# Trabalho apresentado no 21º CBCENF

**Título:** AROMATERAPIA COMO TERAPIA INTEGRATIVA NA PERCEPÇÃO DE RESIDENTES DE ENFERMAGEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** NATHALIA VASCONCELOS FRACASSO

**Autores:**
Keroley Paes de Almeida
Andressa Hirata Cervilheri
Andressa Araujo Silva
Marcella Tardelli Esteves Angioleti Santana
Mariana Angela Rossaneis
Maria do Carmo Fernandez Lourenço Haddad

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Valorização, Cuidado e Tecnologias

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

INTRODUÇÃO: As terapias integrativas foram descobertas na antiguidade e têm sido redescobertas atualmente pela sua aplicabilidade associada à mudança do paradigma do modelo de atenção à saúde. Tais práticas estão centralizadas no cuidado integral, com foco na tríade corpo-mente-alma. Uma destas práticas é a aromaterapia, que usa as propriedades dos óleos essenciais para promover bem-estar físico, emocional e vibracional. OBJETIVO: Relatar a experiência de residentes em enfermagem sobre a prática com aromaterapia em hospital geral particular acreditado da região sudeste do Brasil. MÉTODO: Trata-se de um relato de experiência a respeito da vivência dos residentes sobre a utilização de aromaterapia. Esta prática é disponibilizada para todos os colaboradores, familiares e pacientes que demonstrarem interesse em participar. Esta atividade acontece semanalmente em um ambiente dedicado à família e dura, em média, 30 minutos, sendo o local preparado previamente, de acordo com o óleo essencial que será utilizado, com apoio do difusor de ambiente. RESULTADOS: Durante o mês de junho de 2018 os residentes foram imersos nesse contexto das terapias integrativas, para conhecer e vivenciar a aromaterapia como forma de complementar a terapêutica e utilizá-las como ferramenta de cuidado. A dinâmica foi explicada aos residentes no início da prática. Aplicou-se o óleo essencial de gerânio diluído em óleo carreador a 5% na palma das mãos e posterior aproximação às narinas para absorção via inalatória. Permaneceu-se nesta posição realizando 5 inspirações profundas. Em seguida, foi solicitado pelo mediador que os participantes fechassem os olhos, em posição confortável nas poltronas, para prosseguir com a vivência da aromaterapia guiada por meditação. O óleo essencial à base de gerânio apresenta propriedades que minimizam os sintomas relacionados à ansiedade, depressão, angústia, alterações de humor, possibilita a conexão com a energia feminina, cria um ambiente favorável para criatividade e promove equilíbrio. Ressalta-se que esse óleo não tem contraindicações de uso. CONCLUSÃO: Ao vivenciar esta experiência os residentes de enfermagem tiveram a percepção que os objetivos da terapia foram cumpridos, sendo evidenciado o bem-estar físico, mental, emocional e espiritual, especialmente, relaxamento, equilíbrio das energias e minimização da ansiedade. Ainda, esta experiência motivou a prática de terapias complementares à assistência de enfermagem.