

Aromaterapia para a promoção de relaxamento e sono, alívio da dor e redução de sintomas depressivos em demência

Aromaterapia é a utilização de óleos essenciais puros de plantas aromáticas (como hortelã-pimenta, manjerona e rosa) para ajudar a aliviar problemas de saúde e melhorar a qualidade de vida em geral. As propriedades curativas da aromaterapia são ditas: incluir a promoção de relaxamento e sono, alívio da dor e redução de sintomas depressivos. Por isso, a aromaterapia tem sido usado para reduzir comportamentos perturbados, promover o sono e estimular o comportamento motivacional de pessoas com demência. Dos sete ensaios clínicos randomizados que encontramos, apenas dois ensaios clínicos, incluindo 186 pessoas apresentaram dados úteis. A análise destes dois pequenos estudos mostraram efeitos inconsistentes da aromaterapia em medidas de agitação, sintomas comportamentais e qualidade de vida. Mais ensaios clínicos randomizados de larga escala são necessários antes que conclusões definitivas podem ser alcançadas em relação à eficácia da aromaterapia para a demência.

Conclusões dos autores:

Os benefícios da aromaterapia para pessoas com demência são questionáveis dos sete estudos incluídos nesta revisão. É importante notar que houve diversas dificuldades metodológicas nos estudos incluídos. São necessários mais ensaios clínicos randomizados bem desenhados, em larga escala, antes que conclusões claras podem ser tiradas a respeito da eficácia da aromaterapia para a demência. Além disso, várias questões precisam ser abordadas, como por exemplo se diferentes intervenções de aromaterapia são comparáveis entre si e a possibilidade de que os resultados podem variar para diferentes tipos de demência.

Leia o Resumo na íntegra

Introdução:

Terapia complementar tem recebido grande interesse no campo do tratamento de demência e a utilização de aromaterapia e óleos essenciais está aumentando. Em uma população em crescimento, na qual a maioria dos pacientes são tratados pelo FDA (EUA Food and Drug Administration)-drogas aprovadas, a eficácia do tratamento é de curto prazo e acompanhado de efeitos colaterais negativos. A utilização de terapias complementares em ambientes de cuidados para pacientes com demência apresenta-se como uma das poucas opções que são atraentes para profissionais e famílias, já que os

pacientes muitas vezes têm redução de discernimento e da capacidade de comunicar verbalmente as reações adversas. Entre as características mais angustiantes da demência são os sintomas comportamentais e psicológicos. Enfrentar esta faceta tem recebido especial interesse nos estudos da aromaterapia, com uma mudança de foco de reduzir a disfunção cognitiva para a redução dos sintomas comportamentais e psicológicos da demência.

Objetivos:

Avaliar a eficácia da aromaterapia como intervenção para pessoas com demência.

Estratégia de busca:

[ALOIS \(http://www.medicine.ox.ac.uk/alois\)](http://www.medicine.ox.ac.uk/alois) e a base de dados Cochrane Dementia and Cognitive Improvement Group Specialized Register, foram pesquisadas em 26 de Novembro 2012 e 20 de Janeiro de 2013 utilizando os termos: aromaterapia, limão, lavanda, rosa, aroma, terapias alternativas, terapias complementares, óleos essenciais.

Critérios de seleção:

Todos os ensaios clínicos randomizados relevantes foram considerados. A duração mínima de um ensaio clínico e os requisitos para o acompanhamento não foram incluídos, e os participantes dos estudos incluídos apresentaram qualquer tipo e gravidade de diagnóstico de demência. A revisão considerou todos os ensaios clínicos usando fragrância de plantas definidas como aromaterapia como intervenção em pessoas com demência e todos os resultados relevantes foram considerados.

Coleta dos dados e análises:

Os títulos e resumos extraídos pelas pesquisas foram selecionados pela sua elegibilidade para potencial inclusão na revisão. Para Burns 2011, os resultados contínuos foram estimados como a diferença de média entre os grupos com seu intervalo de confiança de 95% usando um modelo de efeito fixo. Para Ballard 2002, a análise de co-variância foi utilizada para todos os resultados, com a casa de repouso sendo tratado como um efeito aleatório.

Principais resultados:

Sete estudos com 428 participantes foram incluídos nesta revisão; apenas dois deles haviam publicado resultados úteis. Os dados individuais dos pacientes foram obtidos a partir de um ensaio clínico (Ballard 2002) e análises adicionais realizadas. As análises adicionais conduzidas utilizando dados de pacientes individuais de Ballard 2002 revelou um efeito de tratamento estatisticamente significativo a favor da aromaterapia nas medidas de desfecho de agitação ($n = 71$, DM -11.1, IC 95% -19,9 á -2,2) e sintomas comportamentais ($n = 71$, DM -15.8, IC 95% -24,4 á -7,2). Burns 2011, no entanto, não encontrou diferença estatisticamente significativa na agitação ($n = 63$, DM 0.00, 95% CI -1.36 á 1.36), sintomas comportamentais ($n = 63$, DM 2,80, IC 95% -5,84 á 11,44), atividades da vida diária ($n = 63$, DM -0,50, IC 95% - 1,79 á -0,79) e qualidade de vida ($n = 63$, DM 19,00, 95% IC -23,12 á 61,12). Burns 2011 e Fu 2013 não encontraram diferença no efeitos adversos ($n = 124$, RR 0.97, 95% IC 0,15 á 6,46), quando compararam aromaterapia ao placebo.

Notas de tradução:

Traduzido por: Raíssa Pierri Carvalho, Unidade de Medicina Baseada em Evidências da Unesp, Brasil.
Contato:portuguese.ebm.unit@gmail.com

Publicada:

25 Fevereiro 2014

Autores:

Forrester LT, Maayan N, Orrell M, Spector AE, Buchan LD, Soares-Weiser K

Grupo de Revisão Principal:

[Dementia and Cognitive Improvement Group \(http://dementia.cochrane.org\)](http://dementia.cochrane.org)