

AROMATERAPIA

PROEX II, CURSOS DE BIOMEDICINA E FARMÁCIA

RESUMO

A aromaterapia, que utiliza os aromas naturais das plantas, é uma alternativa acessível e eficaz para o cuidado da saúde. Os óleos essenciais, extraídos de plantas, possuem propriedades calmantes, analgésicas, anti-inflamatórias e estimulantes. O presente projeto de extensão teve como objetivo investigar o conhecimento, a utilização e a receptividade da comunidade em relação à aromaterapia como prática terapêutica complementar. O projeto também proporcionou uma interação enriquecedora entre a universidade e a comunidade.

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A aromaterapia é uma prática que utiliza óleos essenciais no cuidado a saúde. Benefícios como alívio da ansiedade, melhora do sono, alívio de dores musculares são observados no uso óleos essenciais. Este projeto foi conduzido por acadêmicos dos cursos de Biomedicina e Farmácia do Centro Universitário Unibrasil, e destacou a importância da aromaterapia e o emprego correto e seguro dos óleos essenciais.

OBJETIVO

A iniciativa teve como foco principal disseminar informações seguras e acessíveis sobre os usos, benefícios e possíveis riscos dos óleos essenciais, destacando a importância da correta aplicação, diluição e contraindicações, especialmente em casos de comorbidades como epilepsia, disfunções renais, hepáticas e hipertensão. Por meio da aplicação de um questionário, pretendeu-se ainda traçar o perfil dos participantes quanto ao grau de familiaridade com a aromaterapia, experiências prévias, formas de uso mais frequentes e efeitos percebidos, tanto benéficos quanto adversos.

MATERIAL E MÉTODO

Questionário

Intervenção

Folder

Óleo de massagem

INTERVENÇÕES REALIZADAS

Questionário: levantamento do conhecimento e interesse em utilizar OE

Intervenção como base na entrevista

Folder: informações sobre uso e segurança de OE

EVIDÊNCIAS



Figura 1: produção de óleo de massagem



Figura 2: Aplicação do questionário

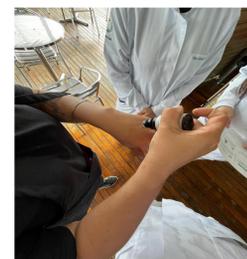


Figura 3: Intervenção



Figura 4: Intervenção

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados coletados por meio do questionário permitiram uma análise do nível de conhecimento da comunidade sobre a aromaterapia, evidenciando tanto o interesse crescente quanto a necessidade de maior orientação e informação segura acerca do uso de óleos essenciais. Foi possível observar uma variedade de formas de utilização, bem como diferentes percepções sobre os efeitos da prática, o que reforça a importância de ações educativas que promovam o uso consciente e seguro desses recursos. As informações levantadas contribuem para o fortalecimento das práticas integrativas e complementares em saúde, oferecendo subsídios para o desenvolvimento de estratégias de conscientização e promoção do bem-estar físico e emocional da população.