

IMPLANTAÇÃO DE CONSULTAS COM AROMATERAPIA E FLORAIS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DA CIDADE DO NATAL

Andresa Acácia Xavier Epaminondas

Fernanda Louise Alves de Carvalho

(Prefeitura Municipal do Natal – Secretaria Municipal de Saúde, ubs.candelaria@gmail.com)

Introdução

As terapias alternativas e complementares (TAC) são compreendidas como técnicas que possibilitam assistência a saúde do indivíduo como um todo, tratando-o de forma global, o que difere da assistência médica tradicional. (TROVO, 2003). A crescente procura por medicina e terapias complementares e sua aceitação pelos profissionais de saúde é fato relativamente recente tanto nos países ocidentais desenvolvidos como nos países pobres e em desenvolvimento e, sobretudo, por estar sendo estimulado pela própria Organização Mundial de Saúde.

No Brasil, o uso de algumas dessas terapias é adequado ao Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Portaria nº 971, que incentiva e regulamenta a adoção dessas técnicas nas unidades de atendimento dos Estados, Municípios e Distrito Federal. Também conhecidas como Terapias Naturais ou Alternativas são definidas como “todas as práticas de promoção de saúde e prevenção de doenças que utilizem basicamente recursos naturais”. São consideradas práticas Alternativas, quando usadas em substituição da Medicina Convencional ou Complementares quando aliadas à técnica médica alopática. Podem ser agrupadas em terapias físicas: Acupuntura, moxabustão, shiatsu (e outras massagens), do-in, argiloterapia, cristais; hidroterapia (não especificada), banhos, vaporização e sauna; fitoterapia (não especificada), ervas medicinais, florais; nutrição: nutrição alternativa (não especificada), terapêutica nutricional ortomolecular; ondas, radiações e vibrações: radiestesia e radiônica; e terapias mentais e espirituais: meditação, relaxamento psicomuscular, cromoterapia, toque terapêutico, visualização e Reiki; terapia de exercícios individuais: biodança e vitalização.

O crescimento dessas terapias está relacionado não apenas à sua eficácia e baixo custo, mas também ao modo de assistência proporcionando uma abordagem holística de assistência. Como o Enfermeiro é um profissional que tem sua formação constituída neste princípio, além de ser um dos principais profissionais que estabelecem vínculos mais profundos com a comunidade, exerce papel fundamental no gerenciamento das práticas integrativas, realizando de forma eficaz a divulgação das possibilidades terapêuticas e preventivas aos usuários. Além disso, para a Enfermagem, essas terapias representam a possibilidade de mais uma área de atuação, visto que pela Resolução 197 de 1997 do COFEN, as Terapias Complementares estão fixadas como uma Especialidade de competência do profissional de Enfermagem, desde que este conclua algum curso na área específica, em instituição reconhecida de ensino, com a carga horária mínima de 360 horas. (GNATTA, et al, 2006).

Dentre as Terapias Complementares utilizadas, a prática de aroma (Aromaterapia) vem se expandindo no Município de Natal, com sua utilização em algumas Unidades básicas de Saúde, e tem como princípio a utilização de concentrados voláteis, conhecidos como óleos essenciais, que são compostos orgânicos de origem vegetal, formados por moléculas químicas de alta

complexidade, apresentando diversas funções químicas, como alcoóis, aldeídos, ésteres, fenóis e hidrocarbonetos, havendo sempre a prevalência de uma ou duas delas e, assim, caracterizarão seus aromas. São extraídos das plantas aromáticas pelo processo de destilação ou prensagem de partes desses vegetais, como flores, folhas, sementes, frutos ou raízes e diluídos em diversas concentrações, que dependem da intenção do uso.

Sua principal finalidade é de equilibrar as emoções, melhorar o bem-estar físico e mental e que atuam de diversas formas no organismo, podendo ser absorvidas por meio de inalação pelas vias aéreas, por uso tópico ou ingestão. Quando inaladas, uma porcentagem mínima do óleo essencial (OE) ativa o sistema do olfato pelo bulbo e nervos olfativos, que propiciam uma ligação direta com o Sistema Nervoso Central, levando o estímulo ao Sistema Límbico, responsável pelo controle da memória, emoção, sexualidade, impulsos e reações instintivas. O restante da quantidade inalada trafega pelo sistema respiratório e chega à corrente sanguínea. Quando a atuação das moléculas ocorre por via cutânea, o óleo essencial é absorvido e transportado pela circulação sanguínea, sendo conduzido até os órgãos e tecidos do corpo. E, finalmente, quando ingeridos, as moléculas dos óleos essenciais são absorvidas pelo intestino e levadas aos diversos tecidos corporais. (GNATTA, et al, 2006).

As essências florais são extratos líquidos, geralmente ingeridos via oral, que tratam de questões relacionadas ao bem-estar físico-emocional. As essências florais são preparadas a partir de flores silvestres, coletadas no ápice da florada da planta, nas primeiras horas da manhã, em locais na natureza onde as forças elementais se encontram intactas e desse modo, possuem maior potencia e poder.

Pelo fato do Enfermeiro relacionar-se diretamente com as diferentes situações dos estados físicos e emocionais dos membros da comunidade, a Aromaterapia e Florais pode representar para este profissional uma nova ferramenta a ser empregada na melhora dos desequilíbrios físicos ou emocionais de seus clientes.

O objetivo deste artigo é apresentar o processo de implantação e funcionamento das consultas de aromaterapia e florais Australianos na Unidade Básica de Saúde de Candelária – Prefeitura do Natal.

Metodologia

A metodologia deste trabalho trata-se de um relato de experiência a cerca da implantação de consultas com a utilização da aromaterapia e florais australianos na UBS Candelária. As informações contidas neste trabalho foram obtidas por meio de revisão de literatura e documentos implantados e utilizados na Unidade Básica de Saúde de Candelária – Prefeitura Municipal do Natal.

Resultados e Discussão

Considerando a necessidade de ações estruturadas voltadas para a promoção de práticas integrativas nas unidades básicas de saúde implantou-se as consultas de aromaterapia e florais com demanda aberta. A Unidade básica de Candelária vem oferecendo a comunidade dentre as práticas integrativas, o REIKI, a dança circular e o atendimento em aromaterapia e florais. Tais práticas vêm sendo reconhecidas pelos usuários que frequentam a unidade e participantes dos grupos de atividade física, e cuidadores de idosos. O uso dos aromas, inicialmente foi utilizado nesses grupos, para a seguir, ocorrer a busca espontânea e individual por consultas nessas terapias. Observou-se como as

principais motivações dos usuários em conhecer e fazer uso dessas práticas foi devido ao estresse, ansiedade, solidão e/ou tristeza.

É importante ressaltar que as práticas complementares, que podem ser utilizadas como tratamento não-farmacológico de diversas situações, constituem dois grupos: técnicas ou métodos realizados pelos enfermeiros na consulta de enfermagem e que requerem especialização ou qualificação profissional, além de respaldo legal do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) e do Conselho Regional de Enfermagem (COREN); técnicas mais simples, de fácil aprendizado e que podem ser ensinadas aos pacientes. Se esse ensino não ocorrer efetivamente, conseqüentemente as medidas complementares não serão amplamente utilizadas, podendo gerar um ciclo vicioso e levar à perda de credibilidade pelos pacientes, os quais acabam por aderir somente à terapia farmacológica. Cabe ao enfermeiro propagar e demonstrar a eficácia destas técnicas em seu local de trabalho. (ELLER; JAQUES, 2006).

Na UBS de Candelária, tal prática vem sendo realizada pelas Enfermeiras e com reconhecimento dos usuários que frequentam a unidade. Cada vez mais, as práticas tornam-se rotineiras e mais adeptos vem em busca, seja para simplesmente conhecer ou para adequar a seu tratamento.

Neste sentido, faz-se necessário cada vez mais intensificar as pesquisas na área da enfermagem sobre as terapias complementares, ampliando o campo de atuação do enfermeiro, conduzindo às intervenções terapêuticas efetivas realizadas por esses profissionais para o adequado controle e manejo da dor.

As terapias complementares são realidade no universo da saúde humana, sendo utilizadas por centenas de anos, mas cabe aos pesquisadores comprovar cientificamente os benefícios destas terapias, para que possam ser somadas às terapêuticas farmacológicas existentes, já incorporadas ao sistema de saúde vigente. Mesmo com muito para ser pesquisado, os enfermeiros já utilizam algumas terapias como técnicas de relaxamento, estimulação cutânea (massagem, calor/frio, estimulação elétrica transcutânea), aromaterapia, imaginação guiada, terapias vibracionais (toque terapêutico, Yoga e a acupuntura) e música. (ELLER; JAQUES, 2006).

Dentre as terapias utilizadas, as essências florais não são novidade, foram desenvolvidas no início do século XX a partir dos estudos do médico bacteriologista Dr. Edward Bach, que buscou, nas flores, as substâncias medicinais específicas para várias finalidades. Ele identificou 38 essências florais, que ajudam a restabelecer o contato entre a personalidade e a alma, diminuindo o sofrimento, podendo auxiliar nos momentos de dor. Outra terapia que tem se mostrado eficiente é a musicoterapia, para o relaxamento, insônia, ansiedade, tristeza e outros, e tem se mostrado um instrumento valioso para os pacientes. (ELLER; JAQUES, 2006).

O sistema floral tem como principal objetivo, o apoio ao paciente as mais diversas enfermidades, auxiliando principalmente em casos de depressão, ansiedade e traumas. Os florais australianos, utilizados na Unidade, foram implantados a partir do conhecimento da equipe a cerca do seu poder e potencialidade encontrada, e divulgação em parceria com a Universidade Federal do Rio Grande do Norte, através de cursos e oficinas.

A aromaterapia, também utilizada nas consultas e grupos, consiste na aplicação de óleos essenciais, obtidos de plantas aromáticas, que podem alterar a percepção da dor crônica, além de auxiliar na manutenção da integridade da pele e no controle do estresse. O efeito é devido à sua constituição (ésteres, cetonas, hidrocarbonos, entre outros) que atravessam a membrana celular, além de, na inalação haver contato direto com as estruturas nervosas centrais, via bulbo olfatório. O aroma influencia a resposta emocional, pois o sistema límbico tem conexões diretas com o bulbo olfatório e as emoções podem alterar processos fisiológicos, afetando diversos neurotransmissores, reduzindo o limiar de dor, podendo ser aplicada concomitantemente com a massagem ou isoladamente. Os óleos essenciais, como a Lavanda (*L. angustifolia*) têm sido utilizados por enfermeiros desde a época de Florence Nightingale, que utilizava a aromaterapia no tratamento da dor, demonstrando que o toque e o aroma afetam não só a dor, mas a sua percepção, assim como também a utilização de óleos como camomila (*C. nobile*), peppermint, guiger, lemongress, black pepper comprovaram reduzir a dor em pacientes. (ELLER; JAQUES, 2006).

Conclusões

O enfermeiro tem um importante função frente à recuperação dos pacientes, valorizando seus sentimentos e contribuindo para melhora da autoestima destes. E nesta esfera destacam-se as terapias complementares que, apesar de serem incipientes na enfermagem, oferecem um campo amplo para atuação, pois o contato constante do enfermeiro com o paciente favorece a implementação dessas terapias a fim de aliviar a dor, promover assistência integralizada e melhorar a qualidade de vida do paciente.

Nesta perspectiva, observamos que a procura para o atendimento individualizado foi 100% feminina, onde em sua totalidade mostrou-se satisfeita com o uso dos florais e aromas, identificando melhorias em seus sintomas e a busca pela continuidade ao tratamento. Foi observado também que as pacientes não excluíram o uso dos medicamentos que já estavam em uso, e também ressaltaram a importância da Enfermagem na utilização e divulgação da prática complementar e alternativa.

Referências Bibliográficas

BARROS, N. F; **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: uma ação de inclusão.** Ciênc.saúde coletiva vol. 11 nº03 Rio de Janeiro 2006, disponível em <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232006000300034> >>> 09 de janeiro de 2016

ELER, G.J.; JAQUES, A. E. **O enfermeiro e as terapias complementares para alívio da dor.** Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, V. 10, n. 3, p. 185-190, set/dez. 2006

GNATTA, J. R.; DORNELLAS, E. V.; SILVA, M. J. P.; **O uso da aromaterapia no alívio da ansiedade.** Acta Paul Enferm, 2011, disponível em <http://www.producao.usp.br/handle/BDPI/4002> >>> 12 de abril de 2016

TROVO, M.M.; SILVA, M.J.P.; LEÃO, E.R. **Terapias alternativas/complementares no ensino público e privado: análise do conhecimento dos acadêmicos de enfermagem.** [Serial online] Revista Latino Americana de Enfermagem [2009 jun. 24] 11(4):483-9. disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v11n4/v11n4a11.pdf> >>> 14 de Agosto de 2016