

Utilização de metodologia da problematização no desenvolvimento de uma ação educativa em saúde com uso de óleos essenciais e massagem

*Ideon Alves Pires Junior¹, Ana Júlia Ferreira Gomes², Davi Ferreira Segato²,
Mônica Manzi Fernandes², Maria Antonia Campos², Isabella Azevedo Vital²,
Aryne Gabrielle Tiburcio², Carla Martins Fernandes², Gabriela Siqueira
Araujo Ramos², Sirlene Aparecida Borges Victor², Deriely Lazara Barbosa²,
Raphaelly Cristiny Bessa Luciano², Patrícia Costa dos Santos da Silva³*

Resumo: *O emprego de metodologias ativas no ensino superior na área de saúde possibilita que os estudantes alcancem maior protagonismo no desenvolvimento de ações em saúde. Nesse contexto, este estudo objetivou relatar a experiência do uso da metodologia da Problematização com apoio do Arco de Magueres no curso de graduação em Enfermagem. A experiência se deu com 12 alunos de uma instituição de ensino superior pública. No retorno às aulas presenciais, foram realizadas as cinco etapas do Arco de Magueres: 1. Observação da realidade; 2. Pontos-chave; 3. Teorização; 4. Hipóteses de solução; 5. Aplicação à realidade. A vivência resultou no desenvolvimento de uma ação educativa intitulada "Desatando nós". Tal ação educativa focou na integralidade da assistência e agregou a todos envolvidos conhecimentos de métodos alternativos para a promoção e para a prevenção de agravos da saúde mental e física por meio do uso dos óleos essenciais e da massagem relaxante.*

Palavras-chave: *Educação em saúde. Aromaterapia. Massagem. Humanização da assistência.*

Área Temática: *Saúde.*

Use of problematization methodology in the development of an educational action in health with the use of essential oils and massage

Abstract: *The use of active methodologies in higher education in the area of health allows students to achieve greater protagonism in the development of health actions. In this context, this study aimed to report the experience of using the Problematization methodology with the support of Arco de Magueres in the undergraduate nursing course. The experience took place with 12 students from a public higher education institution. Upon returning to face-to-face classes, the five stages of the Arch of Magueres were carried out: 1. Observation of reality; 2. Key Points; 3. Theorizing; 4. Solution hypotheses; 5. Application to reality. The experience resulted in the development of an educational action entitled "Untying us". This educational action focused on comprehensive care and added knowledge of alternative methods for the promotion and prevention of mental and physical health problems to all involved through the use of essential oils and relaxing massage.*

Keywords: *Health education. Aromatherapy. Massage. Humanization of assistance.*

¹ Discente no curso de Enfermagem, pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Correspondência: ideonjr@outlook.com.

² Discentes no curso Enfermagem, pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

³ Docente no curso de Enfermagem, pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

Uso de la metodología de problematización en el desarrollo de una acción educativa en salud con el uso de aceites esenciales y masaje

Resumen: *El uso de metodologías activas en la educación superior en el área de la salud permite a los estudiantes lograr un mayor protagonismo en el desarrollo de acciones de salud. En ese contexto, este estudio tuvo como objetivo relatar la experiencia del uso de la metodología Problematización con el apoyo de Arco de Maguerez en el curso de graduación en enfermería. La experiencia se llevó a cabo con 12 estudiantes de una institución de educación superior pública. Al regresar a las clases presenciales se realizaron las cinco etapas del Arco de Maguerez: 1. Observación de la realidad; 2. Puntos clave; 3. Teorizar; 4. Hipótesis de solución; 5. Aplicación a la realidad. La experiencia resultó en el desarrollo de una acción educativa titulada "Desatándonos". Esta acción educativa se centró en la atención integral y agregó el conocimiento de métodos alternativos para la promoción y prevención de problemas de salud mental y física a todos los involucrados a través del uso de aceites esenciales y masajes relajantes.*

Palabras clave: *Educación para la salud. Aromaterapia. Masaje. Humanización de la asistencia.*

INTRODUÇÃO

Os cursos de ensino superior na área de enfermagem têm sido motivados a implementar propostas pedagógicas que promovam a aquisição de habilidades e de competências, com o intuito de preparar os estudantes para cuidar de forma holística e humana (MANAKATT *et al.*, 2021).

Nesse sentido, a metodologia da problematização, com o uso do arco de Maguerez, permite o envolvimento do estudante com os problemas reais do seu dia-a-dia de trabalho e de atividade prática, podendo ser vista como uma importante ferramenta para incrementar as metodologias ativas no processo de formação acadêmica (FUJITA *et al.*, 2016).

No processo de formação dos estudantes, é fundamental a elaboração de ações de educação em saúde que compreendam um público específico e uma demanda que se faça necessária junto da comunidade e que possam mobilizar pessoas e, dessa forma, repercutir no cuidado multifatorial, abrangendo a promoção à saúde e a prevenção (CLAPIS *et al.*, 2018).

Nesse aspecto, as ações de educação em saúde devem pautar suas práticas em evidências científicas, como a massagem relaxante que representa uma técnica amplamente utilizada no passado com diferentes fins e que, ao longo do tempo, foi adaptada para que se tornasse alvo de relaxamento, buscando proporcionar bem-estar físico, mental e melhora da qualidade de vida de pessoas acometidas por diversas condições (ANDRADE *et al.*, 2020).

A massagem relaxante pode ser associada à aromaterapia, que se trata de um ramo de estudos da fitoterapia que compreende a utilização dos extratos obtidos de plantas, chamados de óleos essenciais, os quais são isolados através de separação físico-química realizada em laboratório ou, em alguns casos, pode ser obtido por métodos de vaporização, de esfregaço e de infusão das flores e de folhas (MACHADO; SILVA, 2019).

A aromaterapia é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um recurso terapêutico complementar ao modelo biomédico, que possui validação como Prática Integrativa Complementar (PIC) e respaldo científico para sua utilização (ALMEIDA; CHECHETTO, 2020).

A massagem associada à aromaterapia é uma forma de se obter e de potencializar os ganhos terapêuticos de ambas as abordagens, sendo que, cientificamente, é recomendado o uso complementar em tratamentos para doenças físicas e mentais tais como lesões, reabilitação musculoesquelética, transtornos depressivos e de ansiedade (BORGES *et al.*, 2020).

Diante de um cenário de pandemia, com isolamento social e intensas medidas de restrição de contato, a assistência em saúde no Brasil precisou se adaptar à alta rotatividade e ao alto fluxo de internações nas instituições de saúde, sendo que a assistência prestada, que já era fortemente técnico-centrista, se viu mergulhada na necessidade de favorecer intervenções ainda mais rápidas, com protocolos mais assertivos em determinar a cura e o controle de processos patológicos em detrimento da participação da pessoa em seu cuidado (MERHY *et al.*, 2022).

Em meio a esse contexto de ambiente, foi idealizada uma ação de saúde que pudesse se diferenciar da presente realidade do serviço de saúde brasileiro. Dessa forma, por meio da metodologia da problematização com o uso do Arco de Maguerez foi desenvolvida a ação educativa intitulada “Desatando nós”, que visou promover uma assistência complementar de maneira concomitante à assistência biomédica, a fim de favorecer ganhos de maneira abrangente e humanizada ao cuidado.

OBJETIVOS

Este estudo objetivou relatar a experiência do uso da metodologia da Problematização com apoio do Arco de Maguerez no curso de graduação em Enfermagem.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um relato de experiência fundamentada na metodologia da problematização com aplicação do Arco de Maguerez. A proposta da atividade foi desenvolvida de acordo com os requisitos de uma disciplina do curso de Graduação em Enfermagem de uma universidade pública. O grupo de estudantes foi composto por 12 pessoas, regularmente matriculadas na disciplina e supervisionadas pelo docente responsável.

A disciplina transcorreu durante todo o semestre se pautando nas cinco etapas da metodologia da problematização de acordo com Arco de Maguerez (BORDENAVE; PEREIRA, 2005), onde se identificaram:

- **Observação da realidade e identificação do problema:** aconteceu em um ambulatório de atenção secundária inserido no hospital escola de uma universidade pública. O docente propôs o desenvolvimento de uma ação educativa em sala de espera, sendo que os estudantes tiveram autonomia para elaborar conceitos, levantar problemas emergentes diante do cenário atual e do retorno às atividades presenciais. Na inspeção do setor,

ficou claro para os estudantes o intenso fluxo do setor e um espaço físico com ruídos e pouco acolhedor. O problema com a ambiência não favorece uma assistência integralizada e humanizada, uma vez que possibilita que o ambiente de saúde se torne pesado e nada receptivo às queixas das pessoas. Além da questão do espaço físico, foi percebido que a ausência de receptividade e de troca de informações dos profissionais do setor favorecia um maior distanciamento das pessoas.

- **Pontos-chave:** a partir das seguintes indagações: “Como melhorar a ambiência?”; “Como a equipe multidisciplinar pode tornar esse local mais acolhedor à medida que promove saúde?”; “Como propor mudanças que sejam de fato aplicáveis?”, foram levantados os seguintes pontos-chave: Educação em saúde; Aromaterapia; Massagem; Humanização da assistência.
- **Teorização:** na busca por respostas os pontos-chave foram utilizados como base para o levantamento de evidências científicas que pudessem demonstrar estratégias e maneiras de construir uma ambiência mais humanizada e integralizada dentro das possibilidades de atuação da equipe de saúde.
- **Hipóteses de solução:** dentre os resultados obtidos com a teorização, o que possuía maior aplicabilidade à realidade do setor era organizar uma estratégia centrada na adoção de uma medida que, ao mesmo tempo, favorecesse a construção de uma nova ambiência e de acolhimento, permitisse cooperar com o tratamento das pessoas presentes ali. Tal estratégia foi a inclusão de uma massagem relaxante utilizando óleo essencial de lavanda para as pessoas que estavam na sala de espera aguardando pela consulta.
- **Aplicação à realidade:** ocorreu no dia 25 de novembro de 2022, a ação educativa intitulada “Desatando nós”. Esse nome foi sugerido por um dito popular conhecido no Brasil, onde o ato de retirar nós significa o alívio das tensões musculares com a massagem. Os recursos didáticos elaborados pela equipe de estudantes (conforme a figura 1), englobou cartazes que foram distribuídos pelos setores do ambulatório de modo a informar à população sobre a oferta de uma massagem gratuita. A massagem foi realizada nas mãos, no antebraço e nos ombros, utilizando-se um creme neutro de origem comercial com diluição (realizada pelo grupo de pesquisa), com o óleo essencial de *Lavandula angustifolia* na concentração de 2%, conforme sugerido por Montibeler *et al.* (2018). A seleção desse produto, foi embasada por pesquisas prévias realizadas pela orientadora desta pesquisa e por referenciais teóricos dessa terapia complementar, levando-se em consideração a sua indicação para estresse e ansiedade (CARDOSO *et al.*, 2021). Além disso, os usuários do serviço foram orientados quanto ao uso dos óleos essenciais na massagem e suas propriedades terapêuticas, por meio da entrega de pôsteres personalizados, conforme a Figura 01, assim como um *QR Code* que redirecionava para um vídeo no *Youtube*, que foi confeccionado pelo grupo, e tinha como intuito demonstrar e ensinar algumas técnicas de massagem. Os estudantes ofertaram como brinde, uma amostra de creme de massagem com óleo essencial de lavanda diluído na concentração de 2% (MONTIBELER *et al.*, 2018). Também, seguiram-se protocolos para a higiene das mãos e para o uso de equipamento de proteção individual (EPI), como jaleco e máscara.



Figura 01 – Brindes e modelo do Folder ofertado na ação “Desatando Nós”, 2022.

Fonte: Os autores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A execução do Arco de Maguerez permitiu uma ampla observação da realidade, favorecendo uma investigação crítica por parte dos autores na busca de elencar problemáticas e propor intervenções. Ele foi de grande importância para que a ação em saúde se configurasse da forma mais assertiva possível, isto se refere a sua acessibilidade e a sua aplicabilidade. Portanto, durante todas etapas, desde o planejamento a execução, o Arco de Maguerez se mostrou fundamental para uma análise crítica e racional da realidade.

A atividade foi planejada de forma compatível com o setor, no caso, uma sala de espera de ambulatório. Por isso, foi necessário realizar a intervenção de modo a não impactar o fluxo de funcionamento. Para tal, foi decidido em grupo que a execução da massagem seria imediatamente interrompida caso a pessoa fosse chamada para o atendimento médico que seria ofertado ali. Além disso, a oferta dessa massagem não teria caráter obrigatório, ficando a critério da pessoa a escolha de receber ou não a intervenção. A manutenção da independência do cuidado também é uma estratégia para a humanização e para a integralidade da assistência.

Para as pessoas que participaram diretamente da ação, foi ofertada uma massagem relaxante nas mãos, do antebraço e dos ombros. De acordo com Kurebayashi *et al.* (2016), esses pontos estão envolvidos com importantes mecanismos circulatórios e de relaxamento, por isso foi decidido que nestes sítios as propriedades terapêuticas da massagem seriam mais visíveis. Além disso, outro importante fator para a escolha desses locais é o fato de normalmente serem locais mais cômodos, descobertos e que não envolvem uma necessidade de maior exposição.

O óleo essencial selecionado para ser utilizado durante a massagem relaxante foi o óleo de lavanda (*Lavanda angustifolia*). De acordo com Cardoso *et al.* (2021), ele possui propriedades terapêuticas relacionadas com o equilíbrio do sistema límbico, com promoção de calma e de alívio de ansiedade. O estímulo olfativo induzido pelo aroma do óleo favorece a construção de pensamentos oriundos de memórias olfativas. Já a absorção do óleo na pele, pela massagem, permite que, na circulação sistêmica, moléculas do óleo exerçam relativo efeito farmacológico, relacionado à sua interação com receptores dopaminérgicos e do tipo GABA.

Durante a execução da ação educativa “Desatando nós”, foi possível divulgar os efeitos e os benefícios de uma massagem relaxante com óleo essencial, pois muitas vezes essa temática é pouco explorada entre os profissionais de saúde. A literatura científica mostra que as evidências encontradas contribuem para fortalecer a prática da aromaterapia dentro da enfermagem como uma intervenção para um cuidado holístico, incentivando a implementação desse recurso nos diferentes contextos e serviços de saúde, estimulando o avanço de pesquisas na área (SILVA *et al.*, 2020).

As dificuldades vivenciadas pelos estudantes relacionam-se ao sentimento de apreensão frente ao primeiro contato com uma ação educativa desenvolvida em sala de espera, entretanto, a aplicação à realidade fez com que tais sentimentos fossem superados pelos estudantes, promovendo autonomia e protagonismo no desenvolvimento da ação. Apesar das limitações do presente estudo, o planejamento e a execução da ação “Desatando nós” proporcionou conhecimento, pensamento crítico e compartilhamento de experiência por parte dos estudantes. Este estudo também demonstrou que a troca de saberes e a humanização da assistência possuem papel fundamental da formação dos estudantes de Enfermagem, uma vez que possibilita uma compreensão ampla acerca da realidade à medida que favorece a comunicação intra e interdisciplinar e uma melhor relação entre profissional-cliente.

CONCLUSÕES

O desenvolvimento da ação educativa “Desatando nós” possibilitou a conexão entre os estudantes e a prática, por meio da solução das questões levantadas. Além disso, a metodologia da problematização propiciou a criação de um espaço para o diálogo e para a troca de experiências, com o processo ensino-aprendizagem centrado nos estudantes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria Carolina Furquim de. CHECHETTO, Fatima. O uso da aromaterapia no alívio da ansiedade. *Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da FAIT*, n. 2, Itapeva, Brasil, 2020.

ANDRADE, Maria Darc Gonçalves. PEREIRA, Maria Marcilene Vieira de Jesus. SILVA, Patrícia Pegoraro Merêncio da Silva. PEREIRA, Renata Junqueira. Benefícios Físicos e Mentais da Massagem Terapêutica. *Centro Científico Conhecer*, v.17, n.32, p. 134, Goiânia, Brasil, 2020.

BORGES, Ingrid Naurah Almeida Sena. REIS, Luana Araújo dos. FERREIRA, Juliana Barros. GRISI, Érica Porto. BRITO, Flávia Rocha. FERREIRA, Zâmia Aline Barros. Efeito da Massagem de Aromaterapia com Óleo Essencial de Lavanda: Revisão Integrativa [Id On-line]. *Revista Multiprofissional de Psicologia*, v. 14, n. 51, p. 121-131, Vitória da Conquista, Brasil, 2020.

BORDENAVE, Juan Díaz. PEREIRA, Adair Martins. A estratégia de ensino-aprendizagem. Vozes, 26ª ed, Petrópolis, Brasil, 2005.

CARDOSO, Hilda Couto Wink. MARIN, Daiana Ribeiro. BARROS, Neuza Buiginati. LUGTENBURG, Celina A. Bertoni. Lavandula angustifolia: uso da aromaterapia por massagem com óleo essencial de lavanda em várias patologias. *Brazilian Journal of Development*, v.7, n.5, p. 46320-46340, Porto Velho, Brasil, 2021.

CLAPIS, Maria José. MARQUES, Estefânia Andréia. CORRÊA, Adriana Katia. SOUZA, Maria Conceição Bernardo de Mello e. BORBA, Kátia Pereira de. Metodologia da problematização no ensino de atenção primária à saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, ed. 71, p. 1768-1774, Ribeirão Preto, Brasil, 2018.

FUJITA, Júnia Aparecida Laia da Mata. CARMONA, Elenice Valentim. SHIMO, Antonieta Keiko Kakuda. MECENA, Elizane Henrique de. Uso da metodologia da problematização com o Arco de Magueres no ensino sobre brinquedo terapêutico. *Revista Portuguesa de Educação*, ed. 29, p. 229-258, Campinas, Brasil, 2016.

KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato. TURRINI, Ruth Natalia Teresa. SOUZA, Talita Pavarini Borges de. TAKIGUSHI, Raymond Sehjii. KUBA, Gisele. NAGUMO, Marisa Toshi. Massagem e Reiki para redução de estresse e ansiedade: Ensaio Clínico Randomizado. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, ed: 2834, v. 24, São Paulo, Brasil, 2016.

MACHADO, Carolina Oliveira Silva. SILVA, Débora Parreiras da. Aromaterapia no tratamento da ansiedade. *Revista Saúde em Foco* – ed. 11, p.1234 – 1245, Itajubá, Brasil, 2019.

MANAKATT, Bushra M. CARSON, Zachary W. PENTON, Rebekah L. DEMELLO, Annalyn S. Virtual learning experiences in population health nursing course during the COVID-19 pandemic. *International Nursing Review*, v. 68, n. 4, p. 557-562, Galveston, United States of America, 2021.

MERHY, Emerson Elias. BERTUSSI, Débora Cristina, SANTOS, Mara Lisiane de Moraes dos. ROSA, Nathalia Silva Fontana. Pandemia, Sistema Único de Saúde (SUS) e Saúde Coletiva: com-posições e aberturas para mundos outros. *Interface*, n. 26, Botucatu, Brasil, 2022.

MONTIBELER, Juliana. DOMINGOS, Thiago da Silva. BRAGA, Eliana Mara. GNATTA, Juliana Rizzo. KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato. KUREBAYASHI, Alberto Keidi. Efetividade da massagem com aromaterapia no estresse da equipe de enfermagem do centro cirúrgico: estudo-piloto. *Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo*, n. 53, ed. 03348, São Paulo, 2018.

SILVA, Ilisdayne Thallita Soares. ARAÚJO, Analice Campelo de. MEDEIROS, Yasmin Elvira de. SANTOS, Rebecca Stefany da Costa. GÓIS, Mariana Melo da Cruz Domingos. SILVA, Richardson Augusto Rosendo da. O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 22, n. 59677, p. 1-12, Rio Grande do Norte, Brasil, 2020.

SILVA, Patrícia Costa dos Santos da. OLIVEIRA, Lívia Ferreira. RAMOS, Mariana. MACIEL, Michele Aparecida Silva. SCALIA, Luana Araújo Macedo. FREITAS, Efigênia Aparecida Maciel de. SILVA, Andréa Mara Bernardes da. ARAÚJO, Suely Amorim de. University Extension Project as a Health Promotion Instrument during the Covid-19 Pandemic. *International Journal for Innovation Education and Research*, v. 9, n. 7, p. 295–304, Dhaka, Bangladesh, 2021.

Submetido em: 09/12/2022 Aceito em: 15/02/2023.