COINTER PDVAgro 2021

VI CONGRESSO INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS AGRÁRIAS

Edição 100% virtual | 01 a 03 de dezembro

ISSN:2526-7701 | PREFIXO DOI:10.31692/2526-7701

USO E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

USOS E PROPIEDADES DE LOS ACEITES ESENCIALES: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

USES AND PROPERTIES OF ESSENTIAL OILS: A LITERATURE REVIEW

Apresentação: Comunicação Oral

Cicero Monteiro do Nascimento Silva Alves¹; Daniela Tábita de Lavôr²; Aretuza Bezerra Brito Ramos³.

DOI :<https://doi.org/10.31692/2526-7701.VICOINTERPDVAgro.0209>

RESUMO

A técnica terapêutica milenar do ramo da fitoterapia que utiliza os óleos essenciais para alguns tratamentos de doenças e males em gerais, denominado por Aromaterapia é uma delas, e vem sendo muito usada nos últimos anos. O óleo essencial apresenta diversas propriedades, demonstra uma potência na área da estética, permitindo os profissionais aplicar um tratamento diferenciado, incluindo ações de fundo psicológico e energético, e não só estético. Partindo desse pensamento, este trabalho teve por objetivo reunir e coletar as informações, a partir de um levantamento bibliográfico, sobre as propriedades dos óleos essenciais de lavanda, cipreste, e hortelã-pimenta nas áreas medicinais, psicológicas e estéticas, assim como suas aplicações dos efeitos nos produtos cosméticos visando à beleza, um grande aliado da Estética é a Cosmetologia, já que os cosméticos são utilizados na manutenção da saúde corporal, facial e capilar. De acordo com estudos científicos o óleo essencial de cipreste possui propriedades que atuam ajudando na circulação sanguínea, como antisséptica e anti-inflamatória. Os óleos essenciais pesquisados podem ser definidos entre si, e aplicado a uma sinergia para aplicação na Estética, apresentando qualidade no resultado esperado pelos clientes. A Aromaterapia deve ser utilizada por profissionais altamente qualificados no mercado, onde devem possuir conhecimentos sobre os constituintes químicos, propriedades e modo de utilização dos óleos essenciais, além de adquirir óleos de boa referência, de produtores e fornecedores que realizem o manuseio correto do controle de qualidade dos constituintes químicos dos mesmos. Entretanto, mais estudos científicos devem ser realizados, no que apresenta às propriedades e à aplicação dos óleos essenciais.

Palavras-Chave: Aromaterapia, Lavanda, Cipreste, Hortelã-pimenta.

RESUMEN

La antigua técnica terapéutica en el campo de la fitoterapia que utiliza los aceites esenciales para algunos tratamientos de enfermedades y dolencias en general, la Aromaterapia es una de ellas, donde ha sido muy utilizada en los últimos años. El aceite esencial tiene varias propiedades, demuestra un potencial en el área de la estética, permitiendo a los profesionales aplicar un tratamiento diferenciado a

¹ Licenciatura em Ciências Biológicas, FACHUSC, ciceromonteiro862@gmail.com

² Ciências Biológicas, EREMSAL, danielalavor@hotmail.com

³ Ciências Biológicas, FACHUSC, aretuza.amos@fachusc.com

USOS E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

los clientes, incluyendo acciones con un trasfondo psicológico y energético, y no solo estético. Este trabajo tuvo como objetivo recopilar y recopilar información sobre las propiedades de los aceites esenciales de lavanda, ciprés y menta en áreas medicinales, psicológicas y estéticas, su aplicación de efectos en productos cosméticos dirigidos a la belleza, un gran aliado de la Estética es la Cosmetología, como cosmética. se utilizan para mantener la salud corporal, facial y capilar. Según estudios científicos, el aceite esencial de ciprés tiene propiedades que ayudan a la circulación sanguínea, como antisépticas y antiinflamatorias. Los aceites esenciales investigados pueden definirse entre sí y aplicarse en sinergia para su aplicación en Estética, presentando calidad en el resultado esperado por los clientes. La aromaterapia debe ser utilizada por profesionales altamente calificados en el mercado, quienes deben tener conocimiento sobre los constituyentes químicos, propiedades y modo de uso de los aceites esenciales, además de adquirir buenos aceites de referencia, de productores y proveedores que realicen el correcto manejo de los aceites esenciales y control de la calidad de sus componentes químicos. Se deben realizar más estudios científicos sobre las propiedades y la aplicación de los aceites esenciales.

Palabras Clave: Aromaterapia, Lavanda, Ciprés, Menta.

ABSTRACT

The ancient therapeutic technique in the field of herbal medicine that uses essential oils for some treatments of diseases and ailments in general, called Aromatherapy, is one of them, and has been widely used in recent years. The essential oil has several properties, demonstrates a power in the area of aesthetics, allowing professionals to apply a differentiated treatment, including actions with a psychological and energetic background, and not just aesthetic. Based on this thought, this work aimed to gather and collect information, from a bibliographical survey, on the properties of essential oils of lavender, cypress, and peppermint in medicinal, psychological and aesthetic areas, as well as their applications of Effects on cosmetic products aiming at beauty, a great ally of Aesthetics is Cosmetology, since cosmetics are used in the maintenance of body, facial and hair health. According to scientific studies, cypress essential oil has properties that help blood circulation, such as antiseptic and anti-inflammatory. The researched essential oils can be defined among themselves, and applied to a synergy for application in Aesthetics, presenting quality in the result expected by customers. Aromatherapy must be used by highly qualified professionals in the market, who must have knowledge about the chemical constituents, properties and mode of use of essential oils, in addition to acquiring good reference oils, from producers and suppliers who carry out the correct handling of the control of quality of their chemical constituents. However, more scientific studies must be carried out, regarding the properties and application of essential oils.

Keywords: Aromatherapy, Lavender, Cypress, Peppermint.

INTRODUÇÃO

Há muito tempo a humanidade vem considerando que o bem-estar à saúde vai muito além da ausência de doenças. Atualmente o termo saúde se estende não apenas a condição física do indivíduo, mas também o seu estado mental, espiritual e social, sendo assim, para ter uma boa qualidade de vida é necessário manter a mente e o corpo em equilíbrio (DE LA CRUZ, 2002).

Nos últimos anos os cuidados com a saúde e o bem-estar aumentaram consideravelmente, intensificando as variações de tratamento e sendo utilizados inclusive os óleos essenciais. Logo, a busca por tratamentos alternativos, que muitas vezes possuem fins terapêuticos, cresceu e está sendo ofertado por diversas áreas da saúde. Segundo Pedro (2009)

as terapias alternativas são designadas como qualquer forma de tratamento diferente dos tradicionais utilizados na medicina convencional, como os remédios, cirurgias ou até mesmo os procedimentos invasivos.

Vale ressaltar que as técnicas alternativas vêm sendo muito utilizadas por médicos e também vem conquistando outras áreas, como por exemplo, a área da estética, onde há uma grande busca por tratamentos alternativos que visam melhorar a qualidade de vida, o autoconhecimento e a harmonia interiores. As terapias alternativas na estética não visam somente resultados externos, suas aplicações podem gerar mudanças internas, como a possibilidade de realizar modificações em diversas partes do corpo e desta forma regularizar os órgãos, acrescentando ao indivíduo o equilíbrio entre o bem-estar da mente e do corpo (COLI et al, 2018).

A aromaterapia, por exemplo, é um ramo da fitoterapia sendo considerada uma arte milenar terapêutica que utiliza óleos de essências de plantas aromáticas para diversos tratamentos. A Aromaterapia é claramente a terapia dos aromas, segundo Price e Price (2007), sua origem pode ser separada nos radicais latins “aroma” = odor e “therapia” = tratar. Tiran (2000) define que a aromaterapia é a ciência e a arte na qual, óleos essenciais altamente concentrados extraídos de diferentes partes de plantas são usados pelas suas propriedades terapêuticas.

A técnica da Aromaterapia teria sido criada por um especialista químico francês, Maurice René de Gattfossé em 1937, após ter queimado as mãos em seu laboratório, providencialmente ele mergulhou seu braço ferido em um tanque contendo óleo essencial de lavanda, pensando que fosse água e para sua surpresa ocorreu o alívio da dor e a cicatrização do ferimento sem infecção. Assim, após o incidente ocorrido em seu laboratório, iniciou as pesquisas das atividades terapêuticas dos óleos essenciais, cunhando o termo Aromaterapia.

A Aromaterapia estuda as diferentes ações dos óleos essenciais sobre o ser humano, sendo que estes podem agir fisiologicamente, psicologicamente e energeticamente. A ação fisiológica e/ou farmacológica se assemelha a de um medicamento ou cosmético, de acordo com as substâncias químicas presentes no óleo, podendo ter ação analgésica, antibiótica, anti-inflamatória, etc. (LÁSZLÓ, 2008).

Na busca pela harmonia do corpo com a mente, destaca-se o ponto de equilíbrio, e se esse equilíbrio é alterado, cria-se uma deficiência de energia e a harmonia interna do organismo se desfaz, permitindo que surja a doença. Qualquer tipo de tratamento estético ou terapêutico tem o objetivo de equilibrar o organismo externamente e interno.

A ação psicológica é exercida sobre a mente através da ação dos óleos essenciais sobre

USOS E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

o sistema olfatório, através da inalação. A ação energética, de acordo com László (2008), é o efeito da energia do óleo da planta sobre a energia do corpo humano, influenciando fisicamente e mentalmente.

Os óleos essenciais possuem propriedades que podem reagir de diversas formas no corpo, até mesmo em se tratando das energias por parte emocional, além de suas reações físicas e mentais, que podem variar de acordo com sua composição química. Segundo Maluf (2008) as pesquisas sobre os óleos essenciais fundamentam-se no seu poder terapêutico, sua atuação na área da estética e da saúde. Suas aplicações na estética vêm conquistando espaço e proporcionando resultados satisfatórios nos diferentes níveis em que podem ser utilizados.

Para Corazza (2002) os aromas constituem o nosso contato mais íntimo com a natureza e têm o poder de nos predispor a uma noite de sono, ao repouso, ao estado de alerta, à criatividade, à irritabilidade e à criação, dentre outros, pois o olfato é o mais antigo e talvez o mais desconhecido dentre os sentidos desenvolvidos pelo ser humano.

Ao observar os trabalhos científicos que existem atualmente com óleos essenciais pode-se dizer que existem basicamente cinco abordagens à Aromaterapia: Filosófica; Psicológica; Farmacoquímica; Neurológica e Psiconcuroendocrinoimunológica.

Atualmente, diversas clínicas de estética vêm lançando mão do uso de óleos essenciais. Marcuse (2002) considera a utilização da Aromaterapia em um estabelecimento de beleza, por um profissional treinado, constitui um diferencial de mercado, visto que o cliente terá um atendimento único, através das técnicas de combinações dos óleos essenciais, voltados diretamente para um perfil, considerando também o estado físico, emocional e psíquico em que o indivíduo se encontra naquele momento.

Destarte, o presente trabalho teve como objetivo realizar uma revisão bibliográfica sobre os usos e propriedades dos óleos essenciais, com foco em Lavanda, Cipreste e Hortelã-pimenta, observando tanto os diversos usos na estética como também na saúde, uma vez que esses óleos quando aplicados em harmonia das sinergias constituem uma ação equilibrada, tanto aromaticamente, quanto complementando as propriedades um do outro.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Os óleos essenciais são constituídos por uma combinação complexa de substâncias lipossolúveis, voláteis, retiradas de partes de plantas (raízes, rizomas, folhas, flores, aules, cascas, frutos e outras), através de diferentes métodos de extração. Os óleos essenciais podem ser confundidos, pela população em geral, com substâncias sintéticas produzidas em laboratório, cuja função seria apenas a produção de perfumes e cosméticos, sem ter as

propriedades terapêuticas e a diversidade química dos primeiros (SILVA, 2001).

A extração dos óleos essenciais ocorre geralmente por métodos de destilação, que pode ser simples ou por arraste a vapor; dióxido de carbono (CO²) supercrítico, prensagem, no caso dos cítricos; extração por solvente e enflorarem ou enfleurage; este último em extinção (SIMÕES, 1999). Geralmente esses métodos usados acrescentam valores comerciais distintos aos óleos, mesmo possuindo baixo rendimento, é necessária uma grande quantidade de matéria-prima vegetal para a obtenção de relativamente pouco óleo essencial.

Além disso, diversos fatores influenciam na composição química e na qualidade de um óleo essencial, incluindo a composição do solo, temperatura e clima de cultivo, presença de agrotóxico, época de colheita, partes utilizadas da planta, a espécie botânica, exposição ao sol, ventos e tantos outros fatores climáticos (LÁSZLÓ, 2008).

Vale destacar também que os óleos essenciais são fotossensíveis, portanto não devem ser adquiridos em embalagem transparentes, pois em contato com a luz oxidam-se com facilidade, perdendo suas propriedades terapêuticas, sendo preconizado o uso de frascos de cor âmbar ou azul cobalto para manter a conservação. Ao adquirir um óleo essencial é importante observar sua procedência e a idoneidade do produtor (às vezes no rótulo pode constar o nome científico da espécie, induzindo que o óleo seja natural e ele é sintético). Os rótulos devem conter descrições como o nome científico da espécie, procedência da planta, origem, cuidados no uso, dados do fornecedor e validade, que geralmente é de aproximadamente de dois anos, dependendo do óleo. A utilização de forma indiscriminada e sem orientação não é aconselhada.

Segundo De La Cruz (2002), os óleos essenciais são produtos de extração de espécie vegetal, portanto mais concentrados, apresentando uma toxicidade mais elevada que a da planta de origem. O grau da toxicidade dependerá também da dose utilizada, em alguns casos pode ser aguda ou crônica e ainda pode existir a interação medicamentosa entre os inúmeros componentes do óleo com certos medicamentos, devido à sensibilidade individual, provocando reações de fotossensibilidade ou até problemas mais graves, principalmente quando absorvido por via oral.

Na Aromaterapia, existem várias vias de administração dos óleos essenciais, a mais comumente utilizada é a cutânea, mas a escolha de outras vias tais como a oral, parenteral, retal, vaginal, sublingual ou nasal depende da indicação de um profissional reconhecido. Pela toxicidade de alguns óleos, por apresentar substância muito ativa em baixas dosagens, não é indicado o uso por via interna sem a orientação de um profissional habilitado. Os óleos essenciais também podem ser usados em chás, xaropes ou na alimentação, como por exemplo,

USOS E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

em sucos, pães, bolos, como tempero, além de dar maior sabor aos alimentos.

Diversas técnicas de massagem fazem o uso dos óleos essenciais, pois o toque e a ação farmacológica das substâncias estabelece uma forma de comunicação não verbal demonstrando empatia e compreensão aos usuários e quando dissolvidos em óleo vegetal, são facilmente absorvidos através dos tecidos da pele do corpo. A via cutânea é uma das mais utilizadas, porém os óleos essenciais podem ser utilizados em compressas quentes ou frias ou em banhos de imersão. A via respiratória também é bastante importante na Aromaterapia, com a inalação através da aromatização ambiental, ou se pode utilizar um difusor que com auxílio de uma vela, provoca a evaporação do óleo essencial e o aroma se espalha pelo ambiente (SILVA, 2004).

A assimilação dos aromas é difundida através do olfato, conectando o indivíduo ao sistema central do cérebro. As moléculas aromáticas flutuam até a câmara olfatória; entram em contato com os receptores presentes no epitélio olfatório, que levam as informações olfativas ao cérebro, para o hipotálamo, onde estão armazenadas as memórias arquivadas. A região do hipotálamo recebe um considerável número de informações de neurônios olfativos onde libera diversos hormônios que passam para a hipófise anterior através do sistema portal hipofisário; em seguida induz a pituitária a segregar o conjunto de hormônios que atuam e controlam todas as outras glândulas endócrinas do corpo (JOHN et al., 2007).

Na Aromaterapia é muito comum a mistura de óleos com propriedades semelhantes ou complementares, devendo obedecer ao critério de sinergias e complementaridade. Sinergia é a interação de dois ou mais componentes de qualquer tipo que, quando juntos, produzem um resultado melhor e de qualidade do que se cada um agisse separadamente (ROSE, 1995). A sinergia tem a função de harmonizar e equilibrar as tensões, conferir serenidade e maior lucidez para poder encontrar as melhores soluções aos desafios diários. Durante o dia trata a ansiedade e, à noite trata da qualidade do sono (LÁSZLÓ, 2008).

Óleo Essencial De Lavanda

Reconhecida como Alfazema, a *Lavandula*, faz parte da família das Lamiaceae. Originária da Europa, mas também produzida na Bulgária, Índia e outros países (SILVA, 2001). O óleo essencial de lavanda é extraído dos ramos da planta através da destilação a vapor d'água, e das flores, possui aroma adocicado, transparente, floral. A composição das substâncias químicas do óleo essencial de lavanda é: cariofileno, linalil acetato, cetato de lavandulina e geraniol (MORI et al., 2002).

O óleo essencial de lavanda tem a indicação de manter o sistema nervoso central em

equilíbrio e a tranquilidade, empregado como calmante, sendo indicado para uso com a inalação, proporcionando efeito sedativo, relaxante e anti-stress. As propriedades sedativas são devidas, principalmente aos constituintes linalol e linalil acetato, quando inalado, apresenta estimulação da glândula adrenal aumentando o consumo de energia corporal e a lipólise, o óleo essencial de lavanda é efetivo na insônia, melhorando a qualidade do sono e atuando na depressão e ansiedade do indivíduo. (SHEN et al., 2005).

O linalol, componente químico majoritário no óleo de lavanda, mostrou ações anti-inflamatórias e analgésicas em diferentes espécies de animais (PEANA et al., 2005); e também foram encontradas propriedades ansiolíticas *in vitro* (CLINE, 2008). Os resultados obtidos por Peana et al (2002) demonstram que o linalol e linalil acetato correspondem às propriedades anti-inflamatórias do óleo essencial de lavanda.

A atuação antifúngica do óleo essencial de *Lavandula angustifolia* Mill, especialmente contra *Cândida Albicans*, foi relatada por D'Auria (2005), sendo que, em baixas concentrações, o óleo inibiu a formação de tubos germinativos da levedura, reduzindo a proliferação da infecção. A atividade antiespasmódica (também chamados de espasmolíticos ou antiespásticos), do óleo de lavanda foi estudada por Lis-Balchim e Hart (1999), em músculos lisos e esqueléticos em ratos, sendo que o linalol foi o constituinte responsável pela atividade, os efeitos produzidos é o de prevenir a ocorrência de espasmos em alguns órgãos.

O óleo essencial de lavanda possui potencial citofilático (regenerador do sistema epitelial), sendo útil em processos que pele apresenta com o passar do tempo, como: pele envelhecida, rugas, dermatites, acnes, e até em casos de queimaduras, pois tem a ação cicatrizante e anti-inflamatória (LÁSZLÓ, 2008).

Com relação à toxicidade, o óleo essencial de lavanda é bem seguro, porém se usado em elevadas doses pode causar intoxicação, por isso é recomendado a orientação de um profissional especializado no conhecimento dos óleos, para instruir o indivíduo (LÁSZLÓ, 2008).

Óleo Essencial De Cipreste

O *Cupressus sempervirens*, pertencente à espécie do Cupressaceae, é conhecido popularmente como cipreste ou ciprestre, uma árvore muito conhecida em todo o mundo, originária da Grécia, Turquia, Tunísia e Líbia, mas atualmente é produzido em vários países, como a Grécia, Espanha e França. O Cipreste Italiano (*Cupressus sempervirens*) é diferente do Cedrinho Comum (*Cupressus lusitanica*) normalmente plantado no Brasil como cerca viva. Sua coloração é de um verde mais claro, e a ramagem quando deixado crescer como

árvore tende a ser mais cônica ereta e não pendente como o dos cedrinhos (SILVA, 2001; LÁSZLÓ, 2008).

O óleo essencial de cipreste é extraído através da destilação a vapor dos seus ramos novos com folhas e desenvolvem-se a partir de outras peças florais, e não do ovário, como ocorre nos frutos. Seu aroma é fresco de cor transparente ou amarelo-claro. Este óleo possui na sua composição principalmente cedrol, linoleno, e o alfa-pineno, responsáveis pela maioria das propriedades terapêuticas. Possui ação antisséptica (TOROGLU, 2007) e anti-inflamatória, sendo amplamente utilizado em infecções cutâneas, como acne, cistos, pústulas, caspa, seborreia e inflamações purulentas (LÁSZLÓ, 2008).

As ações psicológicas deste óleo estão voltadas na estimulação e concentração das substâncias que causam constrição, estreitamento, dos tecidos e reduz as secreções da pele, podendo ser utilizado em peles oleosas, onde atua regulando a atividade das glândulas sebáceas. De acordo com László (2008), o óleo essencial de cipreste aumenta a circulação periférica aquela que percorre todo o corpo humano, incluindo a região da cabeça, principalmente devido ao seu conteúdo de alfa-pineno, sendo amplamente utilizado em massagens estéticas e terapêuticas, especialmente em regiões varicosas pernas, braços e abdômen.

Não é recomendado o óleo essencial de cipreste, o uso interno ou durante o período gestacional. Todas as orientações devem ser passadas por um profissional especializado. Em pesquisa de laboratório o óleo apresentou moderada irritação sobre a pele de coelhos quando aplicado sob oclusão, não foi apresentado efeito fototóxico ou irritante (LÁSZLÓ, 2008).

Óleo Essencial de Hortelã-Pimenta

Mentha piperita, da espécie da Lamiaceae (Labiatae), reconhecida como menta verdadeira, hortelã e peppermint (inglês), é uma planta rica em óleo essencial. O óleo é produzido na Índia, Brasil, entre outros países, mas sua origem é inglesa, sendo extraído das folhas semi-secas, através da destilação a vapor. O óleo essencial de hortelã-pimenta, que possui aroma mentolado, balsâmico e fresco, é constituído principalmente do mentol, mentona, cineol (SILVA, 2001).

Este óleo essencial possui forte propriedade antisséptica. Óleos essenciais de diversas espécies de *Mentha* so foram avaliados *in vitro*, quanto a sua atividade antimicrobiana e antioxidante (MÍMICA et al., 2003). Segundo este estudo, todos os óleos testados apresentaram forte atividade antibacteriana, em particular contra *Escherichia coli*, sendo que o óleo de *Mentha Piperita* foi o mais ativo, inclusive contra cepas multi-resistentes. Seguindo

com o estudo, comprovou-se que o óleo de *Mentha piperita* apresentou atividade antifúngica e também exibiu alta atividade sequestrante de radicais livres, reduzindo a geração do radical hidroxila (-OH), quando utilizado o óleo puro.

O óleo essencial de hortelã-pimenta ajuda a tratar problemas digestivos, como vômito, flatulência, prisão de ventre e diarreia, em pesquisa feita ao tratamento de transtornos digestivos foram apresentados melhoras aos sintomas abdominais em pacientes com síndrome do cólon irritável, quando aplicado durante quatro semanas (CAPPELLO et al., 2007). Quando realizado o uso por inalação, o óleo essencial de *Mentha piperita* foi eficiente no tratamento de distúrbios respiratórios, inclusive tuberculose pulmonar, quando combinado com outras drogas, assim apresentando benefício ao tratamento de algumas doenças (SHKURUPII et al., 2002).

Além disso, é um excelente estimulante do sistema nervoso central, aumentando o estado de alerta e inibindo o sono em adultos jovens, quando inalado (GOEL; LAO, 2006). Também apresentou atividade analgésica com redução na sensibilidade da dor de cabeça quando administrado em seres humanos através de aplicações em regiões onde apresenta o incomodo da dor (GOBEL; SCHMIDT; SOYKA, 1994).

Na estética, o óleo essencial de hortelã-pimenta é recomendado para problemas de pele como acne e dermatites. Também pode ser utilizado como estimulante da circulação local, especialmente em casos de lipodistrofia ginóide e varizes (LÁSZLÓ, 2008).

Desta forma, o óleo essencial de hortelã pimenta deve ser usado apenas quando diluído, em concentração menor que 1%, sempre sob orientação de um profissional habilitado. Gestantes e recém-nascidos não devem fazer o uso, além de não ser recomendado realizar sua aplicação durante a noite, devendo ser evitado, pois pode acarretar insônias (SILVA, 2001).

METODOLOGIA

Para a confecção deste trabalho foi utilizada uma metodologia qualitativa, onde foram realizadas pesquisas bibliográficas por meio eletrônico, livros e artigos científicos que abordavam informações sobre a Aromaterapia, seus benefícios e os seus usos na estética. Para o seguimento das partes do artigo foram utilizados os seguintes descritores: “aromaterapia”, “óleo essencial” e “estética”.

Contudo foram coletadas informações para os materiais de pesquisas, devido à expansão dos óleos essenciais na vida cotidiana e seus benefícios a algumas doenças. Mas, o que dificultou parte da pesquisa, foi à questão da estética com os óleos, pois por se tratar de um tema que ainda está ganhando destaque na área, há uma escassez de referências

bibliográficas na área.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Aromaterapia vem sendo cada vez mais explorada na área da estética no Brasil. Porém, ainda não são encontradas muitas referências na literatura sobre a temática em questão. Vale ressaltar que nas pesquisas realizadas ao longo do trabalho, foi possível verificar o quanto a aromaterapia pode contribuir trazendo benefícios para o bem-estar dos indivíduos, além de apresentar também grandes resultados na área estética.

Desta forma, a Aromaterapia é uma opção de vida melhor que pode ajudar o ser humano de forma física, mental, emocionalmente e até social. Seus meios para restaurar o equilíbrio do corpo, da mente e do espírito estão fundamentados nos preceitos de saúde e no poder das plantas aromáticas e seus óleos essenciais, refletindo assim numa condição de vida melhor (SILVA, 2004).

Segundo Price (1999) essa substância aromática poderosa é encontrada em pequenas glândulas localizadas tanto nas partes mais externas quanto nas partes mais centrais das plantas como: as raízes, caule, folhas, flores ou frutos.

Para Laszo (2008) a Aromaterapia é uma prática terapêutica que pode ajudar na prevenção de inúmeros tratamentos, sendo considerada a ação fisiológica e farmacológica semelhante à dos medicamentos, que, dependendo do composto químico do óleo, visa proporcionar o bem-estar físico, mental, emocional e até social do ser humano. Muitos óleos podem ser utilizados para os tratamentos de estética, sendo suas formas comprovadas a milhares de anos e também de forma científica.

Devido à procura e a utilização de óleos essenciais em tratamentos terapêuticos e estéticos, a Aromaterapia vem sendo incrementada nos últimos anos, devido à procura dos consumidores de serviços de beleza, não só pelos efeitos estéticos, mas também devido aos efeitos psicológicos e na melhoria da qualidade de vida, aumentando a autoestima do indivíduo. Sendo assim, a aromaterapia aplicada na Estética permite um tratamento individual e personalizado.

Os óleos essenciais devem ser utilizados diluídos em bases carreadoras (óleos vegetais, cremes, loções, géis, máscaras e outras), devido à alta concentração de princípios ativos. Portanto, o profissional da beleza deve sempre levar em consideração os cuidados, precauções e contraindicações ao utilizar óleos essenciais. De acordo com estudos científicos *in vitro* e *in vivo*, o óleo essencial de cipreste possui propriedades antissépticas, anti-inflamatória, adstringente e circulatória; o óleo essencial de lavanda demonstrou propriedades

antibacteriana, antifúngica, sedativa e regeneradora da pele; enquanto que o óleo essencial de hortelã-pimenta mostrou propriedades antissépticas, antioxidante, analgésica, estimulante do Sistema Nervoso Central e estimulante da circulação periférica. Assim, os óleos essenciais estudados podem ser combinados entre si, formando uma sinergia eficiente para aplicação na Estética/Saúde.

De acordo com as propriedades dos óleos essenciais apresentado, desenvolveu-se uma sugestão de ideia de sinergia aromaterápica para aplicação em estética facial (acne, envelhecimento da pele, entre outros) e corporal (varizes, etc...), conforme o quadro abaixo.

Quadro 01: Indicação de sinergia aromaterápica para aplicação em estética facial.

100 ml óleo de semente de uva (carreador)
20 gotas de óleo essencial de cipreste (1%)
50 gotas de óleo essencial de lavanda (2,5%)
20 gotas de hortelã pimenta (1%)

Este procedimento pode ser aplicado na face, realizando previamente uma higienização; bem como na parte da região do abdômen, glútea e pernas, sempre massageando levemente em movimentos circulares (SILVA, 2004).

Os óleos essenciais apresentado no trabalho são acessíveis para compra no mercado brasileiro, sendo relativamente vendido e comercializado por valor simbólico, facilitando assim o acesso da compra dos indivíduos, podendo ser utilizados tranquilamente por profissionais da beleza e da área da saúde, entre outras pessoas que tenham interesse, mas é importante ressaltar que o óleo deve ser indicado por profissional especializado.

O profissional que utilizar Aromaterapia na estética/saúde deve possuir boas referências e conhecimentos sobre os constituintes químicos, sinergias e propriedades dos óleos essenciais, além de adquirir óleos de boa procedência, de produtores e fornecedores que realizem o correto controle de qualidade dos constituintes químicos dos mesmos, a fim de assegurar-se das propriedades terapêuticas, para levar aos seus clientes satisfação e confiança.

CONCLUSÕES

Os dados apresentados na pesquisa mostram uma eficiência na utilização dos óleos de Lavanda, Cipreste e Hortelã-pimenta, isso ocorre devido às suas propriedades enquanto óleos essenciais, permitindo o seu uso de diversas formas, tais como na estética e saúde, uma vez que esses óleos quando aplicados em harmonia das sinergias constituem uma ação equilibrada, tanto aromaticamente, quanto complementando as propriedades um do outro.

USOS E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

Entretanto, mais estudos científicos devem ser realizados, referente às propriedades e à aplicação dos óleos essenciais.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. D.; WERKMAN, C.; CANETTIERI, A. C. V. **Uso de terapias alternativas no consultório odontológico: uma revisão de literatura.** In: ENCONTRO LATINO AMERICANO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, 10 e ENCONTRO LATINO AMERICANO DE PÓS GRADUAÇÃO, 6, 2006, Paraíba: UNIVAP, 2006. Disponível em: <http://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2006/inic/inic/03/INIC0000948.pdf> Acesso em: 09/08/2021.

BUCHBAUER G, JIROVETZ L, JAGER W, DIETRICH H, PLANK C. Aromaterapia: evidências dos efeitos sedativos do óleo essencial de lavanda após inalação. **Z. Naturforsch.** 1991. 46 (11-12). 1067-72.

CAPPELLO G., SPEZZAFERRO M., GROSSIL L., MANZOLI L., MARZIO L. Óleo de hortelã-pimenta (Mentol) no tratamento da síndrome do intestino irritável: um estudo randomizado prospectivo duplo-cego controlado por placebo. **Dig Liver Dis.** 2007.

CLINE M., TAYLOR JE., FLORES J., BRACKEN S., MECALL S., CEREMUGA TE. Investigação dos efeitos ansiolíticos de lin álcool, um extrato de lavanda, na sapruga macho - rato Dawley. **AANA J.** 2008 Fev; 76(1): 47 -52.

CORAZZA, S. **Aromatologia: uma ciência de muitos cheiros.** São Paulo, Senac, 2002.

COLI B. A., VILELA C. A., SILVÉRIO F.G., BERNARDES I. N., MACHADO M.G., PINTO L. P. **A utilização da aromaterapia na estética – Revisão de literatura.** Revista saúde em foco – edição nº10. 2018.

D'AURIA FD, TECCA M., STRIPPOLI V., SALVATORE G., BATTINELLI L., MAZZANTI G. Atividade formiga fúngica do óleo essencial de Lavandula angustifolia contra a levedura Candida albicans e a forma micelial. **Med. Mycol.** 2005.

DE LA CRUZ, M.G.F. **O uso de óleos essenciais na terapêutica,** 2002. Disponível em: <http://aja.org.br/oleos/oleos_essenciais_terapias.pdf> Acesso em: 11 ago. 2021.

GOBEL H., SCHMIDT G., SOYKA D. **Efeito de preparações de óleo de hortelã-pimenta e óleo de eucalipto sobre parâmetros neurofisiológicos e experimentais de cefaleia por algesimetria.** Cefaléia, 1994.

GOEL N., LAO RP. **As mudanças no sono variam de acordo com a percepção do odor em adultos jovens.** Biol Psychol 2006.

JOHN E., HALL T. H., GUYTON A. A. C., GUYTON A. C. **Compendio de Fisiologia Médica.** 11ª edição. Espanha. Editora Elsevier Saunders. 2007.

LASZLO, F. **Curso Aromaterapia.** Módulo I. Minas gerais, 2008.

LEE IS., LEE GJ. **Efeitos da aromaterapia de lavanda na insônia e depressão em universitárias.** Taehan Kanho Hakhoe Chi, 2006 Feb; 36(1): 136-43.

MALUF, S. **Aromaterapia. O Aroma.** 2008. Disponível em: <<http://www.bysamia.com.br>> Acesso em: 08/08/2021.

MARCUSE, T. **Cultura e Psicanálise**, tradução Wolfgang Leo mar, São Paulo: PAZ e TERRA, 2002.

MIMICA D. N., BOZIN B., SOKOVIC M., MIHAJLOVIC B., MATAVULJ M. **Atividades antimicrobiana e antioxidante de óleos essenciais de três espécies.** Planta Med. maio de 2003; 69(5):413-9.

MORI M, IKEDA N, KATO Y, MINAMINO M, WATABE K. **Avaliação da qualidade de óleos essenciais.** Yakugaku Zasshi. 2002 Mar;122(3): 253-61.

PEANA A T., MARZOCCO S., POPOLO A., PINTO A. **Life scilina lool inibe uma formação de NO in vitro:** Provável envolvimento na atividade antinociceptiva deste composto monoterpênico. Epult 2005 agosto. 31.

PEDROL, S. **Terapia alternativa.** 2009. Disponível em: <<http://www.scribd.com/doc/14944401/terapia-alternativa>> Acesso em: 08/08/2021.

PRICE, S.; PRICE. L. **Aromaterapia para profissionais de saúde.** 3 ed. Filadélfia: Elsevier health, 2007.

PRICE, S. **Aromaterapia para doenças comuns.** São Paulo: Manole, 1999.

ROSE, J. **O livro da Aromaterapia: aplicações e inalações.** Rio de Janeiro: Editor Campus Ltda, 1995.

SHEN J., NIIJIMA A., TANIDA M., HORII Y., MAEDA K., NAGAI K. **A estimulação olfatória com aroma de óleo de lavanda afeta os nervos autônomos, a lipólise e o apetite em ratos.** Neurosci Lett. 2005 Jul 22-29; 383 (1-2): 188-93.

SHKURUPII VA., KAZARINOVA NV., OGIRENKO AP., NIKONON SD., IKACHEV AV., IKACHENKO KG. **Eficiência do uso de inalações de óleo essencial de hortelã-pimenta (*Mentha piperita* L) na terapia combinada de multifármacos para tuberculose pulmonar.** Prolb tuberk 2002; (4):36-9.

SILVA, A. R. Da. **Aromaterapia em dermatologia e Estética.** São Paulo: Roca, 2004.

SILVA, A. R. **Tudo sobre aromaterapia:** como usá-la para melhorar sua saúde física, emocional e financeira. 2. ed. São Paulo: Editora Roca Ltda, 2001.

SILVA, A. R. **Aromaterapia em Dermatologia e Estética.** Editora Roca, 1999.

SIMÕES, C. M. O.; SPITZER, V. **Óleos essenciais.** Porto Alegre/ Florianópolis. Ed. UFRGS/UFSC, 1999, p. 387-415.

USOS E PROPRIEDADES DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

TOROGLU S. **Atividade antimicrobiana *in vitro* e efeito antagônico de óleos essenciais de espécies vegetais.** J Environ Biol (Jornal de biologia ambiental / Academia de Biologia Ambiental, Índia). Volume: 28 Edição: 3 Páginas: 551-9 Data: 2007 jul.