

A UTILIZAÇÃO DA AROMATERAPIA EM CUIDADOS PALIATIVOS ONCOLÓGICOS: REVISÃO SISTEMÁTICA

Giovana Victorya Anjos da Silva¹;

Centro Universitário Cidade Verde (UniCv), Maringá, Paraná.

<http://lattes.cnpq.br/5210320472107824>

Yasmim Ohana Luiz Siqueira Rigon²;

Centro Universitário Cidade Verde (UniCv), Maringá, Paraná.

<http://lattes.cnpq.br/4278734270874685>

Kethllen Stephanie Beranger³.

Centro Universitário Cidade Verde (UniCv), Maringá, Paraná.

<http://lattes.cnpq.br/6934508000497801>

RESUMO: O câncer avançado é uma das principais causas de mortalidade no Brasil e no mundo, o que torna os cuidados paliativos indispensáveis quando os tratamentos convencionais deixam de ser eficazes. Nesse cenário, a aromaterapia tem sido estudada como terapia complementar, com potencial para aliviar sintomas e promover bem-estar. O objetivo: analisar os efeitos da aromaterapia nos cuidados paliativos, especialmente no alívio de dor, ansiedade e fadiga, e na melhoria da qualidade de vida de pacientes oncológicos. Metodologia: realizou-se uma revisão sistemática baseada na estratégia PICO, incluindo sete artigos selecionados a partir de critérios rigorosos de elegibilidade. Resultados e Discussão: os estudos indicaram que a aromaterapia pode reduzir sintomas como dor e ansiedade, além de contribuir para o bem-estar emocional. Entretanto, sua aplicação requer cautela e deve ser realizada por profissionais capacitados. A literatura ainda apresenta limitações, sendo necessários mais ensaios clínicos com amostras maiores para comprovar sua eficácia a longo prazo. Conclusão: a aromaterapia mostra-se promissora como recurso complementar em cuidados paliativos oncológicos, oferecendo alívio de sintomas e apoio emocional. Este trabalho reforça a relevância de novas pesquisas para consolidar seu papel no cuidado integral.

PALAVRAS-CHAVE: Aromaterapia. Cuidados Paliativos Integrativos. Oncologia.

AROMATHERAPY IN ONCOLOGICAL PALLIATIVE CARE: A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT: Advanced cancer is one of the leading causes of mortality in Brazil and worldwide, making palliative care essential when conventional treatments are no longer effective. In this context, aromatherapy has been studied as a complementary therapy with potential to relieve symptoms and promote well-being. Objective: To analyze the effects of aromatherapy in palliative care, particularly in relieving pain, anxiety, and fatigue, and in

improving the quality of life of oncology patients. Methodology: A systematic review was carried out based on the PICO strategy, including seven articles selected according to rigorous eligibility criteria. Results and Discussion: The studies indicated that aromatherapy may reduce symptoms such as pain and anxiety, while also contributing to emotional well-being. However, its application requires caution and should be performed by trained professionals. The literature still presents limitations, and further clinical trials with larger samples are needed to confirm its long-term effectiveness. Conclusion: Aromatherapy shows promise as a complementary resource in oncology palliative care, offering symptom relief and emotional support. This study reinforces the importance of further research to consolidate its role in comprehensive care.

KEYWORDS: Aromatherapy. Integrative Palliative Care. Oncology.

INTRODUÇÃO

O câncer continua sendo um dos maiores desafios para a saúde pública em todo o mundo. A previsão é de que, até 2050, o número de novos casos atinja 35 milhões globalmente, com 704 mil novos diagnósticos esperados para o Brasil até 2025. Em 2022, cerca de 20 milhões de novos casos foram registrados mundialmente, resultando em 9,7 milhões de mortes. No Brasil, foram 627.193 casos diagnosticados e 278.835 óbitos, colocando o país entre as nações com as maiores taxas de incidência de câncer na América do Sul (Silva *et al.*, 2024; Bray *et al.*, 2022; INCA, 2022).

A fase avançada do câncer, marcada pela presença de metástases, é responsável por cerca de 90% das mortes por câncer. Esse estágio da doença está frequentemente ligado à recorrência tumoral, ao contrário dos tumores primários, que podem ser tratados ou até curados se detectados precocemente. A dificuldade na detecção precoce está associada a fatores como a escassez de recursos financeiros e humanos, a falta de adesão a exames preventivos, o desconhecimento dos sinais iniciais da doença, o medo e a baixa literacia em saúde (Ganesh; Massagué, 2021; Silva *et al.*, 2024).

Dentro desse contexto, a adoção das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) se torna uma estratégia importante para complementar os cuidados convencionais no tratamento e prevenção do câncer. Essas práticas contribuem significativamente para a promoção da saúde, especialmente em locais onde o acesso aos tratamentos tradicionais e aos exames preventivos é limitado (Santos *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2020). A medicina tradicional e as PICS têm se mostrado essenciais em muitos países, funcionando tanto como terapias principais quanto complementares para a manutenção e promoção da saúde. A Organização Mundial da Saúde (OMS) tem incentivado os países a integrar essas abordagens de maneira eficaz e segura em seus sistemas de saúde (Kuba; Vattimo, 2015; Silva *et al.*, 2020).

No Brasil, as PICS foram oficialmente reconhecidas pelo Ministério da Saúde em 2006, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que hoje inclui 29 práticas, entre as quais se destacam acupuntura, auriculoterapia,

medicina tradicional chinesa e homeopatia, com aplicação por diferentes profissionais de saúde (BRASIL, 2006; CRF, 2018).

Quando o câncer atinge estágios avançados, os cuidados paliativos tornam-se essenciais, com o objetivo de aliviar os sintomas e proporcionar conforto ao paciente, sem intenção curativa. Esses cuidados podem incluir tratamentos sistêmicos ou localizados, visando aliviar sintomas intensos, melhorar a qualidade de vida e até prolongar a sobrevida. A abordagem paliativa pode ser combinada com terapias farmacológicas ou não farmacológicas desde o diagnóstico até os estágios finais da vida (Cancer Research UK, 2024; Silva *et al.*, 2025).

Os cuidados paliativos, embora frequentemente associados ao tratamento final do câncer, devem ser incorporados desde o início da jornada do paciente, de forma integrada e contínua. Esta abordagem não só promove uma melhora significativa na qualidade de vida, mas também proporciona benefícios clínicos e emocionais para o paciente e seus familiares (Akoo; McMillan, 2023; Silva *et al.*, 2025). Estudos recentes têm mostrado que, quando o cuidado paliativo é introduzido precocemente, o paciente e sua família podem experimentar menos sofrimento e menos necessidade de procedimentos invasivos desnecessários (Saraiya *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2025).

A Resolução nº 41 de 2018 do Ministério da Saúde estabelece diretrizes claras para a organização dos cuidados paliativos no Sistema Único de Saúde (SUS), com foco na assistência multiprofissional e no alívio do sofrimento dos pacientes e seus familiares, considerando todos os aspectos da doença (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

Além disso, terapias complementares, como a aromaterapia, têm ganhado destaque nos cuidados paliativos, oferecendo métodos não farmacológicos eficazes para aliviar sintomas como náuseas, insônia, ansiedade e fadiga, contribuindo também para o bem-estar mental dos pacientes. A aromaterapia, ao utilizar óleos essenciais extraídos de plantas medicinais, tem mostrado resultados positivos na promoção da saúde e no alívio de sintomas desconfortáveis (FARAHANI *et al.*, 2019; SATTAYAKHOM; WICHIT; KOOMHIN, 2023).

A equipe de cuidados paliativos desempenha um papel essencial em proporcionar uma abordagem holística ao paciente, considerando corpo, mente e espírito, o que tem mostrado benefícios ao ser integrado aos tratamentos convencionais. Assim, a aromaterapia, como prática complementar, pode melhorar significativamente a qualidade de vida, ajudando a reduzir o sofrimento dos pacientes oncológicos (SANTOS *et al.*, 2016; SILVA *et al.*, 2017).

Nesse contexto, o problema de pesquisa que se propõe é: *qual é o impacto da aromaterapia como terapia complementar nos cuidados paliativos de pacientes com câncer avançado, considerando sua eficácia no alívio de sintomas físicos e emocionais?*

OBJETIVO

O objetivo é avaliar os estudos sobre os efeitos da aromaterapia nos cuidados paliativos oncológicos, analisando seu impacto na qualidade de vida, no alívio de sintomas como dor, ansiedade e fadiga, e na promoção do bem-estar geral dos pacientes.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo realizado por meio de revisão bibliográfica de artigos previamente publicados, com o objetivo de validar as informações apresentadas neste trabalho (GIL, 2002). Configura-se como uma revisão sistemática da literatura, com métodos previamente definidos para minimizar vieses. O problema de pesquisa, os desfechos e os critérios de inclusão e exclusão foram determinados com base na estratégia PICO (População, Intervenção, Comparação e Desfecho), adotada por sua capacidade de aumentar a precisão e a efetividade da investigação (SCHARDT et al., 2007). Nesse modelo, a população corresponde a pacientes oncológicos em cuidados paliativos, a intervenção refere-se à aromaterapia como abordagem complementar, não havendo comparação direta com outros tratamentos, e o desfecho buscado foi a avaliação de sua eficácia no alívio de sintomas físicos e emocionais (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2019).

A busca de artigos foi realizada entre 30 de janeiro e 27 de março de 2025, nas bases Lilacs, PubMed, SciELO e Web of Science, utilizando os descritores “Aromaterapia AND Cuidados Paliativos AND terapias integrativas”, combinados pelo operador booleano “AND”. Foram incluídos estudos originais, completos, gratuitos e disponíveis na íntegra, independentemente do ano ou idioma, desde que atendendo aos objetivos e critérios metodológicos. Excluíram-se artigos duplicados, de revisão, editoriais, dissertações, teses, anais, cartas e relatos de experiência. Inicialmente, identificaram-se 12 estudos (2 na Lilacs e 10 na PubMed), dos quais 5 foram eliminados por indisponibilidade ou inadequação temática, resultando em 7 artigos que compuseram a amostra final.

A seleção foi organizada conforme as diretrizes PRISMA, garantindo documentação transparente de todas as fases do processo (PAGE et al., 2021). A sistematização dos dados ocorreu por meio da análise de conteúdo, iniciada pelos títulos, seguida da leitura dos resumos com aplicação dos critérios de elegibilidade e, por fim, da leitura integral dos artigos selecionados. Como se trata de revisão sistemática da literatura, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CNS, 2016), por não envolver coleta de dados primários (BENDER et al., 2022).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As pesquisas sobre práticas integrativas e complementares em cuidados paliativos têm mostrado diferentes perspectivas e resultados. Goel, Elhassan, Paterson e colaboradores (2021), em uma revisão publicada no *American Journal of Hospice & Palliative Medicine*, analisaram estudos voltados para provedores de cuidados integrativos, identificando a necessidade de ampliar as evidências, incluir perspectivas interdisciplinares e compreender melhor os impactos do uso das terapias por profissionais de saúde. Já Armstrong, Kupeli, Flemming e colegas (2020), na revista *Palliative Medicine*, propuseram uma metodologia inovadora para integrar revisões qualitativas e quantitativas, mostrando que essa abordagem ajuda a explicar por que muitos ensaios apresentam resultados inconclusivos, além de oferecer direções para futuras pesquisas.

Marchand (2014), em artigo da *Annals of Palliative Medicine*, destacou como as terapias integrativas e complementares podem ser incorporadas ao cuidado de pacientes com câncer avançado, ressaltando que sua aceitação depende não só dos pacientes e familiares, mas também dos profissionais de saúde e do próprio sistema. Freeman, Klingele e Wolf (2025), em revisão sistemática publicada pela *Elsevier*, avaliaram musicoterapia, aromaterapia e massoterapia, concluindo que música e massagem apresentaram os maiores benefícios, especialmente no alívio da dor e na melhora da qualidade de vida.

Vélez-López, Carmona-Torres, Laredo-Aguilera e colaboradores (2024) investigaram intervenções comunitárias em cuidados paliativos, identificando recursos acessíveis como a terapia do riso, a telemedicina e a musicoterapia, que se mostraram eficazes e de baixo custo para melhorar a qualidade de vida. Em outro contexto, Berger, Tavares e Berger (2013), ao relatarem a experiência canadense em uma unidade hospitalar de cuidados paliativos, evidenciaram que a integração de terapias complementares melhora o controle dos sintomas, aumenta o conforto e contribui para a satisfação de pacientes e familiares.

Por fim, Silva, Araújo, Medeiros e colegas (2019), em revisão integrativa publicada na *Revista Eletrônica de Enfermagem*, analisaram o uso da aromaterapia na prática da enfermagem e concluíram que essa abordagem fortalece o cuidado integral, ao mesmo tempo em que consolida a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS.

O câncer abrange um conjunto de mais de 100 doenças, todas caracterizadas pela multiplicação descontrolada das células, que pode resultar na invasão de tecidos próximos, como os musculares, ósseos e epiteliais. Isso dá origem aos tumores que podem se formar em diversas partes do corpo. O estadiamento da doença, que avalia sua extensão, o envolvimento de linfonodos e a presença de metástases, é um aspecto crucial para o diagnóstico e definição do tratamento. O câncer, sem dúvida, representa um dos maiores desafios para a saúde pública mundial, sendo uma das principais causas de morte e um obstáculo significativo para o aumento da expectativa de vida (INCA, 2022; BRASIL, 2022a). O tratamento, por sua vez, é multifacetado, englobando cirurgia, radioterapia e terapias sistêmicas, como a quimioterapia. A escolha entre essas abordagens é feita levando em consideração o tipo de câncer, as características do paciente e o objetivo de curar a doença ou, quando não é possível, melhorar a qualidade de vida (OMS, 2020).

Entretanto, com as dificuldades frequentemente encontradas nos tratamentos convencionais, os cuidados paliativos surgem como uma alternativa fundamental, principalmente para pacientes com doenças avançadas, como o câncer metastático, ou outras condições incuráveis, nas quais as opções curativas já não estão disponíveis. O foco dos cuidados paliativos é aliviar os sintomas e proporcionar suporte emocional tanto para os pacientes quanto para seus familiares (FREITAS *et al.*, 2022). Essa abordagem tem mostrado eficácia, com estudos sugerindo que a combinação de cuidados paliativos e tratamentos tradicionais pode resultar em um controle mais eficaz dos sintomas e diminuir o sofrimento dos pacientes, em comparação com aqueles que recebem apenas os tratamentos

convencionais (UMARETIYA *et al.*, 2021). Entre as terapias complementares mais utilizadas nesse contexto, estão acupuntura, ozonioterapia, musicoterapia, reflexoterapia, naturopatia e aromaterapia (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

A aromaterapia tem ganhado destaque como uma prática eficaz dentro do cuidado paliativo, mesmo não sendo uma terapia exclusiva para o câncer. Essa abordagem utiliza óleos essenciais extraídos de plantas, com o intuito de promover o bem-estar físico e emocional dos pacientes. Ela se mostra particularmente útil no alívio de sintomas comuns decorrentes dos tratamentos oncológicos, como náuseas, vômitos e insônia (OEI *et al.*, 2021; ERTÜRK *et al.*, 2021). Contudo, é importante lembrar que a aromaterapia deve ser aplicada com cautela, pois alguns pacientes podem apresentar reações alérgicas aos óleos essenciais, o que exige acompanhamento especializado (ERTÜRK *et al.*, 2021). Para aqueles em tratamento ativo, como quimioterapia ou radioterapia, a aromaterapia pode aliviar efeitos colaterais como fadiga, náuseas e distúrbios no sono (EVANS *et al.*, 2018). Além disso, diversos estudos indicam que ela pode ajudar na redução da ansiedade e no sofrimento emocional dos pacientes (Silva *et al.*, 2019).

O impacto das terapias complementares nos cuidados paliativos tem sido cada vez mais investigado, com resultados positivos para o bem-estar dos pacientes. Por exemplo, Berger, Tavares e Berger (2013) realizaram um estudo de intervenção em um hospital canadense, no qual analisaram práticas como aromaterapia, musicoterapia e terapia com toque. A pesquisa demonstrou que a combinação dessas terapias reduziu significativamente sintomas como dor e ansiedade, além de criar um ambiente mais acolhedor e humanizado, aceito tanto por pacientes quanto pelas equipes de saúde. Esses resultados reforçam a ideia de que a integração de terapias complementares pode beneficiar o bem-estar físico e emocional dos pacientes.

Em outro estudo, Goel *et al.* (2021) conduziram uma revisão de escopo para avaliar a medicina complementar nos cuidados paliativos, destacando práticas como massagem, aromaterapia e meditação. A pesquisa concluiu que essas terapias são amplamente utilizadas e viáveis para implementação no ambiente hospitalar, sendo eficazes e bem aceitas por pacientes e profissionais. Esse estudo corrobora os achados de Berger *et al.* (2013), enfatizando a importância dessas terapias no cuidado paliativo.

A revisão sistemática de Jodie *et al.* (2025) também avalia a eficácia de aromaterapia, musicoterapia e massoterapia em pacientes em estágio terminal. A análise de vários estudos revelou que essas terapias reduzem significativamente dor, ansiedade, depressão e sofrimento emocional. Apesar das limitações metodológicas encontradas, os benefícios relatados pelos pacientes indicam que, quando aplicadas de maneira segura e personalizada, essas terapias são eficazes no contexto dos cuidados paliativos.

Silva *et al.* (2019), em sua revisão integrativa, destacaram a relevância da aromaterapia na prática de enfermagem, especialmente no alívio de sintomas como dor e ansiedade. Além disso, o estudo ressalta a importância da capacitação dos enfermeiros para garantir a segurança e eficácia da terapia, além de fortalecer o vínculo terapêutico,

algo essencial para o sucesso do tratamento (Armstrong *et al.*, 2020). Embora os ensaios clínicos randomizados mostrem poucos ou nenhum efeito mensurável na qualidade de vida, os dados subjetivos relatados pelos pacientes indicam que a aromaterapia pode ter um impacto positivo no bem-estar.

Por fim, Marchand (2014) argumenta que terapias complementares, como aromaterapia, acupuntura e meditação, são eficazes no alívio de sintomas físicos e emocionais, como dor e ansiedade, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida de pacientes com câncer avançado. Ela defende que essas práticas, quando aplicadas de forma segura e respaldadas por evidências científicas, devem ser incorporadas à prática clínica, respeitando a individualidade dos pacientes.

A revisão integrativa de Vélez-López *et al.* (2024) explora a importância de estratégias comunitárias no cuidado paliativo, como grupos de apoio e terapias integrativas, incluindo a aromaterapia. Essas abordagens contribuem para o bem-estar emocional dos pacientes e fortalecem os vínculos sociais entre pacientes, familiares e profissionais de saúde.

Em resumo, a combinação de terapias convencionais com abordagens complementares, como a aromaterapia, tem mostrado resultados positivos no alívio de sintomas e no suporte emocional de pacientes com câncer, especialmente nos estágios avançados. No entanto, ainda existem lacunas na literatura, como a necessidade de ensaios clínicos randomizados e a padronização de protocolos, além de mais estudos sobre os efeitos a longo prazo e a capacitação dos profissionais para a integração eficaz dessas terapias.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em resumo, a aromaterapia tem se mostrado uma opção valiosa para ajudar no alívio de sintomas como dor, ansiedade e depressão em pacientes com câncer. Os estudos mostram que essa prática pode proporcionar alívio e trazer mais conforto durante o tratamento, ajudando tanto no aspecto físico quanto emocional. Porém, como é uma terapia complementar, ainda precisamos de mais pesquisas com um número maior de pacientes para ter uma ideia mais clara da sua real eficácia. Embora os resultados sejam promissores, ainda há muito a ser explorado, como a definição de protocolos e os efeitos a longo prazo. Mesmo assim, o trabalho desenvolvido aqui já oferece contribuições importantes e pode ser um ponto de partida para novas pesquisas, que vão nos ajudar a entender melhor o papel da aromaterapia no cuidado de pacientes com câncer e no apoio às suas famílias.

REFERÊNCIAS

- AKOO C, MCMILLAN K. **An evolutionary concept analysis of palliative care in oncology care.** *Adv Nurs Sci.* 2023;46(2):199–209.
- BENDER MS, ET AL. **A saúde da população LGBTQIA+ durante a pandemia da Covid-19: revisão sistemática e análise de redes.** *Cad Gênero Divers.* 2022;8(2):166–203. Disponível em: <https://doi.org/10.9771/cgd.v8i2.49100>

BORINI ES, BERGAMINI JC, HERINGER LB, FUMIERE M. **A importância clínica da aromaterapia em pacientes com câncer.** *Rev Cient Esp Acadêmico.* 2023;13(3):23–48. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2024/09/Revista-Espaco-Academico-v13-n3-2023-completa-Presencial.pdf#page=23>

CANCER RESEARCH UK. **Palliative treatment** [Internet]. 2024 Disponível em: <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/treatment/palliative>

GIL AC. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4ª ed. São Paulo: Atlas; 2002. Disponível em: Minha Biblioteca

MENDES KDS, SILVEIRA RCCP, GALVÃO CM. **Use of the bibliographic reference manager in the selection of primary studies in integrative reviews.** *Texto Contexto Enferm* [Internet]. 2019;28:e20170204. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204>

OLIVEIRA MS, COSTA NO, MORAES SGT, PACHECO VJ. **(TRANS)torno: uma revisão dos processos de patologização e diagnóstica da transgeneridade.** *Rev Cient Esp Acadêmico.* 2023;13(3):6–22. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2024/09/Revista-Espaco-Academico-v13-n3-2023-completa-Presencial.pdf#page=6>

OSHIRO NN, ET AL. **Conhecimento dos pacientes com câncer avançado sobre seu diagnóstico e modalidade de tratamento.** *Rev Enferm UFJF.* 2025;11(1). Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/46686/28476>

PAGE MJ, ET AL. **A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas.** *Epidemiol Serv Saude.* 2022;31(2):e2022107. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742022000200033>

SARAIYA B, DALE W, SINGER EA, CELLA D. **Integration of palliative and supportive care into the management of genitourinary malignancies.** *Am Soc Clin Oncol Educ Book.* 2022;(42):341–50. [citado 2024 nov 25].

SILVA ITS, ET AL. **O uso da aromaterapia no contexto da enfermagem: uma revisão integrativa.** *Rev Eletr Enferm.* 2020;22:e59677. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/59677/35986>