

## ABORDAGEM DO USO DO ÓLEO DE LAVANDA NA CEFALEIA TENSIONAL EM UMA CLÍNICA DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA- UEPB

Hortência de Almeida Brito<sup>1</sup>; Mércia Amaro da Costa<sup>2</sup>; Thays Thyara Mendes Cassiano<sup>3</sup>; Sonaly Lima Albino; Rossana Miranda Cruz Camello Pessoa<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Farmácia pela Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil. E-mail: hortencia\_almeida@hotmail.com; <sup>2</sup>Graduanda em Farmácia pela Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil. E-mail: merciamaro@gmail.com; <sup>3</sup>Graduanda em Farmácia pela Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil. E-mail: thaysthyaracg@hotmail.com <sup>4</sup>Graduanda em Farmácia pela Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, Paraíba, Brasil. E-mail: sonaly.albino@hotmail.com <sup>5</sup>Universidade Estadual da Paraíba – Departamento de Farmácia; e-mail: rossana.mpa@gmail.com

**RESUMO:** A produção de medicamentos à base de plantas medicinais abre horizontes para o retorno ao uso de medicamentos fitoterápicos. O óleo essencial de lavanda é reconhecido por suas diversas características benéficas, entre elas se encontra o alívio do estresse, da tensão corporal, da ansiedade, das mudanças de humor e da exaustão. O carreamento do óleo de lavanda é realizado na Farmácia Escola da UEPB, pelos alunos do curso de Farmácia que são supervisionados pelos coordenadores e farmacêuticos responsáveis, os quais auxiliam desde a produção (RDC N° 67, DE 8 DE OUTUBRO DE 2007) até a Assistência Farmacêutica prestada aos pacientes da clínica. O produto é dispensado na Clínica de Fisioterapia da UEPB, para o uso em pacientes que sofrem de cefaleia do tipo tensional, e a sua aplicação se dá através de massagem realizada pelos alunos de Fisioterapia no estágio supervisionado em usuários da Clínica. O uso do óleo essencial de lavanda comprovou através dos resultados obtidos, dados encontrados na literatura do seu benefício frente aos seus efeitos farmacológicos, bem como a sua relação com a melhora no quadro de cefaleia tensional dos pacientes.

**Palavras Chave:** Fitoterápico, Óleo essencial de lavanda, Massagem.

### INTRODUÇÃO

A alta tecnologia utilizada na produção e dispensação de medicamentos, atualmente, vêm apresentando preços altos, os tornando, assim, inacessíveis para a maioria da população, aproximando tais pessoas à medicina popular. Esta traz soluções para problemas de saúde comuns e faz renascer o interesse pelas plantas, vinculando-se, desta forma, a uma obtenção de novos caminhos

para a terapêutica. Para solucionar a problemática, métodos ecologicamente e economicamente mais viáveis são experimentados, sendo estes de menor custo para as diferentes camadas sociais.

Diversas pesquisas, ao longo dos anos, demonstram pontos positivos do uso das plantas medicinais. Além de um custo mais acessível, apresenta também relativa segurança e diversas propriedades benéficas.

Para aliviar as dores e curar o corpo e a mente, desde há muito o homem tem se valido de todos os recursos ao seu dispor possíveis. Assim, experimentando e acreditando nos bons efeitos dos elementos naturais para a conservação ou recuperação da saúde, todos os povos fizeram uso das plantas com finalidade terapêutica (DI STASI, 1996).

A produção de medicamentos à base de plantas medicinais contribui para uma melhor qualidade de vida, conforme o que é proposto na Carta Europeia do Ambiente e da Saúde publicada pela Organização Mundial da Saúde de 1989 e a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde – PNPIC no SUS, estabelecida pela Portaria 971 de maio de 2006 pelo Ministério da Saúde no Brasil. A Portaria visa à necessidade de conhecer, apoiar, incorporar e implementar experiências que já vêm sendo desenvolvidas na redes, seja ela pública ou privada, de muitos municípios e estados.

É necessário mostrar aos profissionais de saúde a visão econômica, entendida como a busca de uma melhor forma de distribuir recursos escassos a uma população associada aos elementos da medicina baseada em evidências e uma reestruturação da ótica vigente, no sentido de entender que tão importante quanto atender as expectativas de um único indivíduo, é atender aos anseios de saúde e qualidade de vida de toda a população.

A prática da aromaterapia usa concentrados voláteis, que são conhecidos como óleos essenciais. São compostos de origem vegetal, constituídos de moléculas químicas de alta complexidade, que apresentam varias funções químicas, como álcoois, aldeídos, ésteres, fenóis e hidrocarbonetos.

Os óleos usados na aromaterapia são extraídos de plantas medicinais, cujas estas tenham sido usados por milhares de anos antes da técnica da destilação de óleos ter sido descoberta. Estes óleos exercem uma influencia sutil na mente e no corpo. É uma das técnicas mais antigas da humanidade de praticas de cura, que pode ser realizada de uma maneira gentil de natural. Uma qualidade importante dos óleos essenciais é a grande variedade de maneira que pode ser usados.

A aromaterapia assim como a homeopatia permite trabalhar com diversas faixas de concentração da substancia. Os óleos essenciais atuam em função da concentração escolhida nos aspectos físicos, mentais ou emocionais a maior concentração para a meno

Dependendo da planta, o óleo essencial terá características diferenciadas de aroma, cor e densidade. Os óleos essenciais podem ser usados diluídos em veículos carreadores sobre a pele, através de massagens, cremes, loções, gel ou puro, através da inalação. Seu objetivo é proporcionar bem estar físico e emocional, já

que possui diversos componentes químicos terapêuticos. (BELEZA E SAÚDE, 2015).

O óleo essencial de lavanda mais útil tem como nome botânico: *Lavandula officinalis*, *Lavandula vera*. Família: Labiatae em termos terapêuticos, uma vez que possui propriedades sedativas, antissépticas, analgésicas e calmantes. Contém muitas substâncias químicas e possui inúmeras propriedades, sendo a mais importante delas a capacidade de restaurar o equilíbrio a todos os sistemas do organismo. Acredita-se que a lavanda foi introduzida na Grã Bretanha e outros países da Europa setentrional pelos romanos. A palavra latina lavare significa lavar e a lavanda vem sendo há séculos usada para banhos. A água de lavanda é um dos mais antigos perfumes ingleses; supõe-se que a destilação comercial começou no início do século XVII. Acredita-se que, por ser regida por Mercúrio, isto pode relacionar-se com seu uso tradicional para o sistema nervoso. Um óleo nada romântico atribui-se também a ele funcionar como anafrodisíaco. (AROMA FLORA, 2015).

A lavanda é de grande utilidade para quem apresenta mudanças bruscas de humor e sofre uma sensação de instabilidade. Ela acalma o espírito e diminui a raiva e a exaustão. É capaz de equilibrar o sistema nervoso central, podendo ser benéfico para maníacos depressivos. A lavanda é a

promotora do equilíbrio. (AROMAFLORA, 2015).

A lavanda também sendo usada para tratar estresse, melancolia, depressão, debilidade, medo, ciúme, culpa, apatia, confusão, timidez, divagação.

A cefaleia, dor de/ou na cabeça é um sintoma muito frequentemente experimentado pelo ser humano, ao longo de sua vida neste planeta. Há evidências desse sintoma nas trepanações de crânios neolíticos de mais de 7.000 anos a.C. e relatos escritos de antigas civilizações como a de sumerianos e egípcios (SILBERSTEIN et al., 2003).

A cefaleia é uma manifestação frequente na prática clínica, com ocorrência de 90% durante a vida da população em geral (GARANHANI, 2003).

Vários autores apontam a cefaleia como a dor que mais prevalece em jovens trabalhadores, caracterizando-se como um importante problema de saúde pública com forte impacto socioeconômico. (KRYMCHANTOWSKI, 2001; SPECIALI, 1997; GARANHANI, 2003).

A fisioterapia é amplamente utilizada no tratamento da cefaleia do tipo tensional, mas as evidências científicas de quaisquer benefícios ou efeitos possíveis são bastante limitados, pela falta de estudos a cerca desse assunto (TORELLI et al., 2004; FERNANDEZ DE LAS PENAS, 2008).

Esta abordagem visa o controle da cefaleia tensional em pacientes da Clínica de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba com o objetivo de diminuir as dores causadas durante o seu tratamento por meio da aromaterapia com o uso do óleo de lavanda, produzido na Farmácia Escola da UEPB.

## **METODOLOGIA**

A produção e aplicação do óleo de Lavanda que ocorreu no período de Março de 2015 a Março de 2016 veio como uma iniciativa da Universidade Estadual da Paraíba pela Farmácia Escola para alunos do curso de farmácia, levando à pacientes da clínica de fisioterapia, da mesma instituição, uma melhoria na saúde e bem estar físico de pacientes que apresentaram a cefaleia do tipo tensional. A produção ocorre dentro da Farmácia Escola (RDC Nº 67, DE 8 DE OUTUBRO DE 2007) da própria instituição, sendo realizada pelos alunos e pelos professores e coordenadores que fazem parte do núcleo, junto à supervisão dos farmacêuticos. Ambos os profissionais acompanham e auxiliam em todo o processo de produção do óleo.

Após a produção ocorre a dispensação na clínica correspondente, no caso, a clínica de Fisioterapia da UEPB, sendo realizado pelos alunos extensionistas dando suporte relacionado à Assistência Farmacêutica. Esta

irá esclarecer o devido uso e seus benefícios, levando ao caminho correto de uma terapêutica eficaz. A programação se dá pelas ações necessárias para a promoção da saúde, levando a uma educação contínua para os alunos e os profissionais envolvidos no programa. A produção do óleo de lavanda tem como base o óleo de amêndoas, como também o óleo essencial de Lavanda usando-se a técnica de carreamento. (FARMACOPEIA BRASILEIRA)

Foram usados 31 ml do óleo essencial carreado em 500 ml do óleo de amêndoas.

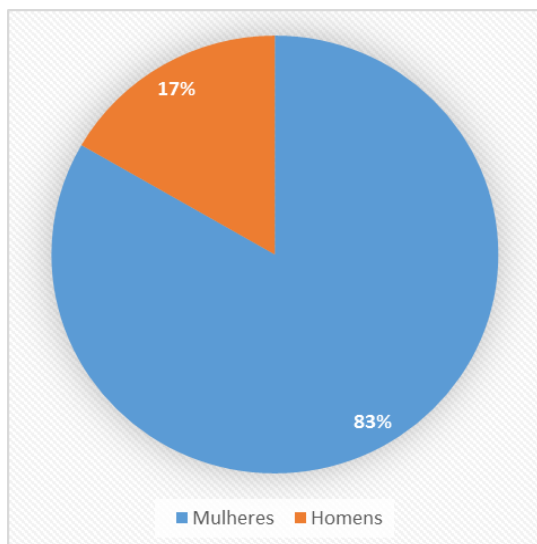
Para a avaliação da dor, os pacientes que fizeram a massagem com o óleo de lavanda, indicaram o nível de dor estavam sentindo antes e após o procedimento. Este resultado foi analisado em um parâmetro chamado EVA, este consiste em uma escala de avaliação de dor, onde submete ao doente uma linha não graduada, cujas extremidades correspondem à ausência de dores nas extremidades inferiores e todas as dores que se encaixe em um quadro insuportável que afete o paciente em suas atividades diárias.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram produzidos 500 ml de óleo de lavanda e estes foram utilizados nos pacientes da Clínica de Fisioterapia da UEPB.

O óleo de lavanda foi aplicado em 12 pacientes, tanto do sexo masculino quanto do

sexo feminino, em uma faixa etária de 19 a 55 anos, sendo em sua maioria mulheres. (Figura 1). Os pacientes compareciam na clínica para a massagem uma vez por semana.



**Figura 1. Percentual de pacientes que utilizaram o óleo de acordo com o sexo**

Foram considerados os Parâmetros EVA para a análise (Figura 2).

PACIENTE	ANTES DA MASSAGEM	DEPOIS DA MASSAGEM
1	6	4
2	8	6
3	5	3
4	3	2
5	2	1
6	6	3
7	4	2

8	6	3
9	4	2
10	3	2
11	3	2
12	7	4

**Figura 2. Resultados dos Pacientes antes e após o uso do óleo.**

As escalas unidimensionais ainda se mostram insatisfatórias, elas se limitam a um único aspecto de dimensão da dor. A escala EVA, utilizada como unidimensional, se mostra limitada em avaliar apenas a intensidade da dor no presente momento. As escalas unidimensionais e simples se limitam e por este motivo, não avaliam outros aspectos tão importantes quanto à intensidade. Mesmo evidente a melhora destes pacientes, deve-se analisar características sensoriais, afetivas, impacto da dor no bem-estar do paciente; uso de medicamentos e alívio da dor com o uso dos mesmos, e muitas outras características que são possíveis serem analisadas em escalas multidimensionais de atenção.

Contudo, porém, com base nos dados obtidos pode-se observar que os resultados foram evidentemente positivos, demonstrando a eficácia do óleo de lavanda para o tratamento da cefaleia tensional.

## CONCLUSÃO

De acordo com os dados obtidos verificou-se que o óleo de lavanda associado com a massagem diminui a cefaleia tensional nos pacientes. Comprovando que a utilização dos óleos essenciais apresentam-se de forma multidisciplinar devido a sua grande variedade de efeitos farmacológicos no organismo, bem como por sua aplicabilidade em diversas formas de produção, demonstrando assim o seu valor terapêutico e popular.

O uso do óleo essencial, uma substância complexa que pode atingir diversos alvos farmacológicos obtendo assim diversas respostas sobre o corpo do paciente, este irá usufruir dos efeitos causados pela lavanda, tanto emocionais como fisiológicas.

Demonstrando assim a eficácia dos produtos fitoterápicos como a aromaterapia, estes que são alternativas naturais e complementares para tratamentos de doenças de forma menos invasiva de forma que apresenta os seus potenciais terapêuticos, além de ser uma forma mais econômica e ecologicamente correta.

## REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA  
SANTÁRIA. Farmacopeia Brasileira.  
Disponível em:  
<[http://www.anvisa.gov.br/hotsite/cd\\_farmacopeia/index.htm](http://www.anvisa.gov.br/hotsite/cd_farmacopeia/index.htm)> Acessado em 28 de Abril de 2016.

ARGENTA, A. T ; ARGENTA, L. C;  
GIACOMELLI , S. R ; CEZAROTTO, V. S .  
Plantas Medicinai: Cultura Popular Versus  
Ciência. Vivências. Vol. 7, N- 12. 51-60p.

BIESKI, I. G. C.; Plantas medicinais e  
aromáticas no sistema único de saúde da  
região sul de Cuiabá – MT. Monografia.  
UFLA, Lavras – MG, 2005.

DI STASI, L. C. Arte, ciência e magia In: DI  
STASI, L. C. (Org.) Plantas medicinais: arte e  
ciência - um guia de estudo interdisciplinar.  
São Paulo: Unesp, 1996, 161-186p.

GARCIA, A. M. Aromaterapia – Óleos  
Essenciais e Suas Propriedades. Publicado em:  
Terapias Complementares.

POSER, D.V. Aromaterapia e Práticas para  
uma Melhor Qualidade de Vida a Partir do  
Uso das Ervas e Flores. 2006.