

A INFLUÊNCIA DOS ÓLEOS ESSENCIAIS DE LARANJA DOCE E YLANG-YLANG NO REJUVENESCIMENTO FACIAL

Data de submissão: 09/05/2023

Data de aceite: 02/06/2023

Sabrina Ramos de Oliveira

Centro Universitário Senac Santo Amaro
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/8789656816607689>

Stefanie Barton

Centro Universitário Senac Santo Amaro
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/2949633347453440>

Isabella Tereza Ferro Barbosa

Centro Universitário Senac Santo Amaro
São Paulo – SP
<http://lattes.cnpq.br/8053445848637533>

RESUMO: Óleos essenciais são utilizados há milhares de anos com diversos propósitos, porém as informações científicas de suas ações ainda são escassas. Essa pesquisa exploratória visa compreender melhor a eficácia da utilização dos óleos essenciais tópicos, de Laranja doce e Ylang-ylang, como ingrediente ativo cosmético no rejuvenescimento, no procedimento estético de drenagem linfática. Também busca-se estudar sua influência sob as emoções, quando inalado. Para embasar o estudo, foram realizadas pesquisas bibliográficas sobre os conteúdos pré-existentes sobre

o tema. Conclui-se que ambos os óleos essenciais têm potencial positivo no rejuvenescimento cutâneo, principalmente quando associados à técnica de drenagem linfática manual. Recomenda-se que sejam feitos novos estudos experimentais para comprovar essa eficácia.

PALAVRAS-CHAVE: 1. Óleos essenciais. 2. Drenagem linfática manual. 3. Estética. 4. Rejuvenescimento. 5. Aromaterapia.

THE INFLUENCE OF SWEET ORANGE AND YLANG-YLANG ESSENTIAL OILS ON FACIAL REJUVENATION

ABSTRACT: Essential oils have been used for thousands of years for various purposes, but scientific information on their actions is still scarce. This exploratory research aims to better understand the effectiveness of using topical essential oils, Sweet Orange and Ylang-ylang, as a cosmetic active ingredient in rejuvenation, in the aesthetic procedure of lymphatic drainage. This study also seeks to understand its influence on emotions when inhaled. To support the study, bibliographic research was carried out on pre-existing content on the subject. It is concluded that both essential oils have positive potential in

skin rejuvenation, especially when associated with the manual lymphatic drainage technique. It is recommended that further experimental studies be carried out to prove this effectiveness. **KEYWORDS:**1. Essential oils. 2. Manual lymphatic drainage. 3. Aesthetics. 4. Rejuvenation. 5.Aromatherapy.

1 | INTRODUÇÃO

Em geral, o conceito de saúde é definido como a ausência de sintomas ou características relacionadas a doenças, ou associado a ter uma boa qualidade de vida.

Entretanto, a Organização Mundial de Saúde - OMS declarou, em 1946, o conceito de saúde como o estado de completo bem-estar físico, mental e social (SAÚDE BRASIL, 2022).

Portanto, pode-se definir o bem-estar como a satisfação e conforto plenos, quanto ao significado de saúde nos quesitos físico, mental, social e emocional, levando a práticas que os contemplem.

Com isso, no fim da década de 70, a OMS expressou seu interesse em ampliar o uso da Medicina Tradicional, a fim de formular políticas públicas e contemplá-las. Elaborou-se então, estratégias para externalizar, e então criar as práticas integrativas e complementares de saúde – PICS (BRASIL, 2018a).

Com toda essa associação de diferentes práticas de saúde, a expectativa de vida humana vem crescendo com os anos. De acordo com Kalache (2018), “até 2050, a faixa etária de mais de 60 anos constituirá 30% da população em 64 países”. Entre 2015-2020, a expectativa de vida humana passou para 72,2 anos para homens e 79,4 anos para mulheres.

Até 2100, a projeção do IBGE é que a esperança de vida ao nascer seja de 86,4 anos para homens e 90,8 para mulheres. A longevidade em si não aumentou, pois não há dados para comprovação de o ser humano viver mais de 125 anos, mas o número de anos ao qual se vive cresceu, se aproximando do máximo de tempo possível para um humano viver (CÔRTE; BRANDÃO, 2018).

O envelhecimento tissular é um resultado de consequências cumulativas naturais provenientes do envelhecimento cronológico do indivíduo e suas células, mas, em paralelo, a exposição ambiental (como em poluição do ar, radiação solar e luminosa) e a maus hábitos (fumo de tabaco, má nutrição, privação do sono, estresse etc.). Além disso, pode estar associado ao uso inadequado de cosméticos (KRUTMANN *et al.*, 2017). A pele sendo o maior órgão e mais visível torna-nos conscientes do processo de envelhecimento a cada minuto (BINIC *et al.*, 2013).

De acordo com Krutman e Gilchrest (2006), dentre as alterações da pele causadas pelo envelhecimento estão frouxidão, rugas, e o aparecimento de uma variedade de neoplasias benignas, como ceratose seborreica e angioma.

Em nível celular, a frouxidão e rugas aparecem devido a uma atrofia da matriz extracelular, que gera diminuição no número de fibroblastos e nos níveis de colágeno(QUATRESOOZ; PIÉRARD, 2009). Os níveis de elastina também caem e sua organização é prejudicada (SUDEL *et al.*, 2005).

Isso causa uma aparência envelhecida na pele, que sendo o maior e mais visível órgão do corpo humano, pode mexer profundamente com a autoestima da pessoa, prejudicando ou aumentando sua qualidade de vida. Dessa forma, faz-se necessária a utilização de técnicas para promover uma estética renovada associada ao bem-estar, para essas pessoas que estão vivendo cada vez mais e sentem a necessidade de sentirem-se revitalizadas com o passar dos anos.

Assim, técnicas para promover uma estética rejuvenescida, vêm se tornando mais necessárias a essas pessoas e ao mercado com o tempo, pois possibilitam uma melhora na condição da pele e no sentimento geral da pessoa.

Na década de 1980 foi-se dando espaço para institucionalização de diferentes métodos de abordagens nos serviços médicos tradicionais, já ofertados, para que obtivessem benefícios integrados a tratamentos considerando o paciente como um todo (queixa, bem-estar, qualidade de vida, espírito e mente). Sendo uma destas práticas, a aromaterapia (BRASIL, 2018b).

A aromaterapia é a terapia que faz o uso de óleos essenciais (ou aromáticos) de origem vegetal. Os óleos essenciais são substâncias liberadas e extraídas da essência produzida pelas plantas, constituídos principalmente de terpenos, e amplamente usados para os mais diversos propósitos, como na medicina, indústria alimentícia e perfumaria (CRAVEIRO, 1993). A indústria da cosmética e estética também pode se beneficiar do uso dos óleos essenciais.

Geralmente, eles são extraídos pelo método de arraste à vapor ou prensagem à frio, métodos com bom rendimento e maior preservação das características aromáticas dos óleos.

Os óleos essenciais podem ser extraídos de diversas fontes, como flores, folhas, cascas, rizomas e frutos (BIZZO, 2009).

Estes óleos proporcionam muitos benefícios terapêuticos em seu uso, possuindo a capacidade de agregar três efeitos benéficos: olfativo (o cheiro da propriedade desperta no consumidor efeitos emocionais, como calma, tranquilidade, melhora em dores pela inalação),tático (melhora o toque) e parte visual (percepção de uma pele mais cuidada). Podendo ser implementados a quaisquer tratamentos estéticos de variadas formas para complementarem os seus resultados e atendimentos.

Segundo Carey e outros. (2019), o segmento de produtos naturais e todo o mercado cosmético tem crescido como o rejuvenescimento através dos produtos “antienvelhecimento”/”*anti-aging*”. Em 2015, atingiu mais de 39,6% de quotas.

Em 2011, 63,8% dos produtos *anti-aging* continham em sua formulação ingredientes

naturais. Já em 2018, este percentual aumentou cerca de 16%, sendo 73,8%, valor proporcional à consistente crescente de tendências no mercado (CBI – Ministry of Foreign Affairs, s.d).

Ferreira e colaboradores (2021) relatam que atualmente, no século XXI, a possível influência da internet e redes sociais têm impulsionado o uso de ingredientes naturais na produção cosmética. Estima-se que entre 2015 a 2019, o mercado global dos “cosméticos naturais” tenha ganhado força e crescimento anual de, aproximadamente, 10-11%. Além disso, esse fato representa uma grande oportunidade lucrativa para a indústria cosmética, visto que os consumidores têm se conscientizado quanto a seus benefícios, e consequentemente, dispostos a pagar mais por estes produtos.

Durante a pandemia da Covid-19, o olhar dos consumidores quanto ao cuidado e bem-estar próprio foi ampliado (ABIHPEC, 2021). Esse crescimento levou a conscientização da procura por tratamentos que englobem tanto a questão física (estética) quanto a de bem-estar e qualidade de vida.

Uma variedade de plantas e extratos de plantas tem sido estudados pela sua ação antioxidante. Além disso, podem atenuar a degradação da matriz cutânea (KRUTMANN et al., 2006).

Com isso, os óleos essenciais se aliaram cada vez mais à estética e à saúde e ganharam maior visibilidade. Por sua versatilidade de usos, começaram a ser mais aplicados em diversos tratamentos estéticos, com todo tipo de objetivo (AMARAL, 2017).

Um de seus principais usos é em massagens, onde o efeito fisiológico da massagem amplifica o resultado dos óleos aromáticos, pelo estímulo no sistema circulatório e linfático, e em diversos músculos, glândulas e órgãos (DAMIAN; DAMIAN, 2018).

Entre essas massagens estéticas, encontra-se a Drenagem Linfática Manual, que estimula ambos os sistemas e atua como uma boa técnica para o rejuvenescimento facial, como será retratado na revisão de literatura.

Se a massagem for associada a óleos essenciais com propósito similar, os seus efeitos devem ser intensificados. Os óleos essenciais podem gerar uma enorme personalização ao tratamento, com óleos para diferentes resultados como ação antioxidante, hidratante, nutritiva etc.; podendo ser utilizados individualmente ou em sinergia de dois ou mais.

As terapias complementares têm sido utilizadas no mundo oriental há milhares de anos, desde a medicina *Ayurveda*, que se originou há mais de 5000 anos (DEVEZA, 2013), mas só recentemente o mundo ocidental tem reconhecido o seu valor. Existem estudos científicos comprovando a sua funcionalidade, porém ainda são poucos.

A aromaterapia é considerada uma das práticas integrativas e complementares da saúde (PICs) proporcionando benefícios estéticos agregados. Pensando nisso, este projeto busca trazer mais uma comprovação para complementar os tratamentos já existentes na área, para que essas terapias possam ser mais exploradas e praticadas.

Observa-se ainda que na maioria das clínicas estéticas os tratamentos, em geral

incluindo aromaterapia, são vendidos em formas de pacote, sem existir avaliações e adaptações para cada cliente.

O desconhecimento acerca do uso de óleos essenciais exalta a dificuldade do profissional esteticista em criar protocolos adequados a cada cliente saber utilizá-los a seu favor para atingir melhores resultados.

Esse estudo tem como objetivo compreender melhor os efeitos e influências do uso de óleos essenciais e aromaterapia personalizados nos tratamentos estéticos, a partir da análise de seu uso complementar, em específico nos protocolos de Rejuvenescimento facial.

O trabalho tem a intenção de revisar estudos sobre os benefícios do uso dos óleos aromáticos, tanto no bem-estar psicológico e social, quanto no físico durante os protocolos de rejuvenescimento facial. A eficácia e comprovação do mecanismo de ação dos ingredientes naturais são escassas, e carecem de relevância científica (FERREIRA *et al.*, 2021).

2 | METODOLOGIA

Acredita-se que a aromaterapia, o uso dos óleos essenciais, tenha influência topicamente na pele auxiliando como princípio ativo cosmético, e quando inalado, gerando sentimentos específicos, porém faltam informações científicas suficientes.

Essa pesquisa visa compilar informações sobre os óleos essenciais de Ylang-ylang e Laranja Doce, assim como da técnica de Drenagem Linfática Manual, e correlacionar os achados com o rejuvenescimento facial.

Para tal, foi realizada uma pesquisa bibliográfica e revisão de literatura de estudos pré-existent sobre o tema.

3 | REVISÃO DE LITERATURA

3.1 Óleos essenciais na história

Óleos essenciais são extraídos de diversas plantas aromáticas e partes dessas plantas, como flores, caules e folhas através de diversos métodos: hidro destilação, extração por solventes orgânicos, destilação a vapor, extração por fluido supercrítico, enfloração, prensagem a frio, dentre outros (SILVEIRA, 2012). Esses óleos têm propriedades terapêuticas, através de seus aromas e uso tópico/oral, que possibilitam seu uso em perfumaria, cosmética, alimentos e medicamentos (BIZZO, 2009).

Para que isso seja realizado de forma segura existe a aromaterapia: estudo das diferentes ações dos óleos essenciais sobre o ser humano, seja de forma fisiológica, psicológica ou energética. Suas ações dependem das substâncias químicas presentes em cada óleo. Eles podem ser analgésicos, antibióticos, anti-inflamatórios, etc. (LÁSZLO,

2008).

O seu uso terapêutico já é visto na humanidade desde tempos remotos. “Por volta de 800 a.C., as cidades de Atenas e Corinto já exportavam óleos de flores e plantas maceradas: rosa, lírio, íris, sálvia, tomilho, manjerona, menta e anis” (ASHCAR, 2007).

Outros estudos históricos indicam que tribos aborígenes na Oceania extraíam óleo de melaleuca e misturavam com lama, formando uma pasta que era utilizada como cicatrizante e anti-inflamatória (AZEVEDO, 2002).

Após esse período, somente na Idade Média (século V ao século XV), houve mais pesquisas na área, levando ao processo de extração de diversos óleos essenciais (ASHCAR, 2007).

Foi Avicena, um dos mais famosos médicos árabes, quem descobriu a técnica da destilação no século X (10), em alambiques do Império Islâmico, possibilitando assim a extração da Água de Rosas. Posteriormente, feito para a Rainha da Hungria na Idade Média, surge a Água de Toilette (água de banho) (MARQUES, 2007). E já na guerra da Crimeia, em 1853, o óleo essencial era usado na testa de soldados para acalmá-los (GNATTA, 2016).

O perfumista e engenheiro químico, René Maurice Gattefossé, é considerado o pai da aromaterapia. Foi ele quem realizou trabalhos, estudando propriedades terapêuticas dos óleos, dando a eles o status de ciência em 1910 (NASCIMENTO, 2020).

Nos anos 50, Marguerite Maury, bioquímica, relacionou o uso dos óleos essenciais à estética, principalmente nas massagens. Também percebeu que seu uso individual poderia proporcionar bons resultados devido à influência dos óleos essenciais no Sistema Nervoso Central.

Assim, a personalização deveria ser realizada para que os óleos ajam de acordo com a personalidade temperamental de cada pessoa (MAURY, 1996).

Atualmente, estudos ainda são realizados sobre os óleos essenciais, sendo o Instituto Agrônomo (Campinas), órgão da Secretaria de Estado da Agricultura e Abastecimento, uma das referências das pesquisas da área no Brasil, desde a década de 50 (MARQUES, 2007).

3.2 Óleos essenciais na estética

Os óleos essenciais se tornaram um aliado a estética e saúde, dessa forma ganhando maior visibilidade comercial no Brasil e no mundo por sua versatilidade e efeitos, impulsionando seu uso em mercados alimentício, farmacêutico e da beleza. Há países onde as propriedades e ações dos óleos essenciais já se fazem bem mais presentes, porém no Brasil essa conscientização tem crescido tanto, ao ponto de ser considerado um dos principais fornecedores (BIZZO *et al.*, 2009).

Os óleos essenciais trazem a estética do conceito de beleza aliado à saúde em totalidade (mental, física e espiritual), visto que a aromaterapia é considerada uma terapia

holística, gerando um novo público na estética com objetivo principal de beleza em conjunto com a procura de bem-estar e saúde de forma prazerosa e eficaz (OLIVEIRA, 2019).

Por terem uma grande variedade de propriedades e fins terapêuticos, os óleos essenciais são facilmente integrados a diferentes tipos de tratamentos estéticos (AMARAL, 2017). Em geral, são muito utilizados na estética para tratar diversas disfunções, como acne, dermatites, distúrbios capilares, envelhecimento, cicatrizes, e em massagens (OLIVEIRA, 2019).

Na estética, a aromaterapia é muito encontrada em massagens aromáticas. A associação dos óleos essenciais tem ainda mais poder pelos benefícios terapêuticos da massagem no sistema circulatório, linfático, muscular, glandular e em órgãos (DAMIAN; DAMIAN, 2018).

Entretanto, os óleos essenciais são extremamente versáteis, podendo ser utilizados em rosto, cabelo, corpo, de variadas formas e dentro de diversos protocolos estéticos (AMARAL, 2017).

Além disso, podem servir como base para formulações cosméticas. Variando desde finalidades de conservação natural dos produtos, por capacidades bactericidas, antimicrobianas e antioxidantes; e de variados efeitos no organismo, no tecido e nas células por serem ingredientes bioativos, esses efeitos podem ser de hidratação, drenantes, proteção, antioleosidade, produção de colágeno e elastina etc. (SILVA, 2021).

Por apresentarem características de serem mais voláteis, os óleos essenciais devem estar associados ao uso de óleo vegetal por dois principais aspectos: por conta da fácil evaporação dos óleos essenciais e pela biocompatibilidade com a pele, pois os óleos vegetais, também chamados de óleos base, são óleos mais gordurosos, ou seja pouco voláteis evitando a evitar perda de propriedades terapêuticas contidas no óleo essencial, e por isso mais biocompatíveis com a pele por apresentar os mesmos componentes das glândulas sebáceas (MALUF, 2008).

É necessário o uso correto dos óleos essenciais, pois se aplicados diretamente na pele, eles podem causar irritações, lesões e alergias, por isso é necessária indicação profissional e estarem sempre associados com os óleos carreadores (BERNARDO, 2012).

Diferente dos óleos essenciais, os óleos vegetais têm ação voltada para efeitos físicos, sem ação psicológica vinculada. Porém, podem ser criados diferentes blends (misturas) para cada fim desejado, associar mais de um óleo essencial para potencializar o resultado e ainda adicionar um óleo vegetal que combine entre si suas características de efeitos físicos (hidratação, emoliência, regenerador etc.) sem perder o efeito psicológico do óleo essencial (AMARAL, 2017).

3.3 Óleo essencial de ylang-ylang

Ylang-ylang é o nome popular para a árvore *Cananga odorata*, família *Annonaceae*, gênero *Cananga*, e é considerada de tamanho médio (até 15 metros). Por mais que seu

óleo seja encontrado ao redor do mundo, ela é comumente encontrada somente no sudeste da Ásia e em ilhas do Oceano Pacífico. Essa expansão do óleo para China, Índia, África e América se deu devido às suas propriedades terapêuticas e aromáticas. Hoje, essa planta foi tão difundida que tem um importante papel econômico para os países de cultivo e nas indústrias farmacêutica e alimentícia (DA SILVA *et. al*,2021).

Quando produzido nas destilarias, o óleo essencial de Ylang-ylang é separado em 4 ou 5 frações, dependendo do tempo de destilação. Isso influi na qualidade do óleo, aumentando ou diminuindo a concentração de ativos dele. Assim, os valores no mercado também variam.

Quanto mais horas de destilação, mais caro será, e as propriedades aromáticas serão mais intensas (BATTAGLIA, 2019).

Entre essas propriedades, estão redução da pressão sanguínea, do estresse, da frequência cardíaca, o que causa uma sensação de relaxamento no sistema nervoso. Desde as antigas tradições, a espécie já é utilizada para tratamento de doenças como malária, asma, pneumonia, problemas do estômago, gota e reumatismo (TAN *et. al*, 2015).

Como ação física na estética, o Ylang-ylang é um ótimo hidratante para a pele, removendo o ressecamento principalmente em mulheres que se encontram na menopausa, já que o óleo é rico em sesquiterpenos que dão o caráter do desenvolvimento do brilho e a maciez da pele e dos cabelos em mulheres no climatério, onde a produção hormonal encontra-se diminuída. É um excelente tônico uterino, regulando o ciclo menstrual. Nos homens, hidrata e consegue relaxar a musculatura, sendo excelente para pés, cotovelos ou ainda joelhos que estejam em estado de ressecamento (AMARAL, 2016).

3.4 Óleo essencial de laranja doce

A Laranja Doce (*Citrus sinensis*) é proveniente de um gênero de plantas chamado *Citrus*, da família *Rutaceae*. Ela é cultivada em mais de 100 países diferentes, todos em áreas tropicais ou subtropicais (SINGH *et. al.*, 2009). Estima-se que sua origem foi no sul da China, nordeste da Índia ou sudeste da Ásia (MATOS *et. al.*, 2005), porém, hoje, o Brasil sozinho tem quase metade da população de laranja doce do mundo (SALIBE, 2002).

A árvore da laranja doce tem, em média, 2,20 metros de altura. Seus frutos são ricos em óleos voláteis, flavonóides, cumarinas e pectinas, que podem ser utilizados amplamente na promoção da saúde (YU *et al.*, 2005). Alguns de seus efeitos farmacológicos sugeridos através de estudos são: potencial contra muitas doenças degenerativas, cardiovasculares e alguns tipos de câncer (KHAN *et al.*, 2010).

Devido ao seu alto teor de compostos voláteis, o óleo essencial de laranja doce também é bacteriostático. Isso se dá pelo limoneno presente, que confere propriedades antifúngicas e antimicrobianas (ACAR *et al.*, 2015).

Suas folhas já foram usadas para insônia, dores de estômago, palpitações cardíacas, laxantes, relaxantes e sedativo para nervos por diversas culturas (SURYAWANSHI, 2011).

E uma das propriedades emocionais mais marcantes desse óleo essencial é o seu auxílio no controle da ansiedade (MAKSOU D *et. al.*, 2021).

Na pele, tem potente atividade antioxidante, devido à sua capacidade natural de caçar os radicais livres e interromper as cadeias de radicais. Devido ao ácido ascórbico presente nesse óleo, ele tem também potenciais clareadores (MAKSOU D *et. al.*, 2021).

3.5 Drenagem linfática manual

Em 1936, surgiu a técnica de drenagem linfática manual. Ela foi criada por um casal de dinamarqueses: Emil Vodder e Estrid Vodder. Esta técnica visa drenar o excesso de linfa dos tecidos intersticiais, e a sua principal ação se dá no sistema linfático.

Para que o estímulo no sistema linfático seja eficaz, é necessário que a massagem seja realizada num ritmo específico com manobras e pressões pré-definidas e direcionamento e ordem correta (SANTOS *et. al.*, 2013).

De acordo com Leduc (2000), “A drenagem linfática é uma técnica que drena os líquidos excedentes que banham as células, mantendo assim, o equilíbrio hídrico dos espaços intersticiais. Ela também é responsável pela evacuação dos dejetos provenientes do metabolismo melhorando a oxigenação e nutrição celular.”

Além do seu estímulo no sistema linfático, a drenagem ativa a circulação sanguínea, pois ambos os sistemas são conectados (SANTOS *et. al.*, 2013).

A pressão da massagem gera uma função reflexa local que libera substâncias vasoativas (GUIRRO *et. al.*, 2010).

Essa ativação da circulação, associada ao toque físico em movimentos sutis, promove o relaxamento nos músculos faciais, e também elimina toxinas e radicais livres que causam linhas finas e marcas de expressão. Dessa forma, a pele do rosto se torna revitalizada. Olheiras ficam amenizadas e hematomas reduzidos (SANTOS *et.al.*, 2013).

De acordo com Santos, *et. al.*, as contraindicações dessa técnica são: “inflamações e/ou infecções agudas, insuficiência cardíaca, hipertensão, trombose, câncer, asma, afecções de pele, estados febris e gravidez”.

A drenagem linfática regula o equilíbrio hídrico, o que colabora grandemente na remoção de resíduos provenientes do metabolismo celular. Esta maior movimentação no sistema linfático aumenta os níveis de oxigênio e nutrição celular. A filtração nos capilares linfáticos também é beneficiada (PETITINGA SILVA, *et. al.*, 2020).

Ainda de acordo com Petitinga Silva *et. al.* (2020), devido aos estímulos causados, compostos ativos podem ser mais bem distribuídos pelo organismo.

Associando estes efeitos ao que é conhecido do envelhecimento cutâneo, é possível concluir que a drenagem linfática gere efeitos positivos nesse contexto, melhorando a aparência da pele envelhecida (SOUZA *et. al.*, 2007).

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo do compilado de conhecimentos já descritos na literatura científica, é possível concluir que os óleos essenciais retratados na revisão são boas escolhas para protocolos de rejuvenescimento facial. O óleo essencial de Ylang-ylang possui essa eficácia devido ao seu potencial hidratante, e o de Laranja Doce devido à sua atividade antioxidante e clareadora.

A sua associação com a técnica manual de Drenagem Linfática intensifica a absorção dos óleos e efeitos rejuvenescedores que eles trazem.

No quesito emocional, os principais efeitos olfativos encontrados foram a redução do estresse para o Ylang-ylang e menores níveis de ansiedade para a Laranja Doce.

Ainda existem poucos estudos na área de correlação entre óleos essenciais e estética, assim como da eficácia das funções desses ativos num geral. Dessa forma, recomenda-se que mais estudos experimentais sejam realizados para que haja mais comprovação científica de suas funções.

REFERÊNCIAS

- ABIHPEC - A Indústria Brasileira de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos. **Setor de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos fecha 2020 com crescimento de 5,8%**. 2021. Disponível em: <https://abihpec.org.br/comunicado/setor-de-higiene-pessoal-perfumaria-e-cosmeticos-fecha-2020-com-crescimento-de-58/>. Acesso em: 10mar. 2023.
- ACAR, Ü; KESBIC, O.S; YILMAZ, S; GULTEPE, N; TURKER, A. **Evaluation of the effects of essential oil extracted from sweet orange peel (*Citrus sinensis*) on growth rate of tilapia (*Oreochromis mossambicus*) and possible disease resistance against *Streptococcus iniae***. *Aquaculture*, v. 437, p. 282- 286, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.aquaculture.2014.12.015>. Acesso em: 17 abr. 2023.
- AMARAL, F. **Técnicas de aplicação de óleos essenciais**. São Paulo: Cengage Learning, 2016.
- ASHCAR, R. **A história do perfume da antiguidade até 1900**. *Com ciência*, n. 91, p. 1, 2007. Disponível em: <https://www.comciencia.br/comciencia/index.php?section=8&edicao=28&id=329>. Acesso em: 10 out. 2022.
- AZEVEDO, S. **Óleo de Melaleuca ou Tea Tree Oil – Um Poderoso antisséptico, germicida e fungicida natural**. LEMINIS, 2002. Disponível em: <http://www.lemnisfarmacia.com.br/oleo-de-melaleuca-tea-tree-oil-um-poderoso-antisseptico-germicida-e-fungicida-natural/>. Acesso em: 12out. de 2022.
- BATTAGLIA, Salvatore. **Ylang Ylang**. 2019. Disponível em: https://www.salvatorebattaglia.com.au/images/pdf/A4_Monograph_Ylang-ylang_ONLINE-1.pdf. Acesso em: 09 maio de 2023.
- BERNARDO, G.S.; SILVA, T.O. **Aromaterapia associada a Tratamentos Estéticos**. VI Congresso multiprofissional em saúde de 2012. Eventos Científicos, [S.l.], mar. 2021. Disponível em: <http://periodicos.unifil.br/index.php/eventos/article/view/1490>. Acesso em: 12out. 2022.

BINIC, I; LAZAREVIC, V; LJUBENOVIC, M; MOJSA, J; SOKOLOVIC, D. **Skinageing: natural weapons and strategies**. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, p. 10, 2013. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/235691895_Skin_Ageing_Natural_Weapons_and_Strategies. Acesso em: 10 mar. 2023.

BIZZO, H. R.; HOVELL, A. M. C.; REZENDE, C. M. **Óleos essenciais no Brasil: aspectos gerais, desenvolvimento e perspectivas**. Química nova, v. 32, n. 3, p. 588-594, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-40422009000300005>. Acesso em: 10mar. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. 2ªEd. Brasília: Ministério da Saúde. 2018a.Acesso em: 05out. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde. 2018b.Acesso em: 18 dez. 2022.

CANONICO, D.D.C.F.; CANONICO, P.F.; MOLINA, J.; LOPES, É. S.; ROCHA-LIMA, A.B.C.; MARQUES, S.A; SOARES, V.C.G.; **RECURSOS ESTÉTICOS MANUAIS: MASSAGEM FACIAL**. Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências-RIEC, v. 4, n. 3, p. 352-368, 2021. Disponível em: <https://riec.univ.edu.br/index.php/riec/article/view/178>. Acesso em: 10mar. 2023.

CAREY, M.E; AGARWAL, S.; HORNE, R.; DAVIES, M.; SLEVIN, M.; COATES, V. **Exploring organizational support for the provision of structured self-management education for people with Type 2 diabetes: Findings from a qualitative study**. Diabet. Med. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/dme.13946>. Acesso em: 20nov. 2022.

CBI –Ministry of Foreign Affairs. **Which Trends Offer Opportunities on the European Market for Natural Ingredients for Cosmetics?**, [s.d]. Disponível em: <https://www.cbi.eu/market-information/natural-ingredients-cosmetics/trends>. Acesso em: 17 mar. 2023.

CÔRTE, B.; BRANDÃO, V. **Longevidade Avançada- A reinvenção do tempo**. Revista Kairós-Gerontologia, v. 21, n. 1, p. 213-241, 2018. Disponível em:<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/39523/26782/110866>. Acesso em: 20 nov. 2022.

CRAVEIRO, A.A; QUEIROZ, D.C. **Óleos essenciais e química fina**. Química nova, v. 16, n. 3, p. 224-228, 1993. Disponível em: http://quimicanova.sbq.org.br/detalhe_artigo.asp?id=863. Acesso em: 17 mar. 2023.

CONCIO,P.C; ROLANDO, Z. **Rejuvenescimento facial**. São Paulo: Medisa; 1977.

DAMIAN, P.; DAMIAN, K. **Aromaterapia: aroma e psiquê**. Belo Horizonte: Editora Laszlo, 2018.

DEVEZA, A.C.S. **Ayurveda**– A medicina clássica indiana. Revista de Medicina, v. 92, n. 3, p. 156-165, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v92i3p156-165>. Acesso em: 18 nov. 2022.

FERREIRA, M.S; MAGALHÃES, M.C; OLIVEIRA, R; SOUSA-LOBO, J.M; ALMEIDA, I.F. **Trends in the Use of Botanicals in Anti-Aging Cosmetics**. Molecules, v. 26, n. 12, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34208257/>. Acesso em: 17 abr. 2023.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. **Fisioterapia no Edema Linfático**. São Paulo: Manole, 2010.

GNATTA, J.R.; KUREBAYASHI, L.F.S; TURRINI, R.N.T; SILVA, M. J. P. D. **Aromaterapia e enfermagem: concepção histórico-teórica**. Rev. Esc.Enferm. USP, v. 50, n.1, p. 130-136, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v50n1/pt_0080-6234-reeusp-50-01-0130.pdf. Acesso em: 10 mar. 2023.

KALACHE, A. **Uma revolução da educação em resposta à revolução da longevidade**. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 22, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190213>. Acesso em: 10 nov. 2022.

KHAN, M. K; ABERT-VIAN, M; FABIANO-TIXER, A.S; DANGLES, O.; CHEMAT, F. **Ultrasound-assisted extraction of polyphenols (flavanone glycosides) from orange (Citrus sinensis L.) peel**. Food Chemistry, v. 119, n. 2, p. 851-858, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2009.08.046>. Acesso em: 17 abr. 2023.

KRUTMAN, J; GILCHREST, B. **Skin Aging**. Berlin, Germany: Springer; 2006.

KRUTMANN, J; BOULOC, A.; SORE,G; BERNARD, B.A; PASSERON, T. **The skin aging exposome**. J. Dermatol. Sci, v.85, n.3, p. 152–161, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27720464/>. Acesso em: 10 mar. 2023.

LÁSZLÓ, F. **Curso Aromatologia**. Módulo I. Minas Gerais. 2008

LEDUC, Albert; LEDUC, Olivier. **Drenagem Linfática: Teoria e Prática**. 2ª ed. São Paulo: Manole, 2000.

MAKSOD, S; ABDEL-MASSIH, R.M; RAJHA, H.N; LOUKA, N; CHEMAT, F; BARBA, F.J; DEBS, E. **Citrus aurantium L. Active Constituents, Biological Effects and Extraction Methods**. Molecules, v.26, n. 19, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34641373/>. Acesso em: 17 abr. 2023.

MALUF, S. **Aromaterapia: Uma Abordagem Sistêmica**. São Paulo: Editora do Autor. 2008.

MARQUES, M. O; TOLEDO, R. **Óleos essenciais... história e sua importância para a indústria de perfumaria**. Revista Brasileira de Jornalismo Científico, n. 91, 2007. Disponível em: <https://www.comciencia.br/comciencia/index.php?section=8&edicao=28&id=327>. Acesso em: 10 out. 2022.

MAURY, M. **Guide to Aromatherapy: The Secret of Life and Youth**. United Kingdom: Random House UK. 1996.

NASCIMENTO, A; PRADE, A. C. K. **Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais**. Recife: Editora Fiocruz; ObservaPICS, n.2, p.33, 2020. Disponível em: <http://observapics.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/08/Cuidado-integral-na-Covid-Aromaterapia-ObservaPICS.pdf>. Acesso em: 04 mai. 2023.

OLIVEIRA, R. K. B. **O uso dos óleos essenciais de gerânio e junípero no rejuvenescimento facial**. Revista Diálogos em Saúde, v. 2, n.1, 2019. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/240>. Acesso em: 10 out. 2022.

QUATRESOOZ, P.; PIÉRARD, G.E. **Immunohisto chemical clues at aging of the skin microvascular unit.** Journal of Cutaneous Pathology, v. 36, n. 1, p. 39-43, 2009. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1600-0560.2008.00994.x>. Acesso em: 18 mar. 2023.

PETITINGA DA SILVA, S.C.; CASTRO, T.F.N.; FALCÃO, C.S.V.; BARBOZA, M.C.C.; COSTA, E.C.A.S.; MARTINS, A.B.T.; **Radiofrequência associada à drenagem linfática manual no rejuvenescimento facial.** Revista Saúde Coletiva, v. 10, n. 55, 2020. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/download/839/921>. Acesso em: 04 mai. 2023.

SALIBE, A. P.; SOBRINHO, J. T.; MÜLLER, G. W. **SINOPSE DE CONHECIMENTOS E PESQUISAS SOBRE A LARANJA ‘PÊRA’.** Fitotecnia, v. 23, n. 1, p-231-245, 2002. Disponível em: <http://host-article-assets.s3.amazonaws.com/citrusrt/59afd21e0e8825e625dde272/fulltext.pdf>. Acesso em: 16 abr. 2023.

SANTOS, I. M. L.; MEIJA, D. P. M. **Abordagem fisioterapêutica no envelhecimento facial.** 2013. Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/19/48_-_Abordagem_fisioterapYutica_no_envelhecimento_facial.pdf. Acesso em: 04 mai. 2023.

SILVA, L.M.R; SILVA, L.L.S; SOUZA, T.F.M.P. **Análise da eficácia da aromaterapia com óleo essencial de Ylang ylang em distúrbios de ansiedade:** uma revisão de literatura. Research, Society and Development, v. 10, n. 15, p., 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/22999/20349/277689>. Acesso em: 10 mar. 2023.

SAÚDE BRASIL - Governo Federal. **O que significa ter saúde?**.2020. Disponível em: <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-queru-me-exercitar-mais/o-que-significa-ter-saude>. Acesso em: 17 abr. 2022.

SANTOS, N. A; OLIVEIRA, T. L. **O uso da aromaterapia e técnicas de massagem manual no tratamento de rejuvenescimento facial:** uma revisão integrativa. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Cosmetologia e Estética) – UNISUL, Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2020.

SILVA, E. S. **ÓLEOS ESSENCIAIS E NANOTECNOLOGIA NA INDÚSTRIA COSMÉTICA.** Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Biotecnologia) – Centro de Desenvolvimento Tecnológico, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2021.

SILVEIRA, J. C.; BUSATO, N.; COSTA, A.; JUNIOR, E. C. **Levantamento e análise de métodos de extração de óleos essenciais.** Enciclopédia Biosfera, v. 8, n. 15, 2012. Disponível em: <https://conhecer.org.br/ojs/index.php/biosfera/article/view/3767>. Acesso em: 10 nov. 2022.

SINGH, S; RAJAM, M.V. **Citrus biotechnology:** achievements, limitations and future directions. Physiologist, v. 15: p. 3-22. 2009. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23572908/>. Acesso em: 17 abr. 2023.

SOUZA, S. L. G; BRAGANHOLO, L. P; ÁVILA, A. C. M; FERREIRA, A. S. **Recursos Fisioterapêuticos Utilizados no Tratamento do Envelhecimento Facial.** Revista Fafibe OnLine, n.3, 2007. Disponível em: <https://www.unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistafafibeonline/sumario/11/19042010103832.pdf>. Acesso em: 04 mai. 2023.

SUDEL, K. M; VENZKE, K; MIELKE, H. **Novel aspects of intrinsic and extrinsic aging of human skin:** beneficial effects of soy extract. Photochemistry and Photobiology, v. 81, n. 3, p. 581-7, 2005. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15623355/>. Acesso em: 13 mar. 2023.

SUMIYA, A; BARON, A.R; MACHADO, B.J.A; ORAVEC, L.B.V; ROSA, S.P; MARCOS, V.M. **Práticas Integrativas E Complementares Em Saúde (Pics): Um Relato De Experiência Extensionista.** Revista Eletrônica De Extensão – Extensio, v. 18,n. 38, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/1807-0221.2021.e77324>. Acesso em: 17 abr. 2022.

SURYAWANSHI, J.A.S. **An overview of Citrus aurantium used in treatment of various diseases.** African Journal of Plant Science, v. 5(7), p. 390-395,2011. Disponível em: https://academicjournals.org/article/article1380019714_Suryawanshi.pdf. Acesso em: 17 abr. 2023.

TAN, L. T. H.; LEE, L. H.; YIN, W. F.; CHAN, C. K.; ABDUL KADIR, H.; CHAN, K. G.; GOH, B. H. **Usos tradicionais, fitoquímica e bioatividades de Cananga odorata (Ylang-Ylang).** Medicina alternativa e complementar baseada em evidência. 2015.

TEIXEIRA, M. C. T. V.;FRANCHIN, A. B. B.;DURSO, F. A.;DONATI, L. B.;FACIN, M. M.; PEDRESCHI, P. T. **Envelhecimento e rejuvenescimento: um estudo de representação social.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 10, p. 49-72, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/4xRW3mwMks8hMLZFJ4qpZSk/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 mar. 2023.

VARELA, T. **Massagem facial:** os benefícios e técnicas que estão fazendo sucesso: cuidar da pele sem precisar de produtos mirabolantes ou tratamentos invasivos é uma das vantagens da aplicação dos toques na face. Revista Claudia, Abril. 2020. Disponível em: <https://claudia.abril.com.br/beleza/massagem-facial-os-beneficios-e-tecnicas-que-estao-fazendo-sucesso/>. Acesso em: 10 abr. 2022.

YU, J.; WANG, L.; WAZEM, RL.; MILLER, EG.; PIKE, LM.; PATIL, BS. **Antioxidant activity of Citrus limonoids, flavonoids and coumarins.** J. Agric. Chem., v. 53: p. 2009-2014. 2005. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15769128/>. Acesso em: 17 abr. 2023.