



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE ALTAMIRA
FACULDADE DE MEDICINA**

HUGO FELIPE ALVES BARROS

**TENDÊNCIAS E PERSPECTIVAS: UMA REVISÃO NARRATIVA SOBRE OS
BENEFÍCIOS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS COMO AUXÍLIO NO
TRATAMENTO DO AUTISMO**

**ALTAMIRA
2024**

HUGO FELIPE ALVES BARROS

**TENDÊNCIAS E PERSPECTIVAS: UMA REVISÃO NARRATIVA
SOBRE OS BENEFÍCIOS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS COMO
AUXÍLIO NO TRATAMENTO DO AUTISMO**

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
como requisito à Faculdade de Medicina da
UFPA, Campus de Altamira, como requisito
parcial para a obtenção de grau de Bacharelado
em Medicina.**

**Orientador (a): Prof. Dr. Luís Antônio Loureiro
Maués**

**ALTAMIRA
2024**

HUGO FELIPE ALVES BARROS

**TENDÊNCIAS E PERSPECTIVAS: UMA REVISÃO NARRATIVA SOBRE OS
BENEFÍCIOS POTENCIAIS DOS ÓLEOS ESSENCIAIS COMO AUXÍLIO DO
TRATAMENTO DO AUTISMO**

**Trabalho de Conclusão de Curso apresentado para a obtenção de grau de
Bacharelado em Medicina pela Universidade Federal do Pará.**

Aprovado em: ____/____/____

Conceito: _____

Banca examinadora

Prof. Dr. Luis Antônio Loureiro Maués

Orientador

Profa. Dra. Karynne de Nazaré Lins de Brito

Nome/ Instituição

Prof. Dr. Allan Costa Malaquias

Nome/ Instituição

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

A474t Alves Barros, Hugo Felipe.

Tendências e perspectivas: Uma revisão narrativa sobre os benefícios dos óleos essenciais como auxílio no tratamento do autismo / Hugo Felipe Alves Barros. — 2019.
Ix, 27 f.

Orientador(a): Prof. Dr. Luís Antônio Loureiro Maués
Trabalho de Conclusão (Graduação) - Universidade Federal do Pará, Campus Universitário de Altamira, Faculdade de Medicina, Altamira, 2019.

1. Autismo. 2. Óleos Essenciais. I. Título.

CDD 616.85882

Dedico este trabalho de conclusão de curso com gratidão e amor aos meus pais, Fábio da Silva Barros e Alcimara Alves Barros; à minha esposa, Tamiris Lira Barros; e aos meus irmãos, Leandro Alves Barros e Fábio Júnio Alves Barros. Vocês foram fundamentais em minha jornada, oferecendo apoio e incentivo em cada etapa da minha formação pessoal e acadêmica.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, ao Pai Celestial, por todas as bênçãos que me concedeu, pela saúde e pela orientação constante em minha jornada. Sou grato por ter me proporcionado a oportunidade de cursar Medicina na cidade de Altamira, onde meu sonho se tornou realidade e onde encontrei um caminho repleto de aprendizado e crescimento.

A minha família merece um agradecimento especial; vocês são a minha base sólida e o meu maior suporte. Com amor e dedicação, me fortaleceram e me inspiraram todos os dias, oferecendo apoio financeiro e emocional em cada etapa da minha jornada acadêmica. Sem vocês, nada disso seria possível.

Sou também grato à UFPA e à FAMED-Altamira, pois essas instituições não apenas concretizaram meu sonho, mas também se tornaram meu lar ao longo de seis anos de intenso aprendizado e formação.

Por último, expresso minha sincera gratidão aos meus docentes, especialmente ao meu orientador, Prof. Dr. Luis Antônio Loureiro Maués. Agradeço por ter aceitado o convite para fazer parte da construção desta monografia e pela oportunidade de ser seu orientando. Seu conhecimento, paciência e incentivo foram fundamentais para meu crescimento acadêmico e pessoal.

A todos vocês, meu eterno agradecimento. Este trabalho é um reflexo do amor e do apoio que sempre recebi.

LISTA DE SIGLAS

TEA – Transtorno do Espectro Autista

PICS – Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

DSM-5 - Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais

CDC- Centers for Disease Control and Prevention

RESUMO

O Autismo também conhecido como Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio neurológico e tem um impacto significativo no desenvolvimento e no desempenho social, comunicativo e comportamental de indivíduos em todo o mundo. Este estudo consiste em uma revisão narrativa que investiga os potenciais benefícios dos óleos essenciais como um tratamento complementar no alívio dos sintomas em pessoas com TEA. Analisando estudos anteriores, verificou-se que os óleos essenciais possuem propriedades terapêuticas, incluindo efeitos sensoriais, anti-inflamatórios, ansiolíticos e calmantes. Neste trabalho mostramos que a utilização desses óleos pode representar uma alternativa promissora no manejo dos sintomas do autismo, contribuindo para uma melhora na qualidade de vida das pessoas afetadas por esse transtorno do neurodesenvolvimento.

Palavras-chave: Óleos essenciais, autismo, terapia complementar.

ABSTRACT

Autism, also known as Autism Spectrum Disorder (ASD), is a neurological disorder and has a significant impact on the development and social, communicative and behavioral performance of individuals around the world. This study consists of a narrative review that investigates the potential benefits of essential oils as a complementary treatment in relieving symptoms in people with ASD. Analyzing previous studies, it was found that essential oils have therapeutic properties, including sensory, anti-inflammatory, anxiolytic and calming effects. In this work we show that the use of these oils can represent a promising alternative in managing the symptoms of autism, contributing to an improvement in the quality of life of people affected by this neurodevelopmental disorder.

Keywords: Essential oils, autism, complementary therapy.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. OBJETIVOS.....	13
2.1. Objetivo geral	13
2.2. Objetivos específicos	13
3. METODOLOGIA	14
4. REVISÃO DA LITERATURA	15
4.1. Autismo: Uma Visão Geral.....	15
4.2. Políticas nacionais integrativas no Brasil	18
4.3. Considerações Éticas e Práticas.....	19
4.4. Óleos Essenciais: Conceitos e Propriedades	20
4.5. Abordagem terapêutica dos óleos essenciais no autismo	21
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS	26

1. INTRODUÇÃO

O distúrbio neurológico conhecido como autismo tem um impacto significativo no desenvolvimento e no desempenho social, comunicativo e comportamental de indivíduos em todo o mundo. A compreensão das necessidades e desafios enfrentados por indivíduos com autismo é uma tarefa que requer uma abordagem humanista e integrativa para tratar o indivíduo de forma integral, considerando seus aspectos emocionais, comportamentais e cognitivos. Embora existam tratamentos convencionais, como terapia comportamental e intervenções educacionais, a busca por abordagens complementares continua a ser uma área de interesse e pesquisa.

Nesse contexto, os óleos essenciais têm despertado crescente interesse como uma opção terapêutica potencialmente benéfica para auxiliar no tratamento de distúrbios neurológicos. Trata-se de substâncias naturais altamente concentradas, extraídas de plantas medicinais, que possuem propriedades aromáticas e terapêuticas.

Pesquisas recentes indicam que os óleos essenciais podem resultar em efeitos positivos no tratamento do autismo, em alguns casos, manifestando resultados promissores quanto ao uso de óleos essenciais para ajudar a reduzir a ansiedade, promover a calma e melhorar a qualidade do sono. Acredita-se que esses óleos possam ter propriedades neuroprotetoras e anti-inflamatórias que podem ser relevantes para a saúde cerebral e a função cognitiva. (NASCIMENTO; PRADE, 2020).

A partir dessas considerações, o presente estudo propõe realizar uma abordagem teórica por meio de uma revisão narrativa com o objetivo de analisar as produções científicas existentes sobre os possíveis benefícios dos óleos essenciais no tratamento do Autismo. Com tal finalidade, é necessário avaliar as evidências, identificar possíveis falhas de conhecimento e prover informações relevantes para aqueles que buscam intervenções terapêuticas eficazes e seguras para melhorar a qualidade de vida do indivíduo com autismo.

Desta forma, nosso objetivo propõe uma apreciação crítica dessa abordagem terapêutica, vislumbrando orientar futuras investigações na área, tendo em vista que o autismo é um transtorno que afeta aproximadamente 1 (uma) em cada 36 (trinta e seis) crianças, conforme estatísticas do Centers for Disease Control and Prevention (CDC), ou seja demonstra uma alta incidência, e há uma busca crescente por tratamentos auxiliares, entre os quais a aromaterapia com óleos essenciais pode ser benéfica no auxílio e alívio dos sintomas associados ao Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Esperamos que essa pesquisa venha contribuir com evidências que possam direcionar futuras investigações na área, abrindo caminho para intervenções terapêuticas mais abrangentes e individualizadas que melhorem a qualidade de vida das pessoas com autismo. Espera-se, assim, contribuir para a compreensão e desenvolvimento de práticas terapêuticas mais efetivas e integrativas.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo geral

Realizar uma revisão narrativa sobre os potenciais benefícios dos óleos essenciais como tratamento complementar no alívio dos sintomas em pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

2.2. Objetivos específicos

Identificar se os óleos essenciais podem ser uma alternativa viável como tratamento complementar para o autismo

Fazer análise de quais óleos essenciais apresentam efeitos positivos sobre o autismo.

Fazer uma análise crítica dos artigos encontrados

3. METODOLOGIA

Este trabalho consiste em uma revisão de literatura destinada a avaliar a eficácia do uso de óleos essenciais como terapia em indivíduos com autismo. A metodologia foi desenvolvida através de uma pesquisa descritiva de natureza qualitativa. A seguir, apresenta-se os passos metodológicos que foram seguidos:

Primeiramente, foi definido o escopo da pesquisa, com o objetivo principal de avaliar se a aromaterapia com óleos essenciais pode beneficiar pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Buscou-se selecionar fontes de dados científicos nacionais e internacionais, incluindo SCIELO, Google Acadêmico e PubMed. Para o processo de revisão da literatura, foi utilizado a busca por palavras-chave como "óleos essenciais" e "autismo", bem como suas traduções em inglês, "*essential oil*" e "*autism spectrum disorder*". Ademais, foram incluídos estudos que abordam a utilização de óleos essenciais em indivíduos com TEA, além de pesquisas que investigam comorbidades associadas, tais como Deficiência Intelectual, Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), Epilepsia e Ansiedade e estudos que abordam sobre a aromaterapia como tratamento integrativo e complementar.

Como critérios de inclusão, optou-se por selecionar estudos que examinam a relação entre óleos essenciais e autismo, além daqueles que exploram o impacto dos óleos essenciais nas comorbidades mencionadas. A revisão de literatura incluiu uma análise crítica dos estudos selecionados, levando em consideração a qualidade metodológica, validade dos instrumentos de medida e outros aspectos relevantes. Essa análise baseou-se na perspectiva e expertise do pesquisador.

Como critérios de exclusão, não foram adotados os artigos publicados em línguas estrangeiras que não inglês ou espanhol e os artigos que se apresentavam incompletos.

4. REVISÃO DA LITERATURA

4.1. Autismo: Uma Visão Geral

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Ele representa um desafio significativo para pais, cuidadores e profissionais de saúde, impactando profundamente o desenvolvimento cerebral e influenciando a comunicação, o comportamento social e as interações emocionais. As principais manifestações incluem déficits na comunicação e na interação social, dificuldade de compreensão e expressão emocional, além de limitações na formação de vínculos sociais. Indivíduos com TEA também podem apresentar comportamentos repetitivos e estereotipados, além de um repertório restrito de interesses e atividades (BRASIL,2024).

De acordo com Viana (2020), no passado, o autismo era diagnosticado de maneiras diversas, sendo frequentemente caracterizado como uma forma de psicose ou esquizofrenia infantil. Contudo, com o avanço da medicina e do conhecimento científico, a definição de autismo tornou-se mais precisa e consolidada.

Atualmente, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) apresenta um diagnóstico mais criterioso e concreto para o autismo, classificando-o dentro dos Transtornos do Espectro Autista (TEA). Esta classificação abrange uma gama de transtornos que incluem prejuízos na interação social, na comunicação e no comportamento (VIANA, 2020).

O diagnóstico do Transtorno do Espectro Autista (TEA) geralmente é estabelecido entre os 2 e 3 anos de idade, embora sinais de alerta no neurodesenvolvimento possam ser percebidos nos primeiros meses de vida (FERNANDES; TOMAZELLI; GIRIANELLI, 2020). Muitos especialistas defendem a necessidade de melhorias no diagnóstico precoce do TEA, para que as intervenções possam ser iniciadas o quanto antes. As dificuldades no diagnóstico são atribuídas à subjetividade do TEA, já que cada indivíduo apresenta comportamentos e níveis de manifestação diferentes (VIANA, 2020).

A prevalência do autismo tem aumentado significativamente nas últimas décadas. Segundo dados da CDC (Centers for Disease Control and Prevention), em 2023 estimou-se 1(um) caso a cada 36 (trinta e seis) crianças, sendo utilizado como referência global. No Brasil, ainda não temos estimativas específicas, contudo no último Censo Demográfico realizado no Brasil no ano de 2022, conduzido pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), foi incluído pela primeira vez uma pergunta específica sobre o autismo com o intuito de fazer

um levantamento sobre a ocorrência de TEA na população brasileira. Não obstante, as referências quanto às causas do TEA ainda são desconhecidas, porém, pesquisas recentes descrevem que há evidências de que sua origem seja pertinente a anormalidades em múltiplas regiões do cérebro, tendo a possibilidade de estar relacionada a natureza genética ou não (SILVA *et al.*, 2019).

Segundo Genovese (2023), as condições comportamentais e psiquiátricas no autismo, influenciadas pela genética, impactam significativamente as avaliações clínicas, o aconselhamento, os diagnósticos, as intervenções terapêuticas e as abordagens de tratamento. O diagnóstico diferencial do Transtorno do Espectro Autista (TEA) inclui outros distúrbios invasivos do desenvolvimento, como a síndrome de Asperger, a síndrome de Rett, transtornos desintegrativos e quadros não especificados (DSM-5, 2014).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), os sintomas pertinentes ao TEA englobam padrões restritos e repetitivos de comportamento e interesses por atividades específicas. Os comportamentos repetitivos no TEA podem estender-se a vocalizações recorrentes, como a repetição de certos sons, palavras ou frases, focalização em tópicos de interesse especial, comportamentos rígidos, como uma insistência inflexível em seguir rotinas específicas na vida cotidiana, e movimentos ritualísticos estereotipados, como agitar ou rotacionar simetricamente as mãos, balançar o corpo ou girar objetos.

Além desses sintomas, é importante destacar que o TEA é classificado em diferentes graus de severidade: leve, moderado e grave. Indivíduos com autismo considerado leve podem ter dificuldades em estabelecer interações sociais, mas geralmente conseguem se comunicar verbalmente e participar de atividades diárias com pouca assistência, pois mesmo manifestando comportamentos repetitivos e interesses restritos, são capazes de adaptar-se aos ajustes do cotidiano diante de um suporte adequado.

Quanto aos indivíduos com autismo moderado, estes demandam continuamente de um maior nível de suporte para desenvolver sua rotina. Pois estas pessoas podem ter dificuldades significativas na comunicação verbal, social, e comportamentos repetitivos mais acentuados. Neste caso, processos de adaptação a mudanças podem ser mais desafiadores, e o suporte é essencial para garantir a realização de atividades diárias.

O nível de Autismo grave apresenta dificuldades severas na comunicação e interação social, muitas vezes não se comunicando verbalmente. Os comportamentos repetitivos e os interesses restritos são intensos, e a adaptação a qualquer mudança pode ser extremamente

difícil e estão mais suscetíveis a crises. Eles necessitam de suporte substancial para realizar atividades cotidianas como também para manter sua segurança e o bem-estar.

Esses graus de severidade ajudam a orientar o diagnóstico, o planejamento do tratamento e as intervenções personalizadas, permitindo um melhor atendimento às necessidades individuais dos pacientes com TEA.

Os déficits na autorregulação emocional são frequentes no autismo e podem intensificar sentimentos de raiva, levando a comportamentos agressivos. Adicionalmente, dificuldades na cognição social, como avaliações imprecisas ou mal-entendidos das intenções alheias, também podem desencadear agressividade. Isso ressalta a complexidade e diversidade das associações comportamentais, psiquiátricas e genéticas no transtorno do espectro autista (GENOVESE, 2023).

Após o diagnóstico, o tratamento do Transtorno do Espectro Autista (TEA) acarreta uma diversificação de métodos terapêuticos utilizados para se adaptar às necessidades individuais de cada paciente. Por exemplo, para indivíduos com maior comprometimento na comunicação, a terapia da fala pode ser uma prioridade, enquanto para aqueles com dificuldades sensoriais, a terapia ocupacional pode ser mais relevante. Cabe destacar que essas terapias intencionam além da redução dos sintomas mais severos, buscar promover o desenvolvimento de habilidades sociais, o que inclui aspectos relacionados à comunicação e comportamento. São amplamente utilizadas na terapia comportamental, na terapia da fala, na terapia ocupacional e em intervenções educacionais especializadas (FERNANDES, 2024).

Outro aspecto relevante é a procura pelo bem-estar relacionado a adaptação do ambiente de convívio para prover as necessidades específicas do indivíduo com TEA. No caso do ambiente doméstico é preciso reajustes para lidar com sensibilidades sensoriais, assim como a aplicação de rotinas previsíveis e esquematizadas podem ajudar em processos de mudanças e imprevistos. É importante destacar a dificuldade de encontrar os serviços adequados para auxiliar as famílias e cuidadores, já que o acesso a terapias especializadas, apoio educacional e serviços de saúde mental pode ser limitado em algumas regiões. Isso demanda tempo, esforço e recursos financeiros para localizar e acessar os recursos necessários (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2024).

Aprender sobre o autismo e suas características ajuda as famílias a entenderem melhor as necessidades do indivíduo e a tomar decisões informadas. Ter uma rede de apoio sólida, incluindo familiares, amigos e grupos de apoio ao autismo, oferece suporte emocional e prático. Logo, cuidar do bem-estar físico e emocional da família é essencial. A terapia familiar pode

fortalecer os relacionamentos, melhorar a comunicação e desenvolver estratégias eficazes para lidar com o autismo em casa (ABRA, 2024).

4.2. Políticas nacionais integrativas no Brasil

Atualmente, é oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS) por meio de uma rede de cuidados que envolve Centros de Reabilitação e Centros de Atenção Psicossocial Infantil (CAPSi), um atendimento especializado para pessoas com TEA. Tais unidades contam com uma equipe multidisciplinar em que além de psicólogos e psiquiatras, fonoaudiólogos e terapeutas ocupacionais, fornecem suporte integral ao paciente ao longo do tratamento. O suporte psiquiátrico se faz necessário quando o autismo é mais grave ou associado com outros transtornos de saúde mental, para o suporte especializado, garantindo continuidade no acompanhamento. Além disso, o SUS se disponibiliza com um apoio multiprofissional com terapias ocupacionais para desenvolvimento com habilidades sociais e motoras, fonoaudiologia para desenvolvimento na comunicação, psicoterapia e intervenções comportamentais, em algumas situações fisioterapia, assegurando uma abordagem completa e integrativa (NASCIMENTO *et al.*, 2015).

A política nacional integrativa no Brasil tem suas raízes na valorização das práticas de saúde complementares e integrativas (PICS)¹, reconhecendo a importância de integrar abordagens tradicionais, complementares e integrativas aos serviços de saúde convencionais. Essa abordagem busca promover o cuidado integral e multidimensional do paciente, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais, mentais e espirituais da saúde.

No contexto específico do autismo, as evidências sobre o uso de óleos essenciais estão alinhadas com os princípios da política nacional integrativa ao oferecer uma opção terapêutica complementar que aborda não apenas os sintomas físicos, mas também os aspectos emocionais e comportamentais associados ao transtorno. A inclusão dessas terapias integrativas amplia as opções disponíveis para o tratamento do autismo, permitindo uma abordagem mais individualizada e centrada no paciente.

¹ As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde -PICS, como são conhecidas no Brasil, fazem parte das práticas denominadas pela OMS de Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas -MTCI. As MTCI se referem a um amplo conjunto de práticas de cuidado em saúde que podem variar de país a país e das práticas instituídas no sistema convencional de saúde (AMADO, 2020, p.273)

Destarte, as evidências científicas sobre os benefícios dos óleos essenciais no autismo contribuem para o reconhecimento dessas práticas junto aos profissionais de saúde, promovendo uma maior aceitação e integração dessas terapias nos sistemas de saúde convencionais. Isso pode resultar em uma maior acessibilidade e equidade no acesso a diferentes formas de cuidado de saúde para indivíduos com autismo em todo o país. Analisa-se que a inclusão de terapias integrativas como a aromaterapia na política nacional de saúde pode promover uma abordagem mais holística e centrada no paciente, reconhecendo a importância de considerar o indivíduo como um todo em seu processo de tratamento e recuperação. Isso pode levar a uma melhoria na qualidade de vida e bem-estar das pessoas com autismo, bem como uma maior satisfação com os serviços de saúde recebidos.

Portanto, as evidências sobre o uso de óleos essenciais no tratamento do autismo desempenham um papel significativo na genealogia da política nacional integrativa, ao promover uma abordagem mais ampla e inclusiva da saúde, que valoriza a diversidade de práticas terapêuticas e reconhece a importância de abordar as necessidades individuais de cada paciente.

4.3. Considerações Éticas e Práticas

O uso de óleos essenciais no tratamento do autismo levanta questões éticas e práticas importantes. Ao considerar essa abordagem terapêutica, é fundamental priorizar a segurança e a eficácia, bem como a ética em relação ao bem-estar dos pacientes. Consultar profissionais de saúde qualificados é essencial antes de iniciar qualquer tratamento com óleos essenciais, especialmente ao lidar com pessoas com autismo, devido à sua sensibilidade e necessidades individuais.

Outro ponto em questão a ser considerado é a qualidade e pureza dos óleos essenciais. Tendo em vista, que optar por produtos de alta qualidade e livres de adulterações é imprescindível para garantir a eficácia do tratamento e evitar potenciais riscos à saúde. Logo, produtos considerados de baixa qualidade podem conter substâncias nocivas e desencadear reações alérgicas ou outros efeitos adversos (ENDRIS, 2007).

Destarte, quanto ao uso é importante diluir adequadamente os óleos essenciais antes da aplicação na pele, especialmente em crianças com pele sensível ou aqueles que têm algum tipo de sensibilidade na pele. Seguir as orientações recomendadas é crucial para evitar adversidades. Além disso, a escolha dos óleos também deve ser feita com cautela e sob orientação de um

profissional da saúde, levando em consideração as propriedades individuais de cada óleo e as necessidades específicas do paciente com autismo (MONIZ, 2022).

Durante o uso dos óleos essenciais, é essencial realizar um monitoramento contínuo das reações e respostas do paciente. O procedimento de integração dos óleos essenciais a intervenções deve ser visto como complementos terapêuticos, não como substitutos, para garantir um plano abrangente e eficaz de tratamento das práticas terapêuticas convencionais comprovadas, como terapia comportamental ou ocupacional. Em resumo, o uso de óleos essenciais no tratamento do autismo requer uma abordagem cuidadosa, ética e baseada em evidências para garantir a segurança e a eficácia desse tipo de intervenção terapêutica.

Quanto aos profissionais de saúde, ressalta-se a indispensabilidade do treinamento adequado sobre o uso seguro e eficaz de óleos essenciais no contexto do autismo. Aos pais e cuidadores são necessárias orientações claras sobre como incorporar os óleos essenciais de maneira adequada e segura na rotina diária de cuidados, visando adequar-se a singularidade de cada pessoa com autismo, assim proporcionando a personalização do tratamento, de acordo com as características individuais do paciente, buscando alcançar os resultados positivos e significativos.

Desta maneira, pode-se afirmar que, haja visto que os óleos essenciais demonstrem potencial como uma abordagem terapêutica promissora no auxílio do autismo, é crucial que a prática clínica seja fundamentada em evidências sólidas e considerações éticas integradas nas pesquisas contínuas, na integração cuidadosa com intervenções convencionais, como também na personalização do tratamento e possíveis explorações de novos óleos visando maximizar os benefícios e minimizar os riscos associados ao uso de óleos essenciais no TEA.

4.4. Óleos Essenciais: Conceitos e Propriedades

Os óleos essenciais são substâncias naturais extraídas de plantas aromáticas que possuem propriedades terapêuticas e são amplamente utilizadas na prática da aromaterapia. Esses óleos obtidos através de diversos métodos de extração, como destilação a vapor, prensagem a frio ou extração por solventes, são altamente concentrados, e consistem em uma variedade de compostos bioativos (BUCKLE, 2018).

Cada óleo essencial possui uma composição química única, o que confere a ele propriedades específicas. Por exemplo, o óleo essencial de lavanda é conhecido por suas propriedades relaxantes e calmantes, enquanto o óleo essencial de hortelã-pimenta é valorizado por suas propriedades estimulantes e revigorantes. Essas propriedades terapêuticas são

atribuídas aos compostos químicos presentes nos óleos essenciais, como terpenos, aldeídos, ésteres e cetonas (BUCKLE, 2018).

A aromaterapia é uma forma de terapia complementar que utiliza os óleos essenciais para promover a saúde e o bem-estar. Essa prática envolve a inalação dos óleos essenciais, seja através de difusores, inaladores pessoais ou por meio de massagens e banhos terapêuticos. Acredita-se que os óleos essenciais possam atuar através do sistema olfativo e afetar áreas do cérebro relacionadas às emoções, ao humor e ao relaxamento. Além disso, podem ter uso tópico, essas substâncias podem ter efeitos diretos nos tecidos e células do corpo, influenciando processos fisiológicos (BUCKLE, 2018).

Cientistas têm investigado os efeitos dos óleos essenciais em diversas condições de saúde, incluindo o alívio do estresse, ansiedade, depressão, insônia, dores musculares e articulares, entre outros (CAIXETA, 2023). Pesquisas também têm explorado o potencial dos óleos essenciais em estimular o sistema imunológico e promover a saúde da pele. No entanto, é importante destacar que a qualidade dos óleos essenciais e sua dosagem adequada são aspectos cruciais a serem considerados para garantir sua eficácia e segurança. (ENDRIS, 2007)

Embora os óleos essenciais ofereçam uma variedade de benefícios terapêuticos, é essencial usá-los com cautela. Alguns óleos podem causar irritações na pele ou reações alérgicas em certas pessoas, especialmente quando aplicados diretamente sobre a pele sem diluição adequada. Ademais, a ingestão de óleos essenciais deve ser evitada, pois muitos deles são altamente concentrados e podem ser tóxicos se consumidos em grandes quantidades. Portanto, é fundamental seguir as orientações de uso seguro e consultar um profissional de saúde qualificado ao utilizar óleos essenciais para fins terapêuticos.

4.5. Abordagem terapêutica dos óleos essenciais no autismo

Compreender e lidar com o autismo, é um desafio significativo para pais, cuidadores e profissionais de saúde. Na busca de maneiras de melhorar a qualidade de vida para aqueles com TEA, as famílias e cuidadores têm explorado terapias alternativas, como o uso de óleos essenciais, reconhecidos por suas propriedades terapêuticas naturais (GOMES *et al.*, 2015). Neste trabalho mostraremos estudos e relatos que sugerem que alguns óleos essenciais podem oferecer benefícios à saúde, embora não exista uma cura definitiva para o autismo.

A literatura científica descreve uma variedade de óleos essenciais já investigados, como lavanda, bergamota, sálvia, erva-doce e damascena. Pojar e Moretto (2021) afirmam que embora haja alguma evidência sobre o potencial terapêutico desses óleos, é importante

reconhecer que a pesquisa ainda está em estágios iniciais. A falta de estudos aprofundados, especialmente em crianças com autismo, limita a compreensão sobre a eficácia e a segurança desses tratamentos. Além disso, é crucial considerar que a resposta ao tratamento pode variar significativamente de pessoa para pessoa, devido à natureza heterogênea do TEA.

Como exemplo de ação benéfica no autismo, o óleo essencial de lavanda tem sido investigado por suas propriedades calmantes e relaxantes, potencialmente auxiliando no gerenciamento da ansiedade e da agitação. O uso do óleo de lavanda pode ser útil especialmente para problemas de sono, pois indivíduos com transtorno do espectro do autismo (TEA) frequentemente enfrentam dificuldades para adormecer, despertares frequentes durante a noite e sonolência diurna excessiva. Esses problemas de sono podem exacerbar outros sintomas do autismo, como irritabilidade, comportamentos repetitivos e dificuldades de comunicação. (POJAR; MORETTO, 2021)

Segundo Luo (2022) o óleo essencial de lavanda é frequentemente utilizado na aromaterapia para promover o relaxamento e melhorar a qualidade do sono. A lavanda contém compostos como linalol e acetato de linalila, que têm efeitos sedativos e ansiolíticos. Esses compostos podem ajudar a reduzir a ansiedade e promover um estado de relaxamento, facilitando o início e a manutenção do sono.

Muitos indivíduos com autismo sofrem de níveis elevados de ansiedade. A redução da ansiedade através da aromaterapia com lavanda pode ajudar a melhorar a qualidade do sono, visto que a ansiedade é um fator que frequentemente interfere no sono.

O Trabalho realizado por Luo, J. (2022) mostra que a aromaterapia com óleo de lavanda pode melhorar a qualidade do sono em várias populações, incluindo aqueles com distúrbios psiquiátricos e neurológicos, embora mais estudos específicos sobre o autismo sejam necessários, as evidências preliminares são promissoras, a lavanda é geralmente bem tolerada, com poucos efeitos colaterais relatados, tornando-a uma opção segura para complementar outras formas de tratamento para o autismo.

No entanto, Luo, J. (2022) ressalta que as evidências científicas ainda são limitadas e mais pesquisas são necessárias para estabelecer a eficácia e a segurança do uso dos óleos essenciais no contexto do autismo. Para que a evidência do uso de óleo de lavanda no tratamento de problemas de sono em indivíduos com autismo torne-se consistentes, são necessários ainda mais estudos clínicos. Para tanto, tais estudos devem incluir amostras maiores de indivíduos com TEA, e períodos de observação com durações e intervenção a longo prazo. A partir dessas investigações detalhadas dos mecanismos de ação específicos no contexto do autismo será

possível avaliar os impactos do uso do óleo de lavanda em outras áreas da vida das pessoas com TEA, como por exemplo os efeitos em comportamentos diurnos e se interfere na interação social.

A Sálvia tem efeitos psicotrópicos bem conhecidos. Isso pode estar relacionado ao grande potencial bioativo da planta, que contém óleos essenciais e alcaloides, e ao fato destes poderem atuar no sistema nervoso central. Guenne et al. (2020) realizou uma série de experimentos em modelo de autismo em ratos: Ensaios de Teste de Interação Social, Labirinto em Cruz Elevado e Nado Forçado, no comportamento relacionado ao autismo, ansiedade e depressão, respectivamente. Nestes experimentos, os ratos foram divididos em grupos de seis. Um grupo controle recebeu apenas solução de NaCl 0,9%, enquanto outros grupos receberam diferentes doses de Ácido Valpróico (VPA). Constatou-se que o VPA aumentou os níveis de ansiedade nos ratos em comparação com o grupo controle. Nos grupos experimentais, diferentes doses de óleo essencial de Sálvia foram administradas junto com o VPA: um grupo recebeu 500 mg/kg de VPA com 1% de óleo essencial de Sálvia; outro 300 mg/kg de VPA com 3% de óleo essencial; outro 500 mg/kg de VPA com 3% de óleo essencial de Sálvia e outro 300 mg/kg de VPA com 3% de óleo essencial. O tratamento foi realizado pela inalação do óleo volátil de Sálvia por 60 min por dia em 21 dias consecutivos. Os resultados indicaram uma redução significativa dos efeitos ansiolíticos e depressivos induzidos pelo VPA nos ratos tratados com 3% de óleo essencial de Sálvia, em comparação com o grupo controle (Guenne et al., 2020).

Guenne et al. (2020), relata que o Ácido Valpróico pode ser usado na primeira semana de gestação dos ratos para induzir transtorno do espectro autista nos filhotes. No entanto, neste estudo mostrou que o óleo essencial de Sálvia recuperou os distúrbios neuropsiquiátricos induzidos pelo VPA nos ratos.

No entanto, nem sempre o tratamento com óleo essencial apresenta um resultado promissor. Hawkins et al. (2018), no estudo “Aromaterapia de Bergamota para a ansiedade induzida em consultório médico entre crianças com transtorno do espectro autista” analisou como a aromaterapia afeta crianças com TEA, já que muitas dessas crianças também sofrem de ansiedade. Foram avaliadas crianças com idade de 6 a 11 anos, submetidas a inalar óleo de bergamota por cerca de 15 minutos em horários e períodos determinados. Os resultados deste estudo, descrevem que os indivíduos que inalaram o óleo de bergamota estavam mais ansiosos e agitados do que aquelas que não fizeram uso. Neste caso, há evidências que demonstram que o óleo de bergamota pode não ser útil para diminuir a ansiedade em crianças com TEA, como se era esperado. Em contrapartida, a pesquisa de Navarra et al. (2015) narra indícios da

prevalência em muitos estudos sobre o uso do óleo de bergamota ajudar a reduzir a ansiedade e o estresse pois identificou-se um aumento na liberação de substâncias no cérebro que estão relacionadas à sensação de relaxamento, o que sugere que o óleo de bergamota pode ter sim um efeito calmante em algumas situações estressantes. Embora deve-se levar em consideração que esses estudos não tenham sido feitos especificamente em indivíduos com TEA.

Em última análise, enquanto os estudos fornecem percepções valiosas sobre os potenciais benefícios dos óleos essenciais no tratamento do autismo, é primordial reconhecer as limitações das pesquisas atuais e a imprescindibilidade de mais estudos bem controlados, para garantir uma abordagem segura e eficaz no uso de óleos essenciais como parte do plano de tratamento para o autismo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisar o uso de óleos essenciais para ajudar no tratamento do autismo, verificou-se que apesar de ser promissor, é importante abordar essa prática com uma visão crítica e cautelosa.

Primeiramente, é fundamental reconhecer que a eficácia dos óleos essenciais no tratamento do autismo não é amplamente respaldada por evidências científicas robustas. Embora haja relatos e alguns estudos preliminares sugerindo benefícios potenciais, observamos uma baixa quantidade de artigos sobre o tema com ensaios clínicos com populações maiores, o que limita nossa compreensão sobre a verdadeira eficácia desses tratamentos.

Ademais, o uso de óleos essenciais requer uma abordagem individualizada e cuidadosa, especialmente quando se trata de pessoas com necessidades especiais. Há preocupações legítimas sobre possíveis efeitos colaterais, reações alérgicas e interações medicamentosas que precisam ser consideradas. Por exemplo, a aplicação tópica de certos óleos essenciais pode causar irritação na pele, enquanto a inalação excessiva pode levar a sintomas respiratórios.

Outra questão é a falta de regulamentação na indústria de óleos essenciais, o que pode resultar em produtos de qualidade variável e inconsistente. A pureza, a concentração e a procedência dos óleos essenciais podem diferir significativamente entre marcas e fabricantes, o que torna difícil garantir a segurança e a eficácia do produto utilizado.

A abordagem do uso de óleos essenciais deve ser como um complemento no tratamento, e não como substituto das abordagens médicas convencionais. Terapias comprovadas, como terapia comportamental e ocupacional, continuam sendo os pilares do tratamento do autismo, e o uso de óleos essenciais não deve desviar a atenção dessas intervenções fundamentais.

Desta forma, conclui-se que os óleos essenciais têm o potencial de oferecer benefícios significativos como uma terapia complementar para indivíduos com autismo. Quando usados de forma responsável e em parceria com profissionais de saúde, eles podem ser uma ferramenta útil no manejo dos sintomas. A pesquisa contínua contribuirá para uma compreensão mais profunda e embasada, permitindo que os óleos essenciais sejam integrados de maneira cada vez mais segura e eficaz no tratamento de pessoas com TEA.

REFERÊNCIAS

AMADO, D. M. et al. **Práticas integrativas e complementares em saúde**. APS em Revista, 2020. v. 2, n. 3, p. 272-284.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2020-2012. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/8124546/mod_resource/content/2/Manual_Diagn%C3%B3stico_e_Estat%C3%ADstico_de_Transtornos_Mentais_DSM_5_TR.pdf>. Acesso em: 16 maio 2024.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE AUTISMO. Disponível em: <<https://www.autistas.org.br/>>. Acesso em: 21 maio 2024.

BAILEY, A., et al. **A Clinicopathological Study of Autism**. *Brain*, 1998. 121(5), 889-905.

BUCKLE, J. **Aromatherapy and essential oils: Overview**. *Journal of Clinical Oncology*, 2018. 36(12), 120-122.

CAIXETA, G. G. et al. **Benefícios do uso dos óleos essenciais como ansiolíticos: revisão de literatura**. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 2023. v. 5, n. 5, p. 5381-5396.

DA SILVA, I. T. S. et al. **O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa**. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 2020. v. 22, p. 59677-59677.

DAWSON, G., et al. **Randomized, Controlled Trial of an Intervention for Toddlers with Autism: The Early Start Denver Model**, 2010.

FERNANDES, C. S.; TOMAZELLI, J.; GIRIANELLI, V. R. **Diagnóstico de autismo no século XXI: evolução dos domínios nas categorizações nosológicas**. *Psicologia USP*, 2020. 31, e200027. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0103-6564e200027>>.

FERNANDES, M. L. et al. **Abordagens terapêuticas no transtorno do espectro autista (TEA): uma revisão integrativa sobre novas terapias, impacto familiar e diagnóstico precoce**. *Revista FT*, 2024. Disponível em: <https://revistaft.com.br/abordagens-terapeuticas-no-transtorno-do-espectro-autista-tea-uma-revisao-integrativa-sobre-novas-terapias-impacto-familiar-e-diagnostico-precoce/>. Acesso em: 27 set. 2024

GENOVESE, A.; BUTLER, M.G. **The Autism Spectrum: Behavioral, Psychiatric and Genetic Associations**. *Genes*, 2023. 14, 677. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/genes14030677>>. Acesso em: 16 maio 2024.

GOMES P.T. et al. **Autismo no Brasil, desafios familiares e estratégias de superação: revisão sistemática**. *J Pediatra (Rio J)*, 2015.

GUENNE, S. et al. **Anxiolytic and anti-depressant effect of Salvia spp. essential oil on rat model of Autism Spectrum Disorder**. Bulletin Of Integrative Psychiatry, Romenia, mar. 2020. v. 84, n. 1, p. 19-28. Disponível em: <https://www.ceeol.com/search/viewpdf?id=907074>. Acesso em: 09 nov. 2021.

HAWKINS, J. **The Effect Of Bergamot Essential Oil On Anxiety Among Children With Autism**, 2018.

HAWKINS, J. R. et al. **Bergamot aromatherapy for medical office–induced anxiety among children with an autism spectrum disorder: A randomized, controlled, blinded clinical trial**. Holistic Nursing Practice, 2018. v. 33, n. 5, p. 285-294.

LAWLESS, J. **The encyclopedia of essential oils: The complete guide to the use of aromatic oils in aromatherapy, herbalism, health, and well-being**. Conari Press, 2013.

LUO J.W. **A critical review on clinical evidence of the efficacy of lavender in sleep disorders**. Phytother Res, 2022. Jun;36(6):2342-2351. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/ptr.7448>>. Acesso em: 16 maio 2024.

MAIER, M.R. et al. **Efeitos da aromaterapia com óleos essenciais de lavanda e bergamota sobre a qualidade do sono, ansiedade e estresse em profissionais da enfermagem frente à pandemia da COVID-19**, 2021.

MONIZ, V. **Relatório apresentado para a obtenção do grau de Mestre em Ciências Farmacêuticas**. Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, 14 de dezembro de 2022.

NASCIMENTO, A.; PRADÉ, A.K.K. **Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais**. Observa PICS Fiocruz, Recife – PE, 2020. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/transtorno-do-espectro-autista#:~:text=O%20transtorno%20do%20espectro%20autista,e%20realizadas%20de%20forma%20repetitiva.>>>. Acesso em: 16 maio 2024.

NASCIMENTO, M. et al. **Autismo Infantil: Acolhimento e tratamento pelo sistema único de saúde**. Centro Universitário de Volta Redonda/RJ, Brasil, junho de 2017.

NAVARRA, M. et al. **Citrus bergamia essential oil: from basic research to clinical application**. Frontiers in pharmacology, 2015. v. 6, p. 119165.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Transtorno do espectro autista**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/transtorno-do-espectro-autista>. Acesso em: 27 setembro 2024.

PRICE, S., & PRICE, L. **Aromatherapy for health professionals** (4th ed.). Elsevier Health Sciences, 2012.

POJAR, J.V.; MORETTO, L.E.V.; BORELLA, J.C. **Utilização de óleos voláteis no tratamento de crianças autistas**. Tese de Doutorado. Centro Universitário Barão de Mauá, 2021

SILVA, E.; SOUZA, T.F.M.P. **O óleo de lavanda e sua efetividade nos sintomas da ansiedade**. Research, Society and Development, 2022. v. 11, n. 16.

SILVA, J. P. F. et al. **Entrelaçamento entre possibilidades, avanços e contribuições da psicanálise para o autismo**. Revista Expressão Católica, 2019. v. 8, n. 1, p.17-28.

TISSERAND, R.; Young, R. **Essential oil safety**: A guide for health care professionals (2nd ed.). Churchill Livingstone, 2014.

VIANA, Ana Clara Vieira et al. **Autismo**: uma revisão integrativa. Saúde Dinâmica, 2020 v. 2, n. 3, p. 1-18.

VILA CASANOVAS, R. **Aceites esenciales y estado de ánimo**. Revista de Fitoterapia, 2019. vol. 18, num. 2, p. 101-136.

PLANT, R. M. et al. **The essentials of essential oils**. *Advances in Pediatrics*, 2019. v. 66, p. 111-122.