

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** AROMATERAPIA E MINDFULNESS NO CUIDADO MATERNO E ASSISTÊNCIA AO PARTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Rafaela Pereira de Medeiros Rodrigues  
Thaís Andrade dos Santos

**Autores:** Larissa Aguiar dos Santos Paiva  
Sheyla Costa de Oliveira

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

Introdução: As práticas integrativas e complementares em saúde, durante a assistência ao parto, promovem cuidado holístico e segurança materna. Nesse sentido, a aromaterapia, técnica mecânica com uso de óleos essenciais, e o Mindfulness, técnica cognitiva de atenção plena, são estratégias para redução da dor, ansiedade, desgaste emocional e suporte de boas práticas para o cuidado materno. Objetivo: Relatar experiência sobre o uso da aromaterapia e do Mindfulness na assistência ao cuidado materno durante o trabalho de parto. Método: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, sobre o uso de Aromaterapia associada ao Mindfulness por meio da meditação e atenção plena durante a assistência materna. Resultados/Discussão: Durante a vigilância materno-fetal oferecida na assistência ao parto e nascimento, observou-se sinais de dor, medo, ansiedade, vulnerabilidade e não aceitação de acompanhante. Diante disso, foi realizada a prescrição do cuidado materno, utilizando as tecnologias leve e leve-dura associada às terapias integrativas. A condução terapêutica iniciou com ambiência, luz baixa, mínimo de pessoas no local, redução de ruídos, aplicação de música suave da preferência da paciente, uso do óleo essencial e meditação guiada. As dificuldades impostas pela parturiente possibilitaram uma vivência dos seus pensamentos, emoções e sensações pela consciência plena do momento, sem julgamentos e críticas. Assim, a experiência desafiadora do trabalho de parto foi conduzida de modo consciente e assertivo, trazendo, ao cuidado materno, a redução do medo e de pensamentos catastróficos, bem como o alívio da dor e ansiedade. Considerações finais: A aromaterapia promoveu o relaxamento, alívio da dor do parto e redução da ansiedade. Paralelamente, o Mindfulness contribuiu na redução do estresse e promoveu uma melhor experiência de parto para a gestante assistida. A combinação das práticas resulta em uma assistência humanizada e alinhada às necessidades maternas. Concluiu-se que a aromaterapia e o Mindfulness, a partir de um cuidado materno humanizado, promove uma experiência positiva, apoio emocional e psicológico, empoderamento, estímulo da autonomia e consciência corporal.