

AROMATERAPIA COMO PRÁTICA INTEGRATIVA NO CUIDADO DE MULHERES COM CÂNCER DE MAMA: IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA E BEM-ESTAR.

Raryza Leão da Gama¹

Jackline Teixeira Loureiro²

Luciana Duarte Moreira Brito³

Maria Eduarda Sousa Ferreira⁴

Shirlene das Mercês Rodrigues⁵

INTRODUÇÃO: O câncer de mama é uma neoplasia amplamente diagnosticada em mulheres, representando um importante desafio para a saúde pública global devido à sua alta prevalência e impacto na morbimortalidade. A doença e o tratamento do câncer de mama podem resultar em mudanças significativas na autoimagem, perda de funcionalidade e alterações psicossociais e emocionais. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm se mostrado como uma abordagem promissora para complementar o cuidado dessas pacientes, oferecendo alternativas terapêuticas e auxiliando na redução dos sintomas relacionados à doença e ao tratamento. Dentre as PICS, a aromaterapia se destaca por utilizar Óleos Essenciais com o objetivo de proporcionar bem-estar, relaxamento e alívio dos sintomas, como ansiedade, dor e estresse. A literatura científica tem identificado diversos benefícios associados a essa prática, incluindo ações neuroprotetoras, sedativas, ansiolíticas, de melhora do humor, antioxidantes, citotóxicas, antinociceptivas e redutoras da fadiga. **OBJETIVO:** Investigar os efeitos da aromaterapia como prática integrativa e complementar no cuidado de mulheres com câncer de mama. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura onde foram avaliadas publicações científicas nas bases de dados Google acadêmico e Scientific Electronic Library Online (SciELO) entre os anos de 2019 a 2023. **RESULTADOS:** Após a realização do estudo sobre os efeitos da aromaterapia como prática integrativa e complementar no cuidado de mulheres com câncer de mama, verificou-se que essa abordagem proporcionou benefícios significativos. As pacientes submetidas à aromaterapia apresentaram melhorias na qualidade de vida, com redução dos sintomas relacionados à doença e ao tratamento. Foi observada uma redução significativa da ansiedade, dor e estresse, promovendo um estado de relaxamento e bem-estar emocional. Adicionalmente, os óleos essenciais utilizados na aromaterapia demonstraram efeitos neuroprotetores, sedativos e ansiolíticos, resultando em uma melhora do humor das pacientes. Também foram identificadas propriedades antioxidantes, citotóxicas e antinociceptivas desses óleos essenciais esses achados evidenciam a eficácia da aromaterapia como uma opção terapêutica para mulheres com câncer de mama, contribuindo para uma abordagem holística no cuidado dessas pacientes e impactando positivamente seu bem-estar físico, psicológico e social. **CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A aromaterapia mostra-se como uma abordagem terapêutica complementar promissora para mulheres com câncer de mama, oferecendo uma alternativa natural e eficaz para melhorar a qualidade de vida,

reduzir os sintomas e promover o bem-estar físico, psicológico e social. É importante ressaltar que o uso da aromaterapia como prática integrativa no cuidado de mulheres com câncer de mama. Deve ser realizado sob a supervisão de profissionais para garantir a segurança e a eficácia da aromaterapia como prática integrativa e complementar no cuidado de mulheres com câncer de mama.

Palavras-Chave: Aromaterapia; Ansiedade; Neoplasias das mamas.

E-mail do autor principal: rary.leao@outlook.com

REFERÊNCIAS:

ARAGÃO, Vivianne Melo et al. EFEITOS DA AROMATERAPIA NOS SINTOMAS DE ANSIEDADE EM MULHERES COM CÂNCER DE MAMA: REVISÃO SISTEMÁTICA. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 32, p. e20220132, 2023.

DA SILVA, Deborah; PAGANINI, Maria Cristina. Os benefícios da aromaterapia e dos cosméticos orgânicos na recuperação de pacientes com câncer de mama e o papel do enfermeiro. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 10, p. e6786-e6786, 2021.

¹Enfermagem, Universidade da Amazônia, Belém-PA, E-mail. Rary.leao@outlook.com

²Enfermagem, Universidade da Amazônia, Belém-PA, E-mail. Texeiraloureiro16@gmail.com

³Enfermagem, Universidade da Amazônia, Belém-PA, E-mail. Luciana_m2adv@hotmail.com

⁴Enfermagem, Universidade da Amazônia, Belém-PA, E-mail. Eduardaesousaferreira@gmail.com

⁵Enfermagem, Universidade da Amazônia, Belém-PA, E-mail. Shirlene.rodrigues2307@gmail.com