USO DA AROMATERAPIA DURANTE O TRABALHO DE PARTO: RESULTADOS DE SUA UTILIZAÇÃO PELA ENFERMEIRA OBSTETRA.

Ariane Stephanie Ribeiro, Izabela Caroline Machado de Oliveira, Raissa Gonçalves Ferreira, Rebeca Cabral, Kátia Zeny Assumpção Pedroso

Universidade do Vale do Paraíba/Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, arianeribeiro@outlook.com, bidu.iza@hotmail.com, raissa.gf05@gmail.com, rebeca.cabral.inst@gmail.com, kzeny@univap.br

Resumo

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são métodos terapêuticos que utilizam recursos naturais para promover prevenção, cuidado e reabilitação da saúde. Entre elas, destaca-se a aromaterapia, que utiliza óleos essenciais para promoção de benefícios físicos, emocionais e mentais. Na assistência obstétrica, essa prática vem sendo utilizada por enfermeiros obstetras durante o trabalho de parto. Trata-se de uma revisão integrativa, com busca de referenciais teóricos nas bases de dados SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). A pergunta norteadora elaborada foi: Quais são os efeitos e indicações da aromaterapia em gestantes em trabalho de parto e de que forma a enfermeira obstetra pode utilizá-la em sua assistência? O uso de óleos essenciais demonstra ser uma PIC eficaz durante o trabalho de parto, contribuindo para a redução da dor, ansiedade e estresse, além de favorecer o relaxamento, o conforto e uma experiência de parto mais humanizada. Entretanto, sua aplicação deve ser realizada com conhecimento técnico e segurança, considerando possíveis riscos e a necessidade de protocolos institucionais.

Palavras-chave: Aromaterapia. Enfermagem Obstétrica. Trabalho de Parto.

Área do Conhecimento: Enfermagem.

Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares (PIC) são métodos terapêuticos alternativos com o objetivo de estimular as técnicas naturais de prevenção e reabilitação da saúde, esse processo ocorre através do uso de tecnologias eficazes. São opções de baixo custo utilizadas de modo a complementar algum tratamento ou como intervenção principal. Um ilustre exemplo entre as práticas terapêuticas é a aromaterapia, que faz uso das essências encontradas nos Óleos Essenciais (OEs), que podem ser absorvidos através de distintas vias do organismo, por meio da inalação com difusor de ambiente, escalda-pés, massagens em pontos estratégicos, compressas, dentre outras (Veras *et al.*, 2024),Velozo *et al.* (2023) e Kaya *et al.* (2023).

No âmbito multiprofissional, a aromaterapia tem sido aplicada por enfermeiros (as), médicos (as), fisioterapeutas, entre outros. Na obstetrícia, essa PIC tem sido vantajosa no cuidado realizado durante o trabalho de parto (TP), especialmente no manejo da dor, uma vez que, o parto é um acontecimento fisiológico, mas também repleto de sentimentos como o medo e a ansiedade, em que o OEs também age, reduzindo-os. Ademais, os OEs também atuam na diminuição das náuseas, vômitos, cefaleia e hipertensão (Fonseca *et al.*, 2023).

Destaca-se que a inserção da aromaterapia na assistência obstétrica representa um importante avanço na promoção do cuidado humanizado e integral à mulher durante o trabalho de parto. Estudos como os de Ghiasi *et al.* (2020), Chen *et al.* (2019) e Veras *et al.* (2019) evidenciam benefícios relacionados à redução da dor, ansiedade e estresse, favorecendo uma experiência de parto mais positiva e acolhedora. Além disso, autores como Fonseca *et al.* (2023) e Veras *et al.* (2024) reforçam a importância das Práticas Integrativas e Complementares no fortalecimento da assistência de enfermagem obstétrica baseada em evidências científicas.

A partir das experiências das autoras em campo de estágio, observando a utilização e os efeitos da aromaterapia em gestantes durante o trabalho de parto, surgiu o interesse em estudar o tema. Para

tanto foi traçado o seguinte objetivo: Identificar quais são os efeitos e indicações dos óleos essenciais na gestante em trabalho de parto, assistida por enfermeira obstetra.

Metodologia

Trata-se de revisão integrativa, que segundo Souza *et a*l (2017) permite reunir e sintetizar pesquisas sobre um tema específico de forma organizada, contribuindo para ampliar o conhecimento sobre o assunto estudado. A busca de referenciais teóricos ocorreu nas bases de dados SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram: aromaterapia, enfermagem obstétrica e trabalho de parto. Por conta da escassez de artigos relacionando aromaterapia e enfermagem obstétrica, foi necessário, foi necessário utilizar um corte temporal amplo (últimos 10 anos), ao invés do recomendado (5 anos). Desta forma, a coleta de dados ocorreu no período de março a maio de 2026, com o corte temporal de 2016 a 2025.

Os critérios de inclusão foram: artigos publicados em língua portuguesa e inglesa, de acesso gratuito, com artigos na íntegra, dentro do corte temporal citado, que abordassem o uso de óleos essenciais durante o trabalho de parto, a atuação do enfermeiro obstetra na assistência à gestante em trabalho de parto e os efeitos dos óleos essenciais (OEs). Como critérios de exclusão, consideraram-se artigos publicados em outros idiomas, duplicados, fora do período estabelecido, de acesso pago e fora da temática do estudo.

A pergunta norteadora elaborada, como parte desta revisão integrativa, foi: Quais são os efeitos e indicações da aromaterapia em gestantes em trabalho de parto e de que forma a enfermeira obstetra pode utilizá-la em sua assistência?

Resultados

A partir da busca utilizando os descritores em saúde foram encontrados 140 artigos na BVS e 23 na Scielo, utilizando os filtros estabelecidos pelos critérios de inclusão e exclusão, as autoras destacaram 15 e, após a leitura criteriosa, 11 artigos foram selecionados e apresentados no Quadro 1.

Quadro 1- Artigos selecionados segundo o tema proposto, conforme os autores, ano, título e resumo

AUTORES	ANO	TÍTULO	ANÁLISE DO TEXTO
Ribeiro *et al.*	2024	Efeitos da aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto.	O estudo identificou efeitos positivos da aromaterapia sobre o relaxamento materno e o controle da ansiedade. Também observou melhora na experiência do parto e maior bem-estar das gestantes.
Veras *et al.*	2024	O Uso da Aromaterapia como Recurso Facilitador do Trabalho de Parto	Evidenciou que a aromaterapia favorece o relaxamento, reduz o estresse e proporciona maior conforto físico e emocional às parturientes. O estudo reforça seu potencial como ferramenta complementar na assistência obstétrica.
Cheffer *et al.*	2023	Humanização do Parto Hospitalar: Assistência do Profissional Enfermeiro	O estudo destaca o papel do enfermeiro na promoção de práticas humanizadas durante o parto. Ressalta a utilização de métodos não farmacológicos para o alívio da dor e fortalecimento da autonomia da mulher
Fonseca *et al.*	2023	Benefícios do Uso dos Óleos Essenciais e da Aromaterapia no Trabalho de Parto	Demonstrou que os óleos essenciais auxiliam no controle da dor, redução da ansiedade e diminuição de sintomas como náuseas e tensão emocional. Os autores ressaltam a importância da

			atuação da enfermagem obstétrica na aplicação dessa prática.
Kaya *et al.*	2023	A eficácia da aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto: uma meta-análise.	O estudo verificou que a aromaterapia mostrou-se um método não farmacológico eficaz para redução da dor no primeiro estágio do trabalho de parto, podendo ser utilizada como prática complementar na assistência obstétrica humanizada
Velozo *et al.*	2023	Benefícios do uso da aromaterapia no trabalho de parto: revisão integrativa da literatura	Evidenciou que a aromaterapia pode ser utilizada como estratégia complementar segura e eficaz na assistência obstétrica. O estudo destaca benefícios e meios para o conforto, relaxamento e redução da ansiedade materna durante o trabalho de parto.
Araújo *et al.*	2021	Influência das Práticas Integrativas e Complementares Durante o Trabalho de Parto: Uma Revisão Integrativa	Evidenciou que as práticas integrativas e complementares contribuem para a humanização da assistência obstétrica. A aromaterapia foi apontada como estratégia eficaz para redução da dor, ansiedade e desconforto durante o trabalho de parto.
Pazelli	2021	Aromaterapia no Alívio da Dor e Ansiedade durante o Trabalho de Parto: Revisão Sistemática	Os resultados demonstraram que a aromaterapia contribui para a redução da dor, ansiedade e estresse durante o trabalho de parto.
Ghiasi *et al.*	2020	The effect of aromatherapy on labor Pain relief: a systematic review of clinical trials	A revisão sistemática demonstrou que a aromaterapia é capaz de reduzir significativamente os níveis de dor e ansiedade durante o trabalho de parto. Os autores destacam a lavanda como um dos óleos essenciais mais eficazes para promover relaxamento e conforto materno.
Chen *et al.*	2019	Labour pain control by aromatherapy: A meta-analysis of randomised controlled trials	A metanálise evidenciou que a aromaterapia promove redução da intensidade da dor durante o parto e melhora a satisfação das parturientes. O estudo reforça a utilização dessa prática como método complementar não farmacológico.
Lakhan *et al.*	2016	A eficácia da aromaterapia na redução da dor: uma revisão sistemática e meta-análise.	O artigo apresenta uma revisão sistemática e meta-análise com objetivo de verificar se a aromaterapia poderia reduzir a intensidade da dor. Esse estudo destaca que os óleos essenciais podem atuar por meio de mecanismos relacionados ao estímulo do sistema olfativo.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026.

Discussão

A utilização da aromaterapia como Prática Integrativa e Complementar (PIC) no cenário do parto normal tem sido amplamente discutida sob a ótica da humanização da assistência e do manejo não farmacológico da dor (Veras *et al.* 2024. Pazelli, 2021). A discussão central desta pesquisa pauta-se no equilíbrio entre os benefícios terapêuticos e os possíveis riscos relacionados ao uso inadequado dos óleos essenciais (OE) para o binômio mãe-feto, com base em evidências científicas publicadas na última década (Araújo *et al.*, 2021). Nesse contexto, observa-se que a aromaterapia vem sendo cada vez mais incorporada às práticas obstétricas devido à sua capacidade de promover relaxamento, conforto e bem-estar durante o trabalho de parto (Ribeiro *et al.*, 2024).

De acordo com Veras *et al.* (2024) e Pazelli (2021), no que se refere aos benefícios, o principal suporte científico está relacionado à capacidade dos óleos essenciais de modular o sistema nervoso central, contribuindo para a redução da ansiedade, do estresse e da percepção dolorosa. Ghiasi *et al.* (2020), Kaya *et al.* (2023) e Velozo *et al.* (2023), acrescentam que a inalação do óleo essencial de lavanda, durante a fase ativa do trabalho de parto demonstrou redução significativa nos níveis de ansiedade e na intensidade da dor quando comparada ao cuidado convencional. Da mesma forma, Ghiasi *et al.* (2020) e Kaya *et al.* (2023) destacam que a aromaterapia atua como um recurso facilitador da fisiologia do parto, uma vez que promove relaxamento materno e reduz a liberação excessiva de adrenalina, hormônio que pode interferir negativamente na progressão do trabalho de parto.

Além disso, Chen *et al.* (2019) apontam que o uso de aromas cítricos e de lavanda favorece uma experiência de parto mais positiva e satisfatória para a mulher, fortalecendo o cuidado humanizado e reduzindo intervenções desnecessárias. Corroborando esses achados, Fonseca *et al.* (2023) ressaltam que os óleos essenciais também auxiliam na diminuição de sintomas como náuseas, tensão emocional e desconforto físico, promovendo maior sensação de acolhimento e tranquilidade durante o processo de parturição.

Fonseca *et al*., (2023) enfatizam que a ação dos OEs se inicia quando suas moléculas são inaladas pelas narinas e suas partículas são transportadas por um conjunto de células nervosas até o sistema límbico, região cerebral que está relacionada ao processamento de emoções, memórias e padrões comportamentais. Portanto o profissional que utiliza essa terapia necessita ser capacitado para utilizá-la.

A humanização do parto constitui um dos principais pilares da assistência obstétrica contemporânea, sendo o enfermeiro obstetra um profissional essencial na implementação de práticas integrativas durante o trabalho de parto. Cheffer *et al.* (2023) reafirmam que é responsabilidade do enfermeiro utilizar técnicas não farmacológicas para redução da dor durante o trabalho de parto e monitorar a mulher ao longo desse período, contribuindo em partos de baixo risco e menos intervenções.

Reis *et. al* (2016) destacam que a atuação da enfermagem obstétrica está diretamente relacionada à redução de intervenções obstétricas desnecessárias e à valorização das práticas não farmacológicas para alívio da dor. Ademais, Cheffer *et. al* (2023) reforçam que a utilização de métodos humanizados contribui para melhores desfechos maternos e maior satisfação das mulheres em relação ao parto.

Entretanto, de acordo com Lakhan *et al.* (2016), apesar dos benefícios apresentados, a literatura alerta para os riscos associados ao uso inadequado da aromaterapia. Ressaltam que a ausência de protocolos padronizados nas unidades obstétricas pode favorecer o uso excessivo dos óleos essenciais, ocasionando efeitos adversos como náuseas, cefaleia e hipersensibilidade olfativa. No cenário nacional, Lakhan *et al.* (2016) alerta para a importância da diluição adequada e da supervisão profissional qualificada, considerando que alguns óleos podem interferir na dinâmica uterina quando utilizados sem critérios técnicos.

Ademais, os óleos essenciais são substâncias químicas complexas que podem desencadear reações adversas, cutâneas, irritações respiratórias e possíveis interações medicamentosas quando utilizados de forma indiscriminada. Dessa maneira, torna-se fundamental que o uso da aromaterapia seja realizado por profissionais capacitados, especialmente enfermeiros obstetras habilitados para avaliar as condições clínicas da gestante e selecionar adequadamente os métodos terapêuticos utilizados durante o trabalho de parto (Lakhan *et al.*, 2017).

Por isso mesmo, ressalta-se que a utilização da aromaterapia deve estar associada ao conhecimento técnico e científico dos profissionais responsáveis pela assistência. Apesar de ser uma

prática considerada natural, os óleos essenciais possuem compostos químicos capazes de desencadear efeitos adversos, como reações cutâneas, hipersensibilidade olfativa e possíveis alterações na dinâmica uterina quando utilizados de maneira inadequada, como é destacado por Lakhan *et al.* (2016). Dessa forma, a ausência de protocolos institucionais, o uso indiscriminado e a falta de capacitação profissional podem comprometer a segurança materna e fetal.

Conclusão

Este estudo permitiu concluir que a aromaterapia, enquanto Prática Integrativa e Complementar, apresenta benefícios substanciais no cenário do parto normal, atuando diretamente na redução dos níveis de ansiedade, do estresse e na percepção da dor, além de promover um relaxamento para as gestantes. A análise dos dados demonstra que a utilização de óleos essenciais, notadamente a Lavanda angustifólia, favorece a fisiologia do nascimento ao reduzir o estresse materno, o que, consequentemente, minimiza a necessidade de intervenções farmacológicas invasivas e contribui para uma experiência de parto mais humanizada e satisfatória. O estudo também evidencia que a dicotomia entre "benefícios e males" é mediada pelo conhecimento técnico.

Assim, conclui-se que a aromaterapia é uma estratégia complementar eficaz para fortalecer a autonomia da mulher e contribuir para a assistência humanizada ao parto normal, desde que seja aplicada de maneira ética, segura e fundamentada em evidências científicas. Torna-se necessária a implementação de protocolos clínicos institucionais, bem como a capacitação contínua das equipes de enfermagem e obstetrícia, garantindo que a utilização dos óleos essenciais ocorra de forma responsável, segura e alinhada às boas práticas obstétricas.

Referências

ARAÚJO, W. B. X.; BARBOSA, S. S. D. S.; SILVA, A. M.; SANTOS, L. C.; SILVA, M. G. V.; ANDRADE, Â. R. L.; ARAÚJO, H. V. S.; OLIVEIRA, C. D. B. Influência das práticas integrativas e complementares durante o trabalho de parto: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 13, p. e7749, 20 ago. 2021. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/7749/5258. Acesso em: 14 mar. 2026.

CHEN, Shuo-Fei; WANG, Chia-Hui; CHAN, Pi-Tuan; CHIANG, Hsiu-Wen; HU, Tsung-Ming; TAM, Ka-Wai; LOH, El-Wui. Labour pain control by aromatherapy: A meta-analysis of randomised controlled trials. **Women and Birth**, v. 32, n. 4, p. 327–335, ago. 2019. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S187151921830221X. Acesso em: 10 mar. 2026.

CHEFFER, M. H.; OLIVEIRA, D. F.; OLIVEIRA, C. H.; BUSETTI, I. C.; RIOS, C.; GODOY R. C. A.; WEIZEMANN, L. P. Humanização do parto hospitalar: assistência do profissional enfermeiro. RECIMA21 - **Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 4, n. 4, p. e443003, 2023. DOI: 10.47820/recima21.v4i4.3003. Disponível em: https://recima21.com.br/recima21/article/view/300. Acesso em: 4 jun. 2026.

FONSECA, M. B.; MATA, J. A. L.; ROCHA, C. M. F.; SANFELICE, C. F. O. Benefícios do uso dos óleos essenciais e da aromaterapia no trabalho de parto. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 17, n. 1, 2023. DOI: 10.5205/1981-8963.2023.254393. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/254393/43610. Acesso em 12 maio de 2026.

GHIASI, A.; HASANI, M.; HASHEMZADE, M. The effect of aromatherapy on labor Pain relief: a systematic review of clinical trials. **DOAJ (DOAJ: Directory of Open Access Journals)**, 1 abr. 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/341616002_The_effect_of_aromatherapy_on_labor_Pain_relief_a_systematic_review_of_clinical_trials. Acesso em: 5 mai. 2026.

KAYA, A.; SAĞLAM, H. Y.; KARADAĞ, E.; GÜRSOY, E. The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain: A meta-analysis. **European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology: X**, v. 20, p. 100255, 1 dez. 2023. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10632671/. Acesso em: 15 mar. 2026.

LAKHAN, S. E.; SHEAFER, H.; TEPPER, D. The Effectiveness of Aromatherapy in Reducing Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Pain Research and Treatment**, v. 2016, n. 1, p. 1–13, 2016. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5192342/, Acesso em: 15 mar. 2026.

PAZELLI, L. S. Aromaterapia no alívio da dor e ansiedade no trabalho de parto: uma revisão integrativa. Orientadora: Rosely Erlach Goldman. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em enfermagem) - Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2021. Disponível em: https://repositorio.unifesp.br/items/7ce444e1-ef90-4947-b97a-eb67be2ec9cd. Acesso em: 08 mar. 2026.

RIBEIRO, L. A.; PASSOS, S. G. Efeitos da aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 7, n. 15, p. e151260, 16 jul. 2024. Disponível em: https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/1260. Acesso em: 10 mar. 2026.

SOUSA, L, M. M.; VIEIRA, C. M. A. M.; SEVERINO, S. S. P.; ANTUNES, A. V. A metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. **Revista Investigação em Enfermagem**, n.2, p. 17-26, nov. 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/321319742_Metodologia_de_Revisao_Integrativa_da_Literatura_em_Enfermagem. Acesso em: 30 jun. 2026.

VERAS, I. S.; ALMEIDA, M. V.; SOARES, S. M. B.; FRANÇA, K. G.; CARVALHO, F. T. S. O uso da aromaterapia como recurso facilitador do trabalho de parto. **Enferm Foco**. 2024;15:e-2024141. Disponível em: https://enfermfoco.org/wp-content/plugins/xml-to-html/include/lens/index.php?xml=2357-707X-enfoco-15-e-2024141.xml&lang=pt-br. Acesso em: 5 mai. 2026.

VELOZO, M. E. A.; SILVA, S. S.; LIMA, L. M.; SUZANO, I. S. M.; FERREIRA, M. V. M. F.; VASCONCELOS, E. M. R.; TORRES, A. L. Benefícios do uso da aromaterapia no trabalho de parto: revisão integrativa da literatura. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, *[S. l.]*, v. 97, n. 2, p. e023105, 2023. DOI: 10.31011/reaid-2023-v.97-n.2-art.1678. Disponível em: https://www.revistaenfermagematual.com.br/revista/article/view/1678. Acesso em: 15 mar. 2026.