

# COVID-19: revisão narrativa sobre possibilidades para emprego da aromaterapia e fitoterapia na pandemia

JAVIER SALVADOR GAMARRA JUNIOR<sup>1</sup>; SILVIA STANICA<sup>2</sup>

1. [gsalvjr@gmail.com](mailto:gsalvjr@gmail.com) 1Centro Universitário Campos de Andrade – UNIANDRADE;  
2. Universidade Positivo – UP – Curitiba/PR

PALAVRAS-CHAVE: Aromaterapia; COVID-19; Fitoterapis; Terapias complementares

**INTRODUÇÃO:** Em dezembro de 2019 um novo Coronavírus (SARS-CoV-2), causou doença respiratória atípica na China. Foi denominada COVID-19 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que declarou pandemia (março/2020). Para o manejo, a OMS tem encorajado a inserção das práticas integrativas e complementares em saúde (PICS), suas tecnologias e profissionais nos sistemas nacionais de saúde, em todos os níveis de atenção, primária, especializada e hospitalar, em complemento às medidas convencionais de prevenção (distanciamento social, higiene das mãos e vacinação) e tratamento (suporte). Deve se considerar que ainda são escassas as condutas farmacológicas alopáticas disponíveis, o que oportuniza a contribuição das PICS nesta crise. O objetivo deste estudo foi investigar potencial de emprego da aromaterapia e fitoterapia na pandemia ocasionada pelo SARS-CoV-2 em caráter complementar.

**MATERIAIS E MÉTODOS:** Revisão narrativa (abril/junho 2021) com artigos selecionados via buscador Google Acadêmico e bases de dados SciELO e BVS, com as palavras-chave: Aromaterapia, Covid-19, Fitoterapia, Terapias complementares (publicações de 2020/2021).

**RESULTADOS:** A aromaterapia pode ser útil no tratamento dos pacientes leves, especialmente para aqueles com sintomas do trato respiratório superior. Analisando estudos disponíveis, o eucaliptol parece ser a melhor opção terapêutica seguido de terpenos como o limoneno e pineno. Os estudos revelaram alívio da tosse, congestão e dor de garganta. A aromaterapia pode ser utilizada complementarmente para gestão dos sintomas, mas não como um tratamento alternativo às medidas alopáticas. Outra aplicação possível da aromaterapia é na reabilitação da deficiência olfativa crônica pós-Covid-19. Sugere-se utilização de óleos essenciais, como eucalipto, pelas qualidades aromáticas. A fitoterapia pode ser empregada como dieta ou suplemento para evitar infecções e aumentar a imunidade, ou como terapia complementar em combinações com fármacos alopáticos como ibuprofeno e paracetamol recomendados para controlar as respostas imunitárias celulares e humorais, bem como para diminuir as coinfeções. Fitoterápicos como *Althaea officinalis*, *Commiphora molmol*, *Glycyrrhiza glabra*, *Hedera helix*, *Sambucus nigra* com valor IC igual a 50 e inferiores a 10µM podem ser considerados agentes promissores. Este efeito, no entanto, deve ser avaliado em estudos prospectivos e intervencionais com ênfase na sua especificidade de ação exercida, gama de doses utilizadas e a utilização de um controle adequado.

**CONCLUSÃO:** A aromaterapia e os fitoterápicos podem ser usados como terapia complementar nos casos de Covid-19 leve, para aliviar os sintomas do trato respiratório superior e como coadjuvantes em combinações com alopáticos ibuprofeno e paracetamol. Recomenda-se aprofundamento das investigações com estudos clínicos controlados mais abrangentes.