perílico, cetonas como cânfora, polifenóis como taninos, cumarinas, cineol e flavonoides, em diferentes percentagens. O óleo essencial possui propriedades antibacterianas, antifúngicas, carminativas, sedativas e antidepressivas. O óleo essencial de lavanda possui efeito narcótico, sedativos, melhora o humor, atua no sistema límbico, no banho alivia as dores após o parto, no tratamento de infecções bacterianas (MAIER, 2021).

O gênero *Mentha* ou hortelã trata-se de uma planta herbácea da família Lamiaceae, possuindo uma grande variedade de espécies conhecidas. Sua origem é asiática, mas seu cultivo é comum em todo o mundo. Ainda em conformidade com o autor, o uso principal da hortelã é com tempero em variados pratos. O óleo essencial de hortelã pimenta é usado na medicina como medicamentos fitoterápicos, indicado no tratamento de transtornos intestinais, vômitos, flatulências, enjoos, antisséptico bucal,

tratamento de aftas, inflamações de garganta e boca, possui ação calmante principalmente na forma de infusão e óleo essencial sendo muito rico em mentol e mentona (SILVA; MELO, 2021).

O óleo essencial de camomila possui vários constituintes, entre estes o camazuleno infere o poder anti-inflamatório e cicatrizante, sendo apontado como o responsável por inibir a enzima ciclo-oxigenase, enzima que catalisa a conversão de ácido araquidônico em prostaglandinas e tromboxanos, sendo um dos responsáveis pelo processo inflamatório (OLIVEIRA, DUARTE E PADILHA, 2019).

Ainda conforme Bergmeier, Finzer e Sfredo, (2020), o capim limão (*Cymbopogon citratus* (D.C.) Stapf) a mesma é aromática e cultivada para produção comercial de óleo essencial. Planta amplamente empregada como aromatizante em perfumaria e cosmética. Usadas na preparação de sabonete desodorantes etc.

Bergmeier, Finzer e Sfredo, (2020), expõem que, o óleo essencial apresenta atividades antimicrobiana, antifúngica, antiviral e inseticida. O maior componente de seu óleo é o citral, é uma substância bioativa com importantes atividades antioxidantes, anticarcinogênica e antimutagênica.

METODOLOGIA

Para a pesquisa realizar-se-á uma revisão bibliográfica, caracterizada como qualitativa que segundo Mol (2017, p. 502) “Este mesmo autor destaca ainda que esta metodologia compreende, portanto, que a Ciência é uma área de conhecimento produzida por seres humanos que significam o mundo e seus fenômenos”.

TIPOS DA PESQUISA

Pesquisa bibliográfica: são desenvolvidas a partir de materiais publicadas em livros, artigos, dissertações e teses. Ela pode ser realizada independentemente ou pode constituir parte de uma pesquisa descritiva ou experimental. Segundo Cervo, Bervian e Da Silva (2007, p.61), a pesquisa bibliográfica “constitui o procedimento básico para os

estudos monográficos, pelos quais se busca o domínio do estado da arte sobre determinado tema.”

O processo para seleção dos artigos será por etapas, seguindo os critérios de Júnior (2020) que realizou as chamadas “rodadas” em sua pesquisa para definir a seleção dos artigos de interesse. Na primeira rodada foram selecionados os documentos por título, na segunda realizou-se uma breve leitura dos resumos, removendo as duplicatas utilizando o programa do Microsoft Excel, para tabulação dos dados, tomando por base os títulos e na terceira etapa o estudo somente das publicações de interesse desta pesquisa.

PRIMEIRA ETAPA

Nesta etapa será realizada a busca dos trabalhos primários nas bases indexadas, no campo “assunto” usando o descritor “Autismo, Aromaterapia, PICS, Tratamento”. No campo busca avançada filtrará por artigos científico em idioma português, quanto à data de publicação optará por pelo período de 2019 a 2023.

SEGUNDA ETAPA

Na segunda etapa foram selecionados os textos com títulos voltados para o tema desta pesquisa em seguida será realizada uma breve leitura dos resumos para identificar se estavam dentro do objetivo desta pesquisa seguindo o mesmo processo de seleção de Júnior (2020), que após realizar a leitura dos resumos dos trabalhos encontrados na primeira etapa de sua pesquisa pôde reduzir o número de pesquisas primárias filtrando assim somente os de interesse para o estudo.

MÉTODO DE ANÁLISE

A análise de dados foi realizada por critérios de inclusão onde o primeiro critério é selecionar os artigos por título referente aos benefícios da aromaterapia no tratamento de pessoas com Transtorno do Espectro Autista, o segundo foram artigos publicados no período de 2019 a 2023, o terceiro são trabalhos publicados em língua vernácula, inglesa e espanhola. E como critérios de exclusão utilizou-se sobre artigos com mais de cinco

anos publicação, estudos em formatos de editoriais, monografias, dissertações ou teses, estudos em formato de cartas ao editor e artigos que não respondessem a pergunta norteadora.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os estudos encontrados nas bases de dados SCIELO, LILASCS, BVS e PUBMED, foram submetidos a leitura analítica. Foram utilizados durante as pesquisas os seguintes descritores: Autismo, Aromaterapia, PICS, Tratamento.

Durante a busca dos artigos que foram encontrados e coletados nas bases de dados já citadas anteriormente, selecionamos para compor a revisão integrativa da literatura, aplicando os critérios de inclusão e exclusão, tendo então como amostra seis artigos científicos entre os anos de 2019 à 2023. A tabela 2, abaixo representa todos os aspectos já citados acima, como uma forma organizar e demonstrar visualmente os estudos selecionados para delineamento deste trabalho, onde cada obra foi estudada e corroborada com os objetivos pleiteados para a confecção deste estudo.

Tabela 02: Relação de estudos para revisão integrativa da literatura

ANO	AUTOR	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
2023	VELEZ, S.	Demonstra a eficiência dos OEs na qualidade do sono	Revisão Bibliográfica do tipo integrativa	Uso dos OEs é favorável na, redução de ansiedade e irritabilidade.
2019	CONCEIÇÃO, R. E	Demonstra a eficiência dos OEs na redução a ansiedade.	Revisão Bibliográfica do tipo integrativa	O uso dos OE é favorável na melhoria do transtorno de ansiedade.
2020	NASCIMENTO E PRADE	Demonstrar o poder dos OEs na promoção do bem-estar físico e psíquico.	Revisão Bibliográfico do tipo integrativa.	O uso dos OEs promove tranquilidade, equilíbrio emocional, além do fortalecimento de alguns sistemas, como o respiratório e o imunológico.
2021	SIMONELLI	Demonstrar os benefícios dos OEs	Revisão bibliográfica do tipo integrativa	Prática terapêutica feita por meio

		para o corpo e mente		de OEs que busca o bem-estar e equilíbrio do corpo e da mente.
2021	POJAR E MORETTO	Atestar a eficiência no alívio dos sintomas de crianças portadoras de autismo.	Revisão bibliográfica do tipo integrativa	Conforme evidenciado nos estudos, há comprovação científica na utilização de óleos essenciais, para alívio dos sintomas do TEA.
2019	BRASIL	Comprovar a contribuição dos OEs para fins que promova a melhorias a saúde, o bem-estar social e a higiene.	Revisão bibliográfica do tipo integrativa	O uso de práticas integrativas através de OEs promove melhoria no bem está físico, social, auxilia na higiene, reestabelece o equilíbrio físico e emocional do indivíduo

Fonte: Autoras, 2023.

Os artigos supramencionados foram devidamente selecionados dentro do parâmetro temporal estabelecido e suas discussões analíticas versam com o objetivo do presente estudo, seguindo os critérios de inclusão e exclusão foram incluídos nesta revisão seis artigos. Todos os artigos estudados convergiam em uma constatação sobre os benefícios da aromaterapia em portadores do TEA.

Para uma melhor compreensão sobre os benefícios da aromaterapia em pessoas com TEA, foram abordados artigos com base em duas temáticas; como utilizar os óleos essenciais e benefícios dos óleos essenciais em pessoas com TEA.

COMO UTILIZAR OS ÓLEOS ESSENCIAIS

De acordo com Nascimento e Prade, (2020), os óleos essenciais em sua maioria são usados em banhos aromáticos, em inalação, massagens, inalações entre outros. Os óleos essenciais são empregados no tratamento de pessoas com Transtorno do Aspecto Altista.

Algumas formas de uso segundo Nascimento e Prade (2020), são por inalações profundas com o auxílio das musculaturas diafragmática e abdominal, retenha o ar por alguns segundos e expire bem lentamente exalando pela boca. Para o uso coletivo - difundir os óleos por meio de sprays ou difusores ambientais. No spray, diluir 20 a 100 gotas (dependendo do óleo essencial ou sinergia na concentração de 1 a 5%), em 60 ml de álcool de cereais e 40 ml de água. No difusor elétrico de cerâmica ou plástico, utilizar sete (7) a dez (10) gotas do óleo essencial sem misturas. No difusor ultrassônico ambiental, a quantidade de gotas do óleo essencial pode variar de acordo com a de água utilizada no aparelho. Pode-se pingar uma média de seis (6) a dez (10) gotas do óleo para cada 150 ml de água (NASCIMENTO; PRADE, 2020).

Em conformidade com Simonelli (2021), existem três modos do uso dos óleos essenciais, sendo aromáticos, tópico e interno. Aromático: inalação direta, ou seja, passar o óleo essencial nas mãos e inspirar. bem como difusores que vaporizam o óleo em ambientes. Tópico: os óleos essenciais são facilmente absorvidos pela pele e entram na corrente sanguínea. Uso interno: podem ser consumidas pequenas quantidades de óleos essenciais na água, chás ou na alimentação.

BENEFÍCIOS DA AROMATERAPIA NO TEA

Segundo a pesquisa de Pojar e Moretto (2021), os óleos voláteis, também conhecidos como óleos essenciais, estão presentes no metabolismo secundário das plantas aromáticas e são obtidos por meio de diversos métodos de extração, cada um deles possuem um grau terapêutico que pode ser aplicado no autismo.

Na pesquisa foi encontrado o uso de óleo essencial de lavanda (*Lavandula angustifolia*) para redução da insônia, depressão e ansiedade; óleo essencial de bergamota (*Citrus bergamia*) para redução da ansiedade e estresse; o óleo essencial de sálvia (*Salvia officinalis*) para redução da irritabilidade, ansiedade e depressão; óleo essencial de erva-doce (*Pimpinella anisum*) para epilepsia e o óleo essencial de damascena (*Rosa x damascena*). Conforme evidenciado nos estudos, há comprovação científica na utilização de óleos essenciais, para alívio dos sintomas do TEA, porém não há estudos aprofundados em crianças portadoras do autismo, que sejam satisfatórios para declarar eficácia no uso de óleos voláteis nesta população. Os óleos voláteis, também conhecidos como óleos essenciais, estão presentes no metabolismo secundário das plantas aromáticas e são obtidos por meio de diversos métodos de extração, cada um deles possuem um grau terapêutico que pode ser aplicado no autismo (POJAR; MORETTO 2021).

A aromaterapia é uma prática terapêutica que já existe há séculos e que compreende no uso de concentrados voláteis em que são extraídos de vegetais, os óleos essenciais (OE), com o intuito de promover ou melhorar a saúde, o bem-estar e higiene. Nos anos 30 Inglaterra e França, as mesmas adotaram inspecionaram o uso terapêutico desses óleos, as mesmas consideraram os mesmos como práticas participantes da aromaterapia, a ciência que estuda os óleos essenciais, e as matérias aromáticas acerca do uso terapêutico em diversas áreas como na psicologia, perfumaria, agronomia, cosmética entre outros segmentos (BRASIL, 2018).

Há uma série de óleos essenciais que estimulam a tranquilidade. Escolhemos alguns que mais se destacam no aprofundamento do relaxamento com crianças autistas.

O óleo essencial de cedro atlas atua no equilíbrio emocional, e faz isso de várias formas. Fisicamente, no cérebro, promove a disponibilização da serotonina, que é convertida em melatonina, e que permite desfrutar de momentos de tranquilidade e promove o sono restaurativo.

Outro óleo essencial, muito conhecido, que ajuda a relaxar é o de lavanda. Ela tem um poder inigualável de reduzir o estresse e trazer a sensação de aconchego, que é capaz de levar ao relaxamento. A lavanda também acalma estados conturbados e atua em conflitos emocionais de forma delicada e eficaz.

O óleo essencial de camomila romana é extremamente suave, mas incrivelmente potente. Seu poder calmante é capaz de levar a pessoa a níveis profundos de relaxamento, além de promover o bom humor.

E não poderíamos deixar de citar o óleo essencial de lemongrass. Ele emana relaxamento, tem cheirinho de abraço. Traz o conforto da sensação de acolhimento, e pode funcionar muito bem em situações de desconfiança, como a adaptação das crianças na escola. Ele estimula a conexão familiar e a harmonia (PETRY, 2018).

Os óleos são utilizados com finalidade antisséptica, cicatrizante, ansiolítica, analgésica entre outras aplicações (Paviani *et al.*, 2019 apud Santos; Silva; Damasceno. 2022). Uma vez sendo muito usados nas terapias complementares nos transtornos de ansiedades, depressão, pânico entre outros. Pois a ansiedade prejudica tanto a saúde mental, emocional. Sendo comum nos dias atuais e que a cada dia vem se tornando na maioria das vezes frequente em crianças e idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aromaterapia é uma prática milenar, onde o emprego de óleos essenciais modifica a fisiologia de uma determinada ação biológica. Empregar esta prática nos dias atuais, tem-se observado como um grande avanço no cuidado integralizado. Na Europa, América Central e Ásia, esta técnica é implementada no cuidado básico em saúde. No Brasil a mesma também é apresentada de forma inovadora nas práticas integrativas complementares de saúde.

O diagnóstico do TEA em uma pessoa não é fácil, dificuldade de profissionais habilitados e com experiência neste diagnóstico, afasta precocemente o cuidado imediato. Com isso ao diagnosticar tardiamente, alguns aspectos da vida podem ser prejudicados.

O TEA apresenta-se como modificações no sistema nervoso central que gerenciam vários aspectos cognitivos. A ocorrência do TEA é mais comum em crianças do sexo masculino e mais severa em crianças do sexo feminino, afetando todas as classes socioeconômicas sem distinção. Seu tratamento deve ser multidisciplinar. Dependendo do estado individual, o acompanhamento pode ocorrer através do uso de medicamentos e terapias que reduzam à agressividade, a ansiedade, a irritabilidade e a angústia do paciente, aumentando sua qualidade de vida.

O emprego dos óleos essenciais no TEA tem apresentado grandes prospecções no cuidado diária. Reduzem crises de ansiedade, estados de agitação e promovem um processo de sono com maior qualidade. Dormir é um ato de manutenção da homeostase orgânica, desta forma mantem-se o equilíbrio para um crescimento (crianças) e continuidade de funções vitais (adultos).

O conhecimento desta prática e a realização de forma correta, apresenta-se como um pilar para a assertividade de uso desta prática. Conforme mencionado no estudo, o emprego correto promove uma ação terapêutica assertiva, contudo o emprego de forma errônea pode promover uma reação adversa.

REFERÊNCIAS

ABRACI - Associação Brasileira de Autismo, Comportamento e Intervenção. **Autismo**.

2023.

AMORIM, J. L. et al. **Anti-inflammatory properties and chemical characterization of the essential oils of four Citrus species.** PLoS One, 2016.

BERGMEIER, D. FINZER, J. R. D. SFREDO, M. A. **Óleo essencial de capim-limão (Cymbopogon citratus (DC.) Stapf): uma revisão da literatura.** Disponível em: <https://eventos.ifrs.edu.br/index.php/JEPEXErechim/JepexErechim2020/paper/viewFile/9057/4386>

BOPPRÉ, B. **Aromaterapia, como funciona e para que serve?** Florianópolis. 2023. Disponível em: <<https://simpleorganic.com.br/blogs/simple-blog/aromaterapia-como-funciona-e-para-que-ela-serve>>

ARAGÃO VM, LIMA MM DE S, FERNANDES C DA S, BARROS LM, RODRIGUES AB, CAETANO JÁ. **Effects of aromatherapy on anxiety symptoms in women with breast cancer: a systematic review.** Texto contexto - enferm [Internet]. 2023;32

BANDEIRA, G. **Graus de autismo: quais são e o que cada um significa?** 2021. Disponível em: <<https://genialcare.com.br/blog/graus-de-autismo/>>. Acesso em: 09 ago. 2023.

BEZERRA, K. **6 benefícios do sândalo e seu óleo.** Disponível em: <https://www.remedio-caseiro.com/sandalo/>:

CABRAL B. T. V *et al.*, Non-pharmacological measures for pain relief in childbirth: a systematic review. **Rev Bras Saude Mater Infant** [Internet]. 2023;23.

CAVANAGH, H. M. A.; WILKINSON, J. M. Biological Activities of Lavender Essential Oil. **Phytotherapy Research**, v. 16, n. 4, p. 301–308, 2002.

CERVO, A; BERVIAN. P A; SILVA, R. **Metodologia científica.** 6. Ed. São Paulo, SP: Pearson Prentice Hall:

COFEN. 2020. **Cofen publica nota sobre Práticas Integrativas e Complementares.** Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/cofen-publica-nota-sobre-praticas-integrativas-e-complementares/>:

FARAHANI, M. A et al., (2019). **Effect of aromatherapy on cancer complications: A systematic review.** *Complementary Therapies in Medicine*, 47, 102169. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.08.003>.

GNATTA, J. R. et al. Aromatherapy and nursing: historical and theoretical conception. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 50, n. 1, p. 127–133, fev. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-623420160000100017>. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/Z3SpTtG6nQF7LlL7fKbrt3w/?lang=en#>>.

GNATTA, J. R.; DORNELLAS, E. V.; SILVA, M. J. P. da. O uso da aromaterapia no alívio da ansiedade. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 24, n. 2, p. 257–263, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002011000200016>. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/zP7pm4cSFTTr45VqTCzrz7NM/#>>.

- JÚNIOR, J. S. **Jogos Digitais Educacionais: Uma Revisão Sistemática da Literatura**. 2020. Monografia (Bacharelado em Ciências da Computação) - Universidade Federal de Goiás. UFG, Catalão, 2020, 124 p.
- LOPEZ, M. Los aceites esenciales. **Ámbito Farm**, 2019.
- LOBATO, M. de F.; MARTINS, M. das G. T. Autismo: Descoberta tardia, importância da terapia cognitivo comportamental na intervenção psicoterapêutica. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 05, ed. 12, v. 02, p. 88-105. Dezembro de 2020. DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/descoberta-tardia. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/descoberta-tardia>>.
- MA, D. et al. **Chamazulene reverses osteoarthritic inflammation through regulation of matrix metalloproteinases (MMPs) and NF- κ B pathway in in-vitro and in-vivo models**. Biosci Biotechnol Biochem, 2020.
- MOL, G. S. Pesquisa qualitativa em ensino de química. *SEMQ*. São Paulo v. 5, n.9, p.495-513, dez. 2017.
- MAIER, M. R. **Efeitos da aromaterapia com óleos essenciais de lavanda e bergamota sobre a qualidade do sono, ansiedade e estresse em profissionais da enfermagem frente à pandemia da covid-19**. Disponível em: <https://tede2.uepg.br/jspui/bitstream/prefix/3445/1/Michele%20do%20Rocio%20Maier.pdf>: acesso em: 08 nov.2023.
- NASCIMENTO, A; PRADE, A. K. K. Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais. **Observa PICS Fiocruz**, Recife – PE, 2020.
- OLIVEIRA, D. R. de. **Avaliação da atividade tipo antidepressiva do óleo essencial das folhas de *Spiranthera odoratissima* a. st.-hil. e de seu componente majoritário, β -cariofileno**. Goiânia: UFGO, 2016. Dissertação (Mestre em Ciências Farmacêuticas). Disponível em: <<https://repositorio.bc.ufg.br/tede/bitstream/tede/5858/5/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20-%20Danillo%20Ramos%20de%20Oliveira%20-%202016.pdf>>.
- OLIVEIRA, T. D. DUARTE, N. S. PADILHA, E. L. **Efeito do óleo essencial de camomila-romana (*Chamaemelum nobile*) no tratamento de psoríase vulgar: relato de caso clínico**. Disponível em: <https://econtents.bc.unicamp.br/eventos/index.php/pibic/article/view/1583/1657>:
- PEREIRA, I. et al. Linalool bioactive properties and potential applicability in drug delivery systems. **Colloids Surfaces B Biointerfaces**, 2018.
- PETRY, D. **Autismo & Aromaterapia**. Disponível em: <https://blog.harmoniearomaterapia.com.br/autismo-aromaterapia/>
- PINO, J. Aceites Esenciales. **Div Publicaciones UIS**, 2014.
- POJAR, J. V.; MORETTO, L. E. V. **Utilização de óleos voláteis no tratamento de crianças autistas**. Ribeirão Preto: Centro Universitário Barão de Mauá, 2021. 54p. Trabalho de conclusão do curso (Graduação em Farmácia). Disponível em: <<https://dspaceapi.baraodemaua.br/server/api/core/bitstreams/2e551c1c-f2d4-4de3-bcb0-5c8b297d7442/content>>.

RODRIGUES, A. G; AMARAL, A. C. F. **Práticas integrativas e complementares.** Plantas MedicinaiS e Fitoterapia na Atenção Básica. Brasília DF. 2012. Disponível em: https://bvsm.sau.de.gov.br/bvs/publicacoes/praticas_integrativas_complementares_plantas_medicinaiS_cab31.pdf:

SANTOS, M.S; SOUSA, K.A. P; MENEZES, L.C; VALE, R.C; VANSCONCELOS, A.F.F. extração e caracterização físico-química do óleo essencial de capim limão (*cymbopogon citratus*). 54° CBQ, 2014. Disponível em: <https://www.abq.org.br/cbq/2014/trabalhos/13/4817-16698.html>:

SAVALL, A C. R.; DIAS, M. **Transtorno do espectro autista: do conceito ao processo terapêutico.** São José/SC : FCEE, 2018. 152 p. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/TEA_digital%20(1).pdf>.

SIMONALLI, N. **Aromaterapia: saiba como usar óleos essenciais para ter bem-estar.** Disponível em: <https://vogue.globo.com/wellness/noticia/2021/04/aromaterapia-saiba-como-usar-oleos-essenciais-para-ter-bem-estar.ghtml>:

VILELA, D. A. M.; NASCIMENTO, H. B.; PALMA, S. M. M. Disfunção gastrointestinal no transtorno do espectro autista e suas possíveis condutas terapêuticas. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 4, p. 34–42, 2019. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.46. Disponível em: <<https://revistardp.org.br/revista/article/view/46>>.

YU, WN. *et al.* **Citronellol induces necroptosis of human lung cancer cells via TNF- α pathway and reactive oxygen species accumulation.** In Vivo (Brooklyn) 2019.

Submissão: junho de 2023. Aceite: setembro de 2023. Publicação: dezembro de 2023.