

## Aromaterapia e Fitoterapia: abordagem técnica e científica

Cód/Nome	52 - Aromaterapia e Fitoterapia: abordagem técnica e científica
Orientador	Gisele Lopes de Oliveira
Campus	Paulo Freire
Área	Atividades acadêmicas (ensino/pesquisa/extensão) - ÊNFASE NA EXTENSÃO
Vagas	2
	gisele.lopes@ufsb.edu.br

### Resumo

Organização Mundial da Saúde tem orientado sobre a necessidade de valorizar a utilização de plantas medicinais no âmbito sanitário e na atenção primária à saúde. Assim, em 2006 foi implantada no Brasil a Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterapia e, paralelamente, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, da qual faz parte a Fitoterapia e a Aromaterapia. Dentro deste contexto, está cada vez mais acentuado o uso dessas práticas no cuidado com a saúde, assim, trabalhar na academia temas voltados para Fitoterapia e Aromaterapia, do ponto de vista científico, são de extrema importância, pois muitas pessoas leigas ou mesmo profissionais da saúde que trabalham com as Práticas Integrativas e terapias alternativas, que buscam em plantas e nos óleos essenciais um complemento para suas terapias, sabem muito pouco sobre a síntese desses compostos químicos pela planta, qual a sua real composição química, de que maneira são extraídos os compostos e a quantidade de material vegetal necessário para obtenção do óleo essencial puro, além disso, observa-se um descuido em relação à toxicidade. Desta forma, o objetivo deste trabalho é realizar ações educativas através da oferta de oficinas e/ou cursos sobre Fitoterapia e Aromaterapia para a comunidade acadêmica e externa, com auxílio de estudantes interessados na área e/ou que fazem parte do Grupo de Pesquisa Biodiversidade e Saúde.

### Atividades dos bolsistas

- Estudo bibliográfico sobre Fitoterapia e Aromaterapia; espera-se que o estudante adquira conhecimento sobre o assunto - com validação científica, mas sempre levando em consideração os valores e conhecimentos tradicionais - sendo capaz de transmiti-lo (com o auxílio do orientador); se sensibilize quanto à importância das plantas medicinais e o uso das Práticas integrativas, em especial Fitoterapia e Aromaterapia e estimule o seu uso no cuidado básico de saúde. - Organização e preparo da oferta dos cursos e/ou oficinas, baseando no estudo bibliográfico. Os cursos e/ou oficinas serão ofertadas pelo estudante juntamente com o professor orientador: o estudante vai aprender a ser responsável, organizado, exercitar a capacidade de comunicação e transferência de informações.

## Atividades semanais e carga horária

### Cronograma

Meses 1 e 2: O estudante deverá fazer um levantamento de material bibliográfico, uma profunda revisão bibliográfica, separando os itens importantes para a preparação dos cursos e/ou oficinas. Através de encontros semanais o orientador acompanhará a evolução do estudo.

Meses 3 e 4: O estudante deverá continuar a revisão de literatura e preparar os materiais para oferta do curso e/ou oficina de 8 horas sobre Fitoterapia: conceito, grupos químicos, extração, aplicação e legislação. O estudante providenciará também a divulgação e inscrição dos interessados. Através de encontros semanais o orientador acompanhará o trabalho do bolsista.

Meses 5 e 6: O estudante deverá continuar a revisão de literatura e preparar os materiais para oferta do curso e/ou oficina de 8 horas sobre Preparo de Pomadas, Tinturas, Xaropes, Garrafas e Extratos. O estudante providenciará também a divulgação e inscrição dos interessados. Através de encontros semanais o orientador acompanhará o trabalho do bolsista.

Meses 7 e 8: O estudante deverá continuar a revisão de literatura e preparar os materiais para oferta do curso e/ou oficina de 8 horas sobre Óleos essenciais: extração, síntese, aplicação e legislação. O estudante providenciará também a divulgação e inscrição dos interessados. Através de encontros semanais o orientador acompanhará o trabalho do bolsista.

Meses 9 e 10: O estudante deverá continuar a revisão de literatura e preparar os materiais para oferta do curso e/ou oficina de 8 horas sobre Aromaterapia: formas de aplicação e percepção neurológica. O estudante providenciará também a divulgação e inscrição dos interessados. Através de encontros semanais o orientador acompanhará o trabalho do bolsista.

Meses 11 e 12: O estudante deverá continuar a revisão de literatura e preparar os materiais para oferta do curso e/ou oficina de 8 horas sobre Cosméticos naturais: cremes e óleos para massoterapia usando óleos essenciais. O estudante providenciará também a divulgação e inscrição dos interessados. Através de encontros semanais o orientador acompanhará o trabalho do bolsista.

### Introdução

As plantas medicinais sempre tiveram grande importância na cultura, medicina e nutrição das sociedades em todo o mundo. Nas últimas décadas, devido a avanços da área científica com desenvolvimento de fitoterápicos eficazes e a tendência na busca por maior qualidade de vida e terapias com menos efeitos colaterais, associados a uma maior resistência de bactérias a antimicrobianos, o interesse pela fitoterapia teve um aumento considerável entre usuários, pesquisadores e serviços de saúde (YUNES, PEDROSA, CECHINEL FILHO, 2001). Desde a Declaração de Alma-Ata, em 1978, a Organização Mundial da Saúde tem orientado sobre a necessidade de valorizar a utilização de plantas medicinais no âmbito sanitário, pois cerca de 80% da população mundial depende dessas espécies, no que se refere à atenção primária à saúde, especialmente em países em desenvolvimento (OMS, 2002). Em resposta à OMS e com essa temática já em discussão no Brasil desde 1986, os dois principais marcos da fitoterapia no Brasil foram desenvolvidos com a criação da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterapia

(PNPMF), em 2006, paralelamente à criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 1987; AMORIM, 2014; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016). Na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) institucionalizada no Sistema Único de Saúde estava inicialmente incluída a homeopatia, as plantas medicinais e fitoterápicos, a medicina tradicional chinesa/acupuntura, a medicina antroposófica e o termalismo social-crenoterapia (LEAL; LUCAS, 2008). Atualmente, foram incluídas mais 10 terapias, baseadas em conhecimentos tradicionais, às Práticas Integrativas: apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia de florais (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018). Dentro deste contexto, está cada vez mais acentuado o uso dessas práticas no cuidado com a saúde, assim, trabalhar na academia temas voltados para fitoterapia e aromaterapia, do ponto de vista científico, são de extrema importância, pois muitas pessoas leigas ou mesmo profissionais da saúde que trabalham com Práticas Integrativas e Complementares e terapeutas alternativos, que buscam em plantas e nos óleos essenciais um complemento para suas terapias, sabem muito pouco sobre a síntese desses compostos químicos pela planta, qual a sua real composição química, de que maneira são extraídos os compostos e a quantidade de material vegetal necessário para obtenção do óleo essencial puro, além dos cuidados com sua toxicidade. Muitos princípios ativos encontrados em plantas medicinais e usados na base da fitoterapia se encontram nos óleos essenciais, assim como estes também são a base a aromaterapia. Os óleos essenciais são metabólitos especiais produzidos em diversas partes das plantas auxiliando na sua sobrevivência (WOLFFENBÜTTEL, 2016), atuando em mecanismos importantes como o de defesa contra predadores, parasitas e o de atração de agentes polinizadores (GOBBO-NETO; LOPES, 2007). Os óleos essenciais são líquidos de coloração clara, apresentam aromas intensos e tem como principal característica a volatilidade, diferindo-se assim dos óleos fixos, mistura de substâncias lipídicas, obtidos geralmente de sementes. São obtidos de partes das plantas por meio de destilação por arraste com vapor d'água, bem como produtos obtidos por espremedura por pericarpos de frutos cítricos. Bastante aromáticos, são também utilizados pela indústria de cosméticos, de perfumes, e em formulações de produtos ligados à higiene e saúde, como por exemplo, o óleo de tomilho, hortelã, manjeriço, eucalipto, em cremes dentais e líquidos de bochecho (SIMÕES et al, 2017). Com a ampliação do uso de óleos essenciais em processos terapêuticos, novas terminologias foram surgindo, dentre elas temos a Aromaterapia. Essa Prática Integrativa já foi citada na literatura em 1937 e 1964, só recentemente tem sido mais implementada como terapêutica, sendo reconhecida oficialmente no Brasil somente em 2018. A Aromaterapia é uma prática terapêutica que utiliza óleos essenciais 100% naturais e puros, de origem botânica conhecida e composição química completa, de acordo com o método de extração (WOLFFENBÜTTEL, 2016).

#### Justificativa

Com a implantação, em 2006, no Brasil da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterapia e, paralelamente, da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, da qual faz parte a Fitoterapia e a Aromaterapia, está cada vez mais acentuado o interesse e o uso dessas práticas no cuidado com a saúde. Desta forma, é importante inserir no meio acadêmico a temática da Fitoterapia e Aromaterapia, do ponto de vista científico, pois é possível observar que muitas pessoas leigas ou mesmo

profissionais da saúde que trabalham com as Práticas Integrativas e terapeutas alternativos, que buscam em plantas e nos óleos essenciais um complemento para suas terapias, sabem muito pouco sobre a síntese desses compostos químicos pela planta, qual a sua real composição química, de que maneira são extraídos os compostos e a quantidade de material vegetal necessário para obtenção do óleo essencial puro, além disso, observa-se um descuido em relação à toxicidade. A oferta de oficinas e/ou cursos sobre essa temática, sendo abordada de forma científica e levando sempre em consideração os conhecimentos tradicionais irá somar aos conhecimentos adquiridos durante a formação acadêmica, proporcionando ao estudante bolsista, assim como outros participantes um olhar holístico ao processo saúde-doenças e para o ambiental-botânico na produção de princípios ativos vegetais.

### Objetivo Geral

Realizar ações educativas através da oferta de oficinas e/ou cursos sobre Fitoterapia e Aromaterapia.

### Objetivos Específicos

- Preparar e realizar uma série de cursos e oficinas de extensão com temas de base científica e cultural relacionados à Fitoterapia e Aromaterapia.
- Oferta da oficina e/ou curso de 8 horas sobre Fitoterapia: conceito, grupos químicos, extração, aplicação e legislação.
- Oferta da oficina de 8 horas sobre preparo de Pomadas, Tinturas, Xaropes, Garrafas e Extratos.
- Oferta da oficina e/ou curso de 8 horas sobre Óleos essenciais: extração, síntese, aplicação e legislação.
- Oferta da oficina e/ou curso de 8 horas sobre Aromaterapia: formas de aplicação e percepção neurológica.
- Oferta da oficina de 8 horas sobre Cosméticos naturais: cremes e óleos para massoterapia usando óleos essenciais.

### Metodologia

Primeiramente deverá ser realizado uma revisão de literatura aprofundada, com discussões semanais com o orientador sobre os temas de Fitoterapia e Aromaterapia. Logo, os temas serão aprofundados nas temáticas pré-selecionadas para as ofertas dos cursos e/ou oficinas: - Fitoterapia: conceito, grupos químicos, extração, aplicação e legislação; - Preparo de Pomadas, Tinturas, Xaropes, Garrafas e Extratos; - Óleos essenciais: extração, síntese, aplicação e legislação; - Aromaterapia: formas de aplicação e percepção neurológica; - Cosméticos naturais: cremes e óleos para massoterapia usando óleos essenciais. Para a realização dos cursos e/ou oficinas, os participantes do projeto irão estudar, preparar o material para oferta dos mesmos e providenciar meios de divulgação do eventos, que a princípio serão realizados no campus Paulo Freire, podendo ser realizados em outros locais, como escolas, a depender do interesse. A oficinas serão

ofertadas pelos estudantes bolsistas de BAP, com o auxílio da orientadora e de participantes do grupo de Pesquisa Biodiversidade e Saúde.

### Resultados esperados

Espera-se que o estudante adquira conhecimento sobre o assunto - com validação científica, mas sempre levando em consideração os valores e conhecimentos tradicionais - sendo capaz de transmiti-lo (com o auxílio do orientador); se sensibilize quanto à importância das plantas medicinais e o uso das Práticas integrativas, em especial Fitoterapia e Aromaterapia e estimule o seu uso no cuidado básico de saúde. Também, que os participantes sejam sensibilizados, aproveitem as informações adquiridas e seja propaguem as Práticas Integrativas, que possuem um papel importante na interação com a comunidade, passando a eles uma sensação de receptividade e cuidado maior. Muitas vezes momentos de conversas e a prática de escuta já são suficientes para a melhoria de enfermidades, especialmente as de cunho psicossocial dessas pessoas.

### Referências

AMORIM, L. L. S. Saúde e meio ambiente: a política nacional de práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde-atitude e ampliação do acesso: uma questão de direito. 2014. LEAL, F.; SCHWARTSMANN, G.; LUCAS, H. S. Medicina complementar e alternativa: uma prática comum entre os pacientes com câncer. Revista da Associação Médica Brasileira, v. 54, n. 6, p. 481-482, 2008. Ministério da Saúde. Anais da 8ª Conferência Nacional de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 1987. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. Política e Programa Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos. Brasília, 2016. Ministério da Saúde (MS). Ministério da Saúde Inclui 10 novas Práticas Integrativas. In: <http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/42737-ministerio-da-saude-inclui-10-novas-praticas-integrativas-no-sus>. Acesso em 05 de julho de 2018. Organização Mundial da Saúde (OMS). Estratégia da OMS Sobre Medicina Tradicional. 2002-2005 Genebra: OMS; 2002. SIMÕES, C.M.O.; SCHENKEL, E.P.; MELLO, J.C.P.; MENTZ, L.A.; PETROVICK, P.R. Farmacognosia: do produto natural ao medicamento. Porto Alegre: Artmed, 2017. WOLFFENBÜTTEL, A.N. Base da química dos óleos essenciais e aromaterapia: abordagem técnica científica. Belo Horizonte: Editora Laszlo, 2016. YUNES, R. A.; PEDROSA, R. C.; CECHINEL FILHO, V. Fármacos e fitoterápicos: a necessidade do desenvolvimento da indústria de fitoterápicos e fitofármacos no Brasil. Química nova, v. 24, n. 1, p. 147-152, 2001.