

USO TERAPÊUTICO DO ÓLEO ESSENCIAL DE LAVANDA (*LAVANDULA ANGUSTIFOLIA*) NA SAÚDE INFANTIL

Gabriela Curbeti Becker

agabrielabecker@gmail.com

Introdução: A aromaterapia tem ganhado espaço na pediatria como prática integrativa e complementar. O óleo de lavanda é composto por mais de 100 substâncias, mas as duas principais responsáveis pelos efeitos terapêuticos são o Linalol (álcool terpênico) e o Acetato de Linalila (éster). O óleo essencial de lavanda é um dos mais utilizados devido às suas propriedades sedativas, ansiolíticas e anti-inflamatórias, sendo considerado seguro para o público infantil desde que aplicado corretamente.

Objetivo: Investigar as evidências científicas sobre os benefícios terapêuticos do óleo essencial de lavanda na saúde infantil, focando em sua eficácia para a melhora do sono e redução de estados ansiosos.

Metodologia: Revisão narrativa da literatura baseada em estudos clínicos e guias de aromaterapia clínica, analisando as vias de administração (inalação e tópica) e as precauções de segurança para diferentes faixas etárias pediátricas.

Resultados: Estudos indicam que a inalação de lavanda auxilia na regulação do ciclo circadiano infantil, reduzindo o tempo de latência para o sono e a agitação noturna. Outros ensaios clínicos indicam um aumento de ondas lentas gerando também a diminuição da latência para sono (tempo para dormir). O óleo essencial de lavanda pela via tópica, quando devidamente diluído em outros óleos vegetais carreadores, demonstra eficácia na redução de cólicas em lactentes e no alívio de processos inflamatórios cutâneos leves. Estudos em unidades de internação mostram que a aromaterapia com lavanda pode reduzir a percepção de dor em crianças durante procedimentos agudos (como punção venosa). No entanto, os resultados enfatizam que o uso deve ser evitado em recém-nascidos prematuros e sempre precedido por testes de sensibilidade para evitar reações adversas ou sensibilização precoce.

Conclusão: O óleo essencial de lavanda apresenta-se como uma alternativa terapêutica viável e eficaz para promover o bem-estar infantil e auxiliar no manejo do sono. Contudo, seu uso deve ser orientado por profissionais capacitados para garantir a dosagem segura, respeitando a fisiologia única da criança.

Palavras-chave: Óleos Essenciais; Pediatria; Terapias Complementares.

Área Temática: Terapias Integrativas e Complementares