

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FARMÁCIA

ALINE VITÓRIA DA SILVA, KAMILA FALCÃO FARIAS DE MENEZES,
LAYS CAROLAYNE ALVES DA SILVA

**A aromaterapia durante o trabalho de parto: Revisão da literatura
sobre práticas e benefícios**

RECIFE/2024

**ALINE VITÓRIA DA SILVA, KAMILA FALCÃO FARIAS DE
MENEZES, LAYS CAROLAYNE ALVES DA SILVA**

**A aromaterapia durante o trabalho de parto: Revisão da literatura
sobre práticas e benefícios**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Disciplina TCC II do
Curso de Bacharelado em Farmácia do
Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA, como parte dos requisitos
para conclusão do curso.

Orientador(a): Prof. Dr. Iago Orleans
Pinheiro Monteiro

RECIFE
2024

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus pela força que nos permitiu superar os desafios enfrentados ao longo dos cinco anos de graduação. Nossa gratidão se estende aos nossos familiares, cujo apoio incondicional foi fundamental para a realização desta conquista.

Agradecemos também aos amigos que fizemos durante este período, pelas experiências compartilhadas e pela convivência que enriqueceram nossa jornada acadêmica.

Agradecemos aos professores que, com paciência, gentileza e excelentes estratégias, compartilharam seus conhecimentos de forma tão inspiradora.

Um agradecimento especial ao nosso orientador, Iago Orleans, cuja orientação valiosa e incentivo constante foram cruciais para a elaboração deste trabalho.

Por fim, dedicamos este trabalho a todas as gestantes que, com coragem e amor, enfrentam o processo do trabalho de parto. Que este trabalho possa contribuir para o seu bem-estar e proporcionar uma experiência mais integrativa e acolhedora. Vocês são a nossa maior inspiração.

RESUMO

O objetivo deste trabalho é fazer uma revisão de literatura sobre o uso da aromaterapia como uma opção de prática não farmacológica durante o trabalho de parto. Esse estudo foi realizado em bases de dados como LILACS, PUBMED e Google Acadêmico, utilizando estudos dos últimos cinco anos que investigam a eficácia dos óleos essenciais na ajuda para a dor e ansiedade em parturientes. A análise dos estudos indicou que a aromaterapia pode sim reduzir a dor e diminuir drasticamente os níveis de ansiedade da gestante, proporcionando uma experiência mais acolhedora e humanizada. No entanto, a escassez de estudos primários traz a necessidade de mais pesquisas científicas para aumentar as evidências sobre os seus benefícios e otimizar sua aplicação na área clínica e hospitalar. Este trabalho também tem o intuito de conscientizar os profissionais de saúde de maneira multidisciplinar sobre o potencial dessa terapia no parto, incentivando sua aplicação aos cuidados tradicionais já utilizados no cuidado à saúde da mulher durante o parto.

Palavras-Chaves: Aromaterapia, óleos essenciais, trabalho de parto.

Aromatherapy during labor: A literature review on practices and benefits

ABSTRACT

The objective of this work is to review the literature on the use of aromatherapy as a non-pharmacological practice option during labor. This study was carried out in databases such as LILACS, PUBMED and Google Scholar, using studies from the last five years that investigate the effectiveness of essential oils in helping with pain and anxiety in women in labor. The analysis of the studies indicated that aromatherapy can reduce pain and drastically reduce the pregnant woman's anxiety levels, providing a more welcoming and humanized experience. However, the scarcity of primary studies brings with it the need for more scientific research to increase evidence about its benefits and optimize its application in the clinical and hospital areas. This work also aims to raise awareness among health professionals in a multidisciplinary manner about the potential of this therapy in childbirth, encouraging its application to traditional care already used in women's health care during childbirth.

Keywords: Aromatherapy, essential oils, labor.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos artigos e os motivos de exclusão.....	10
--	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Estratégia de busca PICO.....	9
Quadro 2 – Combinação dos descritores.....	9
Quadro 3 – Representação dos estudos incluídos na revisão bibliográfica.....	10

SUMÁRIO

1. Introdução.....	7
2. Materiais e métodos.....	8
3. Resultados e discussão.....	9
3.1 <i>A eficácia da aromaterapia no alívio da dor do parto.....</i>	<i>13</i>
3.2 <i>A eficácia da aromaterapia na redução da ansiedade no trabalho de parto...13</i>	
3.3 <i>As formas de aplicação da aromaterapia.....</i>	<i>14</i>
3.4 <i>Os tipos de óleos essenciais empregados.....</i>	<i>15</i>
4. Conclusões.....	16
5. Referências.....	16

1. Introdução

O parto é um momento único e especial na vida das mulheres, porém, a dor do parto por ser considerada uma das piores dores acaba tornando o momento da gestante bem mais dificultoso. Muitas mulheres acabam passando por esse processo com muita dificuldade, devido aos fenômenos psicológicos, físicos e emocionais passado durante esse período.¹

Enquanto muitas mulheres conseguem passar por esse período de forma leve e com menos assistência, porém, outras precisam utilizar algumas abordagens para trazer mais conforto durante o parto. Uma alternativa menos invasiva que vem trazendo resultados promissores é uma terapia não farmacológica, como a famosa aromaterapia.²

A Portaria nº 971 iniciou a primeira aprovação dessas terapias não farmacológicas, nomeando-as como práticas integrativas e complementares no SUS, essas práticas incluem a acupuntura, homeopatia, fitoterapia, crenoterapia e a medicina antroposófica.³ Desde então, ocorreram algumas atualizações dessas práticas visando uma melhor implementação tanto em ambientes farmacêuticos como hospitalares. Após essas alterações, a Portaria nº 702, de 21 de março de 2018, foi publicada, incluindo a aromaterapia como uma nova prática integrativa aprovada por este Ministério da Saúde.⁴

Essa prática vem sendo muito vantajosa pois além de trazer benefícios a saúde, também é benéfica para a economia financeira uma vez que se trata de um produto de baixo custo. Após a aprovação dessa terapia, houve um incentivo a realização de pesquisas na área multidisciplinar.⁴

É comum durante o período do parto a gestante apresentar uma elevada ansiedade, por ser um momento muito esperado essa sensação acaba muitas vezes sendo inevitável, porém, esse sentimento pode levar ao aumento da dor devido à contração do assoalho pélvico.⁵

Além disso, a ansiedade pode trazer impacto nas funções fisiológicas no corpo da gestante, causando também a diminuição das contrações uterinas que é primordial para o processo do trabalho de parto juntamente com a redução da dilatação cervical que é um elemento essencial para a saída do bebê, aumentando assim o tempo do trabalho de parto.⁶

Durante o período do parto e do pós-parto a ocorrência de ansiedade viraram fatores amplamente estudados devido aos seus efeitos adversos para o bem estar da mãe. Foram feitas diversas pesquisas demonstradas que a presença dessa condição está sim associada a um aumento significativo no risco de complicações perinatais, como partos prematuros, problemas no desenvolvimento e dificuldades na recuperação pós-parto. Por causa disso, trazer a importância de tratar a ansiedade nesse período é essencial para promover um parto mais agradável e seguro.⁷

Os óleos essenciais (OE) são criados a partir do princípio ativo retirados de plantas, raízes, flores e outras partes vegetais. Esses componentes podem apresentar características que variam desde ação anti-inflamatória como antibacteriana. A utilização desses OE pode ser por diferentes administrações, sendo os mais usados pela via aérea e por absorção. Além disso, esses óleos podem dar auxílio do tratamento de distúrbios mentais, como a ansiedade e depressão, que são condições que podem ser bastante desafiadoras durante a maternidade.⁸

Com o aumento da comercialização dos OE, tanto entre os consumidores como pelos profissionais da área de saúde, cada vez mais as exigências de qualidade vêm sendo atendidas pelos produtores, pois para melhores resultados é necessário que esse produto esteja perto ou em seu estado 100% puro, pois caso o produto contenha excesso de água ou impurezas isso pode comprometer suas propriedades terapêuticas e aromáticas.⁹

Diante disso, para que o óleo essencial possa ser utilizado para fins medicinais, o seu conteúdo precisa conter concentrações máximas ou mínimas exigidas para só assim poder garantir que o óleo está livre de impurezas e com a concentração exigida para realmente trazer os benefícios desejados. Para produzir esses OE eles devem ser extraídos através de diversas técnicas como a destilação por exemplo.¹⁰

Nas diversas formas de utilização dessa terapia, podem ser consideradas diversas opções na sua aplicação, que costumam variar de gestante para gestante, dependendo do seu critério, também podendo sempre escolher o óleo que mais lhe agrada. Dentre as possibilidades disponíveis, os principais métodos utilizados são: com o uso de um difusor, onde se adiciona poucas gotas do óleo essencial em 100 ml de água; a utilização por meio de inalação direta, que pode ser realizada adicionando algumas gotas de um óleo essencial em um lenço próximo ao nariz; a utilização por massagem, que requer a mistura de 1 a 2 gotas do óleo em uma quantidade de 10 ml de loções hidratantes; e a utilização por meio de banho, onde é adicionado uma quantidade considerável desse óleo essencial em uma banheira com água morna. Esses diferentes métodos eficazes de utilização oferecem à gestante uma variedade de opções para a integração da aromaterapia, promovendo o bem-estar e conforto durante seu período de parto.¹¹

Em relação as características medicinais de cada planta, um dos principais OE utilizados são os óleos essenciais de camomila e de lavanda. Em relação ao primeiro, quando utilizado na aromaterapia por inalação, ajuda a reduzir a intensidade das contrações das mulheres. O processo ocorre quando o aroma é detectado pelo epitélio olfativo, que converte essa percepção em impulsos nervosos. Esses impulsos alcançam o bulbo olfativo e, em seguida, o sistema límbico, resultando na liberação de substâncias químicas como endorfinas, encefalinas e serotonina. Essa liberação causa uma sensação de conforto e relaxamento, contribuindo para o bem-estar da gestante durante o trabalho de parto.¹⁰

Já os de lavanda apresentam diversas propriedades farmacológicas, que possibilitam seu uso como sedativos, agentes anti-inflamatórios, antioxidantes e antimicrobianos.¹²

Apesar de as pesquisas sobre óleos essenciais terem se iniciado no século XIX, com farmacêutico Theodor Pec e Kolt realizando estudos focados na flora brasileira, ainda há uma necessidade urgente de mais investigações nesse campo. O aprofundamento dessas pesquisas é fundamental para ampliar a utilização da aromaterapia em ambientes hospitalares, contribuindo significativamente para a promoção da saúde e o bem-estar no trabalho de parto de muitas mulheres. A implementação efetiva dessas práticas pode oferecer diminuição das dores e ansiedade durante esse período.¹³

Nesse contexto, este trabalho se justifica pela fundamentalidade do parto como um momento marcante na vida das mulheres, repleto de expectativas, mas também de desafios, como dor intensa e ansiedade, que podem impactar tanto a mãe quanto o bebê. Dessa forma, esse tema se torna relevante pela crescente busca por alternativas menos invasivas que ofereçam suporte emocional e físico durante o trabalho de parto.

A aromaterapia, recentemente aprovada como prática integrativa pelo Ministério da Saúde, se destaca como uma abordagem promissora que pode ajudar a reduzir a dor e a ansiedade, promovendo um ambiente mais acolhedor e seguro.

Portanto, considerando os problemas enfrentados pelas gestantes no trabalho de parto, esse trabalho busca responder a questão de pesquisa: “Quais os benefícios das práticas de aromaterapia durante o trabalho de parto?”, tendo como objetivo: Explorar a eficácia da aromaterapia como uma abordagem terapêutica complementar durante o parto.

Esse estudo se compromete não apenas em apresentar evidências sobre os benefícios dessa prática, mas também conscientizar profissionais de saúde sobre a importância de integrar terapias complementares aos cuidados tradicionais. Assim, pretende-se incentivar a adoção de intervenções que promovam o bem-estar das mães, contribuindo para um ambiente de parto mais positivo e acolhedor. Essa integração de práticas pode não apenas melhorar os resultados clínicos, mas também fortalecer a experiência emocional das gestantes, tornando o processo de parto mais humanizado e centrado na mulher.

2. Materiais e Métodos

O presente estudo refere-se a uma revisão bibliográfica, estruturada em cinco fases: Definição do problema; Coleta dos dados; Avaliação dos dados; Análise dos dados obtidos e; Apresentação dos resultados. Todas as etapas foram realizadas com a diligência necessária para os estudos em farmácia,

permitindo formular conclusões a partir da síntese dos estudos, contribuindo para a compreensão do tema.

As pesquisas nas bases de dados foram realizadas por meio da estratégia PICO. Desse modo, a pergunta de investigação da presente revisão foi formulada em conformidade com os tópicos propostos por esta estratégia (Quadro 1)

Quadro 1 – Estratégia de busca PICO

Table 1 – PICO search strategy

PICO		Descritores
P (Público-alvo)	Mulheres em trabalho de parto	Trabalho de parto
I (Intervenção)	Aromaterapia	Aromaterapia
Co (Contexto)	Benefícios das práticas	Eficácia

A busca dos descritores foi realizada por meio do Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Aromaterapia; Trabalho de parto; Eficácia. As bases de dados utilizadas no estudo foram: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); PUBMED; Google acadêmico. A combinação dos descritores foi realizada através do operador booleano AND a fim de expandir os resultados.

Quadro 2 – Combinação dos descritores

Table 2 – Combination of descriptors

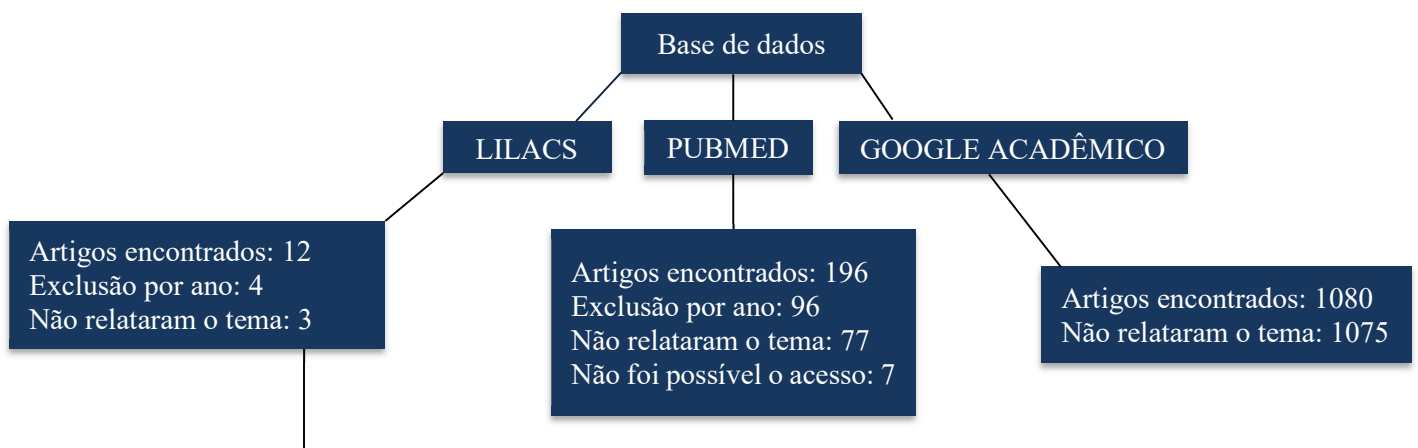
Bases de Dados	Descritores
LILACS	“Aromaterapia” AND “Trabalho de parto”
PUBMED	“Aromatherapy” AND “Labor”
Google acadêmico	“Aromaterapia” AND “Trabalho de parto” AND “Eficácia”

Os critérios para a inclusão dos artigos para esta revisão foram artigos publicados nos últimos 5 anos, que descreviam os efeitos do uso da aromaterapia durante o trabalho de parto, e não houve exclusão por idioma. Apenas estudos sem acesso livre foram excluídos. Foram realizadas leituras dos títulos, e em seguida dos resumos de todos os estudos elegíveis e, após a seleção, todos os estudos foram lidos na íntegra. Devido à escassez de estudos primários sobre o tema, também foram incluídos estudos de revisão.

Sendo assim, os resultados desta revisão foram organizados nos seguintes tópicos: A eficácia da aromaterapia no alívio da dor do parto; A eficácia da aromaterapia na redução da ansiedade no trabalho de parto; As formas de aplicação da aromaterapia; Tipos de óleos essenciais empregados.

3. Resultados e Discussão

Os resultados da busca realizada no mês de setembro de 2024 estão representados na figura 1.



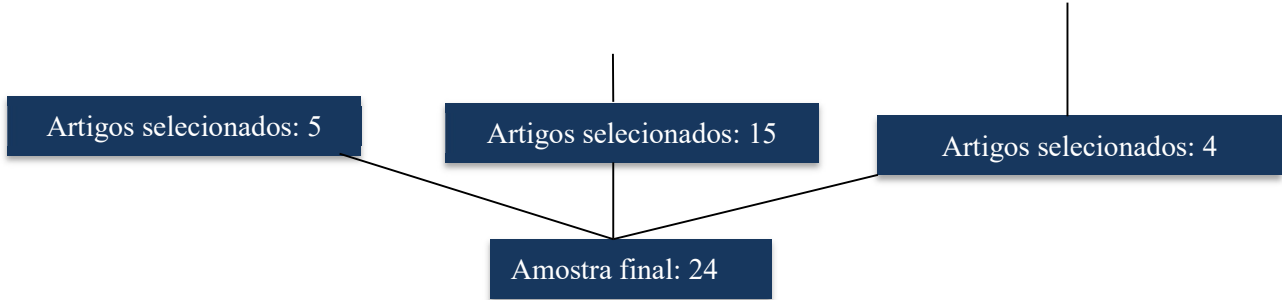


Figura 1 - Fluxograma da seleção dos artigos e motivos de exclusão
Figure 1 - Flowchart of Article Selection and Reasons for Exclusion

Dos 24 artigos selecionados para a revisão, seis foram publicados no idioma português e dezoito no idioma inglês, em relação aos tipos de artigo, nove são estudos de revisão sistemática, quatro são revisões integrativas, três são revisões bibliográficas, três são meta-análises, um é revisão de escopo, um é estudo de pesquisa quase experimental, um é ensaio clínico, um é estudo controlado randomizado e um é estudo de coorte. Referente aos anos de publicação, cinco foram publicados em 2019, dois em 2020, quatro em 2021, sete em 2022, cinco em 2023 e um em 2024. Por fim, considerando o país de publicação, nove foram publicados no Brasil, cinco nos Estados Unidos, dois no Reino Unido, dois nos Países Baixos, um no Irã, um na Austrália, um na Colômbia, um no Canadá, um na Etiópia e um na Suíça. O quadro 3 apresenta a representação geral dos estudos.

Quadro 3 – Representação dos estudos incluídos na revisão bibliográfica
Table 3 – Representation of studies included in the integrative literature review.

Código	Bases de dados	Título do artigo	Autores	Periódico	Objetivos
E01	PUBMED	A Systematic Review on the Anxiolytic Effect of Aromatherapy during the First Stage of Labor	Ghiasi A, Bagheri L, Haseli A.	J Caring Sci. 2019 Mar 1;8(1):51-60	Avaliar e resumir as evidências clínicas disponíveis sobre os efeitos ansiolíticos da aromaterapia durante o primeiro estágio do trabalho de parto.
E02	GOOGLE ACADÊMICO	Aromaterapia como método não invasivo para alívio da dor durante o trabalho de parto: uma revisão de escopo	Silva JLS, Miura TA, Batista>NNLAL et al.	Recima 21. 2022; 3(6): 361547.	Identificar as evidências científicas sobre a utilização da aromaterapia para o alívio da dor durante o trabalho de parto
E03	GOOGLE ACADÊMICO	Aromaterapia no parto	Sá RLS, Gouvêa NA.	Glob Acad Nurs. 2022;3(1):221	Investigar as evidências científicas disponíveis sobre a eficácia da aromaterapia
E04	PUBMED	Aromatherapy intervention on anxiety and pain during first stage labour in nulliparous women: a systematic review and meta-analysis	Liao CC, Lan SH, Yen YY et al.	J Obstet Gynaecol. 2021; 41(1):21-31	Avaliar e resumir todas as evidências disponíveis derivadas de ensaios clínicos randomizados (ECR) sobre os efeitos da aromaterapia na dor do parto e no alívio da ansiedade
E05	LILACS	Aromatherapy with oil of Lavandula angustifolia for	Lisboa IF, Carmo ACN,	BrJP. 2023 apr-jun; 6(2):208-14	Analisar o uso do óleo essencial de lavanda, por enfermeiros, para o alívio

		pain in women: scoping review	Rocha PRS et al.		da dor durante o trabalho de parto.
E06	PUBMED	Comparative study of transcutaneous electrical nerve stimulation, the aromatherapy of Lavandula and physiologic delivery without medication on the neonatal and maternal outcome of patients	Movahedi M, Ebrahimian M, Saeedy M et al.	Int J Physiol Pathophysiol Pharmacol. 2022 Jun 15;14(3):206-210	Comparar o efeito da Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea (TENS), da aromaterapia com Lavandula e do parto fisiológico sem medicação
E07	PUBMED	Complementary therapy and alternative medicine: effects on induction of labour and pregnancy outcome in low risk post-dates women	Koh LM, Percival B, Pauley T et al.	Heliyon. 2019 Nov 22;5(11):02787	Avaliar os efeitos da terapia complementar no parto de baixo risco.
E08	PUBMED	Efficacy and safety of non-pharmacological interventions for labour pain management: A systematic review and Bayesian network meta-analysis	Hu Y, Lu H, Huang J et al.	J Clin Nurs. 2021; 30(23-24):3398-3414	Comparar e classificar a eficácia e a segurança de intervenções não farmacológicas no tratamento da dor do parto.
E09	PUBMED	Influence of non-pharmacological methods on duration of labor: a systematic review	Gregolis TBL, Santos SS, Silva IF et al.	Ciênc. saúde coletiva. 2024 jun; 29(6):19032022	Analisar a influência dos métodos não farmacológicos na duração do trabalho de parto.
E10	PUBMED	Is aromatherapy effective in obstetrics? A systematic review and meta-analysis	Di Vito M, Cacaci M, Martini C et al.	Phytother Res. 2021 May;35(5):2477-2486	Avaliar a eficácia do uso da aromaterapia durante o parto.
E11	PUBMED	Labor Pain in Different Dilatations of the Cervix and Apgar Scores Affected by Aromatherapy: A Systematic Review and Meta-analysis	Shaterian N, Pakzad R, Fekri SD et al.	Reprod Sci. 2022 Sep;29(9):2488-2504	Avaliar a eficácia da aromaterapia na redução da dor e duração do parto.
E12	PUBMED	Labour pain control by aromatherapy: A meta-analysis of randomised controlled trials	Chen SF, Wang CH, Chan PT et al.	Women Birth. 2019 Aug;32(4):327-335.	Avaliar a eficácia da aromaterapia na redução da dor e duração do parto.
E13	LILACS	Non-invasive technologies for pain relief in parturition	Pimentel MM, Alves VH, Rodrigues DP et al.	Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online); 13: 671-677, jan.-dez. 2021	Avaliar o uso de tecnologias não invasivas para o alívio da dor do parto.
E14	PUBMED	Non-pharmacological interventions to reduce anxiety in pregnancy, labour and postpartum: A systematic review	Domínguez-Solís E, Lima-Serrano M, Lima-Rodríguez JS	Midwifery. 2021 Nov; 102:103126	Avaliar as intervenções não-farmacológicas utilizadas para o alívio da ansiedade durante o parto.

E15	LILACS	Non-pharmacological measures for pain relief in childbirth: a systematic review	Cabral BTV, Rocha MCS, Almeida VRM et al.	Rev. Bras. Saúde Mater. Infant. (Online); 23: e20210439, 2023	Analisar a eficácia das intervenções não-farmacológicas utilizadas por enfermeiras durante o trabalho de parto
E16	GOOGLE ACADÊMICO	O uso de aromaterapia durante o trabalho de parto: uma revisão integrativa	Assunção AFC, Brito JS, Luna KRS et al.	Brazilian Journal of Health Review, Curitiba. 2022 sep./oct.; 5(5): 20007-20016	Expor os efeitos físicos e emocionais da aromaterapia durante o trabalho de parto, apresentar a ação imunológica da aromaterapia no alívio da dor e discutir os óleos essenciais e suas propriedades específicas.
E17	LILACS	O uso de óleos essenciais e aromaterapia no trabalho de parto	Karasek G, Mata JAL, Vaccari A.	Revista Cuidarte. 2022; 13(2): 231	Identificar na literatura científica sobre o uso da aromaterapia e dos óleos essenciais no manejo do trabalho de parto.
E18	LILACS	O uso de óleos essenciais no trabalho de parto e parto: revisão de escopo	Paviani BM, Trigueiro TH, Gessner R.	REME rev. min. enferm. 2019 jan; 23: 1262	Descrever o estado atual dos conhecimentos sobre o uso de OE no trabalho de parto e parto.
E19	PUBMED	Pharmacologic and nonpharmacologic options for pain relief during labor: an expert review	Zuarez-Easton S, Erez O, Zafran N et al.	Am J Obstet Gynecol. 2023 May; 228(5): 1246-1259	Apresentar os dados disponíveis sobre a eficácia dos diferentes métodos de alívio da dor durante o parto, além da epidural
E20	GOOGLE ACADÊMICO	Técnicas não farmacológicas para redução de ansiedade entre parturientes submetidas ao parto normal: uma revisão sistêmica	Nascimento JWA, Vasconcelos MRB, Oliveira JS et al.	Research, Society and Development. 2022; 11(5): 2511527921	Analisar as principais técnicas não farmacológicas para redução de ansiedade entre parturientes submetidas ao parto normal
E21	PUBMED	The Effect of Massage Therapy Using Frangipani Aromatherapy Oil to Reduce the Childbirth Pain Intensity	Sriasih NGK, Hadi MC, Suindri NN et al.	Int J Ther Massage Bodywork. 2019 Jun 1; 12(2):18-24	Observar o efeito do tratamento de massagem com o óleo essencial de frangipani para reduzir a intensidade da dor do parto.
E22	PUBMED	The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review	Tabatabaeichehr M, Mortazavi H.	Ethiop J Health Sci. 2020 may; 30(3):449-458	Avaliar o uso da aromaterapia para o alívio da dor e ansiedade durante o parto.
E23	PUBMED	The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain: A meta-analysis	Kaya A, Sağlam HY, Karadağ E et al.	Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol. 2023 out 18; 20:100255	Avaliar a eficácia da aromaterapia no tratamento da dor do parto

E24	PUBMED	The Effectiveness of Neroli Essential Oil in Relieving Anxiety and Perceived Pain in Women during Labor: A Randomized Controlled Trial	Scandurra C, Mezzalana S, Cutillo S et al.	Healthcare (Basel). 2022 fev 14; 10(2):366	Determinar o efeito da aromaterapia com óleo de néroli na ansiedade e na percepção da intensidade da dor em um grupo de mulheres em trabalho de parto.
-----	--------	--	--	--	--

3.1 A eficácia da aromaterapia no alívio da dor do parto

Discutir os efeitos de intervenções não invasivas, como a aromaterapia, para o alívio da dor durante o trabalho parto contribui para um tratamento mais humanizado, beneficiando tanto a parturiente quanto o bebê. A aromaterapia pode ser utilizada no ambiente hospitalar, oferecendo uma alternativa à analgesia, e é eficaz durante diversas fases do parto, caracterizando-se como um método não farmacológico e seguro.¹⁴

Em relação à intensidade da dor durante o trabalho de parto, este processo é dividido em quatro fases: fase latente, fase ativa, fase de transição e expulsão. A intensidade da dor aumenta conforme a dilatação progride. Na fase latente, a dor é menos intensa, enquanto na fase ativa e de transição a dor é maior, devido à diminuição do intervalo das contrações.¹⁵

De acordo com o estudo E05¹⁶, a aromaterapia foi eficaz na redução da dor do parto, principalmente entre 5 e 10 cm de dilatação. Os resultados mostraram que a aromaterapia proporcionou uma redução mais significativa da dor durante as contrações mais intensas. Já o estudo E11¹⁷ relatou que a aromaterapia se mostrou eficaz na redução da dor do parto em diversas fases de dilatação cervical, com efeitos mais significativos entre 8 e 10cm de dilatação, enquanto entre 0 e 4 cm de dilatação, a aromaterapia também reduziu a dor, porém com menor eficácia.

Da mesma forma, o estudo E19¹⁸ também constatou que a aromaterapia possui uma maior eficácia para o alívio da dor entre 8 e 10 cm de dilatação cervical. O estudo E12¹⁹ corroborou com esses resultados, relatando a eficácia da aromaterapia nesta fase de dilatação.

Em contrapartida, um estudo relata que a aromaterapia apresenta maior eficácia na fase latente e no início da fase ativa do trabalho de parto, com redução de sua eficácia na fase ativa avançada, momentos em que a dor é mais intensa.²⁰

Complementando os achados anteriores, autores afirmam que a aromaterapia apresentou eficácia na redução da dor entre 5 e 7 cm de dilatação, sendo também eficaz na dilatação de 8 a 10cm.²¹ Essas mudanças na percepção da dor podem estar relacionadas à individualidade do processo, tendo em vista que a dor, além de ser uma experiência física, também é influenciada por fatores emocionais que podem ser intensificados no momento do parto.

Nesse contexto, o estudo E15²² descreveu que o uso aromaterapia proporcionou resultados positivos, com relatos de satisfação das gestantes, que relataram tranquilidade durante o trabalho de parto. A opinião das gestantes é fundamental, visto que a dor é uma experiência individual. O estudo E08²³ relata que, comparada a outros métodos não farmacológicos, a aromaterapia destacou-se como a intervenção que possui a maior eficácia no alívio da dor do trabalho de parto em gravidez de baixo risco.

Os resultados dos estudos analisados demonstram de forma semelhante a eficácia da aromaterapia no alívio da dor do parto, especialmente durante as fases de maior dilatação cervical, sem relatos de efeitos adversos. A ausência de resultados negativos, associada aos resultados positivos, reforça a segurança dessa prática, tornando a aromaterapia uma alternativa relevante para a redução da dor durante o trabalho de parto.

3.2 A eficácia da aromaterapia na redução da ansiedade no trabalho de parto.

A aromaterapia, é definida como uma terapia complementar que utiliza óleos essenciais para tratar condições emocionais e físicas. Os óleos essenciais, ao serem inalados, ativam o sistema olfativo e se conectam diretamente ao Sistema Nervoso Central, influenciando o Sistema Límbico, responsável pela regulação de emoções, memória, e respostas instintivas, incluindo a ansiedade. Nesse contexto a

aromaterapia tem sido estudada como uma alternativa eficaz na resposta dos benefícios voltados a ansiedade por esse motivo.²⁴

Nesse sentindo, o estudo E20²⁵ evidenciou que a utilização da aromaterapia resultou em uma diminuição dos níveis de cortisol, o hormônio do estresse, nas mulheres em trabalho de parto. Esses achados sugerem que a aromaterapia pode atuar diretamente na fisiologia da gestante, promovendo um estado de relaxamento que é fundamental nesse momento.

Com o objetivo de explorar o benefício desta técnica em relação à ansiedade sentida pelas parturientes, o estudo E18⁸ demonstrou que a inalação de óleos essenciais, como lavanda, promoveu uma redução significativa nos níveis de ansiedade em gestantes durante o trabalho de parto.

Outro estudo analisou que além da lavanda, óleos essenciais como eucalipto e jasmim são utilizados devido aos seus efeitos relaxantes, com evidências de que a aplicação tópica e a inalação auxiliam no alívio da dor e da ansiedade, oferecendo conforto e bem-estar durante o processo de parto.²⁶

Além disso, o estudo E22²⁷ descreve que o uso da lavanda aplicada em conjunto com outras técnicas de manejo para reduzir a dor, tais como: massagem, acupressão e piscina de parto, potencializou os efeitos positivos desse óleo e promoveu a redução dos níveis de ansiedade durante o trabalho de parto.

Considerando os resultados anteriores, um estudo comparou pacientes com ansiedade que receberam massagens com óleo essencial de lavanda diluído em óleo mineral durante 12 semanas com um grupo que recebeu apenas a massagem sem o óleo essencial. Ao final, observou-se que o grupo com óleo essencial apresentou uma redução nos níveis de depressão e ansiedade, comprovando a eficácia do óleo de lavanda.²⁸

Em um estudo de meta-análise, encontrado no estudo E4²⁹, a aromaterapia foi utilizada como método analgésico de suporte durante o trabalho de parto, no qual apresentou resultados promissores na redução da ansiedade, tanto nas fases iniciais quanto nas fases ativas tardia. Essa análise apresenta dados que reforçam a eficácia da aromaterapia como uma intervenção não farmacológica válida.

Um ensaio clínico, descrito no artigo E24³⁰, analisou a utilização do óleo Neroli extraído das flores *Citrus aurantium* L., em um grupo de gestantes e constatou uma redução significativa na ansiedade, medida por escala Analógica Visual para Ansiedade (VAS-A [29]) antes e após a intervenção. As parturientes relataram uma sensação de maior controle e bem-estar, fatores cruciais para tornar o trabalho de parto e parto mais fácil e menos traumático. Entretanto, no estudo E14³¹, a aromaterapia foi utilizada com Rosa Damascena, através do teste STAI para avaliar o nível de ansiedade nas gestantes, investigando o benefício desse óleo. Contudo, o resultado apresentou um impacto baixo comparado com as outras intervenções não farmacológicas.

Os resultados dos estudos analisados indicam que a aromaterapia, uma prática terapêutica não invasiva, considera-se eficaz e segura para auxiliar na redução dos níveis de ansiedade e estresse durante o trabalho de parto. Essa prática contribui significativamente para uma experiência mais positiva, permitindo que as mulheres se sintam mais confortáveis e relaxadas nesse momento desafiador. Além de promover o bem-estar emocional, a aromaterapia pode melhorar a percepção de controle e proporcionar um ambiente mais acolhedor e humanizado, fatores que impactam diretamente a satisfação materna e a percepção do processo de parto.

3.3 As formas de aplicação da aromaterapia

Os óleos essenciais podem ser administrados por inalação e possuem diferentes formas de aplicação cutânea. Quando inalados ou em contato com a pele, as moléculas entram na corrente sanguínea e são distribuídas por todo o corpo.³²

No estudo E17³³, três métodos de aplicação da aromaterapia foram utilizados: inalação, massagem e escalda-pés. Na inalação, a aplicação consistiu em uma a três gotas de óleo essencial em um tecido absorvente. A massagem foi realizada com a diluição do óleo essencial em uma base carreadora. Para a realização do escalda-pés também foi necessária a diluição do óleo em uma base carreadora, na água aquecida com temperatura de cerca de 40 graus celsius.

Em contraste, no estudo E16³⁴ duas gotas do óleo essencial diluído em água destilada em uma proporção 1:10 foram administradas na mão da parturiente. A diferença em relação à diluição do óleo essencial no estudo anterior provavelmente se deve à aplicação na pele antes da inalação, visto que, para este tipo de aplicação, a diluição não é realizada.

Nesse sentido, em uma revisão o óleo essencial utilizado para a inalação, quando aplicado nas mãos das parturientes, também foi diluído. Além da inalação direta, o óleo essencial foi aplicado em tecido e por difusão. A massagem foi realizada na região da cintura inferior, com o óleo essencial diluído.²

Corroborando com os resultados anteriores, em um estudo a aromaterapia foi aplicada por difusão, e o óleo essencial foi diluído com o óleo de amêndoas, que além de facilitar a dispersão do óleo essencial, previne a irritação da pele.³⁵

No entanto, no estudo E21³⁶, o método de aplicação da aromaterapia foi a massagem realizada em tecidos moles, como músculos e ligamentos ao redor do osso torácico. Embora a forma de aplicação do óleo essencial tenha sido na pele, não houve diluição, pois o óleo essencial utilizado não necessita desse processo. Esse achado evidencia que os métodos de aplicação da aromaterapia se adaptam não apenas ao tipo da aplicação, mas também aos óleos essenciais utilizados.

No estudo E01³⁷, a aromaterapia foi aplicada por inalação, massagem na região das costas e escalda-pés. A massagem foi realizada com o óleo essencial utilizado de forma isolada, além da combinação com outros óleos.

No estudo E03³⁸, para a inalação o óleo essencial foi administrado em gaze, papel e máscara inaladora. Também foi utilizada a difusão. O escalda-pés foi utilizado em conjunto com a massagem com óleo essencial.

Ao analisar os estudos, foi possível avaliar que a aromaterapia é uma terapia versátil, uma vez que as formas de aplicação dos óleos essenciais podem apresentar variações que dependem das características do óleo escolhido. Além disso, os óleos essenciais podem ser combinados a fim de potencializar seus efeitos. Os métodos de aplicação também podem ser utilizados em conjunto, o que proporciona mais autonomia às parturientes, contribuindo para uma experiência mais humanizada.

3.4 Tipos de óleos essenciais empregados

Os óleos essenciais são produzidos a partir da destilação de plantas medicinais e aromáticas que possuem benefícios relaxantes, antimicrobianas, anti-inflamatórios e também efeitos antioxidantes. todas essas qualidades fazem com que os óleos essenciais sejam muito procurados para utilização em momentos como o parto, com a função de diminuir as dores leves as intensas nesses momentos e também para que atue diretamente na ansiedade desta mulher. Para isso, fica opcional da gestante a escolha do seu óleo essencial ideal porem, para melhores resultados, a mesma deve receber indicações de profissionais qualificados, onde ele anuncia qual óleo será mais eficaz para o tipo de problema procurado.³⁹

No estudo E2⁴⁰ os óleos essenciais utilizados no trabalho de parto incluíram o de lavanda, rosa-damascena, óleos cítricos (laranja-doce, laranja-amarga e tangerina) e jasmim. A lavanda foi benéfica na redução da dor e da ansiedade, especialmente quando foi utilizada com massagem. A rosa-damascena diminuiu o estresse e dor na fase inicial, acelerando o parto. Óleos cítricos reduziram também a dor e o estresse, beneficiando tanto a mãe como o feto. O óleo de jasmim aliviou a dor e contribuiu para uma duração de parto menor, sendo eficaz também com massagens. Esses resultados mostram como a aromaterapia torna o parto mais humanizado e menos doloroso.

No estudo E13⁴¹, o artigo menciona que a utilização dos óleos essenciais na aromaterapia, como o óleo de lavanda, eucalipto, jasmim, rosa e laranja, apresentaram efeitos significativos na redução da dor e ansiedade durante o parto e que com eles, foi possível notar efeitos relaxantes e tranquilizantes nas gestantes, o que contribui positivamente para um trabalho de parto bem mais confortável.

A partir de um estudo, foi afirmado que as pacientes que receberam a massagem com a utilização do óleo essencial de lavanda nas áreas do abdômen, pulso e pescoço durante o período de todo o trabalho de parto apresentaram resultados positivos tanto na redução da dor como na duração do trabalho de parto, sem causar efeitos adversos tanto a mãe como ao recém-nascido.⁴²

No estudo E23⁴³, O estudo mostrou que a aromaterapia, utilizando óleos essenciais como lavanda, jasmim, rosa, camomila, laranja amarga e boswellia, foi eficaz na redução da dor durante o trabalho de parto em 11 dos 14 estudos analisados. No entanto, em três dos estudos, não foi encontrada diferença significativa na percepção da dor entre os grupos que utilizaram aromaterapia e os grupos controle.

O estudo E6⁴⁴ por meio de dados notificou que a aromaterapia com *Lavandula* reduziu significativamente a dor no trabalho de parto em comparação ao grupo controle. No entanto, a redução

da dor foi menor do que a obtida na técnica Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea que também foi usada para o controle da dor. Não houve diferença significativa entre o grupo que utilizou Lavandula e o grupo controle em relação à duração das fases do trabalho de parto e outros desfechos maternos e neonatais.

No estudo E9⁴⁵, a lavanda mostrou que pode ter potencial para encurtar a duração das fases do parto. Este óleo essencial auxilia no relaxamento e na diminuição do desconforto, proporcionando maior bem-estar à parturiente durante o processo.

No estudo E7⁴⁶, mostrou que embora a aromaterapia com os óleos de lavanda, sálvia-esclareia e jasmim não promoveu relaxamento nem reduziu o estresse das gestantes, ele ajudou na Diminuição da duração do trabalho de parto e foi observada uma menor necessidade de intervenções adicionais exemplo: ocitocina.

Ao diminuir a sensação de estresse, a aromaterapia reduz a liberação de catecolaminas (outros hormônios do estresse, como adrenalina), o que ajuda a elevar naturalmente os níveis de ocitocina no corpo. Esse aumento de ocitocina é benéfico, pois promove um parto mais fluido, reduzindo a ansiedade e ajudando a parturiente a vivenciar o processo com mais calma e menos dor.³⁸

No estudo E10⁴⁷, notou-se que os óleos essenciais de Lavandula spp., Rosa damascena, Citrus aurantium, entre outros mostraram eficácia na redução de sintomas como ansiedade, dor durante o trabalho de parto, náuseas e estresse.

Conforme mostrado os resultados dos estudos, a aromaterapia traz, de fato, vários benefícios significativos para a gestante, auxiliando positivamente na redução da dor, na ansiedade e na diminuição do trabalho de parto. após a utilização desses óleos essenciais, foi obtido um resultado no ambiente, o deixando mais relaxante e acolhedor, proporcionando assim um parto bem mais confortável e diminuindo também a necessidade de intervenções adicionais. Embora a eficácia possa variar com o tipo de óleo e método de aplicação utilizados, os dados afirmam que a aromaterapia é uma prática complementar promissora e que melhora a experiência da parturiente.

4. Conclusão

Conseguiu-se atingir o objetivo de investigar a literatura durante o período de cinco anos sobre o uso da aromaterapia usada como terapia complementar durante o trabalho de parto e permitindo assim a compreensão dos métodos utilizados nessa prática. Enquanto alguns estudos se mostraram benéficos para a diminuição da dor no parto, outros não tiveram tantas diferenças significativas durante o processo.

Contudo, dentre as literaturas encontradas neste período de cinco anos, foi possível analisar os benefícios da aromaterapia no momento do parto, como a diminuição da dor e do tempo do trabalho de parto e ação relaxante.

Sugere-se aumento da produção científica sobre esse tema devido a carência de evidências científicas sobre os benefícios do tema proposto.

O conhecimento dessa prática por parte da gestante também impacta diretamente no aumento da utilização do uso dos óleos essenciais como aromaterapia durante o trabalho de parto, trazendo assim uma experiência mais humanizada e eficaz para ela.

5. Referências

1. Smith CA; Hill E; Denejkina A; Thornton C; Dahlen HG. The effectiveness and safety of complementary health approaches to managing postpartum pain: A systematic review and meta-analysis. *Integr Med Res.* 2022;11(1):100758. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.imr.2021.100758>.
2. Valença A; Meireles A; Cruz C; Pinheiro J; Cunha M; Coutinho E. A aromaterapia no alívio da dor no trabalho de parto – teoria do conforto: Scoping Review. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health.* 2022;2:15: e36039. Disponível em: <https://doi.org/10.29352/mill0215e.36039>.

3. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 04 maio 2006.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 702, de 21 de março de 2018. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 22 mar. 2018.
5. Ghiasi A, Bagheri L, Sharaflari F. Effectiveness of aromatherapy in reducing duration of labour: a systematic review. *Journal of Obstetrics and Gynaecology*. 2022 Aug 18;42(7):2573–82. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/01443615.2022.2109952>
6. Santana G. Métodos não farmacológicos usados durante o trabalho de parto para alívio da dor: revisão integrativa [monografia]. Juazeiro do Norte-CE: Centro Universitário Doutor Leão Sampaio; 2022.
7. Domínguez-Solís E; Lima-Serrano M; Lima-Rodríguez JS. Non-pharmacological interventions to reduce anxiety in pregnancy, labour and postpartum: A systematic review. *Midwifery*. 2021; 102:103126. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.103126>.
8. Paviani BA; Trigueiro TH; Gessner R. O uso de óleos essenciais no trabalho de parto e parto: revisão de escopo. *REME – Revista Mineira de Enfermagem*. 2019;23. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20190110>.
9. Cimino C; Maurel OM; Musumeci T; Bonaccorso A; Drago F; Souto EMB. Essential oils: Pharmaceutical applications and encapsulation strategies into lipid-based delivery systems. *Pharmaceutics*. 2021;13(3):327. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/pharmaceutics13030327>.
10. Cruz KM da. Plantas aromáticas e óleos essenciais: aromaterapia no trabalho de parto. Dissertação de Mestrado – Universidade Anhanguera-Uniderp; Campo Grande, 2021. Disponível em: https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/40590/1/Kamila_%20disserta%C3%A7%C3%A3o-18.10.doc.pdf.
11. AromadAlma. Loja de óleos essenciais. Disponível em: <https://aromadalma.com.br/blogs/blog/formas-de-usar-oleo-essencial?srsitid=AfmBOoo9R7Gv4ToNJO-yqaay6xkikqigGzHhaPmxk7DoV3KRbEqvVz1e>.
12. Rezaie-Keikhaie K; Hastings-Tolsma M; Bouya S; Shad FS; Sari M; Shoorvazi M; Barani ZY. Effect of aromatherapy on post-partum complications: A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2019; 35:290-295. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.03.010>.
13. Janzen DC; Barbosa MS de S. Aromaterapia aliada ao puerpério: uma revisão integrativa. *Enfermagem Brasil*. 2023;22(3):381-394. Disponível em: <https://doi.org/10.33233/eb.v22i3.5267>.
14. Ribeiro LA; de Passos SG. Efeitos da aromaterapia no alívio da dor durante o trabalho de parto. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*. 2024 Jul 16;7(15):151260. Português. Disponível em: <https://doi.org/10.55892/jrg.v7i15.1260>.
15. Pereira Capeleti B; dos Santos LM. Manejo da dor no trabalho de parto natural: uma revisão integrativa. *DSpace Doctum*. 2023. Disponível em: <https://dspace.doctum.edu.br/handle/123456789/4744>.

16. Lisboa IF; Carmo ACN; Rocha PRS; Funez MI. Aromatherapy with oil of *Lavandula angustifolia* for pain in women: scoping review. *Braz J Pain*. 2023;6(2). Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20230035-en>.
17. Shaterian N; Pakzad R; Fekri SD; Abdi F; Shaterian N; Shojae M. Labor pain in different dilatations of the cervix and Apgar scores affected by aromatherapy: A systematic review and meta-analysis. *Reprod Sci*. 2022;29(9):2488–504. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s43032-021-00666-4>.
18. Suarez-Easton S; Erez O; Zafran N; Carmeli J; Garmi G; Salim R. Pharmacologic and nonpharmacologic options for pain relief during labor: an expert review. *Am J Obstet Gynecol*. 2023;228(5):S1246–59. Disponível em: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S000293782300145X>.
19. Chen SF, Wang CH, Chan PT, Chiang HW, Hu TM, Tam KW, Loh EW. Labour pain control by aromatherapy: A meta-analysis of randomised controlled trials. *Women Birth*. 2019;32(4):361–9. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2018.09.010>
20. Pereira ACC; Costa ALML; Costa AB; Geber B; Alkmim BF; Camarano GCV; Glória RR; Nogueira TM; Ripari VA; Lopes AG. Métodos não farmacológicos para alívio da dor durante o trabalho de parto: revisão sistemática. *Rev Eletrônica Acervo Saúde*. 2020 Oct;12(10). Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e4448.2020>.
21. Fonseca MB; Laia da Mata JA; Famer Rocha CM; Sanfelice CFO. Benefícios do uso de óleos essenciais e da aromaterapia no trabalho de parto. *Rev Enferm UFPE On Line*. 2023 Mar 3;17(1). Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2023.254393>.
22. Cabral BTV; Rocha MCS; Almeida VRM; Petrônio CCAD; Azevedo IC; Martins QCS. Non-pharmacological measures for pain relief in childbirth: a systematic review. *Rev Bras Saúde Materno Infant*. 2023;23 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202300000439-en>.
23. Hu Y; Lu H; Huang J; Zang Y. Efficacy and safety of non-pharmacological interventions for labour pain management: a systematic review and Bayesian network meta-analysis. *J Clin Nurs*. 2021;30(23–24):3398–414. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1111/jocn.15865>.
24. Santos HJS; Nascimento GPV; Mota AAR. Aromaterapia como alternativa no tratamento complementar da depressão. *Brazilian Journal of Development*. 2022;8(4):23663-23682. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv8n4-062>.
25. Nascimento JWAD; Vasconcelos MRB; Oliveira JS; Santana JL de; Silva JM da; Santos JGFLS; Silva Neto GW; Miranda IHM. Técnicas não farmacológicas para redução de ansiedade entre parturientes submetidas ao parto normal: uma revisão sistemática. *Research, Society and Development*. 2022;11(5) Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i5.27921>
26. Maciel CLM; Sigaran LA; Bagé IT; Prates LA. Aromaterapia na saúde da mulher: revisão narrativa. *Anais do Congresso CONVIBRA*. 2022. Disponível em: https://convibra.org/congresso/res/uploads/pdf/artigo_pdfKyQnuv18.08.2022_13.24.23.pdf
27. Tabatabaeichehr M; Mortazavi H. The effectiveness of aromatherapy in the management of labor pain and anxiety: a systematic review. *Ethiop J Health Sci*. 2020 May;30(3):449-458. Disponível em: <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>.
28. Almeida AC; Oliveira GM; Daltro JEL; Zatti C. As contribuições da aromaterapia para a ansiedade. *Graduação em Movimento – Ciências da Saúde*. 2024 Oct 1;2:1-13. Disponível em: <https://periodicos.unifc.edu.br/index.php/gdmsaude/article/view/601/296>

29. Liao CC; Lan SH; Yen YY; Hsieh YP; Lan SJ. Intervenção de aromaterapia na ansiedade e dor durante o primeiro estágio do trabalho de parto em mulheres nulíparas: uma revisão sistemática e meta-análise. *J Obstet Gynaecol*. 2020;41(1):21–31. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/01443615.2019.1673707>.
30. Scandurra C; Mezzalana S; Cutillo S; Zapparella R; Statti G; Maldonato NM; Locci M; Bochicchio V. The effectiveness of neroli essential oil in relieving anxiety and perceived pain in women during labor: a randomized controlled trial. *Healthcare (Basel)*. 2022 Feb 14;10(2):366. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/healthcare10020366>.
31. Domínguez-Solís E; Lima-Serrano M; Lima-Rodríguez JS. Non-pharmacological interventions to reduce anxiety in pregnancy, labour and postpartum: a systematic review. *Midwifery*. 2021 Nov;102:103126. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2021.103126>.
32. Janzen DC; Silva IM. Aromaterapia aliada ao pré-natal: uma revisão integrativa. *Enferm Brasil*. 2024;22(6):1089-1106. Disponível em: <https://doi.org/10.33233/eb.v22i6.5268>.
33. Karasek G; Mata JAL; Vaccari A. O uso de óleos essenciais e aromaterapia no trabalho de parto. *Revista Cuidarte*. 2022 Jul 14;13(2). Disponível em: <https://doi.org/10.15649/cuidarte.2318>.
34. Assunção AFC; Brito JS; Luna KRS; Lins KZ; Souza MCD de; Silva NKLG; Costa RRS. O uso de aromaterapia durante o trabalho de parto: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*. 2022 Sep 30;5(5):20007–16. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n5-176>.
35. Pratiwi L. Lavender (*Lavandula angustifolia*) Essential Oil for Pain Management in Parturient Women During the First Stage of Labor. *Open Access Indonesian Journal of Medical Reviews*. 2024 Sep 4;4(4):711–23. Disponível em: <https://doi.org/10.37275/oaijmr.v4i4.634>.
36. Sriasih NGK; Hadi MC; Suindri NN; Surati GA; Mahayati NMD. The Effect of Massage Therapy Using Frangipani Aromatherapy Oil to Reduce the Childbirth Pain Intensity. *International journal of therapeutic massage & bodywork*. 2019 Jan;12(2):18–24. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6542573/>.
37. Ghiasi A; Bagheri L; Haseli A. A Systematic Review on the Anxiolytic Effect of Aromatherapy during the First Stage of Labor. *Journal of Caring Sciences*. 2019 Mar 1;8(1):51–60. Disponível em: <https://doi.org/10.15171/jcs.2019.008>.
38. Sá RRL; Gouvêa AN. Aromaterapia no parto. *Glob Acad Nurs*. 2022;3(1):e221. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200221>.
39. SANTOS RS; QUEIROZ SCF.; ALVES W M; LIRA LB; FELIX, ESPO; FELIX FRS; LIMA SMS; MENDES MC; SILVA TNR; SOBRAL RS; SILVA JKA.; CARVALHO HRSC. Safe aromatherapy: Avoiding toxicity in childbirth work. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 6, p. e27210615827, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15827>.
40. Silva JLS; Miura TA; Batista NNLAL; Sousa MCR; Silva LSB; Castelo Branco JSM. Aromaterapia como método não invasivo para alívio da dor durante o trabalho de parto: uma revisão de escopo. *RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar*, v. 3, n. 6, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/recima21.v3i6.1547>.
41. Pimentel MM, Alves VH, Rodrigues DP, Branco MBLR, Vieira RS, Marchiori GRS. Tecnologias não invasivas para o alívio da dor na parturição. *Revista Online de Pesquisa: Cuidado é Fundamental*, 13, 671-677, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v13.9423>.

42. Campos PM, Bellotto PCB. O uso de aromaterapia, cromoterapia e massoterapia no trabalho de parto: uma revisão integrativa. Trabalho de Conclusão de Residência. Porto Alegre: Hospital de Clínicas de Porto Alegre; 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1234/56789>.
43. Kaya, A; Yeşildere Sağlam H; 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, 20, 100255, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2023.100255>.
44. Movahedi M; Ebrahimian M; Saeedy M; Tavoosi N. Comparative study of transcutaneous electrical nerve stimulation, the aromatherapy of Lavandula, and physiologic delivery without medication on the neonatal and maternal outcome of patients. *Int J Physiol Pathophysiol Pharmacol*. 2022;14(3):206-210. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9301182/>.
45. Gregolis TBL; Santos SS; Silva IF; Bessa ARS. Influence of non-pharmacological methods on duration of labor: a systematic review. *Cien Saude Colet*. 2024 Jun;29(6). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024296.19032022>.
46. Koh LM, Percival B, Pauley T, Sangeeta P. Complementary therapy and alternative medicine: effects on induction of labour and pregnancy outcome in low-risk post-dates women. *Heliyon*. 2019;5(11). Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02787>.
47. Di Vito, M; Cacaci M; Martini C; Barbanti L; Mondello F; Sanguinetti M; Matarelli P; Nugli F. Is aromatherapy effective in obstetrics? A systematic review and meta-analysis. *Phytotherapy Research*. 2021; 35(5): 2477–2486. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ptr.6975>.