

## ETEC SANTO ANDRÉ – CURSO TÉCNICO EM QUÍMICA

### APLICAÇÃO DA AROMATERAPIA A PARTIR DE VELAS AROMÁTICAS NATURAIS

Felipe Ponciano Paullucci; Isaque da Silva Almeida Galhardo; João Victor Millanez Domingues; Rodrigo Costa Silva; Thiago Nascimento Sales

Orientador: Dr. Jhonny Frank Sousa Joca; Orientadora: Esp. Magali Canhamero

felipe.paullucci@etec.sp.gov.br, isaque.galhardo@etec.sp.gov.br, joao.domingues@etec.sp.gov.br, rodrigo.costa1603@etec.sp.gov.br, thiago.sales2@etec.sp.gov.br; jhonny.joca@etec.sp.gov.br, magali.canhamero@etec.sp.gov.br.

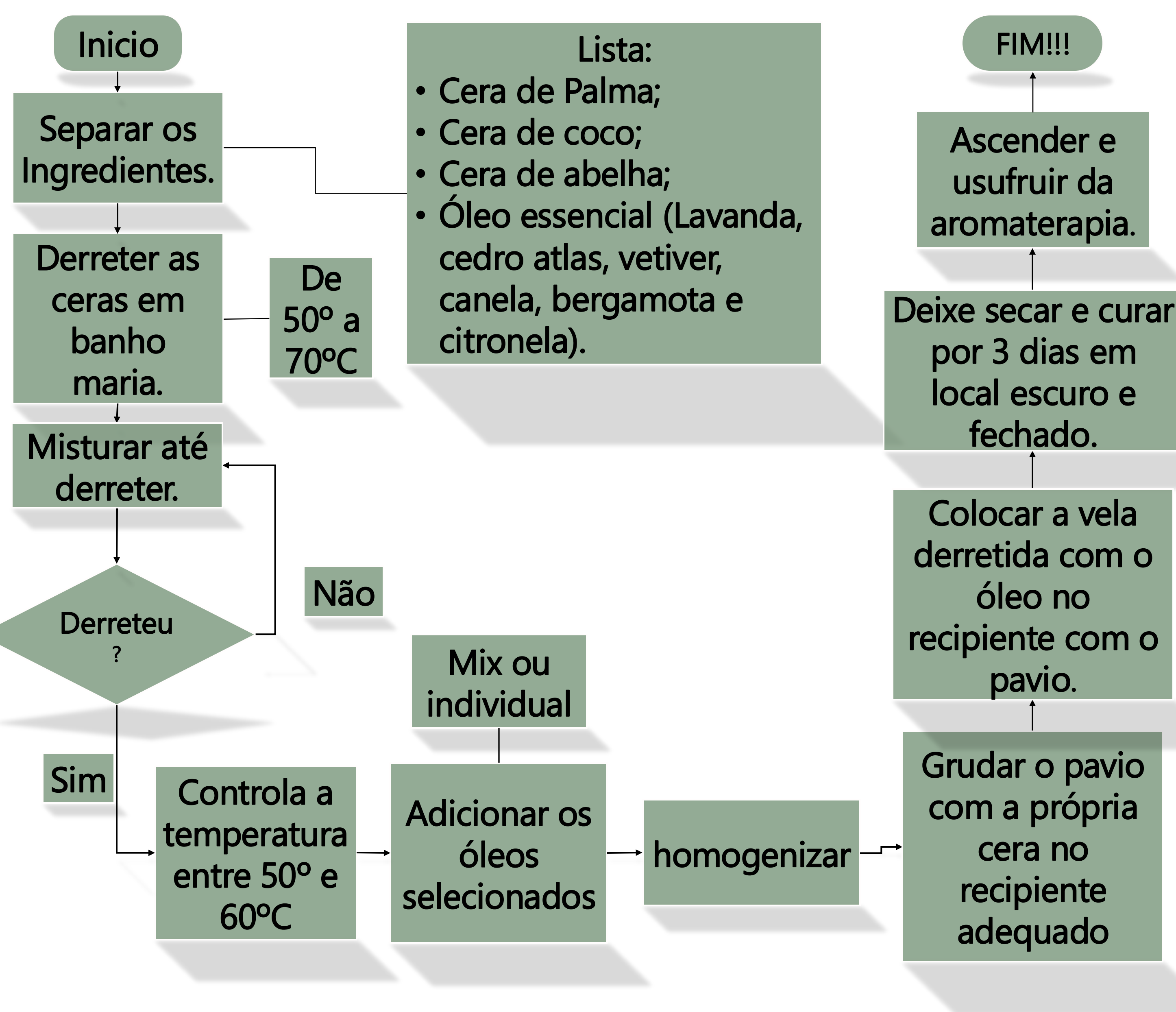
## INTRODUÇÃO

Aromaterapia é uma prática complementar que utiliza compostos voláteis de plantas para promover o bem-estar [1][2]. Entre suas formas de aplicação, as velas aromáticas se destacam pela liberação gradual de substâncias que ativam o sistema límbico, relacionado às emoções e memórias [3]. Produzidas artesanalmente com ceras naturais (palma, coco e abelha) e óleos essenciais, essas velas têm potencial para reduzir ansiedade, aliviar tensões e melhorar a concentração [4][5].

## OBJETIVOS

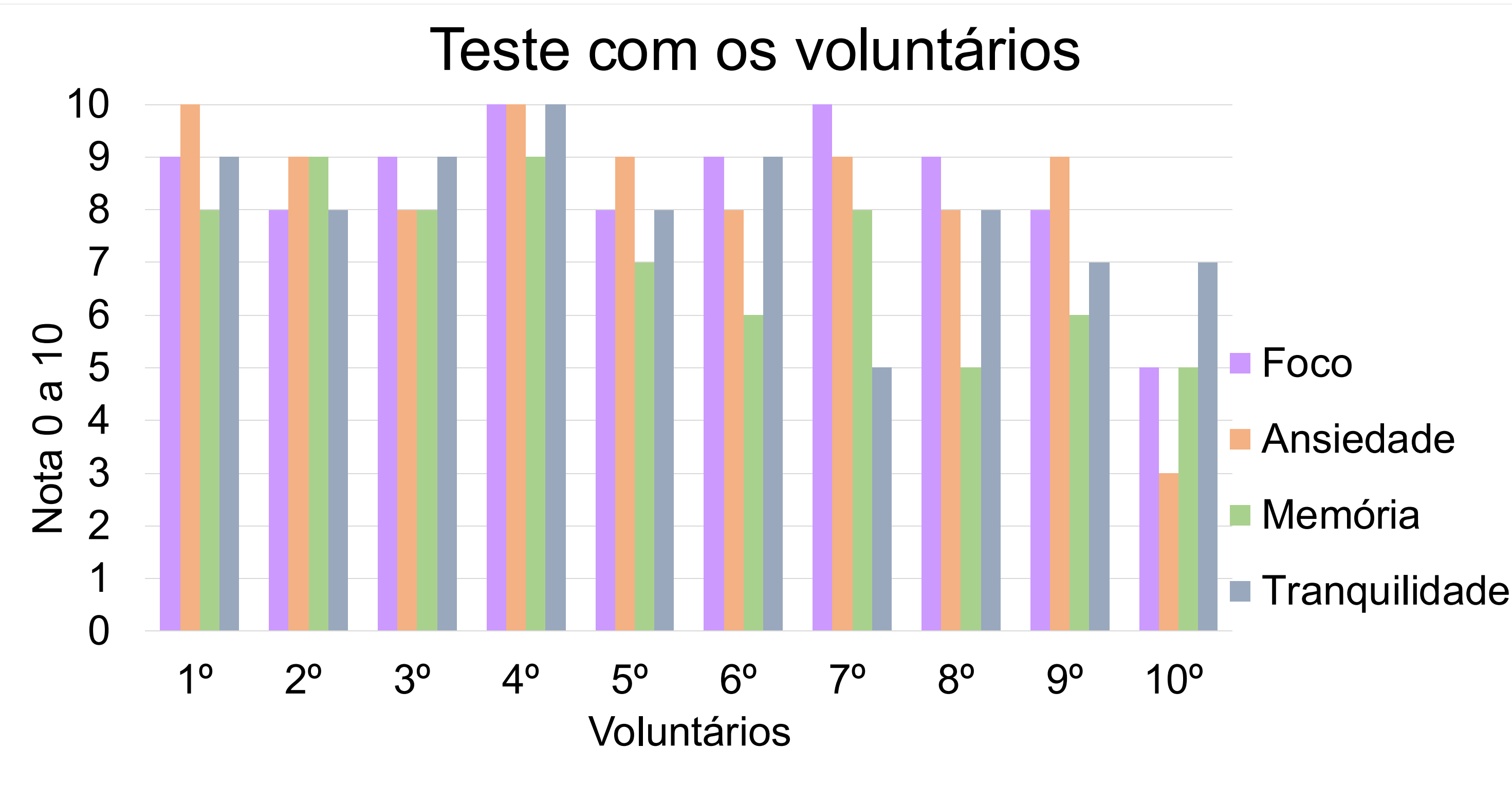
Avaliar os efeitos terapêuticos e sensoriais de velas aromáticas artesanais no alívio da ansiedade, estresse e desatenção, bem como a influência no dia a dia do usuário.

## MATERIAL E MÉTODOS



## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da aplicação prática com os voluntários Os participantes atribuíram notas de 0 a 10 para quatro critérios: foco, ansiedade, memória e tranquilidade. Podendo esses serem observados no gráfico abaixo:



Em aplicação paralela aos testes, o aluno Thiago Nascimento Sales, acompanhado pela terapeuta Roseane Coelho e pela professora Esp. Magali Canhamero, apresentou melhora significativa em foco, rendimento escolar e equilíbrio emocional. Mesmo em tratamento com Atentah® 25 mg (cloridrato de atomoxetina) para TDAH e ansiedade, os efeitos da aromaterapia foram perceptíveis e potencializadores ao efeito do medicamento, segundo relato da orientadora. Tendo como resultado prático a imagem ao lado.



Fonte: Os autores

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados apontam que velas com óleos essenciais podem auxiliar no controle da ansiedade, estresse e dificuldade de foco. A maioria dos participantes relatou melhora, especialmente na concentração e sensação de tranquilidade. A aromaterapia mostrou-se uma prática segura, sem riscos de dependência ou efeito rebote, promovendo equilíbrio emocional de forma gradual. Um dos testes, realizado em contexto escolar, também apresentou efeitos positivos, reforçando sua aplicação em diferentes aspectos, conforme descrito no artigo.

## REFERÊNCIAS

- [1] GATTEFOSSÉ, R. *Aromathérapie: les huiles essentielles, hormones végétales*. Paris: Girardot, 1937.
- [2] PETRY, D. *A química dos óleos essenciais*. 2. ed. Campinas: Editora Laszlo, 2021.
- [3] CARVALHO, T. et al. Efeitos psicológicos da inalação de óleos essenciais cítricos. *Revista de Psicologia e Saúde*, v. 10, n. 3, p. 150-158, 2018.
- [4] NASCIMENTO, L.; PRADE, A. C. K. *Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais*. Recife: Fiocruz-PE, 2020.
- [5] SILVA, R. M.; ALMEIDA, C. T. C. Avaliação da estabilidade de velas aromáticas naturais: uma proposta de aromaterapia aplicada. *Revista Brasileira de Ciências Ambientais*, v. 10, n. 1, p. 88-95, 2022.