Aromaterapia e o pós Covid

Thatiane Morais

UBS Mar Paulista, UBS Vila Aparecida e Jardim Apurá

Introdução

A Covid-19, vem comprometendo a integridade da saúde dos pacientes, devido ao processo inflamatório exacerbado com agravamentos nos pulmões e rins. A própria internação e seus impactos, como na mobilidade e na circulação, a ageusia (diminuição ou perda total do paladar) e a anosmia (diminuição ou perda total do olfato) vem comprometendo a qualidade de vida dos acometidos pela patologia de forma temporária ou permanente. A anosmia, dificuldade para captar os odores, tem relação direta com a inflamação no nervo olfatório, com necessidade de treinamento do olfato para auxiliar o cérebro na busca por novos caminhos na recuperação da capacidade de perceber e descriminar os odores. A aromaterapia, é uma técnica natural que utiliza o aroma e as partículas liberadas por diferentes óleos essenciais, extraídos de galhos, folhas, plantas, raízes, frutos e sementes, para estimular diferentes partes do cérebro, ajudando a aliviar os sintomas de ansiedade, insônia, depressão, asma ou resfriado, promover o bem-estar e fortalecer as defesas do corpo como também podem ser grandes aliados nos exercícios de treinamento do olfato. Pensando nas alterações olfativas em pacientes pós covid e por ser uma Prática Integrativa e Complementar em Saúde (PICS), a Aromaterapia, tornou-se uma aliada para a reabilitação do nervo olfatório.

Justificativa

Com o aumento de casos pós COVID discutidos em reuniões de matriciamento entre a Equipe de Saúde da Família (ESF), e a equipe do Núcleo Ampliado a Saúde da Família (NASF), foi identificado um aumento quantitativo de pacientes com queixas de perda parcial ou total do olfato. Sendo assim, após terem sido encaminhados ao serviço de Fonoaudiologia devido a relação dos órgãos fonoarticulatórios: lábios, língua, dentes e bochechas e órgãos perceptores nariz e orelhas. Fonoaudióloga também aromaterapeuta, acolheu as demandas de pacientes com alterações olfativas e os submeteu ao treinamento olfativo a partir da exposição dos óleos essências. O óleos de laranja doce, menta peperita e limão siciliano foram selecionados de acordo com suas composições e propriedades cítricas, capacidade de estímulo do epitélio olfativo e quimioceptores do centro respiratório. Os pacientes eram submetidos aos óleos essênciais de forma rodiziada, pré- selecionado para cada atendimento. Mediante a tais estímulos, foi possível identificar respostas significativas de melhora para a captação e discriminação olfativa, bem como a clareza no entendimento do paciente sobre as práticas do autocuidado através do comum e do natural.

Objetivo

Promover ao paciente pós Covid com sequela de anosmia, recursos terapêuticos naturais para a reabilitação olfativa.

Relato de Vivência

O olfato é um fenômeno que permite a sensação, é a capacidade de decodificação dos estímulos físicos e químicos presente no ambiente. O odor é memorizado num processo de aprendizado, sendo importante na seleção alimentar e em processos e experiências emocionais. Pela percepção olfativa, identificamos odores, discriminando-os e, finalmente memorizando-os, além de lhes dar um significado pessoal. A partir dos treinos olfativos, realizado aos usuários nas Unidades Básicas de Saúde foram identificados em seus relatos, relações da memória olfativa com momentos e experiências anteriores onde foram submetidos a odores semelhantes. Realizaram um resgate de emoções e práticas pertencentes, desencadeando sensações de autopercepção, ajuste emocional e autocontrole.

Contribuições

A partir das práticas aromaterapêuticas, foi possível identificar a proximidade dos usuários acometidos pela COVID-19 com o comum e o natural, ampliando as possibilidades terapêuticas e desmistificando a relação dos estabelecimentos de saúde e os tratamentos medicamentosos como única estratégia para o restabelecimento da saúde.