



B1

ISSN: 2595-1661

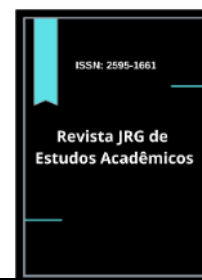
ARTIGO DE REVISÃO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](#)

## Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



### Aromaterapia clínica como estratégia terapêutica utilizada por enfermeiros no cuidado paliativo

Aromaterapia clínica como estratégia terapêutica utilizada por enfermeiros no cuidado paliativo

DOI: 10.55892/jrg.v7i15.1469

ARK: 57118/JRG.v7i15.1469

Recebido: 16/10/2024 | Aceito: 22/10/2024 | Publicado *on-line*: 23/10/2024

#### Kleilton Almada da Silva<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0007-6746-7018>

<http://lattes.cnpq.br/0092527608725049>

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil.

E-mail: kleiltonalmada79@gmail.com

#### Márcia Eduarda Coutinho de Queiroz<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0009-0005-0089-8628>

<http://lattes.cnpq.br/8200835804150026>

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil.

E-mail: eduardacoutinho082@gmail.com

#### Tizzianna Costa Torres<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0009.0006.3858.279X>

<http://lattes.cnpq.br/9872860041843897>

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil.

E-mail: tizziannacosta@gmail.com

#### Márcia Sousa Santos<sup>4</sup>

<https://orcid.org/0000.0002.6517.0479>

<http://lattes.cnpq.br/6637288620585705>

Universidade Estadual do Maranhão, Coroatá, MA, Brasil

E-mail: mssenfermeira@gmail.com



### Resumo

**Introdução:** A aromaterapia é uma prática terapêutica que utiliza óleos essenciais extraídos de plantas para promover o bem-estar físico, emocional e mental, esses óleos são aplicados de diversas formas, como inalação, massagens ou compressas, sendo reconhecidos por suas propriedades terapêuticas que auxiliam no alívio de sintomas. **Objetivo:** analisar a utilização da aromaterapia clínica como uma estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo. **Metodologia:** trata-se de uma revisão integrativa da literatura do tipo descritiva com abordagem qualitativa à medida que será analisado e interpretado os achados obtidos no levantamento bibliográfico como também baseado na experiência dos autores na realização da revisão bibliográfica. **Resultados e Discussão:** Dos 12 artigos selecionados, 09 estudos (75%) foram encontrados na base de dados SCIEDIRECT, 01 (8,3%) na BVS e

<sup>1</sup> Graduando em enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil

<sup>2</sup> Graduanda em enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil

<sup>3</sup> Graduanda em enfermagem pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, UNIFACEMA, Caxias, MA, Brasil

<sup>4</sup> Mestra em enfermagem e obstetrícia pela Universidade Estadual do Maranhão, Coroatá, MA, Brasil.

02 (16,7%) na PUBMED. Quanto à abordagem dos estudos, 05 estudos (41,7%) foram classificados como revisão sistemática, com abordagem qualitativa exploratória e descritiva, 05 (41,7%) e 02 (16,6%) como meta-análise. **Conclusão:** Com base nos artigos revisados, fica evidente que a aromaterapia oferece benefícios significativos tanto no alívio de sintomas físicos como dor, insônia, e náuseas, quanto no suporte emocional ao reduzir a ansiedade, a depressão, e melhorar a qualidade de vida dos pacientes em estado terminal.

**Palavras-chave:** aromaterapia; cuidados paliativos; enfermeiros; estratégias de saúde

### **Abstract**

**Introduction:** *Aromatherapy is a therapeutic practice that uses essential oils extracted from plants to promote physical, emotional and mental well-being. These oils are applied in different ways, such as inhalation, massages or compresses, being recognized for their therapeutic properties that help in relieving symptoms.* **Objective:** *to analyze the use of clinical aromatherapy as a therapeutic strategy by nurses in palliative care.* **Methodology:** *this is an integrative review of descriptive literature with a qualitative approach as the findings obtained in the bibliographic survey will be analyzed and interpreted as well as based on the authors' experience in carrying out the bibliographic review.* **Results and Discussion:** *Of the 12 articles selected, 09 studies (75%) were found in the SCIEDIRECT database, 01 (8.3%) in the VHL and 02 (16.7%) in PUBMED. Regarding the approach of the studies, 05 studies (41.7%) were classified as systematic reviews, with an exploratory and descriptive qualitative approach, 05 (41.7%) and 02 (16.6%) as meta-analysis.* **Conclusion:** *Based on the articles reviewed, it is evident that aromatherapy offers significant benefits both in relieving physical symptoms such as pain, insomnia, and nausea, and in providing emotional support by reducing anxiety, depression, and improving patients' quality of life. in terminal condition.*

**Keywords:** *aromatherapy; palliative care; nurses; health strategies.*

## **1. Introdução**

A aromaterapia é uma prática terapêutica que utiliza óleos essenciais extraídos de plantas para promover o bem-estar físico, emocional e mental, esses óleos são aplicados de diversas formas, como inalação, massagens ou compressas, sendo reconhecidos por suas propriedades terapêuticas que auxiliam no alívio de sintomas, no equilíbrio emocional e no fortalecimento do sistema imunológico. Baseada em princípios naturais, a aromaterapia vem sendo integrada em diversos contextos de saúde, ampliando seu uso como complemento aos tratamentos convencionais (Bandeira *et al.*, 2021).

Para Silva *et al.*, (2020), no contexto dos cuidados paliativos, a aromaterapia clínica vem ganhando destaque como uma importante ferramenta terapêutica para enfermeiros. Utilizando óleos essenciais, os profissionais fornecem alívio de sintomas como dor, ansiedade, insônia e desconforto, melhorando a qualidade de vida de pacientes que enfrentam doenças graves e incuráveis. Através da aplicação de técnicas de inalação ou massagens com óleos específicos, os enfermeiros podem reduzir o sofrimento físico e

emocional, ajudando os pacientes a lidar com as fases finais da vida de maneira mais serena.

De acordo com Pereira *et al.*, (2023), a aromaterapia promove um ambiente mais acolhedor, contribuindo para o bem-estar tanto dos pacientes quanto de seus familiares, ao criar uma atmosfera de calma e relaxamento.

Segundo Soares *et al.*, (2019), O uso dessa prática também possibilita uma abordagem mais humanizada, respeitando as especificidades individuais e integrando diferentes dimensões do cuidado, pois a clínica de aromaterapia se apresenta como uma estratégia complementar que fortalece o papel dos enfermeiros nos cuidados paliativos, oferecendo suporte holístico e personalizado para os pacientes.

Nos achados do estudo de Bersotti *et al.*, (2024), foi evidenciado que a clínica de aromaterapia ganhou destaque como uma estratégia terapêutica no cuidado paliativo, especialmente no contexto da enfermagem, essa prática envolve o uso de óleos essenciais para proporcionar alívio de sintomas como dor, ansiedade e estresse em pacientes em fase terminal. Os enfermeiros, como profissionais que lidam diretamente com esses pacientes, utilizam a aromaterapia para tratamentos complementares de forma indireta, promovendo conforto e bem-estar, pois além de atuar no controle dos sintomas físicos, a aromaterapia também favorece a estabilização emocional e psicológica dos pacientes, promovendo uma abordagem mais holística e focada nas necessidades individuais

De acordo com Rocha *et al.*, (2023), no ambiente de cuidados paliativos, onde a ênfase está na qualidade de vida, os enfermeiros utilizam a aromaterapia para criar um ambiente mais acolhedor e tranquilizante, facilitando o processo de enfrentamento da doença. O uso de óleos como lavanda e eucalipto, por exemplo, tem sido associado à melhora do sono e da respiração, contribuindo para o surto de sintomas respiratórios e de insônia, uma que ao integrar essa prática na rotina de cuidados, os enfermeiros demonstram a importância de intervenções complementares que levam em consideração o bem-estar integral dos pacientes, fortalecendo o vínculo entre a equipe de saúde e os pacientes.

Assim, essa revisão tem como objetivo analisar a utilização da aromaterapia clínica como uma estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo, visando compreender sua eficácia na promoção do conforto e bem-estar dos pacientes, bem como seu impacto na qualidade de vida e no manejo de sintomas associados a doenças terminais.

## 2. Metodologia

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura do tipo descritiva com abordagem qualitativa à medida que será analisado e interpretado os achados obtidos no levantamento bibliográfico como também baseado na experiência dos autores na realização da revisão bibliográfica.

O estudo foi organizado nas seguintes etapas: elaboração da questão norteadora, revisão bibliográfica e amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos trabalhos e discussão dos achados. Os dados foram obtidos através de buscas em fontes secundárias nas bases de dados online: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Us National Library of Medicine National Institutes of Health (PUBMED) Sciencedirect (Sciencedirect) durante o período de Agosto a setembro de 2024 utilizando descritores, de acordo com Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “Aromatherapy”, “Palliative Care” “Nursing” e “Health Strategies” combinados aos seguintes operadores *booleanos*: AND e OR, a fim de realizar uma busca integrada.

Como critérios de inclusão, utilizaram-se estudos disponíveis em sua totalidade, publicados entre os anos de 2019 a 2024, nos idiomas Português, e Inglês. Foram excluídos da busca inicial capítulos de livros, resumos, textos incompletos, teses, dissertações, monografias, relatos técnicos e outras formas de publicação que não são artigos científicos completos, ou que não condiziam com o assunto principal.

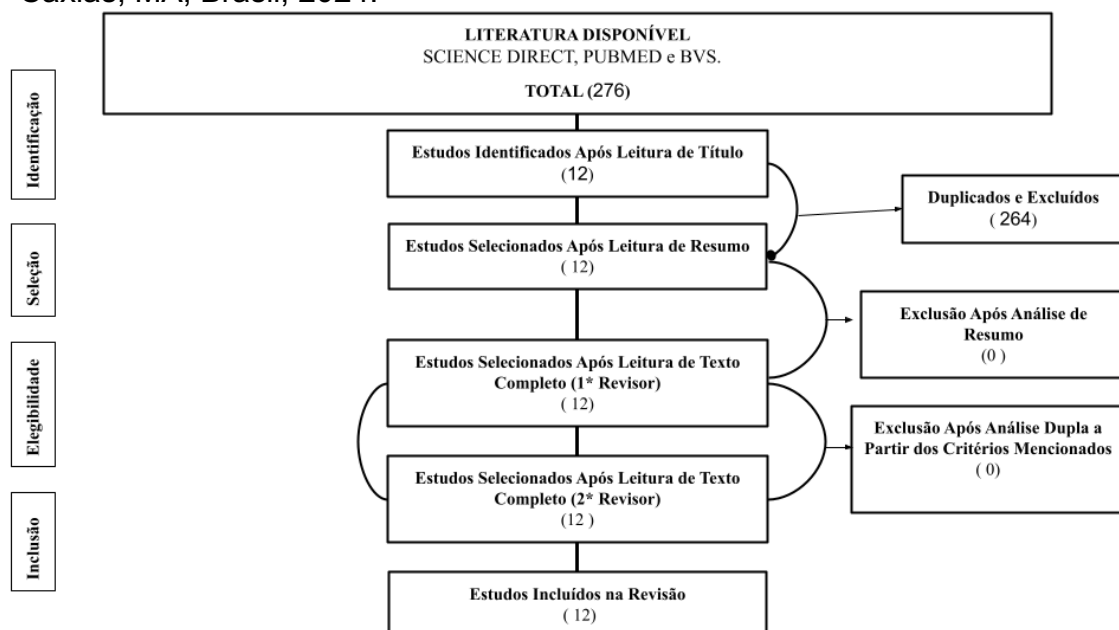
A análise para seleção dos estudos foi realizada em duas fases. De início, os estudos foram pré-selecionados, segundo os critérios de inclusão e exclusão e com base na estratégia de funcionamento e busca de cada base de dados, o que resultou em duzentos e setenta e seis (276) estudos como busca geral. A partir daí, filtraram-se os artigos na base de dados BVS: texto completo, escritos em idiomas português, inglês e espanhol, entre os anos de 2019 a 2024. Obtiveram-se um (01) estudos, dos quais foram avaliados títulos e resumos, e somente um (01) foram condizentes com a questão desta pesquisa.

Na base PUBMED, como busca total, foram encontrados quatro estudos (04) estudos, aplicando na pesquisa o filtro que limita por texto completo grátis, dos últimos cinco anos, obtiveram-se três (03) estudos, dos quais foram analisados títulos e resumos e teve como resultado final dois (02) estudo.

Também se pesquisou na base de dados ScienceDirect, como busca total foram encontrados duzentos e vinte e um (221) estudos, aplicando na pesquisa o filtro que limita por texto completo, obteve-se oitenta e nove (89) estudos, destes foram analisados títulos e resumos e teve como resultado final nove (09) estudos.

Na segunda etapa, os estudos foram avaliados quanto ao seu potencial de contribuição para a pesquisa, considerando se abordavam a pergunta central, além de analisar o tipo de investigação, objetivos, amostra, método, resultados e conclusões. Essa análise resultou em um total de doze (12) artigos selecionados. Ambas as etapas disponíveis pelo fluxograma visualmente na Figura 1.

**Figura 1** - Fluxograma do processo de seleção dos estudos para a revisão integrativa - Caxias, MA, Brasil, 2024.



Fonte: Autores, 2024

As informações dos artigos científicos foram analisadas e organizadas em categorias analíticas que facilitaram a organização de cada estudo. Essa categorização foi realizada de forma descritiva utilizando o instrumento denominado de matriz de síntese ou matriz de análise, que permite analisar cada artigo, extrair e organizar os dados em nível metodológico e resultado das pesquisas. A pesquisa levou em consideração os aspectos éticos das citações, respeitando a autoria, os conceitos e as definições incluídas no artigo.

### 3. Resultados e Discussão

Dos 12 artigos selecionados, 09 estudos (75%) foram encontrados na base de dados SCIEDIRECT, 01 (8,3%) na BVS e 02 (16,7%) na PUBMED. Quanto à abordagem dos estudos, 05 estudos (41,7%) foram classificados como revisão sistemática, com abordagem qualitativa exploratória e descritiva, 05 (41,7%) e 02 (16,6%) como meta-análise.

Quanto ao idioma dos estudos prevaleceu o idioma inglês com doze 12 (100%). Relacionado ao grau de evidência e recomendação, 05 (41,7%) estudos foram classificados em 2B e 07 (58,3%) em A1, dos quais foram classificados com grau de recomendação A e B.

**Tabela 1** - Análise descritiva das produções científicas acerca da aromaterapia. Caxias - MA, 2024. (n=12).

	N	%
<b>VARIÁVEIS</b>		
<b>Bases de dados</b>		
SCIENCEDIRECT	09	75
BVS	01	8,3
PUBMED	02	16,7
<b>Abordagem do estudo</b>		
REVISÃO SISTEMÁTICA	05	41,7
PESQUISA COM ABORDAGEM QUALITATIVA EXPLORATÓRIA E DESCRITIVA	05	41,7
META-ANÁLISE	02	16,6
<b>Idioma</b>		
INGLÊS	12	100
<b>Classificação da evidência</b>		
2B	05	41,7
A1	07	58,3
<b>Grau de Recomendação</b>		
A	07	41,7
B	05	58,3

Fonte: Autores, 2024

Através das pesquisas realizadas nas bases citadas, foi possível selecionar 12 artigos científicos, com foco principal em Analisar a utilização da aromaterapia clínica como uma estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo, visando compreender sua eficácia na promoção do conforto e bem-estar dos pacientes, bem como seu impacto na qualidade de vida e no manejo de sintomas associados a doenças terminais.

Esses artigos foram organizados em uma tabela de acordo com, número, autor, ano, delineamento do estudo e nível de evidência, objetivos e desafios. A maioria dos resultados mostraram que os principais benefícios relacionados ao uso e eficácia da aromaterapia é o alívio da dor, redução dos níveis de estresse e ansiedade, como mostra a tabela 2 abaixo.

**Tabela 2-** Características dos estudos selecionados para pesquisa, segundo autor, ano de publicação, objetivo e resultados- Caxias, MA, Brasil, 2024.

Nº	AUTOR/ANO	DELINEAMENTO DO ESTUDO	OBJETIVOS	NE
A1	Terry <i>et al.</i> , (2024)	Qualitativo exploratório e descritivo	Avaliar as barreiras percebidas identificadas por enfermeiros perioperatórios ao integrar aromaterapia complementar na prática clínica para tratar pacientes com NVPO.	2B
A2	Araújo <i>et al.</i> , (2023)	Revisão sistemática	responder à seguinte questão: quais intervenções de enfermagem são direcionadas aos pacientes em cuidados paliativos internados na unidade de terapia intensiva (UTI).	A1
A3	Ahn e Kim (2024)	Revisão sistemática	Investigar a eficácia da aromaterapia na redução da ansiedade em pacientes com câncer e identificar potenciais moderadores dos efeitos da intervenção.	A1
A4	Bhatt <i>et al.</i> , (2024).	Qualitativo exploratório e descritivo	orientar as práticas modernas, enfatizando a importância do gerenciamento de sintomas, suporte emocional e cuidados holísticos.	2B
A5	Kang <i>et al.</i> , (2024).	Meta-análise	examinar os efeitos da aromaterapia na qualidade de vida (QV) e na dor em pacientes com câncer.	A1
A6	Liu <i>et al.</i> , (2022).	Meta-análise	avaliar criticamente os efeitos da aromaterapia nos sintomas de ansiedade e depressão em pacientes com câncer	A1
A7	Hedigan e Sheridan (2023)	Revisão sistemática	verificar o impacto da aromaterapia por inalação no estresse e na ansiedade em ambientes clínicos.	A1
A8	Scuteri <i>et al.</i> , (2020)	Qualitativo exploratório e descritivo	Explorar o uso da aromaterapia na demência	2B
A9	Wyatt <i>et al.</i> (2019)	Qualitativo exploratório e descritivo	Avaliar a justificativa para o uso e os tipos de terapias de saúde complementares e integrativas usadas como autocuidado por cuidadores não remunerados de pacientes com câncer.	2B
A10	Boyd <i>et al.</i> , (2019).	Qualitativo exploratório e descritivo	Caracterizar as atitudes dos enfermeiros oncológicos em relação aos cuidados no fim da vida (EOL) e suas experiências no cuidado de pacientes terminais, discussões em cuidados paliativos com pacientes e familiares e o uso de práticas de cuidados paliativos.	2B

<b>A11</b>	Veen <i>et al.</i> , (2024).	Revisão sistemática	Identificar intervenções não farmacológicas viáveis no âmbito da prática de enfermagem que afetam a dor em pacientes em cuidados paliativos.	A1
<b>A12</b>	Nakano <i>et al.</i> , (2023).	Revisão sistemática	Identificar, da perspectiva de médicos e enfermeiros, uma estratégia de cuidado que garanta que os pacientes com câncer tenham prazer na vida diária no fim da vida.	A1

Fonte: Autores, 2024

A tabela 3 resume a eficácia do uso da aromaterapia na promoção do conforto e bem-estar dos pacientes em cuidados paliativos, como alívio da dor, promoção da autonomia do paciente, alívio de desconfortos respiratórios (A1, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10 e A11), conforto e alívio, redução dos níveis de ansiedade e stresse (A1, A3, A12).

**Tabela 3-** Síntese dos estudos encontrados acerca da eficácia na promoção do conforto e bem-estar dos pacientes em cuidados paliativos.

<b>Nº</b>	<b>Eficácia do uso da Aromaterapia na promoção do conforto e bem-estar dos pacientes em cuidados paliativos</b>
A1	Maior educação e diretrizes sobre aromaterapia promovem sua incorporação na prática clínica. A terapia complementar é promissora para o tratamento de NVPO.
A2	Os achados demonstraram que a aromaterapia é uma das intervenções que focam em promover a autonomia do paciente e respeitar suas necessidades na UTI, promovendo decisão compartilhada com paciente e família.
A3	O impacto geral da aromaterapia na redução da ansiedade em pacientes com câncer indicou um grande tamanho de efeito (SMD = -0,97, intervalo de confiança de 95%: -1,60 – -0,35, I <sup>2</sup> = 94%). Na análise de subgrupos, os tipos de métodos de administração e a duração da intervenção não foram considerados moderadores que causaram heterogeneidade nos tamanhos de efeito entre os ensaios.
A4	Os cuidados com o uso da aromaterapia em cuidados paliativos se concentram principalmente em medidas de conforto durante uma doença grave, enfatizando a qualidade de vida em vez de prolongar a vida.
A5	A aromaterapia demonstrou ter efeitos favoráveis na melhora da QV (Hedges' $\hat{g}$ = 0,62, IC de 95%: 0,24–1,00), mas nenhum efeito estatisticamente significativo da aromaterapia na dor foi encontrado (Hedges' $\hat{g}$ = -0,46, IC de 95%: -0,99 a 0,07). As descobertas indicam melhorias estatisticamente significativas na QoL ao combinar aromaterapia e massagem, mas não foi possível destrinchar os efeitos individuais de cada um.
A6	A aromaterapia por inalação pode ser mais eficaz do que a massagem. A aromaterapia pareceu melhorar os sintomas de ansiedade em pacientes com câncer em um curto espaço de tempo, especialmente em pacientes perioperatórios, mas não teve efeito para pacientes tratados com radiação, quimioterapia ou terapia paliativa.
A7	A aromaterapia por inalação tem o potencial de reduzir o estresse e a ansiedade, com dados surgindo para dar suporte adicional a esse resultado em uma ampla modalidade de tratamentos clínicos.

A8	Um óleo essencial dotado de fortes propriedades antinociceptivas — por exemplo, bergamota — pode representar uma nova opção para o tratamento de sintomas neuropsiquiátricos.
A9	Embora tenha havido outros esforços visando categorizar as terapias, uma que tem sido altamente útil é a aromaterapia.
A10	As práticas específicas de cuidados paliativos usadas pelos enfermeiros nos últimos três meses variaram, com a escuta ativa e passiva, tendo a aromaterapia usada com mais frequência.
A11	Exibiram resultados promissores na redução da dor a aromaterapia e terapia de aromamassagem.
A12	Cuidado que respeita a individualidade” teve como objetivo oferecer cuidado que avaliou fontes de prazer para o paciente. “Eventos e terapias complementares e alternativas” teve como objetivo oferecer cuidados como aromaterapia e massagem.

**Fonte:** Autores, 2024.

Dois dos artigos revisados (A3 e A6) destacam a importância do uso da aromaterapia por inalação, evidenciando maior eficácia quanto ao seu uso, os autores ainda trazem dados ressaltando a necessidade de adaptação às demandas em constante mudança da profissão e as necessidades específicas de cada paciente. Apesar de haver desafios e às vezes recusa por parte dos familiares do paciente, esses estudos mostram que os resultados do uso da terapia são promissores, enfatizando a importância de abordar as necessidades específicas dos profissionais de enfermagem em usá-las, para garantir sua integração bem-sucedida.

Um dos artigos (A12) discute o respeito à individualidade do paciente focando em sua necessidade de forma específica. Embora reconheça a importância do uso da terapia, o estudo também destaca que há a necessidade da realização de mais estudos sobre sua integração aos cuidados paliativos.

Sendo assim, com base nas informações selecionadas para o estudo, na identificação da eficácia da aromaterapia nos cuidados paliativos, foi possível elaborar duas categorias para discussão: utilização da aromaterapia clínica como uma estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo, Impacto na qualidade de vida e no manejo de sintomas associados a doenças terminais.

### **Utilização da aromaterapia clínica como uma estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo**

Para Terry DNP *et al.*, (2024), a utilização da aromaterapia clínica como estratégia terapêutica por enfermeiros no cuidado paliativo é uma abordagem complementar que visa promover conforto e bem-estar aos pacientes em fases terminais de doenças graves.

De acordo com Araújo *et al.*, (2023), essa prática, baseada no uso de óleos essenciais com propriedades terapêuticas, atua de maneira integrada com outras intervenções de saúde, proporcionando alívio de sintomas como dor, ansiedade, insônia e depressão.

No contexto dos cuidados paliativos, onde o foco é a melhoria da qualidade de vida, os enfermeiros desempenham um papel fundamental ao implementar essa técnica de forma segura e personalizada, atendendo às necessidades individuais dos pacientes (Ahn e Kim, 2024).



Bhatt e *et al.*, (2024), evidenciam em seu estudo que a aromaterapia pode oferecer benefícios emocionais e psicológicos, auxiliando tanto os pacientes quanto seus familiares a enfrentarem o processo de fim de vida com mais tranquilidade e dignidade.

Kang *et al.*, (2024) traz em seus achados que o uso da aromaterapia pelos enfermeiros em cuidados paliativos fortalece o vínculo entre o paciente e o profissional, uma vez que o tratamento é centrado na pessoa e suas experiências subjetivas. A prática também promove um ambiente terapêutico e acolhedor, o que é essencial para pacientes que enfrentam situações delicadas e complexas.

Ao integrar a aromaterapia ao seu arsenal de cuidados, os enfermeiros não apenas aliviam sintomas físicos, mas também auxiliam na redução do estresse e no enfrentamento psicológico, oferecendo um suporte integral ao paciente e sua família (Liu *et al.*, 2022).

### **Impacto na qualidade de vida e no manejo de sintomas associados a doenças terminais**

De acordo com Hedigan e Sheridan (2023), a Aromaterapia é uma prática terapêutica milenar que utiliza óleos essenciais extraídos de plantas aromáticas para promover bem-estar físico e emocional. Nos cuidados paliativos, onde o objetivo é proporcionar qualidade de vida aos pacientes com doenças terminais, essa terapia tem ganhado destaque. Estudos indicam que a aromaterapia pode atuar de forma eficaz no alívio de sintomas como dor, ansiedade, insônia e depressão, que são comuns em pacientes nessa fase crítica de suas vidas.

Para Scuteri *et al.*, (2020), o uso de óleos essenciais como lavanda, camomila e hortelã-pimenta tem mostrado resultados promissores no manejo da dor. A lavanda, por exemplo, possui propriedades analgésicas e relaxantes, ajudando a reduzir a percepção da dor e proporcionando um efeito calmante. Já o óleo de hortelã-pimenta é conhecido por aliviar dores de cabeça e náuseas, sintomas comuns em pacientes com doenças graves e em tratamento paliativo, como a quimioterapia.

Além do alívio físico, a aromaterapia também exerce um impacto significativo no bem-estar emocional dos pacientes. O uso de óleos essenciais, como rosa e bergamota, tem sido associado à redução da ansiedade e da depressão. Em um cenário onde o sofrimento emocional é uma realidade constante, esses óleos atuam como complementares às intervenções psicológicas e farmacológicas, oferecendo um suporte adicional para os pacientes enfrentarem sua condição com maior serenidade (Wyatt *et al.*, 2019).

Os achados de Boyd *et al.*, (2019), relatam que um dos benefícios importantes da aromaterapia em pacientes terminais é sua capacidade de melhorar a qualidade do sono. A insônia é um problema comum entre pacientes com doenças graves, muitas vezes agravada pela dor e pela ansiedade. Óleos essenciais como lavanda e camomila são amplamente utilizados por suas propriedades sedativas, contribuindo para um sono mais profundo e restaurador, o que impacta diretamente a sensação de bem-estar do paciente.

Veen *et al.*, (2024) diz que a prática de aromaterapia também pode promover uma sensação de controle e autonomia no paciente. Ao escolher os aromas e a forma de aplicação (por difusão, massagem ou inalação), o paciente participa ativamente de seu próprio cuidado. Essa interação aumenta a sensação de bem-estar e pode reduzir a sensação de impotência muitas vezes associada à fase terminal da doença, proporcionando mais dignidade e conforto.

Em um estudo idealizado por Nakano *et al.*, (2023), seus resultados mostram que a inclusão da aromaterapia nos cuidados paliativos reflete a abordagem holística e integrativa que visa tratar não apenas os sintomas físicos, mas também o ser humano em sua totalidade. A combinação dos benefícios físicos, emocionais e psicológicos dessa prática demonstra seu potencial como uma importante ferramenta complementar para melhorar a qualidade de vida dos pacientes com doenças terminais, tornando seus últimos momentos mais confortáveis e dignos.

#### 4. Conclusão

Com base nos artigos revisados, fica evidente que a aromaterapia oferece benefícios significativos tanto no alívio de sintomas físicos como dor, insônia, e náuseas, quanto no suporte emocional ao reduzir a ansiedade, a depressão, e melhorar a qualidade de vida dos pacientes em estado terminal, além disso, a prática fortalece o vínculo entre paciente e profissional, promove um ambiente acolhedor e permite maior autonomia e controle do paciente sobre seu tratamento, o que contribui para uma experiência mais digna no processo de fim de vida.

No entanto, ainda há a necessidade de mais estudos que explorem a integração completa da aromaterapia nos cuidados paliativos e a adaptação dessa prática às necessidades individuais de cada paciente, especialmente considerando as demandas em constante evolução da profissão e as possíveis resistências por parte de familiares, a aromaterapia surge como uma ferramenta promissora, tanto no aspecto físico quanto emocional, no manejo de pacientes com doenças terminais.

#### Referências

ARAÚJO MCR RN ,SILVA DA DA RN B,AMMM WILSON MSN. Intervenciones de enfermería en cuidados paliativos na unidade de cuidados intensivos: uma revisão sistemática. **Rev. Elsevier**. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.enfie.2023.08.008>. Acesso em: 24 set. 2024.

BANDEIRA, M. M.; OLIVEIRA, E. M. .; SAMPAIO, J. M. C. .; PEGORARO, V. A. . Aromaterapia clínica como intervenção terapêutica de enfermeiras (os) nos cuidados paliativos. **Revista de Casos e Consultoria**, [S. l.], v. 12, n. 1, p. e26272, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/26272>. Acesso em: 24 set. 2024.

BHATT AMI PHD, DNP, MBA, RN E,AVANI BHATT MSN, RN B,DEBRA SULLIVAN PHD, MSN, RN, CNE. Otimizando o conforto do paciente : gerenciamento paliativo da dor para enfermeiros em ambientes de cuidados intensivos. **Rev. Elsevier**. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.cnc.2024.07.003>. Acesso em: 24 set. 2024.  
Boyd D. Merk ,K D; N. Randall R, V. fim de vida, cuidados de fim de vida, comunicação

TERAPIAS ALTERNATIVAS NO CONTROLE DA DOR. **Revista CPAQV** - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida , [S. l.], v. 16, n. 2, 2024. Dói: 10.36692/V16N2-107R. Disponível em: <https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/2062>. Acesso em: 24 set. 2024.

F. HEDIGAN, H. SHERIDAN, A. SASSE. Benefício da aromaterapia por inalação como tratamento complementar para estresse e ansiedade em um ambiente clínico – Uma revisão sistemática. **Rev. Elsevier**. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2023.101750>. Acesso em: 24 set. 2024.

HYUN J AHN, KIM MYOUNGSUK. Efeitos da aromaterapia na ansiedade em pacientes com câncer: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. **Rev. Elsevier**. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2023.102323>. Acesso em: 24 set. 2024.

KANG H, PHD, YONGMI LEE PHD, ENFERMEIRA REGISTRADA, MYOUNGSUK KIM PHD. Efeitos da aromaterapia na qualidade de vida e na dor em pacientes com câncer: uma meta-análise. **Rev. Elsevier**. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2024.07.010>. Acesso em: 24 set. 2024.

LIU T, A, HUI CHENG B, LI TIAN YUEYUE ZHANG B, SHAOTONG WANG B, LU LIN. Aromaterapia com inalação pode melhorar efetivamente a ansiedade e a depressão de pacientes com câncer: uma meta-análise. **Rev. Elsevier**. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2022.05.004>. Acesso em: 24 set. 2024.

NAKANO K, SATO K, KATAYAMA H, MIYASHITA M. Living with pleasure in daily life at the end of life: recommended care strategy for cancer patients from the perspective of physicians and nurses. **Palliat Support Care**. 2013 Oct;11(5):405-13. doi: 10.1017/S1478951512000442. Epub 2012 Jul 6. PMID: 22874468. **ONF**, 38(3), E229-E239. DOI: 10.1188/11.ONF.E229-E239. Acesso em: 24 set. 2024.

PEREIRA, A. R. P.; DOS SANTOS CARNEIRO, R.; DE SOUZA BATISTA, A. C.; SOUZA DA SILVA, R. AS PICS COMO INTERVENÇÃO NÃO FARMACOLÓGICA UTILIZADAS NO ALÍVIO DA DOR CRÔNICA. Encontro de Discentes Pesquisadores e Extensionistas, [S. l.], v. 2, n. 1, 2024. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/edpe/article/view/19757>. Acesso em: 24 set. 2024.

ROCHA, A. C. de P.; SILVEIRA, I. K. S.; LOPES, G. de S.; LOPES, C. do S. de S. PRÁTICAS INTEGRATIVAS DA ENFERMAGEM APLICADAS AO CUIDADO DE PACIENTES ONCOLÓGICOS. **Revista Contemporânea**, [S. l.], v. 3, n. 12, p. 29323–29344, 2023. DOI: 10.56083/RCV3N12-231. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/2728>. Acesso em: 24 set. 2024.

RODRIGUES, J. L. R.; DA SILVA, S. M.; MENDOZA, I. Y. Q.; DE OLIVEIRA, A. M. C. Cuidados de enfermagem no manejo da dor em pacientes adultos e idosos em cuidados paliativos. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 10, 2020. DOI: 10.19175/recom.v10i0.3680. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/3680>. Acesso em: 24 set. 2024.

SCUTERI D. ,ROMBOLÀ L. ,MORRONE L, A. et al. 2020. Capítulo 45 - Exploração da aromaterapia na demência — impacto na dor e nos sintomas neuropsiquiátricos.

**Rev. Elsevier.** Dói: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-815854-8.00045-8>. Acesso em: 24 set. 2024.

SOARES, D. P.; COELHO, A. M.; SILVA, L. E. A. da; SILVA, R. de J. R. da; FIGUEIREDO, C. R. de; FERNANDES, M. C. Política nacional de práticas integrativas e complementares em saúde: discurso dos enfermeiros da atenção básica. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 9, 2019. DOI: 10.19175/recom.v9i0.3265. Disponível em: <https://periodicos.ufsj.edu.br/recom/article/view/3265>. Acesso em: 24 set. 2024.

TERRY M. SPRATLING R. GETTIS M. Barreiras percebidas à administração de aromaterapia em enfermeiros que cuidam de pacientes pediátricos com náuseas e vômitos pós-operatórios: um projeto de prática baseado em evidências. Dói: <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2023.11.004>. Acesso em: 24 set. de 2024.

VAN VEEN S, DRENT H, HOBBELEN H, FINNEMA E, TEUNISSEN S, DE GRAAF E. Non-pharmacological interventions feasible in the nursing scope of practice for pain relief in palliative care patients: a systematic review. *Palliat Care Soc Pract.* 2024 Jan 10;18:26323524231222496. doi: 10.1177/26323524231222496. **PMID:** 38223744; **PMCID:** PMC10785737.

WYATT GWEN K. , RN FAAN ,REBECCA H. LEHTO,JESSICA SENDER MLIS, MET, AHIP. Prevalência e tipos de terapias de saúde complementares e integrativas utilizadas por cuidadores de pacientes com câncer. **Rev. Elsevier.** Dói: <https://doi.org/10.1016/j.soncn.2019.06.005>. Acesso em: 24 set. de 2024.