

Aromaterapia Com Óleo essencial de Ylang-Ylang (*Cananga Odorata*) e percepção de Bem-Estar em Mulheres Climatéricas

Maria da Conceição Ferreira Baia¹, Edna Maria Lemos e Silva Gualberto²;
Claudia Chagas de Pontes³;

¹ Socióloga, Aromaterapeuta. Especialista Terapias Holísticas, Faculdade Estratego e-mail: concebaia@gmail.com, ²-Bacharel em Letras, especialista em Terapias Holísticas Faculdade Estratego - e-mail: edna_gualberto@yahoo.com.br, ³ Bacharel em Ciências Sociais – Universidade da Amazônia – UNAMA. E-mail: claudiacpontes@gmail.com

Palavras-Chave: Aromaterapia, Óleos Essenciais, Ylang-ylang, Climatério, Práticas Integrativas Complementares

A aromaterapia utilizando o óleo essencial de *ylang-ylang* tem sido referida na literatura científica como contribuindo para minimizar sintomas de ansiedade e melhorar a sensação de bem-estar. O presente artigo verificou a percepção de melhoria dos sintomas manifestos por mulheres em climatério. Estudo transversal, qualitativo, descritivo num período de 60 dias de aromaterapia com o óleo de *ylang-ylang*, com o atendimento de 15 mulheres na faixa etária de 40 a 65 anos. Os resultados indicam percepção de bem-estar em mulheres climatéricas que manifestaram plenitude e desejo de continuar a viver, independente dos sintomas manifestos, pois aprenderam a se aceitar como mulheres.

As questões objetivas do questionário clínico foram redigidas em linguagem simples, foram abordados sintomas do climatério, buscando-se saber se presentes ou ausentes. Depois, questionado pela terapeuta, fez-se o registro da percepção do bem-estar das sensações/emoções e também dos aspectos físicos relatados pelas mulheres, que usaram o óleo essencial de ylang ylang durante a semana e logo após a sessão terapêutica. E, nesse momento, as pesquisadoras questionavam sobre melhora ou não dos sintomas e quais as emoções/sensações de bem-estar percebidas por essas mulheres. O questionário clínico da pesquisa apresenta relação de sinais e sintomas que se assemelham aqueles pesquisados por Kwak, Park e Kang (2014), mas estes autores expandiram seu questionamentos para níveis de conhecimentos da mulher sobre a menopausa, sobre as atitudes diante dos sintomas e como a mulher de meia-idade em atividade econômica ativa administrava a sintomatologia e o seu dia-a-dia profissional. Pelos resultados da pesquisa desenvolvida com o uso do óleo ylang-ylang (*Cananga odorata*) foi possível registrar que o tratamento ameniza os sintoma e a manifestação emocional foi significativa, pela percepção de bem-estar em mulheres climatéricas que manifestaram plenitude e desejo de continuar a viver, independente dos sintomas manifestos, pois aprenderam a se aceitar como mulheres.

1-BALDOUX, D. O grande manual da aromaterapia de Dominique Baldoux; Edit. Laszlo, 2018.

2-DAMIAN, P.; DAMIAN, Kate. Aromaterapia-Aroma e psique. O uso dos óleos essenciais para o bem-estar psicológico e físico. Belo Horizonte: Editora Laszlo, 2018.

3-LAVABRE, M. Aromaterapia: A cura pelos óleos essenciais BH: Editora Laszlo, 2018.

4-WOLFFENBÜLTEL, A. N. Base da Química dos Óleos Essenciais e Aromaterapia: Abordagem técnica e científica. 2ª ed. ampl. BH/MG: Laszlo, 2016. 466 p.

5-MIRANDA, J. S.; FERREIRA, M.L. S.; CORRENTE, J. E. Qualidade de vida em mulheres no climatério atendidas na Atenção Primária. Rev Bras Enferm. 2014 set-out;67(5):803-9.



10º Simpósio Brasileiro de Óleos Essenciais
23 a 25 de Outubro de 2019
Brasília - DF

ISBN
978-85-66836-26-4

7-TAN, L. T. H.; LEE, L. H.; Yin, W. F. et al. Traditional Uses, Phytochemistry, and Bioactivities of *Cananga odorata* (Ylang-Ylang). Evid Based Complement Alternat Med. 2015: ID 896314.