

Autores: Amanda de Oliveira Souza1, Camille Moreira Baptista da Silva1, Daniella Rocha Soares1, Jislaine Debacker1, Simone Galli Rocha Bragato2.

**Apoio:** [**www.editorapasteur.com.br**](http://www.editorapasteur.com.br) **- @editorapasteur**

**INTRODUÇÃO:**

A depressão pós-parto é um problema prevalente cujo tratamento, muitas vezes, é negligenciado pelas próprias puérperas. A aromaterapia, que usa inalação ou aplicação tópica de substâncias aromáticas voláteis vegetais, mostra-se uma alternativa de tratamento para controlar e prevenir esse imbróglio.

**OBJETIVO**:

O objetivo deste estudo é revisar a literatura recente sobre a aplicação da aromaterapia em gestantes e puérperas, a fim de identificar seus efeitos enquanto fator de prevenção contra depressão pós-parto.

**MÉTODO**:

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura produzida de acordo com a metodologia de Whittmore e Knafl. A busca foi efetuada nas bases de dados Pubmed e Biblioteca Virtual em Saúde, com a seleção: MEDLINE, Base de Dados de Enfermagem e Lilacs; com descritores “aromatherapy” AND “pregnancy”. Foram critérios de inclusão: estudos com nível de evidência de 1 a 3 segundo Oxford Center for Evidence Based Medicine; em português ou inglês; no período de 2011 a 2021. Foram critérios de exclusão: título e/ou resumo desconexo da questão, resumo indisponível na base de dados, não gratuidade do artigo completo e não atender ao objetivo deste estudo.

**RESULTADOS**:

Foram selecionados 5 artigos para o estudo; publicados entre 2016 e 2021; na língua inglesa; com metodologia transversal, ensaio clínico duplo-cego e revisão sistemática. Intervenções com óleo essencial de rosa, lavanda ou alfazema obtiveram melhores resultados na prevenção à depressão puerperal, baseadas sobretudo na inalação, massagem, ingestão e banho de aromas. Tal mensuração foi realizada principalmente por meio da Escala de Depressão de Edinburgh. Sintomas de ansiedade ou depressão foram associados à aromaterapia nos casos de gestantes com estresse pós-traumático ou ansiedade associada a gravidez. A heterogeneidade dos estudos não permite uma determinação precisa dos efeitos da aromaterapia na depressão pós-parto havendo resultados positivos e negativos segundo o desenho do estudo.

**CONCLUSÃO**:

Assim, nota-se uma certa eficácia da aromaterapia enquanto fator de proteção contra depressão pós-parto, porém investigações mais acuradas e detalhadas devem ser realizadas para determinar de forma precisa as variáveis que contraindicam ou indicam a prática.

Palavras-chave:

*Aromaterapia. Depressão Pós-Parto. Gravidez. Prevenção.*

Filiações:

1Discente, Universidade do Estado de Mato Grosso, MT

2Docente, Universidade do Estado de Mato Grosso, MT

Aplicabilidade da Aromaterapia para Prevenção Contra Depressão Pós-Parto: Uma Revisão Integrativa da Literatura