

**FACULDADE DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ
CURSO DE BACHAREL EM ODONTOLOGIA**

**LETÍCIA FRANÇOISIS DE MESQUITA SALDANHA
MARIA EDUARDA DE MEDEIROS LOPES**

**USO DA AROMATERAPIA COMO MÉTODO DE CONTROLE DA ANSIEDADE
EM ODONTOLOGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**MOSSORÓ
2022**

**LETÍCIA FRANÇOISIS DE MESQUITA SALDANHA
MARIA EDUARDA DE MEDEIROS LOPES**

**USO DA AROMATERAPIA COMO MÉTODO DE CONTROLE DA ANSIEDADE
EM ODONTOLOGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo Científico apresentado a Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró (FACENE/RN), como requisito obrigatório, para obtenção do título de Bacharel em Odontologia.

Orientador(a): Prof. Dr. José Carlos da Silveira Pereira

Faculdade Nova Esperança de Mossoró/RN – FACENE/RN.
Catalogação da Publicação na Fonte. FACENE/RN – Biblioteca Sant'Ana.

S162u Saldanha, Leticia Françoisis de Mesquita.

Uso da aromaterapia como método de controle da ansiedade em odontologia: uma revisão integrativa / Leticia Françoisis de Mesquita Saldanha; Maria Eduarda de Medeiros Lopes. – Mossoró, 2022.

30 f. : il.

Orientador: Prof. Dr. José Carlos da Silveira Pereira.
Monografia (Graduação em Odontologia) – Faculdade Nova Esperança de Mossoró.

1. Aromaterapia. 2. Óleos essenciais. 3. Ansiedade odontológica. I. Lopes, Maria Eduarda de Medeiros. II. Pereira, José Carlos da Silveira. III. Título.

CDU 616.314:616.89-008.441

**LETÍCIA FRANÇOISIS DE MESQUITA SALDANHA
MARIA EDUARDA DE MEDEIROS LOPES**

**USO DA AROMATERAPIA COMO MÉTODO DE CONTROLE DA ANSIEDADE
EM ODONTOLOGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo Científico apresentado a Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró (FACENE/RN), como requisito obrigatório, para obtenção do título de Bacharel em Odontologia.

Aprovada em ___/___/___.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. José Carlos da Silveira Pereira – Orientador
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró

Profa. Dra. Emanuelle Louyde Ferreira de Lima – Avaliadora
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró

Profa. Ma. Raquel Lopes Cavalcante – Avaliadora
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus pelo dom da vida, por ser nossa fortaleza em dias difíceis e por nos permitir chegar até aqui.

Aos nossos familiares, que nos emanaram tanto amor e apoio durante toda a nossa trajetória da graduação e, principalmente, nesta etapa final do curso.

Aos nossos amigos, que tornam nossos dias mais leves e nos ajudam a prosseguir nessa jornada acadêmica.

À Alvanira e Natália, mães batalhadoras, excepcionais e inspiradoras que criaram mulheres determinadas e corajosas, sempre com muito amor e cuidado.

Aos nossos companheiros de vida que tanto nos ajudam, apoiam e encorajam diariamente, nossa eterna gratidão.

A todos os professores do curso de Odontologia e colaboradores da FACENE-RN, que nos acompanharam durante os 5 anos de graduação e nos ensinam tanto diariamente, a eles toda a nossa admiração.

Ao nosso orientador José Carlos, por toda a paciência e ensinamentos durante a elaboração deste artigo e por acreditar no nosso potencial.

USO DA AROMATERAPIA COMO MÉTODO DE CONTROLE DA ANSIEDADE EM ODONTOLOGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

USE OF AROMATHERAPY AS A METHOD TO CONTROL ANXIETY IN DENTISTRY: AN INTEGRATIVE REVIEW

**LETÍCIA FRANÇOISIS DE MESQUITA SALDANHA
MARIA EDUARDA DE MEDEIROS LOPES**

RESUMO

A ansiedade é um estado psíquico muito presente em pacientes odontológicos e seu grau varia de acordo com o tempo e o tipo de procedimento que será realizado, além da predisposição do paciente e suas condições sistêmicas de saúde. Para o controle, o profissional da odontologia pode fazer uso da aromaterapia com óleos essenciais, um método não farmacológico que vem se popularizando no alívio de sintomas da ansiedade, facilitando o processo de atendimento e beneficiando tanto o cirurgião-dentista quanto o paciente. Nesse trabalho, objetivou-se avaliar os benefícios da aplicação da aromaterapia com óleos essenciais no controle de ansiedade em odontologia. Para isso, foi realizada uma revisão integrativa com a busca cruzada dos descritores nas bases de dados PubMed, ScienceDirect e a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Foi possível identificar, de acordo com a literatura, que os óleos essenciais, em especial os de lavanda e de laranja, são excelentes aliados para o controle da ansiedade frente a procedimentos odontológicos, contribuindo para a diminuição da frequência cardíaca, respiratória, melhora nos níveis de saturação de oxigênio e normalização da pressão arterial. Conclui-se, portanto, que os óleos apresentam benefícios na diminuição da ansiedade em odontologia proporcionando mais conforto no atendimento e segurança ao profissional.

PALAVRAS-CHAVE: Aromaterapia; Óleos essenciais; Ansiedade Odontológica.

ABSTRACT

Anxiety is a psychic state that is very present in dental patients and its degree varies according to the time and type of procedure to be performed, in addition to the patient's predisposition and their systemic health conditions. For control, the dental professional can use aromatherapy with essential oils, a non-pharmacological method that has become popular in relieving anxiety symptoms, facilitating the care process and benefiting both the dentist and the patient. In this work, the objective was to evaluate the benefits of applying aromatherapy with essential oils in the control of anxiety in dentistry. For this, an integrative review was carried out with a cross search of descriptors in the PubMed, ScienceDirect and Virtual Health Library (VHL) databases. It was possible to identify, according to the literature, that essential oils, especially those of lavender and orange, are excellent allies for controlling anxiety in the face of dental procedures, contributing to a decrease in heart and respiratory rates, improvement in levels of oxygen saturation and normalization of blood pressure. It is concluded, therefore, that the oils have benefits in reducing anxiety in dentistry, providing more comfort in the service and safety to the professional.

KEYWORDS: Aromatherapy; Essential oils; Dental anxiety.

1 INTRODUÇÃO

Dentro do âmbito odontológico é comum a manifestação de quadros de ansiedade, estresse e até fobia. A ansiedade odontológica é caracterizada como um estado emocional onde o paciente apresenta medo excessivo que pode ser decorrente de tratamentos traumáticos anteriores, dor ou desconforto durante ou após algum procedimento, falta de acesso a informações ou falta de confiança no profissional¹. Estima-se que 30-50% dos adultos tenham medo de realizar algum procedimento odontológico, o que constitui fator importante para prejuízos na saúde bucal dessa população, sendo comum realizarem o adiamento ou até a suspensão das consultas².

Os quadros de ansiedade constituem uma barreira para os procedimentos odontológicos, principalmente quando se trata de terapêuticas cirúrgicas. Vários métodos para controle de ansiedade estão disponíveis e devem ser utilizados de acordo com a necessidade de cada paciente. A sedação consciente é destaque entre essas técnicas utilizadas pelos dentistas como uma alternativa farmacológica que consiste na sedação mínima do paciente através do uso de ansiolíticos por via oral, sendo os benzodiazepínicos os mais utilizados pela sua eficácia e segurança clínica². O óxido nitroso (N₂O), também conhecido como gás hilariante, constitui uma outra importante alternativa com propriedades anestésicas e que reduz o nível de ansiedade do paciente à medida que diminui sua sensibilidade à dor³.

Porém, apesar dos métodos farmacológicos serem bastante disseminados, as alternativas naturais vêm despertando cada vez mais interesse no meio odontológico com o objetivo de conseguir resultados através de técnicas menos invasivas. Para isso, vários estudos estão sendo desenvolvidos para comprovar a eficácia desses métodos, bem como, seus benefícios e malefícios⁴. Para o manejo de pacientes que apresentam ansiedade leve e moderada, a aromaterapia é um método de escolha que é caracterizada como uma terapia natural que utiliza as propriedades terapêuticas dos aromas provenientes de compostos extraídos de plantas aromáticas, constituindo os óleos essenciais⁵.

Na Odontologia, a aromaterapia com óleos essenciais tem se tornado uma alternativa para o controle da ansiedade desses pacientes apresentando boa acessibilidade e custo benefício, baixo risco de toxicidade ou interação medicamentosa, além de ser alvo de inúmeras pesquisas que demonstram sua efetividade, como um estudo recente⁶ que comprova a redução de ansiedade através de evidências na diminuição de frequência cardíaca e respiratória de pacientes.

Levando em consideração que os episódios de ansiedade apresentados por pacientes submetidos a procedimentos odontológicos implicam negativamente no seu bem-estar durante

os atendimentos e que, na esfera atual, há um aumento pela busca das práticas naturais não invasivas como auxiliar desse processo, buscou-se avaliar a aplicação e eficácia da aromaterapia com óleos essenciais para controle de ansiedade em pacientes submetidos a atendimentos odontológicos, determinando sobre como a aromaterapia pode ser uma aliada dos cirurgiões-dentistas no controle da ansiedade, destacando suas formas de aplicações, tipos de óleos essenciais utilizados e como incluir o método dentro dos consultórios odontológicos.

2 SINAIS CLÍNICOS DA ANSIEDADE EM ODONTOLOGIA E SEU MANEJO

A ansiedade em odontologia está definida como o estado emocional em que há a manifestação de medo ou angústia excessiva quando o paciente é exposto a algum tipo de tratamento odontológico¹. Seu desencadeamento pode ser ocasionado por vários fatores, sendo comum a presença de quadros de ansiedade em indivíduos que vivenciaram experiências traumáticas anteriores, falta de acesso à informação, acesso a relatos de quem teve uma vivência ruim, baixa frequência de ida ao dentista e ainda pode apresentar relação com menor renda e nível de escolaridade⁷. Além disso, o próprio ambiente odontológico constitui um conjunto de elementos que podem estimular a ocorrência de quadros de ansiedade, tais como cheiros (materiais odontológicos, desgaste de dentina), sons (instrumentos rotatórios, manifestações sonoras excessivas por parte de pacientes durante algum procedimento), além do incômodo visual, como a visualização de sangue e agulhas⁸.

A ansiedade mediante o tratamento odontológico não constitui apenas uma barreira para o atendimento em andamento, mas é responsável por trazer prejuízos ainda maiores em longo prazo. Isso acontece porque os pacientes que manifestam esse medo excessivo não conseguem realizar acompanhamentos de rotina de maneira satisfatória, adiando ou suspendendo a ida ao dentista e comprometendo, assim, a sua saúde bucal². Saber diagnosticar e mensurar o nível de ansiedade são habilidades indispensáveis para o planejamento da abordagem clínica pelo cirurgião-dentista. Os sinais clínicos que podem ser identificados e os sintomas relatados pelo paciente são: taquicardia, elevação da pressão arterial e temperatura corporal, diminuição do fluxo salivar, palpitações, sudorese, espasmos musculares, desconforto respiratório, além de problemas no sono. Apesar da verificação desses índices serem bastante eficazes, é possível a obtenção de um diagnóstico ainda mais preciso a partir de uma avaliação subjetiva do indivíduo.

A *Dental Anxiety Scale* é um questionário com 4 questões, onde cada alternativa soma uma pontuação, que possibilita classificar a ansiedade em níveis: um resultado menor ou igual a 11 determina um paciente com baixa ansiedade, já entre 12 e 14 a ansiedade é considerada moderada e igual ou superior a 15, o paciente é considerado muito ansioso⁷.

FIGURA 1: Dental Anxiety Scale (Escala de Corah)

Escala de ansiedade odontológica de Corah
<p>1) Se você tivesse que ir ao dentista amanhã, como se sentiria?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tudo bem, não me importaria. 2. Ficaria ligeiramente preocupado. 3. Sentiria um maior desconforto. 4. Estaria com medo do que poderá acontecer. 5. Ficaria muito apreensivo, não iria nem dormir direito.
<p>2) Quando se encontra na sala de espera do ambulatório, esperando ser chamado pelo dentista, como se sente?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tranquilo, relaxado. 2. Um pouco desconfortável. 3. Tenso. 4. Ansioso ou com medo. 5. Tão ansioso ou com medo que começo a suar e me sentir mal.
<p>3) Quando você se encontra na cadeira do dentista aguardando que ele inicie os procedimentos de anestesia local, como se sente?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tranquilo, relaxado. 2. Um pouco desconfortável. 3. Tenso. 4. Ansioso ou com medo. 5. Tão ansioso ou com medo que começo a suar e me sentir mal.
<p>4) Você está na cadeira do dentista, já anestesiado. Enquanto aguarda o dentista pegar os instrumentos para iniciar o procedimento, como se sente?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tranquilo, relaxado. 2. Um pouco desconfortável. 3. Tenso. 4. Ansioso ou com medo. 5. Tão ansioso ou com medo que começo a suar e me sentir mal.

Fonte: Adaptado de Carvalho R.W, Falcão P.G, Campos G.J et al³⁹.

Após avaliado o nível de ansiedade apresentado pelo paciente, vários métodos para controle de ansiedade estão disponíveis e devem ser utilizados de acordo com cada cenário. A sedação consciente possui alta aplicabilidade e taxa de sucesso, contudo, alternativas como a hipnose, cromoterapia, acupuntura e aromaterapia têm ganhado cada vez mais espaço, sendo essa última uma das mais procuradas para controlar quadros de ansiedade caracterizados como leves a moderados⁴.

2.2 AROMATERAPIA

A aromaterapia é uma prática terapêutica usada para recuperar a saúde e bem estar pessoal, onde são usados concentrados voláteis obtidos através de vegetais, contribuindo para o sucesso do tratamento e podendo ter associação com outras práticas terapêuticas¹². Os óleos essenciais são constituídos por um conjunto de substâncias que fazem parte do metabolismo secundário das plantas, dentre elas os fenilpropanóides, mono e sesquiterpenos, os quais em temperatura ambiente apresentam aspecto oleoso, tendo como principal característica a volatilidade¹³.

Os óleos essenciais podem ser aplicados na pele, inalados ou até ingeridos, a que se destinam a combater ou aliviar sintomas. Quando a prática da aromaterapia é feita de forma olfatória, são inaladas as substâncias neuroquímicas presentes nos óleos que atuam sobre o sistema nervoso central. Já quando sua aplicação é feita através de massagens, as moléculas

dos compostos são facilmente absorvidas pela pele devido sua natureza lipossolúvel. Ao ingerir, as moléculas são absorvidas pela mucosa intestinal, alcançando a corrente sanguínea e sendo distribuída pelo organismo¹⁴. Como resultado da aplicação, a aromaterapia atua provocando sensações sedativas, relaxantes ou estimulantes¹⁵. Um estudo feito em 2019, demonstrou a utilização do óleo de lavanda por meio das diferentes formas de aplicações em grupos de pacientes identificados com ansiedade, apresentando resultados satisfatórios que não se diferenciavam quanto ao método utilizado¹⁶.

A partir de 2018 a aromaterapia foi reconhecida como Prática Integrativa e Complementar para a Saúde passando a fazer parte da PNPIC (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares) e inserindo-se no âmbito do SUS (Sistema Único de Saúde)¹².

2.2.1 Óleos essenciais

Os óleos essenciais são substâncias voláteis com odores fortes e componentes aromáticos complexos. A qualidade da composição química varia conforme as características da planta utilizada. Condições do solo, clima, espécie botânica, presença de agrotóxicos e a parte da planta extraída são alguns fatores que influenciam no resultado do óleo. Além disso, a forma de armazenamento também precisa ser apropriada para não afetar a qualidade da substância, sendo sempre necessário evitar exposição excessiva a radiação, pois provoca oxidação e perda das propriedades terapêuticas⁶.

Apesar dos óleos possuírem diversas formas de aplicação, no ambiente odontológico é possível explorar seus benefícios através da via respiratória de maneira simples e eficaz, funcionando como receptor dos componentes químicos presentes nos óleos essenciais. Isso acontece a partir da ativação do sistema límbico e do hipotálamo por meio de impulsos elétricos após esses componentes químicos atingirem as regiões do cérebro. Todas essas atividades resultam em efeitos relaxantes, estimulantes ou calmantes, causados pela maior produção de neurotransmissores como serotonina (5-HT), noradrenalina, endorfina e acetilcolina⁶.

As propriedades terapêuticas dos óleos essenciais, tais como seus efeitos antisséptico, bactericida, anti-inflamatório, antiespasmódico, expectorante ou ansiolítico, poderão variar de acordo com as características da planta utilizada. Além disso, a mistura de óleos pode ser adotada como alternativa para potencializar seus efeitos quando os óleos possuem propriedades semelhantes⁶.

2.2.2 Aromaterapia no controle da ansiedade nas áreas da Odontologia

Em quadros de ansiedade, o uso de benzodiazepínicos para sedação mínima do paciente é uma alternativa satisfatória por possuir início de ação rápido e eficácia

comprovados. No entanto, a possibilidade da existência de efeitos colaterais, como agressividade e dependência em pacientes predispostos, reforça a necessidade da adoção de terapias complementares como a aromaterapia¹⁷.

As exodontias (extração de dentes ou raízes) são responsáveis por desencadear quadros de ansiedade em pacientes a elas submetidos, sendo esse sentimento causado por fatores como experiências prévias traumáticas, baixos níveis socioeconômicos e relatos negativos de pessoas próximas. O tipo de exodontia também pode influenciar no nível desse desconforto, aumentando de acordo com a duração, assim como a necessidade de osteotomia/odontosseção e se o procedimento for realizado em terceiros molares. Além disso, padrões de idade e gênero podem influenciar: pacientes mais novos e do sexo feminino apresentam maior nível de ansiedade no ambiente odontológico. Esse tipo de condição psicológica gera bastante dificuldade para realização do procedimento, pois causa desconforto para o paciente e para o dentista, podendo afetar o pré, trans e pós operatório¹⁸.

Em odontopediatria a ansiedade é um dos obstáculos mais comuns, podendo ser desencadeada em procedimentos simples e se intensificando ainda mais quando necessário injeção de anestesia local ou extração dentária, causando falta de cooperação da criança e dificultando a realização do procedimento. Quando terapias baseadas no gerenciamento do comportamento da criança e técnicas de distração audiovisual não são bem sucedidas, a sedação costuma ser um método de escolha. Porém, técnicas de sedação ou até mesmo anestésias gerais possuem riscos potenciais para o paciente infantil, tais como hipóxia, bradicardia, hipotermia e desequilíbrio de fluídos. Dessa forma, a prioridade consiste em identificar uma alternativa terapêutica não farmacológica que facilite o controle desse quadro de ansiedade e, conseqüentemente, auxilie na redução da dor e melhor aceitabilidade do procedimento¹⁹.

Com a evolução das alternativas reabilitadoras, a instalação de implantes dentários torna-se um procedimento cada vez mais procurado. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a faixa etária de 39 a 58 anos constitui o grupo de indivíduos que mais buscaram por esse tratamento reabilitador. Devido a sua complexidade, a cirurgia de instalação de implantes traz como desafio para o implantodontista o controle do estado psíquico afetado pelo estresse e ansiedade. Esse tipo de manifestação pode induzir o aumento na quantidade de anestésico utilizado, desconforto transoperatório, além de ser responsável por uma maior sensação dolorosa pós-cirúrgica, vindo a influenciar no uso elevado de analgésicos. Além disso, o controle da ansiedade tem papel crucial no sucesso da cirurgia,

pois a ansiedade pré-cirúrgica pode influenciar na defesa do organismo, podendo alterar a resposta a infecções e dificultar o processo de cicatrização²⁰.

A periodontia é a área da odontologia que estuda os tecidos de suporte dos elementos dentários. Dentro da sua especialidade, é possível tratar patologias que afetam a gengiva, o ligamento periodontal e o osso alveolar. Entre os procedimentos mais comuns, podemos destacar o aumento de coroa clínica, cunhas distais, raspagens subgengivais, enxerto de tecido mole e frenectomias. Um estudo realizado em 2013²¹ demonstrou que o nível de ansiedade em pacientes submetidos a cirurgias periodontais foi equivalente à desencadeada em extrações simples e cirurgias mais complexas, como exodontias de terceiros molares. Nesse mesmo trabalho foi possível observar o aumento da frequência cardíaca e pressão arterial sistólica nos indivíduos avaliados.

A aromaterapia também pode ser aplicada em pacientes ortodônticos, que compreendem um grupo recorrente no consultório odontológico, sendo de muita importância estabelecer o conforto tanto do paciente quanto do profissional em suas consultas²². Além disso, pacientes que serão submetidos a cirurgias ortognáticas, responsáveis por desencadear um alto nível de estresse, também podem fazer uso dessa terapia natural²³.

Segundo estudo realizado em 2021²⁴, práticas psicofiláticas como a aromaterapia, além de atuar na prevenção de complicações e riscos pós-operatórios também incentivam o paciente a colaborar com o tratamento. A técnica tem demonstrado bons resultados na redução de ansiedade quando utilizada em consultórios odontológicos, facilitando os atendimentos através de um bom planejamento e execução dos protocolos clínicos pelo profissional, além de promover o relaxamento e controle de humor do paciente²⁵.

Apesar disso, é importante que o profissional conheça sua funcionalidade, forma e dose correta do uso para se alcançar os efeitos terapêuticos desejados e evitar efeitos adversos que a prática da aromaterapia pode causar. O uso inadequado dos óleos essenciais, a depender da frequência e concentração de aplicação, pode provocar alergias, interação indesejada com outros óleos, além da necessidade de se ter um cuidado maior na sua utilização em grávidas e lactantes, pois alguns compostos podem possuir substâncias abortivas. Dessa forma, reforça-se a importância de avaliar se o composto em questão é contraindicado para esse grupo e observar a pureza e qualidade do óleo, pois, se aplicado de forma incorreta, pode atravessar a barreira placentária e prejudicar o feto.

Também é preciso estar atento a pacientes infantis com até 3 anos de idade, pois o mentol, substância presente em alguns óleos, pode induzir problemas respiratórios. Pacientes que são portadores de endometriose, câncer de mama ou de útero também requerem maior

atenção quanto aos óleos com alta quantidade de trans-anetol, molécula que possui ação semelhante ao estrogênio. É necessário ainda estar atento à pacientes que possuem hipertensão, problemas de pele, epilepsia, dentre outras situações sistêmicas que possam ser afetadas por óleos essenciais específicos. Para isso, é necessário que o profissional se atente ao uso do componente terapêutico em questão, de forma que venha a beneficiar o paciente²⁶.

3. METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada entre agosto e outubro de 2022 através das bases de dados BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), ScienceDirect e PubMed. Foram utilizados os artigos da língua inglesa e portuguesa publicados de 2013 a 2022. Os artigos fora desse espaço temporal só foram utilizados quando possuíam relevância para a construção da pesquisa. Os artigos foram selecionados por meio dos critérios de inclusão de acordo com análise da estratégia de busca de título e resumo. Para uma pesquisa ampla, os descritores livres e oficiais foram obtidos pela Decs/MeSH (<https://decs.bvsalud.org/> - descritores em português) e (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh/> - descritores em inglês) (Tabela 1). Este foram aplicados em combinação utilizando os operadores booleanos por categoria de tópico do estudo em português ou inglês, na mesma categoria “OR” e entre categorias “AND”.

TABELA 1: Combinação de descritores para busca de artigos.

Tópico do estudo	Descritor em português	Descritor em inglês
Problema/Contexto	Ansiedade ao Tratamento Odontológico	Dental anxiety
	Fobia ao Tratamento Odontológico	Dental Fear
	Medo ao Tratamento Odontológico	Odontophobia
	Medo de Dentista	Dental Phobia
Intervenção	Aromaterapia	Aromatherapy Aroma Therapy

Fonte: Elaboração própria (2022).

Após a coleta dos dados, as duplicatas foram excluídas e os estudos foram selecionados a partir da leitura organizada em duas etapas executadas por ambos autores na plataforma Rayyan (rayyan.ai/): leitura dos títulos dos artigos e dos resumos; leitura completa dos estudos. Foram aplicados os seguintes critérios de inclusão dos artigos: a) pesquisas e estudos clínicos, relatórios técnicos e relatos de caso que relataram e avaliaram a utilização eficaz da aromaterapia no controle de ansiedade em odontologia; b) período de publicação de 2013 a agosto de 2022; e c) artigos em português e inglês. Após a triagem, os artigos foram avaliados através da leitura completa. Artigos fora deste espaço temporal foram utilizados apenas porque possuíam informações relevantes para a elaboração deste trabalho, que são: Kritsidima, Newton, Asimakopoulou (2010); Lehrner, Eckersberger, Walla, Pötsch, Deecke (2000); Lehrner, Marwinski, Lehr, Jöhren, Deecke (2005). Os critérios de exclusão foram

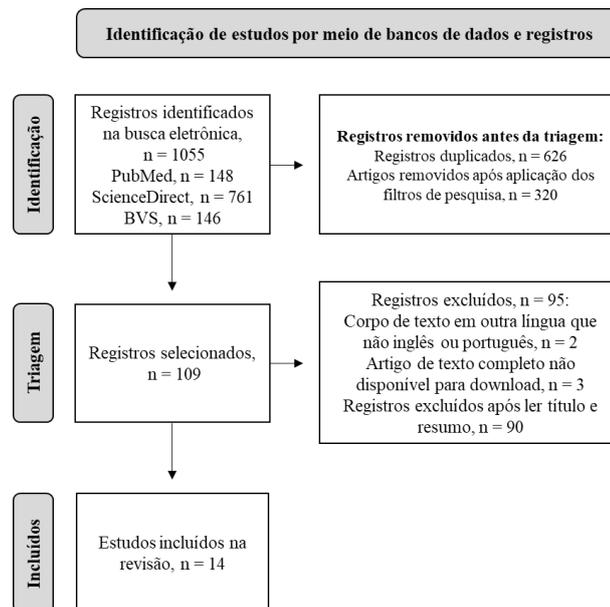
estudos de monografia, dissertação, tese, resumos de anais de congressos, revisão de literatura ou quaisquer outros estudos que não sejam sobre o uso da aromaterapia no controle de ansiedade em odontologia.

Os dados foram extraídos manualmente e organizados em um formulário padronizado, no qual foram realizadas análises descritivas. Foram realizadas leituras analíticas com a finalidade de organizar as informações extraídas a respeito da problemática proposta. As variáveis extraídas de cada artigo e incluídas na revisão foram: autores e ano de publicação, número de pacientes avaliados (sexo e faixa etária), óleo(s) essencial(is) utilizado(s) no estudo, evidências e desfechos sobre a influência dos óleos essenciais na ansiedade em odontologia.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram identificados 14 artigos que estavam em conformidade com as regras definidas. As demais obras não seguiam a temática do trabalho ou não estavam adequadas segundo os métodos estabelecidas para seleção.

FIGURA 2 - Fluxograma do processo de seleção de artigos incluídos no estudo.



Fonte: Elaboração própria (2022).

Todos os autores das obras selecionadas possuíam algum vínculo com instituições acadêmicas ou eram profissionais da área da odontologia. Em relação aos artigos selecionados, 5 artigos foram extraídos do ScienceDirect, 4 do PubMed e 6 do BVS, os quais foram publicados entre os anos 2000 e 2022, todos escritos no idioma inglês, de estudos internacionais (Apêndice A). Com base nestes artigos, foi elaborada um quadro analítico

contendo as informações que foram utilizadas na análise dos resultados e discussões (Apêndice B).

A partir da análise minuciosa dos estudos selecionados, foi possível a identificação de dados de grande relevância sobre o uso da aromaterapia como terapia não farmacológica frente aos quadros de ansiedade presentes em odontologia. Além disso, essa técnica natural é destaque pela sua fácil utilização e seu excelente custo benefício (Apêndice C). Alguns aromas são mencionados na literatura como detentores de propriedade sedativas e relaxantes, como é o caso dos óleos de lavanda, rosas, laranja, bergamota, esclareia, gerânio, milfólio, jasmim, sândalo, tomilho e ylang-ylang. No entanto, poucos foram aplicados em odontologia a fim de conhecer o comportamento dos seus efeitos nesse grupo de pacientes⁶.

A presença de ansiedade odontológica influencia diretamente na saúde bucal dos indivíduos, sendo uma barreira que impede a ida ao dentista para cuidados preventivos, intervenções odontológicas simples ou procedimentos mais complexos. Kritsidima, Newton, Asimakopoulou²⁷ (2010) relatam que no Reino Unido um terço da população se descreve como portadora de ansiedade odontológica. Além disso, 43% evita ir ao dentista e 58% afirma que isso está parcialmente relacionado ao medo de dentista.

Nesse cenário, a aromaterapia tem se apresentado como um método de bastante interesse nas áreas médicas e odontológicas. Isso porque é possível produzir um efeito fisiológico com resultados positivos pela difusão de aromas através dos óleos essenciais, como é o caso do óleo de lavanda. Embora tenha sido utilizado por muito tempo pelo seu efeito antisséptico, esse óleo já tem demonstrado boa eficácia como relaxante e sedativo. O efeito ansiolítico da lavanda foi avaliado em um consultório privado em Atenas (Grécia) por meio de um ensaio clínico com 340 pacientes (adultos maiores de 18 anos e livres de qualquer alteração sistêmica ou alergias) que aguardavam pelo atendimento com seu dentista. Todos passaram por coleta de dados pessoais e de hábitos de vida, assim como responderam a questionários de avaliação de ansiedade. Para a pesquisa foi utilizado um difusor aquecido à vela onde um grupo do estudo foi exposto à difusão apenas com água e o outro com óleo de lavanda. Ao final do ensaio, constatou-se que o grupo exposto ao aroma de lavanda apresentou níveis de ansiedade significativamente mais baixos²⁷.

Segundo descreve Zahirunnisa, Gadagi, Gadde, Myla, Koneru, Thatimatla²⁸ (2014), o óleo de lavanda tem sua funcionalidade sedativa associada à estimulação parassimpática do sistema nervoso autônomo, melhorando o humor e diminuindo a ansiedade. Em seu estudo, a aromaterapia foi aplicada na sala de espera através de um difusor aquecido à vela meia hora

antes do procedimento. Nessas condições, o método demonstrou eficácia diminuindo estatisticamente os níveis de ansiedade em ambos os sexos e variadas faixas etárias.

De acordo com Lehrner, Eckersberger, Walla, Pötsch, Deecke²⁹ (2000), as fragrâncias cítricas têm sido relacionadas com propriedades que auxiliam na melhora do humor e controle de ansiedade. O óleo de laranja possui destaque entre esse grupo pois aumenta a atividade do sistema nervoso parassimpático (responsável por fazer o organismo se acalmar quando exposto a uma situação de estresse) e diminui a atividade do sistema nervoso simpático (constitui um sistema de excitação que ajusta o organismo para lidar com situações de perigo). Como forma de confirmar a hipótese de que o óleo de laranja produziria efeitos positivos na redução de ansiedade em pacientes do sexo feminino, esses autores estudaram um grupo de 72 pessoas entre 22 e 57 anos de idade. O odor de laranja foi difundido na sala de espera por um difusor elétrico escondido da visão do paciente.

Conforme esperado, as mulheres avaliadas apresentaram um nível mais baixo de ansiedade, humor mais positivo e maior nível de calma, confirmando as propriedades sedativas do óleo essencial de laranja. Lehrner, Marwinski, Lehr, Jöhren, Deecke³⁰ (2005), estenderam o estudo anterior experimentando o óleo de lavanda sob os mesmos protocolos e, conforme esperado, o óleo de lavanda se mostrou tão eficaz na redução da ansiedade quanto o óleo de laranja.

Para Arslan, Aydinoglu, Karan¹⁹ (2020), a aromaterapia com óleos essenciais também é um importante método de controle de ansiedade para pacientes infantis. A injeção de anestesia local ou extração dentária são exemplos de procedimentos que podem desencadear quadros de estresse em crianças e dificultam a execução dos protocolos clínicos habituais. Em seu estudo, os autores destacam a importância de avaliar a eficácia da aromaterapia em odontopediatria e constatar a redução da ansiedade através da redução dos sinais vitais dos pacientes expostos ao aroma de lavanda. Um total de 126 crianças foram incluídas no estudo, sendo 54 do sexo feminino e 72 do sexo masculino, dentro da faixa etária de 6 a 12 anos e tendo pelo menos um dente molar inferior decíduo a ser extraído. Os elementos foram extraídos com trauma cirúrgico mínimo e os sinais vitais acompanhados durante todo o pré e transoperatório. Ao final do estudo, constatou-se concordância na hipótese levantada, pois o grupo lavanda apresentou diminuição significativa da ansiedade com a inalação do óleo de lavanda, refletindo diretamente na diminuição da pressão arterial, da frequência cardíaca e um melhor nível de saturação, além de ter influenciado na diminuição da percepção da dor.

Em um estudo semelhante, Ghaderi, Solhjou⁸ (2020), avaliaram um total de 24 crianças entre 7 e 9 anos que iriam passar por tratamento odontológico e receber injeção de

anestésico local em seus atendimentos. O cortisol salivar (principal hormônio glicocorticóide produzido pelo córtex da adrenal e que se eleva na presença de quadros de estresse) e a frequência do pulso foram usados para avaliar a ansiedade, além de escala específica para medir a percepção de dor durante o procedimento. Constatou-se resultados favoráveis à aromaterapia, tendo em vista que o grupo avaliado com a inalação do óleo de lavanda apresentou resposta positiva quanto à diminuição da ansiedade e a percepção de dor na injeção do anestésico. Enquanto isso, Nirmala, Kamatham³¹ (2021) compararam os efeitos dos óleos essenciais de laranja e lavanda através de um ensaio clínico que demonstrou que a inalação dos dois óleos apresentou resultados satisfatórios na diminuição da ansiedade, porém apenas o óleo de laranja se mostrou eficaz na redução da percepção da dor.

Avaliando ainda os índices de cortisol salivar e taxa de pulso, outros autores estudaram o efeito da aromaterapia em pacientes infantis. Jafarzadeh, Arman, Pour³² (2013) avaliaram um grupo de 30 crianças com idades entre 6 e 9 anos e que possuísem dois molares necessitando de tratamento de selamento de fissuras, todas com ausência de problemas sistêmicos, alergias ou deficiências físicas e mentais. O óleo foi difundido no consultório odontológico através de um difusor elétrico e o resultado do estudo demonstrou que essa intervenção foi capaz de apresentar diminuição nos índices de cortisol salivar e taxa de pulso, representando uma redução significativa nos níveis de ansiedade.

Apesar da aromaterapia já ser apontada na literatura como método eficaz no controle de ansiedade em odontologia, alguns autores sugerem que sua combinação com outros métodos não-farmacológicos forneçam resultados ainda mais expressivos na odontopediatria, como é o caso da associação com a musicoterapia. Janthasila, Keeratisiroj³³ (2022) estudaram um grupo de 128 crianças entre 10 e 12 anos de idade, onde avaliaram os efeitos da aromaterapia, da musicoterapia e da combinação dos dois métodos. O grupo da aromaterapia recebeu a inalação do óleo de lavanda por meio do difusor elétrico, enquanto na musicoterapia os pacientes podiam ouvir músicas de sua preferência. Já no grupo 3 as duas terapias foram combinadas. O grupo experimental que recebeu a combinação dos dois métodos apresentou ótimos resultados na redução da ansiedade, tendo se destacado entre os outros através da redução da frequência cardíaca, pressão arterial sistólica e diastólica, bem como valores aumentados na saturação de oxigênio.

Em um trabalho semelhante, James, Retnakumari, Vadakkepurayil, Thekkeveetil, Tom³⁴ (2021) realizaram uma análise com 150 crianças na faixa etária, de 6 a 8 anos, que procuravam atendimento odontológico de rotina, como terapias restauradoras. Foram verificados para fins de resultados a saturação de oxigênio, frequência

respiratória, frequência cardíaca e avaliação de ansiedade com escala de análise facial, onde a criança aponta o semblante que mais retrata o que ela está sentindo. Os resultados do estudo demonstraram que a musicoterapia apresentou uma leve vantagem na redução da frequência cardíaca e respiratória, porém, quando comparada à aromaterapia, ambas foram eficazes na redução de ansiedade e podem ser usadas individualmente ou em conjunto no manejo de pacientes infantis.

Além do uso em procedimentos simples e cotidianos, a aromaterapia também possui aplicabilidade em intervenções odontológicas mais complexas, como é o caso das exodontias de terceiros molares impactados. Essa condição ocorre, pois no período eruptivo desses elementos é comum não haver espaço suficiente para seu bom posicionamento, podendo apresentar-se incluso/impactado e em posições anômalas, vindo a causar interferência em outras estruturas dentárias³⁵.

Hasheminia, Kalanta, Karimi, Hashemzahi, Haghghat³⁶ (2014) avaliaram o nível de ansiedade em 56 pacientes que seriam submetidos à exodontias de terceiros molares impactados e como o óleo de laranja poderia exercer influência no controle desses quadros de estresse. Divididos entre 2 grupos, uma parte dos pacientes não recebeu tratamento com aromaterapia e outra parte foi submetida a inalação com óleo de laranja, tanto na sala de espera como na sala de cirurgia, sendo o óleo dispersado através de um difusor elétrico. Evitou-se que o tempo na sala de espera fosse superior a 10 minutos para que os pacientes não ficassem mais ansiosos. Todas as exodontias foram realizadas por um cirurgião bucomaxilofacial seguindo o mesmo protocolo cirúrgico, utilizando as mesmas técnicas anestésicas e durando cerca de 20 a 25 minutos. Após avaliação de escala de ansiedade e sinais vitais antes e durante o procedimento, constatou-se que o grupo submetido ao aroma de laranja apresentou uma redução significativa nos níveis de ansiedade, tendo refletido diretamente na diminuição de frequência cardíaca, respiratória e pressão arterial.

Jadhav, Mittal³⁷ (2020) relataram ainda que 46 pacientes em condições de pulpites irreversíveis que necessitavam de intervenção com anestesia de bloqueio de nervo alveolar inferior também apresentavam um desconforto pré-operatório que poderia ser amenizado com a aromaterapia. Como conclusão do estudo, os autores constataram que além de diminuir a ansiedade, o óleo de lavanda também aumentou a taxa de sucesso da técnica do bloqueio.

Na ortodontia, área da odontologia que trata de disfunções dento-faciais, a ansiedade também é um desafio, pois alguns estudos já concluem que pacientes em tratamento ortodôntico são mais ansiosos no âmbito odontológico²². Estudando sobre o tema, os pesquisadores Premkumar, Syed, Sumalatha, Narendran²² (2019) resolveram avaliar um

grupo de 74 pacientes entre 15 e 30 anos de idade que procuraram o setor de ortodontia de uma faculdade de odontologia e decidiram comparar a eficácia dos óleos essenciais de lavanda e de rosas na redução de ansiedade. Foram divididos 3 grupos experimentais de tal forma que o primeiro fosse submetido ao aroma de lavanda, o segundo ao óleo de rosas e o terceiro apenas ao placebo. Um difusor aquecido a velas foi utilizado enquanto aguardavam por 15 minutos em sala de espera antes da consulta. Conforme esperado, os dois óleos apresentaram ótimos resultados na redução de ansiedade, tendo o óleo de lavanda obtido maior eficácia quando comparado ao óleo de rosas.

Apesar da constante evolução tecnológica ligada à ortodontia, alguns casos mais complexos requerem uma intervenção mais invasiva, como é o caso das cirurgias ortognáticas. Bozkurt, Vural²³ (2019) relata que os candidatos a esse tipo de procedimento costumam apresentar insatisfação com sua aparência em decorrência de disfunções ósseas presentes, o que afeta o convívio e bem-estar social. Portanto, as cirurgias ortognáticas resultam em alterações na aparência que são muito significativas para esses pacientes, o que justifica comportamentos comuns no pré-operatório como ansiedade, pânico e até agressividade.

Em seu estudo, esses autores buscaram avaliar como a aromaterapia com óleo essencial de lavanda poderia auxiliar nesse processo fornecendo seu efeito sedativo e relaxante para os indivíduos no pré-cirúrgico, tornando esse momento mais tranquilo e confortável. Um total de 90 pacientes participaram do estudo, sendo 43 homens e 47 mulheres, todos na faixa etária de 18 a 43 anos de idade, não fumantes e que não fossem portadores de alergias, problemas de saúde ou transtornos psicológicos pré-existentes. Ao avaliar os dados obtidos, os autores concluíram que os resultados não foram satisfatórios na redução de ansiedade no cenário proposto, levantando a necessidade de novos estudos avaliarem outros tipos de óleos, métodos de difusão e configurações diferentes.

Além disso, outras áreas da odontologia ainda requerem estudos sobre a influência da aromaterapia em seus protocolos clínicos. Apesar dos resultados obtidos se mostrarem positivos ao uso dos óleos essenciais como método não farmacológico para o controle de ansiedade, ainda se faz necessário mais pesquisas clínicas que avaliem o uso dessa terapia em outras áreas de interesse da odontologia (implantodontia, periodontia, endodontia, odontologia estética, etc) além da avaliação sobre a possível combinação dos óleos com outros métodos sedativos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a finalização do presente estudo, foi possível concluir que, de acordo com a literatura, a aromaterapia constitui uma terapia alternativa não-farmacológica eficaz no manejo de pacientes que apresentam quadros de ansiedade e fobia associados ao tratamento odontológico. Apesar dos óleos essenciais possuírem uma variedade extensa de aromas, os óleos de lavanda e laranja foram destaques nos estudos clínicos avaliados.

Apesar da literatura já nos fornecer dados de enorme relevância sobre o tema, faz-se necessário novos estudos acerca da aplicação da aromaterapia em outras áreas da odontologia, além da possibilidade de explorar novos aromas através dos mais variados óleos essenciais existentes atualmente.

REFERÊNCIAS

1. Dadalti M.T.S., Cunha A.J.L., Souza T.G.D., Silva B.A., Luiz R.R., Risso P.A. Anxiety about dental treatment. *Acta odontol. latinoam.* [Internet]. 2021 Jun;34(2): p. 1. Available from: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-48342021000200195&lng=es.
2. Schulmeyer M.C.C, Pavéz H.M, Soriano M.M, Iweins A.M, Burattini F. Sedación en la oficina del odontólogo: ¿Midazolam o Clonazepam? *Anest Analg Reanim* [Internet]. 2017 Dec;30(2): p. 4. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12732017000300036&lang=pt.
3. Guerrero O.F, Sanchis F.C, Onrubia F.X, Aspiazu H.K. Sedación consciente, inhalatoria y farmacológica, su efectividad en la reconducción de la conducta del paciente pediátrico en la consulta dental: estudio observacional de corte transversal. *Av Odontoestomatol* [Internet]. 2020 Dec;36(4): p. 181. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-12852020000400002&lng=pt.
4. Faria A.E.D, Varotto B.L.R, Martins G.B, Nápole R.C.D, Antequera R. Terapias alternativas e complementares e seu uso na odontologia - Revisão de literatura. *Rev. Fac. Odontol.* [Internet]. 2021;51(1): p. 100-9. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/revfo/article/view/44221> doi: <https://doi.org/10.9771/revfo.v51i1.44221>
5. Brito A.M.G, Rodrigues S.A, Brito R.G, Xavier-Filho L. Aromaterapia: da gênese a atualidade. *Rev. Bras. Pl. Med.* [Internet]. 2013 Nov;15(4): p. 789-92. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbpm/a/4pHPp9cWzmBrTHqtzqhGFyH/?lang=pt> doi: <https://doi.org/10.1590/S1516-05722013000500021>.

6. Pacheco V.A.P, Moraes F.C. Aromaterapia e saúde integral. Rev. Cient. Elet. de Ciên. Apl. da FAIT [Internet]. 2021 May;(1): p. 1-14. Disponível em: http://fait.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/4hHZHMiJFAMLP9G_2021-7-2-16-56-48.pdf

7. Barasuol J.C. O alfabetismo em saúde bucal como fator preditor de ansiedade odontológica em pais de crianças submetidas a tratamento odontológico [master's thesis on the Internet]. Curitiba: Universidade Federal do Paraná; 2016. 69p. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/43552/R%20-%20D%20-%20JESSICA%20COPETTI%20BARASUOL.pdf?sequence=1&isAllowed=>

8. Ghaderi F, Solhjou N. The effects of lavender aromatherapy on stress and pain perception in children during dental treatment: a randomized clinical trial. Complement Ther. Clin. Pract. [Internet]. 2020 Aug;40. Available from:<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1744388119302270?via%3Dihub> doi: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101182>

9. Murrer R.D, Francisco S.S. Diagnóstico e manejo da ansiedade odontológica pelos cirurgiões-dentistas. Int. Psic. [Internet]. 2015;19(1). Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/35561> doi: <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v19i1.35561>

10. Baeder F.M, Bacci J.E, Silva D.F, Silva P.H.L. Conhecimento de pacientes sobre o uso de benzodiazepínicos no controle de ansiedade em Odontologia. Rev. da Assoc. Paul. de Cir. Dent. [Internet]. 2016 Mar;70(3): p. 333-7. Disponível em: http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-52762016000300019#:~:text=Conclus%C3%A3o%3A%20Classes%20sociais%20A%2FB,tiveram%20acesso%20ao%20tratamento%20odontol%C3%B3gico

11. Ladewig V.M, Ladewig S.F.A.M, Silva M.G, Bosco G. Sedação consciente com óxido nitroso na clínica odontopediátrica. Odontol. Clín.-Cient. [Internet]. 2016 Jun;15(2): p. 91-6. Disponível em: http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-38882016000200003&script=sci_arttext

12. Ministério da Saúde (Brasil). Portaria nº 702, de 21 de março de 2018. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares – PNPIC. Gabinete do Ministro. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html

13. Morais L.A.S. Influência dos fatores abióticos na composição química dos óleos essenciais. In: Congresso Brasileiro de Oleicultura, nº 49. Hortic. Bras. [Internet]. 2009 Aug;27(2): p. 4050-63. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/143457/1/2009AA-051.pdf>
14. Pessoa D.L.R, Santos B.O, Abreu C.B.R et al. O uso da aromaterapia na prática clínica e interprofissional. Res., Soc. and Dev. [Internet]. 2021 May;10(3): p. 1-10. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13621> doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13621>
15. Filho G.L.M. Estudo sobre a eficácia da aromaterapia no tratamento da ansiedade e/ou hipertensão arterial: uma revisão integrativa da literatura. Braz. J. Hea. Ver. [Internet]. 2020 Jun;3(3): p. 4040-56. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/9584/8063> doi: 10.34119/bjhrv3n3-014
16. Kang H.J, Nam E.S, Lee Y, Kim M. How Strong is the evidence for the anxiolytic efficacy of lavender?: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Asian Nursing Research [Internet]. 2019 Dec;13(5): p. 295-305 [about 10 screens]. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1976131719305262> doi: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2019.11.003>
17. Julio A.R.R, Almeida J.S, Léllis D.R.O.D, Rezende L.V.M. Efeitos adversos associados ao uso de benzodiazepínicos no controle de ansiedade na prática odontológica: uma revisão de literatura. Arch. Health Invest. [Internet]. 2022;11(2): p. 379-382. Disponível em: <https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/5384#:~:text=Resultados%2FDiscuss%C3%A3o%3A%20Os%20efeitos%20adversos,como%20excita%C3%A7%C3%A3o%2C%20agressividade%20e%20irritabilidade> doi: <https://doi.org/10.21270/archi.v11i2.5384>
18. Castro V.M. Influência da ansiedade na exodontia de terceiros molares inclusos [master's thesis on the internet]. Porto: Universidade do Porto, 2019. Disponível em: https://sigarra.up.pt/fmdup/pt/pub_geral.pub_view?pi_pub_base_id=344971
19. Arslan I, Aydinoglu S, Karan NB. Can lavender oil inhalation help to overcome dental anxiety and pain in children? A randomized clinical trial. Eur J Pediatr. 2020 Jun;179(6):985-992. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32030454/> doi: 10.1007/s00431-020-03595-7.
20. Costa A.M.D.D.C, Terra F.S, Leite M.C.R, Pereira M.J.L, Bessa R.V. Avaliação da influência da expectativa e da ansiedade do paciente odontológico submetido a procedimento cirúrgico a partir de seus sinais vitais. Odontol. Clín.-Cient. [Internet].

2012 Jan/Feb;12(4): p. 277-280. Disponível em:
<http://revodontobvsalud.org/pdf/occ/v12n4/a08v12n4.pdf>

21. Medeiros L.A, Ramiro F.M.S, Lima C.A.A, Souza L.M.A, Fortes T.M.V, Groppo F.C. Avaliação do grau de ansiedade dos pacientes antes de cirurgias orais menores. Ver. Odontol. UNESP [Internet]. 2013 Sep/Oct;42(5): p. 357-63. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rounesp/a/BpS6QPkprWyssXPnbzqfCWz/?format=pdf&lang=pt>

22. Premkumar K.S, Aafaque S, S S, N N. Effect of Aromatherapy on Dental Anxiety Among Orthodontic Patients: A Randomized Controlled Trial. Cureus [Internet]. 2019 Aug 2;11(8). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31592362/> doi: 10.7759/cureus.5306

23. Bozkurt P, Vural Ç. Effect of lavender oil inhalation on reducing presurgical anxiety in orthognathic surgery patients. J. Oral Maxillofac. Surg. [Internet]. 2019 Dec;77(12): p. 2466.e1-2466e7. Available from:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S027823911931047X> doi:
<https://doi.org/10.1016/j.joms.2019.08.022>

24. Carvalho V.S. Assistência psicoprofilática ao paciente adulto ansioso na consulta odontológica: revisão de literatura [undergraduate thesis]. Paripiranga: Departamento de Odontologia do Centro Universitário AGES; 2021. 32p. Disponível em:
<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/14321/1/TCC%20-%20Valeeria%20Carvalho%20%28Odonto.%29.pdf>

25. Cai H, Xi P, Zhong L, Chen J, Liang X. Efficacy of aromatherapy on dental anxiety: A systematic review of randomised and quasi-randomised controlled trials. Oral Dis. [Internet]. 2021 May;27(4): p. 829-847. Available from:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32267044/> doi: 10.1111/odi.13346

26. König S. Óleos essenciais: efeitos adversos e segurança na indicação. [undergraduate thesis]. Santa Cruz do Sul. Monografia [Especialização em Práticas integrativas e complementares] – Universidade de Santa Cruz; 2020. 52p. Disponível em:
<https://repositorio.unisc.br/jspui/bitstream/11624/3068/1/Sirlene%20König.pdf>

27. Kritsidima M, Newton T, Asimakopoulou K. The effects of lavender scent on dental patient anxiety levels: a cluster randomized-controlled trial. Community Dent. Oral Epidemiol. [Internet]. 2010 Feb;38(1): p. 83-7. Available from: -
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1600-0528.2009.00511.x> doi:
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0528.2009.00511.x>

28. Zabirunnisa M, Gadagi J.S, Gadde P, Myla N, Koneru J, Thatimatla C. Dental patient anxiety. *J. Res. Pharm. Pract.* [Internet]. 2014 Sep;3: p. 100-3. Available from: <https://www.jrpp.net/article.asp?issn=2319-9644;year=2014;volume=3;issue=3;spage=100;epage=103;aulast=Zabirunnisa> doi: 10.4103/2279-042X.141116
29. Lehrner J, Eckersberger C, Walla P, Pötsch G, Deecke L. Ambient odor of orange in a dental office reduces anxiety and improves mood in female patients. *Physiol Behav.* [Internet]. 2000 Oct;71(1): p. 83-6. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031938400003085> doi: [https://doi.org/10.1016/S0031-9384\(00\)00308-5](https://doi.org/10.1016/S0031-9384(00)00308-5)
30. Lehrner J, Marwinski G, Lehr S, Jöhren P, Deecke L. Ambient odors of Orange and lavender reduce anxiety and improve mood in a dental office. *Physiol Behav.* [Internet]. 2005 Sep;86(1): p. 92-5. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031938405002660> doi: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2005.06.031>
31. Nirmala K, Kamatham R. Effect of Aromatherapy on Dental Anxiety and Pain in Children Undergoing Local Anesthetic Administrations: A Randomized Clinical Trial. *J Caring Sci.* [Internet]. 2021 Aug 23;10(3): p. 111-120. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34849354/> doi: 10.34172/jcs.2021.026
32. Jaafarzadeh M, Arman S, Pour F.F. Effect of aromatherapy with orange essential oil on salivary cortisol and pulse rate in children during dental treatment: a randomized controlled clinical trial. *Adv. Biomed Res.* [Internet]. 2013 Mar;2(10). Available from: <https://www.advbiores.net/article.asp?issn=2277-9175;year=2013;volume=2;issue=1;spage=10;epage=10;aulast=Jaafarzadeh> doi: 10.4103/2277-9175.107968
33. Janthasila N, Keeratisiroj O. Music therapy and aromatherapy on dental anxiety and fear: a randomized controlled trial. *J Dent Sci*[Internet]. 2022 Jun: p. 1-8. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1991790222001404> doi: <https://doi.org/10.1016/j.jds.2022.06.008>
34. James J, Retnakumari N, Vadakkepurayil K, Thekkeveetil A.K, Tom A. Effectiveness of aromatherapy and music distraction in managing pediatric dental anxiety: a comparative study. *Int. J. Clin. Pediatr. Dent.* [Internet]. 2021 Mar-Apr;14(2): p. 249-253. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34413601/> doi: 10.5005/jp-journals-10005-1911

35. Santos Y.C.M, Ribeiro E.D, Freire J.C.P, Cruz J.H.A, Souza G.R, Nunes I.S, Rocha J.F. Prevalência de patologias associadas a terceiros molares inclusos: revisão da literatura. Arch. Health Invest. [Internet]. 2021 Mar;10(2): p. 351-5. Disponível em: <https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/4695> doi: <https://doi.org/10.21270/archi.v10i2.4695>
36. Dereci O, Saruhan N, Tekin G. The Comparison of Dental Anxiety Between Patients Treated with Impacted Third Molar Surgery and Conventional Dental Extraction. Biomed Res. Int. [Internet]. 2021 Sep;2021: p. 2-4. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34527743/> doi: <https://doi.org/10.1155/2021/7492852>
37. Hasheminia D, Motamedi M.R.K, Ahmadabadi F.K, Hashemzahi H, Haghghat II A. Can ambient orange fragrance reduce patient anxiety during surgical removal of impacted mandibular third molars?. J. Oral Maxillofac. Surg. [Internet]. 2014 Sep;72(9): p. 1671-6. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S027823911400367X> doi: <https://doi.org/10.1016/j.joms.2014.03.031>
38. Jadhav G.R, Mittal P. Evaluation of aromatherapy on success rate of inferior alveolar nerve block in teeth with irreversible pulpitis: a prospective randomized clinical trial. Quintessence Int. [Internet]. 2020 Oct;51(10): p. 864-870. Available from: <https://www.quintessence-publishing.com/> doi: 10.3290/j.qi.a45172
39. Carvalho R.W, Falcão P.G, Campos G.J et al. Ansiedade frente ao tratamento odontológico: prevalência e fatores preditores em brasileiros. Ciênc. Saúde Colet. [Internet]. Jul 2012;17(7). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/mhzYV4p5PxYSLPGJHVQyHZP/?lang=pt> doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000700031>

APÊNDICE A – Estudos selecionados para o desenvolvimento dos resultados.

Identificação do estudo	Nome do artigo	Base de dados	Periódico
8	The effects of lavender aromatherapy on stress and pain perception in children during dental treatment: A randomized clinical trial.	BVS	Complement Ther Clin Pract
37	Evaluation of aromatherapy on success rate of inferior alveolar nerve block in teeth with irreversible pulpitis: a prospective randomized clinical trial.	BVS	Quintessence Int
32	Effect of aromatherapy with orange essential oil on salivary cortisol and pulse rate in children during dental treatment: A randomized controlled clinical trial.	BVS	Adv Biomed Res
27	The effects of lavender scent on dental patient anxiety levels: a cluster randomised-controlled trial.	BVS	Community Dent Oral Epidemiol
31	Effect of Aromatherapy on Dental Anxiety and Pain in Children Undergoing Local Anesthetic Administrations: A Randomized Clinical Trial.	BVS	J Caring Sci
28	Dental patient anxiety: Possible deal with Lavender fragrance.	BVS	J Res Pharm Pract
19	Can lavender oil inhalation help to overcome dental anxiety and pain in children. A randomized clinical trial.	PubMed	Eur J Pediatr.
34	Effectiveness of Aromatherapy and Music Distraction in Managing Pediatric Dental Anxiety: A Comparative Study.	PubMed	Int J Clin Pediatr Dent
22	Effect of Aromatherapy on Dental Anxiety Among Orthodontic Patients: A Randomized Controlled Trial.	PubMed	Cureus

23	Effect of Lavender Oil Inhalation on Reducing Presurgical Anxiety in Orthognathic Surgery Patients	ScienceDirect	J Oral Maxillofac Surg
36	Can Ambient Orange Fragrance Reduce Patient Anxiety During Surgical Removal of Impacted Mandibular Third Molars?	ScienceDirect	J Oral Maxillofac Surg
33	Music therapy and aromatherapy on dental anxiety and fear: A randomized controlled trial	ScienceDirect	J Dent Sci
29	Ambient odor of orange in a dental office reduces anxiety and improves mood in female patients	ScienceDirect	Physiol Behav
30	Ambient odors of orange and lavender reduce anxiety and improve mood in a dental office	ScienceDirect	Physiol Behav

Fonte: Elaboração própria (2022).

APÊNDICE B – Análise dos resultados.

Identificação do estudo	Objetivos	Método	Protocolo de tratamento	Principais resultados correlatos ao objetivo do estudo
19	Avaliar a correlação entre aspectos psicológicos e fisiológicos após inalação de óleo de lavanda em crianças submetidas a extração dentária.	Ensaio clínico	Óleo de lavanda disposto em ambiente odontológico por meio de difusor.	Níveis de pressão arterial e queda da taxa de pulso mais baixos foram verificados no grupo de pacientes infantis que inalaram o óleo de lavanda.
23	Mostrar a eficácia da inalação do óleo de lavanda para redução de ansiedade em pacientes que serão submetidos à cirurgia ortognática.	Ensaio clínico randomizado e simples-cego	Óleo de lavanda inalado pelos pacientes anteriormente às cirurgias.	O óleo de lavanda inalado 1 hora antes de cirurgias ortognáticas, numa medida de 0,1mL e difundido em 120mL de água não teve o efeito ansiolítico esperado.
8	Determinar o efeito da aromaterapia com óleo de lavanda para reduzir ansiedade e percepção de dor durante injeções em crianças.	Ensaio clínico randomizado	Óleo de lavanda disposto em ambiente odontológico por meio de difusor.	O óleo de lavanda diminuiu o nível de ansiedade odontológica e a percepção de dor em crianças.
35	Investigar se a fragrância de laranja é eficaz para reduzir a ansiedade em pacientes antes e durante a exodontia de terceiro molar inferior impactado.	Ensaio clínico randomizado	A análise foi feita através da exposição da fragrância do óleo de laranja.	Foi verificado que o grupo exposto à fragrância do óleo essencial de laranja apresentou frequência respiratória, pressão arterial e frequência de pulso significativamente menores do que o grupo controle (sem exposição ao óleo) durante e ao final da cirurgia.
37	Avaliar o uso da aromaterapia na taxa de sucesso no bloqueio do nervo alveolar inferior em dentes com pulpite irreversível considerando seu efeito na redução da dor e ansiedade.	Ensaio clínico	Óleo de lavanda difundido através de um aquecedor de velas (tipo de difusor elétrico)	Aromaterapia com óleo de lavanda apresentou sucesso na redução de ansiedade e aumentou a taxa de sucesso do anestésico para o bloqueio do nervo alveolar inferior em casos de pulpite irreversível.
32	Demonstrar o efeito da aromaterapia com óleo essencial de laranja na redução de ansiedade através da análise do cortisol salivar e taxa de pulso em crianças.	Ensaio clínico randomizado	Inalação do óleo de laranja	O óleo de laranja demonstrou a redução de ansiedade infantil através da avaliação do cortisol salivar e pulsação.
34	Comparar e avaliar a eficácia da aromaterapia com óleo essencial de laranja com a distração musical no manejo de pacientes odontológicos pediátricos ansiosos.	Ensaio clínico	Óleo de laranja difundido em um dispensador elétrico na sala de tratamento.	Comparando os grupos, tanto a aromaterapia como a distração musical demonstraram influencia na redução de ansiedade, registrando diminuição da frequência cardíaca e respiratória.
33	Determinar a eficácia da musicoterapia associada a aromaterapia para redução da ansiedade odontológica em crianças.	Ensaio clínico randomizado	Para a musicoterapia, foram selecionadas as músicas de preferência dos pacientes para tocar em um auto falante em um determinado nível de volume (60 dB). Para a aromaterapia, foi utilizado o óleo de lavanda em um difusor de aromas no ambiente.	A combinação da aromaterapia e musicoterapia aplicada ao grupo de pacientes infantis selecionados mostrou uma significativa diminuição da ansiedade, medo odontológico, frequência cardíaca, pressão arterial e aumento dos valores de saturação de oxigênio.

27	Determinar o efeito do óleo de lavanda para reduzir a ansiedade em pacientes odontológicos.	Estudo controlado randomizado	Óleo de lavanda disposto em ambiente odontológico por meio de difusor.	O estudo comprovou que o óleo de lavanda é eficaz para diminuição da ansiedade antes de consultas odontológicas.
29	Avaliar o efeito do óleo de laranja na diminuição de ansiedade em pacientes odontológicos do sexo feminino que foram submetidos a procedimentos simples.	Ensaio clínico	Óleo de laranja difundido em um dispensador elétrico na sala de espera.	O óleo de laranja teve efeito positivo para redução de ansiedade no grupo ao qual foi exposto. Foi notada uma eficácia maior em mulheres do que em homens.
30	Impacto dos óleos essenciais de laranja e lavanda na redução da ansiedade e melhora do humor em pacientes odontológicos.	Ensaio clínico	Óleo de lavanda e de laranja difundidos no ambiente através de difusores.	Os óleos de lavanda e de laranja foram constatados como eficientes para a diminuição da ansiedade em pacientes odontológicos.
31	Comparar o uso dos óleos essenciais de lavanda e laranja utilizados em inalador e nebulizador administrados em crianças que seriam submetidas a anestésias locais.	Ensaio clínico	Óleo essencial de lavanda em inalador; Óleo essencial de lavanda em nebulizador; Óleo essencial de laranja em inalador; Óleo essencial de laranja em nebulizador.	Os óleos de lavanda e laranja utilizados em nebulizador e inalador demonstraram redução da ansiedade, porém, apenas o óleo de laranja atuou também na redução de dor.
22	Avaliar a eficácia da aromaterapia na redução de ansiedade em pacientes ortodônticos com os óleos de lavanda e rosas.	Ensaio clínico randomizado duplo-cego.	Óleo de lavanda e de rosas difundidos separadamente através de um aquecedor de velas (tipo de difusor elétrico)	Os óleos de lavanda e de rosas demonstraram eficácia na diminuição da ansiedade, porém o de lavanda demonstrou resultado superior.
28	Avaliar a eficácia do óleo de lavanda no controle de ansiedade em odontologia	Ensaio clínico	Óleo de lavanda difundido através de um aquecedor de velas (tipo de difusor elétrico)	O estudo demonstrou diminuição significativa na ansiedade dos pacientes submetidos ao odor de lavanda.

Fonte: Elaboração própria (2022).

APÊNDICE C – Principais óleos essenciais disponíveis no mercado.

ÓLEO ESSENCIAL	AROMA	MARCA	PREÇO MÉDIO	ONDE ENCONTRAR
	Laranja selvagem	doTERRA	R\$ 84,00 (15ml)	Site da marca, revendedor autorizado ou loja de produtos naturais.
	Lavanda	Via aroma	R\$ 25,00 (10ml)	
	Laranja	Phytoterápica	R\$ 26,00 (10ml)	
	Lavanda	Laszlo	R\$ 57,00 (10ml)	
	Laranja doce	BioEssencia	R\$ 28,00 (10ml)	
	Lavanda	NatEssential	R\$ 55,00 (20ml)	
	Lavanda	Amantikir	R\$ 45,00 (10ml)	

Fonte: Elaboração própria (2022).