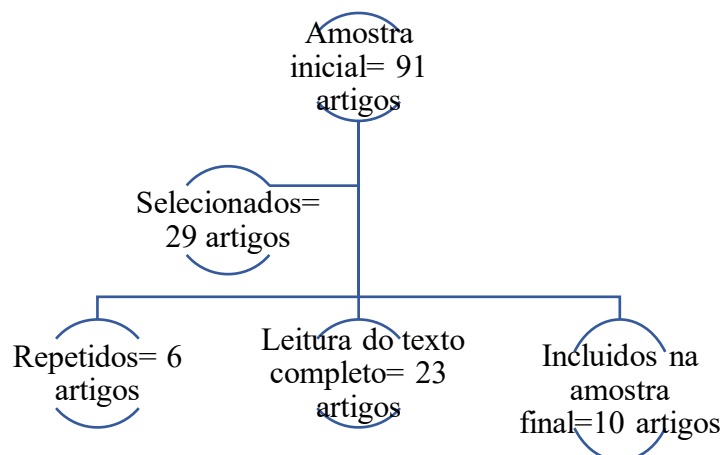


Introdução

A aromaterapia é uma das estratégias não farmacológicas utilizadas pela oncologia integrativa, pois visa o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas. Consiste na utilização de fragrâncias oriundas de plantas, das quais se extrai o óleo para fins medicinais no intuito de aliviar o sofrimento, principalmente naquelas pessoas em tratamento de doenças que causam dor, ansiedade, náuseas entre outros sintomas.⁽¹⁾ Sobre esse aspecto, a aromaterapia é considerada um método de prevenção e tratamento de doenças que utiliza substâncias aromáticas em dosagens adequadas para atuarem em todo o corpo ou em partes dele. Ela pode aliviar a ansiedade e a pele seca. Em países europeus e americanos, essa prática tem sido amplamente utilizada na área de cuidados paliativos.⁽²⁾ A aromaterapia está incluída em uma das Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS) reconhecidas pelo Ministério da Saúde no Brasil de acordo com a Portaria GM/MS nº 971 de 2006 de acordo com Política Nacional das PICS no Sistema Único de Saúde e pelo Conselho Federal de Enfermagem por meio da Resolução nº 739/2024, que normatiza a atuação de enfermagem nas PICS conforme as competências elencadas em seu anexo 1.^(3,4) **Objetivo:** Realizar um estudo de revisão da literatura sobre os benefícios da aromaterapia em oncologia integrativa. **Método:** Trata-se de um estudo exploratório e descritivo recorte de um artigo apresentado ao curso de pós-graduação em bases da medicina integrativa do Hospital Albert Einstein. O estudo obedeceu a algumas etapas: definição do tema/problema de pesquisa, identificação dos descritores em ciências da saúde (DeCS) ou termos *Medical Subjects Headings* (MeSH), em seguida no site de busca da PUBMED fez-se a pesquisa em si, utilizando-se os termos exatos: Aromaterapia (*Aromatherapy*) and Câncer (*Cancer*) and Óleos essenciais e oncologia and câncer (*Essential oils and oncology or cancer*). A busca dos artigos ocorreu de 15 a 20 de fevereiro de 2026. Foram incluídos os artigos publicados no período de (2021-2026), nas línguas português, inglês e em espanhol sobre o tema, assim como deu-se ênfase aos artigos de revisão sistemática, meta-análise e ensaios clínicos devido as evidências serem de um nível melhor sobre o tema. Foram excluídos, aqueles com publicação repetida ou que abordassem sobre óleos essenciais fora da oncologia. Em seguida, após a identificação dos artigos, fez-se a leitura do resumo, sendo que os de interesse foram armazenados em um arquivo para leitura integral. Dessa forma, seguiu-se: a identificação, leitura, exclusão, inclusão e definição da amostra. Para a classificação e análise dos artigos, construiu-se um quadro onde organizou-se os selecionados, destacando-se as seguintes variáveis: referências, tipo de estudo, objetivo e os resultados

encontrados **Resultados:** Foram identificados inicialmente (N=91) artigos, após aplicado os critérios de exclusão, incluiu-se na amostra final (n=10) artigos. Conforme o fluxograma abaixo:



Fluxograma: construído pela autora, os itens de organização foram adaptados do PRISMA *guidelines* (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), 2020.

Dessa forma, identificou-se que, 4(40%) foram estudos de ensaio clínico randomizado ou cego, ou seja, testaram o uso da aromaterapia em pacientes em tratamento oncológico, principalmente durante a exposição da quimioterapia com o objetivo de melhorar a qualidade de vida. As amostras de pacientes nas quais foram testados a eficácia da aromaterapia variou de 60 a 100 participantes. Os demais 6(60%) dos estudos utilizaram como método a revisão sistemática da literatura com e sem meta-análise.^(1,2,,5,6,7,8,9) Os estudos que compuseram essas meta-análises utilizaram diferentes métodos de pesquisa que variou de ensaio clínico randomizados a estudos observacionais⁽¹⁰⁾ Sobre a eficácia da aromaterapia em pacientes oncológicos, identificou-se nos estudos sua aplicação em diferentes tipos de câncer, entre eles, o câncer de mama, hematológicos ou de outros tipos de câncer dos quais os pacientes estavam em cuidados paliativos, observou-se que houve redução de sintomas como náuseas, vômitos, qualidade do sono, ansiedade, dor e melhora do apetite.^(1,2,5,6,7,8,10) Os demais estudos referiram-se apenas a melhora de sintomas físicos e psicológicos.^(5,6) Quanto ao tipo de óleo essencial utilizado, alguns estudos testaram um único óleo como o *Citrus aurantium* (óleo extraído da laranjeira amarga ou laranja da terra), lavanda e camomila, porém os demais estudos não citam o óleo essencial ou utilizaram mix de óleos.^(1,2,5) Sobre o uso da lavanda na aromaterapia, alguns estudos corroboram com esta revisão informando a potencialidade desse óleo como a *Lavandula angustifolia*, popularmente conhecida como lavanda, é reconhecida por suas propriedades terapêuticas, incluindo efeitos ansiolíticos, analgésicos e antieméticos. Além disso, estudos recentes têm destacado o potencial da lavanda no alívio da ansiedade, náusea e

vômito em pacientes submetidos a tratamentos contra o câncer.^(11,12) Ainda sobre a *Lavanda angustifolia* é considerada a lavanda- verdadeira, da família botânica Lamiaceae, e entre as suas propriedades terapêuticas é citada como um antiespasmódico potente, calmante, relaxante, sedativo, anti-inflamatório, antálgico, cicatrizante, anti-hipertensivo e anti-infecioso.⁽¹³⁾

Desse modo, devido a todas essas propriedades terapêuticas os estudos puderam comprovar sua eficácia e suas principais indicações está relacionada: ao estresse, ansiedade, angústia, medo, emotividade, alterações do sono, dores inflamatórias do tecido cutâneo e do sistema locomotor.^(1,2,5,6,7,8,10,12) Os estudos destacaram também que a aromaterapia pode ser utilizada sozinha através da inalação ou associada a outras estratégias de intervenção na oncologia integrativa, como associada as massagens, bochechos com a solução de camomila, juntamente com instrumentos de rastreios de qualidade de vida, da dor , fadiga e do sono, ou em conjunto com análise de imagens.^(2,5,8,9) Sobre o alívio da dor , alguns autores consideram que o uso da aromaterapia é um método não farmacológico, que apresentam vários pontos positivos em sua utilização, pois são de baixo custo, fácil aplicabilidade e não serem formas invasivas , aplicação, porém é necessário que se conheça a indicação para cada evento nosológico.⁽¹¹⁾ No que se refere a uso da camomila, sob a forma de chás, cremes, compressas e enxaguantes ou óleo essencial de camomila associada com óleo vegetal, estudo de ensaio clínico com 51 mulheres em cuidado paliativo, receberam a camomila romana por três semanas, as respostas ao questionário pós-terapia indicam que os pacientes consideraram a massagem ou a aromaterapia benéfica na redução da ansiedade, tensão, dor e depressão.^(12,13) Estudo incluído nesta revisão, mais recente, que utilizou a camomila nos efeitos da quimioterapia na cavidade oral aponta para resultados benéficos reduzindo tais efeitos.⁽⁵⁾ Sobre sintomas de ansiedade, estudo de meta-análise indicou que a aromaterapia parece ser eficaz para os sintomas de ansiedade e depressão em pacientes com câncer e destacou que a inalação pode ser mais eficaz do que a massagem. Além disso, os autores inferem que aromaterapia foi mais eficaz nos sintomas de ansiedade em pacientes com câncer em um curto período, especialmente em pacientes no período perioperatório, mas os efeitos em pacientes tratados com radioterapia, quimioterapia ou terapia paliativa não foram constatados.^(7,8) Em estudo realizado no Brasil de revisão de literatura em 2021, na oncologia integrativa, identificou-se que os artigos originados dos EUA; Malásia; Irã e Turquia de cunho metodológico de ensaios clínicos randomizados e ensaio clínico quase-randomizado, as pesquisas confirmaram

correlação positiva entre o uso da aromaterapia com lavanda, camomila ou hortelã-pimenta em pacientes com leucemia, em tratamento de quimioterapia, e melhora da qualidade e duração do sono.^(13,14,15) Esses achados corroboram com alguns resultados deste estudo.^(1,2,5) **Conclusão:** A aromaterapia é uma das práticas integrativas e complementares reconhecidas pela ciência, e sua aplicação na oncologia integrativa está incluída como uma política de saúde no Brasil entre as práticas integrativas e complementares em saúde. No entanto para sua aplicação é importante que os profissionais estejam atentos para sua eficácia, modos de aplicação e resposta terapêutica. Foi demonstrado unanimidade em revelar que a aromaterapia possui eficácia e traz benefícios em alguns sintomas durante o tratamento oncológico, sobretudo na diminuição da ansiedade, dor, sintomas relacionados aos efeitos da quimioterapia como ferimento na boca, náuseas, vômitos, melhora do apetite, depressão e alterações do sono. Houve discordância em um dos estudos sobre os benefícios da aromaterapia na depressão e não houve relatos de efeitos adversos relacionados a utilização da aromaterapia. Além disso, os óleos essenciais podem ser utilizados na oncologia integrativa sob diferentes formas como inalação, massagem, compressas ou combinados. Porém, os estudos de ensaio clínico robustos precisam ser ampliados para contribuírem com a ciência e as evidências e assim reforcem cada vez mais a eficácia dessa prática integrativa em saúde, e assim contribuir com a qualidade de vida das pessoas em sofrimento por doença oncológica. Contribuições e implicações para enfermagem: o uso da aromaterapia já é utilizado por enfermeiros devidamente habilitados para as Práticas Integrativas em Saúde e Complementares, o que trás um ganho tanto para ciência de enfermagem como para autonomia na prática integrativa, neste caso, direcionada aos pacientes em tratamento oncológico.