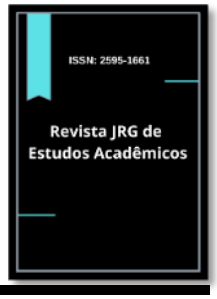
B1 ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em Portal de Periódicos CAPES

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:
https://revistajrg.com/index.php/jrg



Manejo não farmacológico da dor em Cuidados Paliativos: uma revisão integrativa*

Non-pharmacological pain management in palliative care: an integrative review

DOI: 10.55892/jrg.v8i18.2069
ARK: 57118/JRG.v8i18.2069

Recebido: 29/04/2024 | Aceito: 07/05/2024 | Publicado *on-line*: 08/05/2025

Amanda da Silva Lôbo de Araújo[1]
https://orcid.org/0009-0005-2181-0023
http://lattes.cnpq.br/4666247926241812
Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília, Brasil
E-mail: amandasilvalobo21@gmail.com

Martha Viviane da Cruz Perim[1]
https://orcid.org/0009-0006-2017-2696
http://lattes.cnpq.br/1220737393898004
Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília, Brasil
E-mail: mastinha2@yahoo.com.br

Rafaela Balbino Sá[1]
https://orcid.org/0009-0001-5384-793X
http://lattes.cnpq.br/00000000000000000
Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília, Brasil
E-mail: rafaelabalbino25@gmail.com

Daniel de Lima Reges[1]
https://orcid.org/0009-0000-4987-7856
http://lattes.cnpq.br/3501011314167490
Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília, Brasil
E-mail: danielregeslima@gmail.com

Mariana Cristina dos Santos Souza[2]
https://orcid.org/0000-0002-0304-4813
http://lattes.cnpq.br/0553592803977315
Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília, Brasil
E-mail: marianacristinassouza@gmail.com

Resumo

Introdução: A dor é um sinal que afeta grande parte dos pacientes em cuidados paliativos, sendo necessário fornecer o alívio, conforto e bem-estar para estes pacientes. Com isso os métodos não farmacológicos são uma alternativa no manejo da dor por serem menos invasivos e de mais fácil acesso à população, causando assim menos sofrimento ao paciente. **Objetivo:** Identificar a literatura científica que versa sobre a utilização dos métodos não farmacológicos no manejo da dor em pacientes em cuidados paliativos. **Método:** Revisão Integrativa norteada pela pergunta "'de que forma os métodos não farmacológicos podem realizar o manejo da dor de pacientes em cuidados paliativos?". Foram revisados artigos publicados nos

[1] Enfermeiro(a). Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário do Distrito Federal (UDF), Brasília, Distrito Federal.
[2] Graduada em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Mestre e Doutora em Enfermagem pela Universidade de Brasília (UnB). Docente no curso de enfermagem no Centro Universitário do Distrito Federal (UDF), Brasília, Distrito Federal.
*Artigo oriundo de Trabalho de Conclusão de Curso

últimos dez anos (2014-2024), sendo utilizadas as seguintes bases, biblioteca de dados e buscadores: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) e *Web of Science*. **Resultados:** Foram localizados 4.824 artigos e, após as etapas de triagem e elegibilidade, incluídos 14 para análise. Emergiram oito classes temáticas: Aromaterapia, Musicoterapia, Massagem, *Scrambler*, Acupuntura, Hipnose, Bandagem terapêutica elástica e Respiração (*Mindfulness*) e relaxamento. **Conclusão:** O estudo mostrou que os métodos não farmacológicos podem aliviar a dor dos pacientes, sendo uma alternativa àqueles que não querem se submeter a métodos invasivos e porventura se tornar dependentes, assim como o benefício do uso concomitante dos dois métodos para o alívio da dor e em cenários no qual não se tem disponibilidade de opioides.

Palavras-chave: Cuidados Paliativos; Tratamento não Farmacológico; Manejo da Dor.

Abstract

Introduction*: Pain is a sign that affects a large proportion of patients in palliative care, and it is necessary to provide relief, comfort and well-being for these patients. Therefore, non-pharmacological methods are an alternative in pain management as they are less invasive and easier to access for the population, thus causing less suffering to the patient.* ***Objective:*** *To identify the scientific literature that deals with the use of non pharmacological methods in pain management in patients undergoing palliative care.* ***Method:*** *Integrative Review guided by the question "'how can non-pharmacological methods manage the pain of patients in palliative care?". Articles published in the last ten years (2014-2024) were reviewed, using the following databases, data library and search engines: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Virtual Health Library (VHL), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) and Web of Science.* ***Results:*** *4,824 articles were located and, after the screening and eligibility steps, 14 were included for analysis. Eight thematic classes emerged: Aromatherapy, Music Therapy, Massage, Scrambler, Acupuncture, Hypnosis, Elastic Therapeutic Bandage and Breathing (Mindfulness) and relaxation. Conclusion: The study showed that non-pharmacological methods can alleviate patients' pain, being an alternative for those who do not want to undergo invasive methods and possibly become dependent, as well as the benefit of concomitant use of both methods for pain relief and in scenarios where opioids are not available.*

Keywords: *Palliative Care; Non-Pharmacological Treatment; Pain Management.*

1. Introdução

A primeira definição de dor, realizada em 1979 pelo Subcomitê de Taxonomia e adotada pelo Conselho da Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP), conceitua-a como uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada a uma lesão tecidual real ou potencial, ou descrita nos termos de tal lesão (Oliveira, 2016).

Com o passar do tempo, profissionais e pesquisadores da área começaram a trazer como argumento que os avanços no entendimento da dor justificavam uma reavaliação da definição. Sendo assim, em 2018, a IASP convocou 14 profissionais com ampla experiência em ciência clínica e/ou básica relacionada à dor para avaliar

a definição atual e suas notas explicativas e recomendar se tal definição deveria ser mantida ou alterada. Após 4 décadas, definiu-se o conceito de dor como uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial (de Santana et al., 2020).

A definição é complementada por seis notas explicativas, sendo: a dor é sempre uma experiência pessoal que é influenciada, em graus variáveis, por fatores biológicos, psicológicos e sociais; dor e nocicepção são fenômenos diferentes, sendo que a dor não pode ser determinada exclusivamente pela atividade dos neurônios sensitivos; através das suas experiências de vida, as pessoas aprendem o conceito de dor; o relato de uma pessoa sobre uma experiência de dor deve ser respeitado; embora a dor geralmente cumpra um papel adaptativo, ela pode ter efeitos adversos na função e no bem-estar social e psicológico e; a descrição verbal é apenas um dos vários comportamentos para expressar a dor, portanto a incapacidade de comunicação não invalida a possibilidade de um ser humano ou um animal sentir dor (de Santana et al., 2020). A dor pode ser classificada de duas formas: dor aguda ou rápida ou dor crônica ou lenta (Curi; Procopio, 2009; Dubin; Patapoutian, 2010).

Existem doenças, como as neoplasias, na qual os pacientes podem referir dor em até 90% dos casos, e essa dor, quando não é devidamente acompanhada e corretamente tratada, se torna uma fonte de sofrimento crônica. Tanto o câncer, quanto doenças cardiovasculares, hepáticas e respiratórias crônicas, AIDS, diabetes, insuficiência renal, esclerose múltipla, doenças neurológicas como a de *Parkinson* e demência, artrite reumatoide, anomalias congênitas, tuberculose e outras podem ser beneficiadas por meio dos Cuidados Paliativos (Jamison; Edwards, 2012; Scarborough; Smith, 2018; WHO, 2020).

Segundo a definição da Organização Mundial de Saúde – OMS, publicada em 1990 e revisada em 2002 e 2017, Cuidados Paliativos é uma abordagem que melhora a qualidade de vida de pacientes (adultos e crianças) e suas famílias, que enfrentam problemas associados a doenças que ameaçam a vida. Previne e alivia o sofrimento, através da identificação precoce, avaliação correta e tratamento da dor e de outros problemas físicos, psicossociais e espirituais (WHO, 2020).

Em todo o mundo, estima-se que mais de 56,8 milhões de pessoas necessitem de cuidados paliativos todos os anos, incluindo 31,1 milhões antes e 25,7 milhões perto do fim da vida. A maioria (67,1%) são adultos com mais de 50 anos e pelo menos 7% são crianças. O fardo da doença grave e do sofrimento relacionado à saúde, e a correspondente necessidade de cuidados paliativos, são imensos. No entanto, os cuidados paliativos ainda não são acessíveis à maioria das pessoas necessitadas, especialmente em países de baixa e média renda. Segundo a OMS, apenas 14% das pessoas no mundo que precisam de cuidados paliativos, os recebem atualmente (Connor et al., 2020).

O atendimento em Cuidados Paliativos tem como objetivo principal promover a qualidade de vida e o alívio da dor dos pacientes, considerando seus valores e sua biografia. Dessa maneira, cada caso é individualizado e as condutas são adequadas conforme a proporcionalidade terapêutica e a necessidade do paciente e sua família (SESDF, 2023; WHO, 2020).

O alívio da dor em cuidados paliativos pode ser realizado utilizando métodos farmacológicos (analgésicos opioides, analgésicos não opioides e co-analgésicos) e não farmacológicos. Medidas não farmacológicas são uma parte importante do tratamento da dor em cuidados paliativos, pois a intervenção médica para dor crônica muitas vezes não consegue resolver a dor completamente e, tendo em vista que 83% dos países do mundo têm baixo ou nulo acesso aos opioides e demais medicamentos

para alívio da dor, os métodos não farmacológicos podem ser uma alternativa para diminuição do sofrimento e melhora da qualidade de vida de pacientes em cuidados paliativos (Coelho et al.,2017; Munkombwe et al.,2020; Sturgeon, 2014; Connor et al., 2020).

Portanto, este estudo tem como objetivo identificar a literatura científica que versa sobre a utilização dos métodos não farmacológicos no manejo da dor em pacientes em cuidados paliativos.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura (RI) com propósito de obter um conhecimento aprofundado sobre um fenômeno específico, com base em estudos anteriores sobre o tema. As seguintes etapas foram efetuadas: (1) identificação do tema e elaboração da pergunta/questão norteadora para formação da RI; (2) implantação de parâmetros para inclusão e exclusão de estudos de amostragem ou pesquisa de literatura; (3) identificação das informações a serem retiradas dos estudos elegidos; (4) busca nas bases de dados; (5) classificação dos estudos; (6) análise dos estudos incluídos na revisão integrativa; (7) interpretação dos resultados e; (8) apresentação da revisão síntese do conhecimento (Souza et al., 2010).

Para elaboração da questão norteadora, adotou-se o acrônimo PECO, formado por P (*Population*/População) = pacientes em Cuidados Paliativos; E (*Exposition*/ Exposição) = métodos não farmacológicos para alívio da dor; C (*Control*/Comparação) = não se aplica; e O (*Outcome*/Desfecho) = manejo da dor. Desta forma, a pergunta norteadora da presente revisão consistiu em: ‘’de que forma os métodos não farmacológicos podem realizar o manejo da dor de pacientes em cuidados paliativos?’’

Para sistematizar a busca, foram elencados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH) “Cuidados Paliativos”, Tratamento farmacológico” e “Manejo da dor”, em português, inglês e espanhol.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão artigos originais publicados nos últimos 10 anos (2014-2024), disponibilizados on-line e em texto completo com temática voltada para o manejo da dor, métodos não farmacológicos e cuidados paliativos e; como critérios de exclusão, artigos indisponíveis nas bases de dados, artigos repetidos e artigos que não responderam à pergunta de pesquisa.

A busca foi realizada em 27 de agosto de 2024, sendo utilizadas as seguintes bases, biblioteca de dados e buscadores: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) e *Web of Science*.

A descrição da estratégia de busca utilizada para o levantamento dos artigos se encontra descrita no quadro 1.

Quadro 1. Descrição da estratégia de busca implementada em cada base de dados. Brasília, DF, Brasil, 2024.

Bases	Estratégia de Busca
BVS	((Cuidados Paliativos OR Palliative Care) AND (Manejo da dor OR Pain Management OR Manejo del dor)) NOT (Tratamento farmacológico OR drug therapy OR quimioterapia)
SciELO	
MEDLINE	(Palliative Care) AND (Pain Management)) NOT (drug therapy)
Web of Science	

Nota: MEDLINE = *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*; BVS = Biblioteca Virtual de Saúde; SciELO = *Scientific Electronic Library Online.*
Fonte: Elaborado pelos autores.

As referências foram compiladas e exportadas para a ferramenta Rayyan, onde realizou-se a remoção de duplicados e a leitura de títulos e resumos em pares, aplicando-se os critérios de inclusão e exclusão para determinar quais estudos estariam elegíveis para a construção da revisão (Ouzzani, 2016). Após a seleção, prosseguiu-se a leitura dos artigos na íntegra e seleção para compor a revisão.

A extração das informações dos estudos foi norteada por um instrumento estruturado de coleta de dados elaborado pelos autores e sistematizada por meio de uma planilha no *Microsoft Office Excel 365®,* com as seguintes variáveis: autores; título do artigo; periódico de publicação; ano de publicação; idioma; país de publicação; objetivo do estudo; delineamento; patologia; método não farmacológico; resultados, conclusões e nível de evidência.

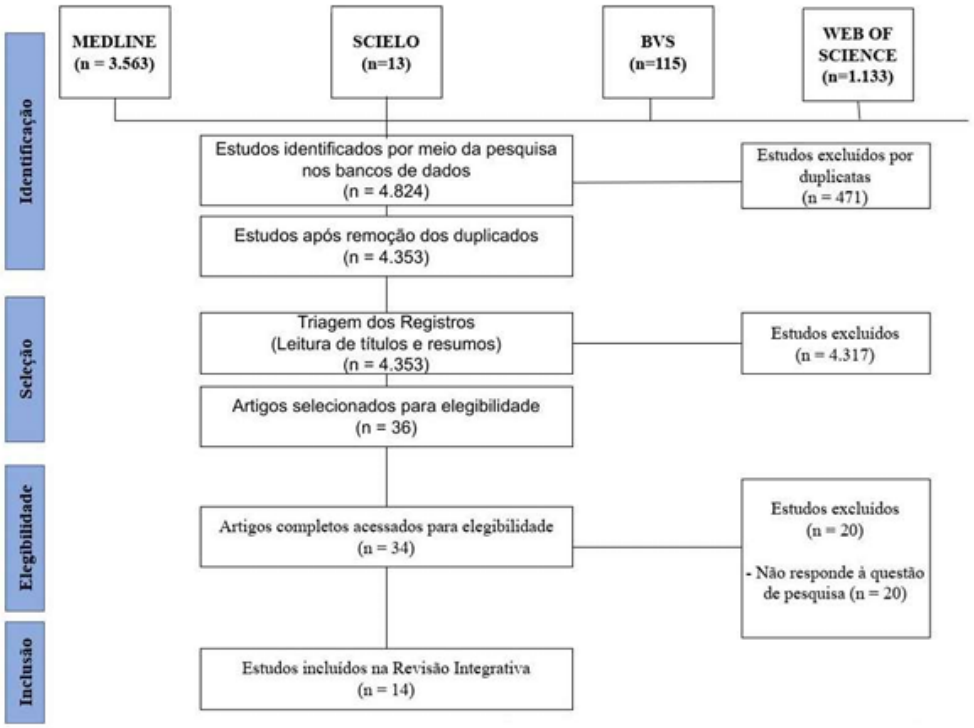
A avaliação do nível de evidência seguiu uma classificação hierárquica, sendo: nível I – revisões sistemáticas; nível II – ensaio clínico randomizado individual; nível III – estudo de coorte ou estudo experimental não randomizado; nível IV – estudo caso-controle, série de casos ou estudos históricos controlados; nível V – estudos qualitativos e relato de série (OCEBM, 2011).

Após preenchimento da planilha, os dados foram reunidos, conferidos e apresentados na revisão em formato descritivo e subsequentemente discutidos às informações extraídas.

3. Resultados

Foram localizados 4.824 artigos. Destes, 471 foram excluídos por serem duplicados e 4.317 após a aplicação dos critérios de seleção, restando 14 estudos para revisão integrativa, como ilustra a figura 1.

Figura 1. Fluxograma de identificação, triagem e inclusão dos artigos na revisão integrativa. Brasília, DF, Brasil, 2024.



Nota: MEDLINE = *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*; BVS = Biblioteca Virtual de Saúde; SciELO = *Scientific Electronic Library Online.*
Fonte: Elaborado pelos autores.

Dentre os 14 estudos selecionados, todos (100%) foram publicados na língua inglesa e 5 (47%) realizados nos Estados Unidos da América. Os dados sobre os estudos estão disponibilizados no quadro 4.

Quadro 4. Caracterização dos artigos que compõem a amostra da Revisão Integrativa (n=14). Brasília, DF, Brasil, 2024.

Autores e ano	Título do Artigo	Periódico	País
Anshasi, Huda et al., 2023.	*The effectiveness of progressive muscle relaxation technique in reducing cancer-related pain among palliative care patients: A randomized controlled trial*	*British Journal of Pain*	Emirados Árabes Unidos
Tan, Seng et al., 2023.	*Mindful breathing for cancer pain: efficacy of a single 20 - minute session - a randomised controlled study*	*BMJ Supportive & Palliative Care*	Malásia
Wang, Annie et al., 2023	*Scrambler Therapy for Patients With Complex Regional Pain Syndrome: A Case Series*	*Journal of palliative medicine*	USA
Utli, Hediye et al., 2022	*The effect of acupressure or reiki interventions on the levels of pain and fatigue of cancer patients receiving palliative care: A randomized controlled study*	*Journal of Science & Healing*	Turquia
Hunsberger, Joann B. *et al.*, 2021	*Use of Scramber Therapy in the Treatment of Amyloidosis Neuropathic Pain*	*Journal of Palliative Medicine*	EUA
Gupta, Ekta *et al.*, 2021	*Pain relief elastic therapeutic taping*	*BMJ Supportive & Palliative Care*	EUA
Weaver, Meaghann S. *et al.*, 2019	*Aromatherapy improves nausea, pain, and mood for patients receiving pediatric palliative care symptom-based consults: A pilot design trial*	*Palliative and Supportive Care*	EUA

Fernando, Gunasekara *et al.*, 2019	*"Adjunctive Effects of a Short Session of Music on Pain, Low-mood and Anxiety among Cancer Patients" - A Randomized Crossover Clinical Trial*	*Indian Journal of palliative Care*	Índia
Lopez, Gabriel *et al.*, 2018	*Outpatient acupunture effects on patient self - reported symptoms in oncology care: a retrospective analysis*	*Journal of Cancer*	EUA
Pedersen, Karina *et al.*, 2018	*Tactile massage reduces rescue doses for pain and anxiety: an observational study*	*BMJ supportive & palliative care*	Suécia
Brugnoli, Maria Paola *et al.*, 2017	*The role of clinical hypnosis and self-hypnosis to relief pain and anxiety in severe chronic diseases in palliative care: a 2-year longterm follow-up of treatment in a nonrandomized clinical trial*	*Anais de Medicina Paliativa*	Itália
Arruda, Maurilene *et al.* 2016	*Evaluation of the Effects of Music and Poetry in Oncologic Pain Relief: A Randomized Clinical Trial*	*Journal Of Palliative Medicine*	Brasil
Krishnaswamy, Priyadharshini *et al.*, 2016	*Effect of music therapy on pain and anxiety levels of cancer patients: A pilot study*	*Indian Journal of Palliative Care*	Índia
Lu, Kit *et al.*, 2014	*A retrospective review of acupuncture use for the treatment of pain in sickle cell disease patients: Descriptive analysis from a single institution*	*National Libraryo Of Medicine*	EUA

Fonte: Elaborado pelos autores.

Dentre os 14 estudos selecionados, 7 (50%) foram estudos randomizados e 9 (64%) abordaram sobre o câncer. Dentre os temas abordados, pode-se citar os métodos não farmacológicos em pacientes sob cuidados paliativos, englobando a qualidade de vida das pessoas, melhora dos sintomas crônicos na utilização da acupuntura, musicoterapia, respiração (*mindfulness*), aromaterapia, massagem, *scrambler*, hipnose e bandagem terapêutica elástica. Os dados sobre os estudos estão disponibilizados no quadro 5.

Quadro 5. Descrição dos aspectos relevantes nos estudos selecionados para Revisão Integrativa (n=14). Brasília, DF, Brasil, 2024.

Autores e ano	Objetivo	Delineamento	Patologia	Método não farmacológico	Conclusão	Nível de evidência
Anshasi, Huda *et al.*, 2023.	Avaliar a eficácia da técnica de relaxamento muscular progressivo (PMR) na redução da dor em 148 pacientes adultos em cuidados paliativos.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Técnica de relaxamento	Os resultados deste estudo sugerem que a técnica relaxamento muscular progressivo pode ser uma intervenção eficaz para reduzir a intensidade da dor e melhorar a interferência da dor nas atividades vitais em pacientes com câncer em cuidados paliativos.	II
Tan, Seng *et al.*, 2023.	Explorar a eficácia de uma única sessão de respiração consciente de 20 minutos na redução da dor de 40 pacientes adultos com câncer.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Respiração consciente para dor oncológica	Esta pesquisa amplia o repertório do tratamento da dor oncológica, destacando os benefícios rápidos e holísticos de uma única sessão de respiração consciente de 20 minutos. Os resultados sugerem a integração potencial de breves exercícios de atenção plena no tratamento rotineiro do câncer para melhorar o controle da dor e o bem-estar geral.	II
Wang, Annie *et al.*, 2023	Avaliar o uso de Terapia Scrambler para síndrome dolorosa regional complexa em 2 pacientes adultas.	Série de casos	Dor regional complexa	Scrambler	Percebeu-se um alívio significativo da dor e melhora da função e da qualidade de vida.	IV
Utli, Hediye *et al.*, 2022	Determinar o efeito das intervenções de Acupressão ou Reiki nos níveis de dor e fadiga de 156 pacientes adultos com câncer em estágio III e IV recebendo cuidados paliativos.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Acupressão e reiki	As intervenções de Acupressão ou Reiki foram consideradas eficazes na redução da dor, uso de analgésicos e níveis de fadiga.	II
Hunsberger, Joann B. *et al.*, 2021	Descrever o uso do Terapia Scrambler para um paciente com 13 anos de dor neuropática relacionada à amiloidose e agravada pela quimioterapia.	Série de casos	Amiloidose	Scrambler	Novas terapias que diminuam a dependência de intervenções farmacológicas são necessárias não apenas para melhorar a dor, mas também para limitar os efeitos adversos do aumento das doses de opiáceos e outros analgésicos.	IV
Gupta, Ekta *et al.*, 2021	Explorar o papel da bandagem terapêutica elástica (TE) em 2 pacientes adultos para o tratamento de Neuropatia periférica induzida por quimioterapia.	Estudo de caso	Neuropatia periférica	Bandagem terapêutica elástica (TE)	Nos dois casos o TE da perna e do pé distais apresentou melhora significativa da dor.	IV
Weaver, Meaghann S. *et al.*, 2019	Medir o impacto da aromaterapia usando escalas validadas de náusea, dor e humor relatadas por 180 crianças 5 minutos e 60 minutos após a exposição à aromaterapia.	Estudo piloto	Oncológico, hematológico, cardíaco, pulmonar, neurológico, nefrológico, urológico, endócrino e ortopédico.	Aromaterapia	Revelou uma cronologia interessante para o uso da aromaterapia. Os pacientes da coorte de imagens visuais pareceram se recuperar em direção à marca de 60 minutos pós-intervenção, mas os pacientes da coorte de aromaterapia mantiveram seu conforto por mais tempo.	V

Fernando, Gunasekara *et al.*, 2019	Avaliar o efeito de uma sessão de audição de música clássica instrumental como adjuvante das terapias em andamento, na modulação da dor, ansiedade e humor em 14 pacientes adultos com câncer.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Musicoterapia	A música clássica instrumental culturalmente familiar demonstra um efeito significativo no alívio da dor, ansiedade e mau humor como adjuvante às terapias em andamento em pacientes com câncer.	II
Lopez, Gabriel *et al.*, 2018	Expandir o conhecimento atual sobre os efeitos do mundo real da acupuntura em 375 pacientes adultos.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Acupuntura	A acupuntura ambulatorial foi associada a uma melhora significativa imediata longitudinal em uma série de sintomas comumente experimentados por indivíduos durante o tratamento do câncer.	II
Pedersen, Karina *et al.*, 2018	Avaliar o efeito da massagem tátil (MT) em 41 pacientes adultos em cuidados paliativos.	Estudo observacional	Câncer, DPOC e Insuficiência Cardíaca Terminal	Massagem	A MT reduziu a necessidade de administração de doses de resgate para dor e ansiedade e melhorou o bem-estar em pacientes em cuidados paliativos. Estudos randomizados maiores com grupos de controle paralelos são necessários para confirmar os achados deste estudo piloto observacional.	III
Brugnoli, Maria Paola *et al.*, 2017	Avaliar se uma intervenção de longo prazo de 2 anos com hipnose clínica e auto hipnose como terapia adjuvante na dor crônica e ansiedade, é mais eficaz do que a terapia farmacológica isolada em 50 pacientes adultos.	Estudo experimental não randomizado	Doenças crônicas graves reumáticas, Doenças neurológicas crônicas graves e oncológico	Hipnose	Demonstrou que a hipnose clínica é um campo emergente para o alívio da dor e da ansiedade como terapia adjuvante aos medicamentos em Cuidados Paliativos.	III
Arruda, Maurilene *et al.*, 2016	Avaliar o efeito da escuta passiva de música e poesia na variação dos escores de dor, depressão e esperança em 75 pacientes adultos.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Música e poesia	Tanto a música quanto a poesia produziram uma melhora semelhante na intensidade da dor. As duas terapias também afetaram os escores de depressão, e apenas a poesia aumentou os escores de esperança.	II
Krishnaswamy, Priyadharshini *et al.*, 2016	Avaliar o efeito da musicoterapia nos escores de dor e nos níveis de ansiedade de 14 pacientes adultos com câncer.	Ensaio clínico randomizado	Câncer	Musicoterapia	Verificou-se que a musicoterapia diminuiu o escore de dor de um paciente que recebeu cuidados paliativos padrão para redução da dor. Também foi mais eficaz do que o ato de falar na redução do escore de dor.	II
Lu, Kit *et al.*, 2014	Descrever o uso da acupuntura em 47 pacientes adultos com células falciformes em uma única instituição.	Série de casos	Anemia Falciforme	Acupuntura	Esta análise descreve o uso da acupuntura e levanta a possibilidade de seu uso como adjuvante para o manejo da dor nessa população.	IV

Fonte: Elaborado pelos autores.

Após a leitura dos artigos, emergiram oito classes temáticas, que serão discutidas em profundidade: acupuntura, musicoterapia, respiração (mindfulness) e relaxamento, aromaterapia, massagem, scrambler, hipnose e bandagem terapêutica elástica.

4. Discussão

Acupuntura

A acupuntura é praticada há milhares de anos na China e, conforme descrita pelos Institutos Nacionais de Saúde (NIH), é a prática de inserção de agulhas finas em pontos de acupuntura predefinidos para aliviar os sintomas e melhorar os processos da doença (Lu et al., 2014).

Estudo realizado nos EUA realizou 170 sessões totais de acupuntura com 68 pacientes oncológicos. A acupuntura foi eficaz na redução da dor relacionada ao câncer e outros sintomas, incluindo ansiedade, depressão, sonolência, dispneia, fadiga, náusea e melhora do bem-estar (Miller et al., 2018).

A dor crônica é a razão mais comum para as pessoas receberem acupuntura. Uma meta-análise concluiu que a acupuntura é um tratamento eficaz para 4 condições de dor crônica: dor nas costas e pescoço, osteoartrite, dor de cabeça crônica e dor no ombro (Vickers et al., 2012). Para pacientes com anemia falciforme que enfrentam sofrimento significativo devido à dor e não estão recebendo alívio adequado apenas com terapia farmacológica, a acupuntura pode servir como terapia adjuvante para o controle da dor (Lu et al., 2014).

Com o aumento da disponibilidade de abordagens complementares de saúde, como a acupuntura em ambientes médicos ocidentais, há também um interesse crescente em aprender mais sobre os benefícios imediatos e de longo prazo de tais intervenções no controle de sintomas e na qualidade de vida. A compreensão dos efeitos das abordagens complementares de saúde em um ambiente do mundo real pode ajudar a informar a tomada de decisões clínicas além do que já é conhecido na literatura por meio de ambientes de ensaios controlados (Lopez et al., 2018).

Portanto a acupuntura, como uma terapia complementar integrativa, desempenha um papel significativo quando integrada aos cuidados paliativos. Esta prática pode trazer benefícios substanciais para o bem-estar físico, emocional e mental dos pacientes que enfrentam condições graves ou doenças em estágios avançados, contribuindo de maneira expressiva para a melhora da qualidade de vida dos pacientes, proporcionando mais conforto e dignidade.

Musicoterapia

A música é uma linguagem universal e um fenômeno multifacetado que envolve elementos físicos, emocionais, cognitivos e sociais que afetam as pessoas individualmente. A música tem sido usada por seus efeitos terapêuticos desde milênios atrás, dos quais as primeiras referências datam do século 5 a.C. na era dos filósofos - Platão, Sócrates e Aristóteles. Eles acreditavam na capacidade da música de comunicar os estados emocionais dos humanos. Foi sugerido que a música estimula mais partes do cérebro do que qualquer outra função humana, explicando a magnitude da crença e do interesse na pesquisa sobre musicoterapia (Malloch, Trevarthen, 2018).

Estudo realizado no Sri Lanka teve como objetivo avaliar o efeito da música clássica instrumental culturalmente familiar na modulação da dor, ansiedade e mau humor. A música usada neste estudo foi composta por dois compositores

esteticamente qualificados do Sri Lanka com influência ocidental, do sul da Índia e persa. A análise revelou um alívio significativo de todos os sintomas subjetivos imediatamente após a administração da música. Os níveis de dor e ansiedade permaneceram significativamente diminuídos até o ponto de leitura da quarta hora (Fernando et al., 2019).

A escolha do repertório musical levou em consideração os seguintes aspectos: qualidade instrumental, regularidade rítmica e intensidade constante. As terapias foram oferecidas a cada participante durante um período de três dias. A música promoveu melhora da dor. Os resultados de estudos corroboram os relatados na literatura sobre o efeito da música no alívio da dor e melhora dos sintomas psicológicos em pacientes com dor oncológica crônica (Arruda et al., 2016; Fernando et al., 2019).

Conduziu-se um estudo sobre musicoterapia na Índia, a fim de compreender se os fatores culturais, econômicos e sociais deste país influenciariam na percepção das pessoas em relação à saúde. Este teve como objetivo avaliar o efeito da musicoterapia no alívio da dor em pacientes com dor oncológica. A música selecionada foi a música instrumental - Veena e Flauta, que tinha uma combinação do tradicional *raga* indiano *Anandabhairavi* (que se acredita ter efeitos terapêuticos) e melodias contemporâneas modernas. A musicoterapia causou uma redução significativa no escore de dor de pacientes já em uso de morfina. A redução da dor foi significativamente maior após a musicoterapia do que após o ato de conversar com os pacientes, mostrando que a musicoterapia pode reduzir a dor do câncer. Os autores concluíram que uma única sessão de musicoterapia é eficaz na redução significativa da dor oncológica quando usada em conjunto com cuidados paliativos padrão em pacientes com câncer com dor moderada a intensa (Krishnaswamy et al., 2016).

A musicoterapia mostrou de fato resultados no manejo da dor, podendo ser considerada como um método não farmacológico para reduzi-la, mas deve-se levar em consideração a cultura de cada país em relação a música, pois os estilos musicais podem influenciar nas emoções do ouvinte.

Respiração (*mindfulness*) e relaxamento

O dicionário da *American Psychological Association* define o *mindfulness* como a consciência do estado interno e do meio externo de uma pessoa. Refere-se a um tipo de meditação que envolve o foco atencional na respiração, pensamentos e sensações, conforme surgem na consciência. Logo, *mindfulness* acaba adquirindo um sentido amplo, que pode ser de qualidade mental, traço, estado ou habilidade; de prática aplicada, como uma técnica, um tipo de meditação ou programa de intervenção; ou de princípios filosóficos e teóricos, que permeiam tradições como o budismo ou algumas abordagens psicológicas (Azevedo et al., 2022; Vandenbos, 2015).

Entre as intervenções não farmacológicas, as intervenções baseadas em *mindfulness* ganharam reconhecimento como componentes valiosos do tratamento da dor do câncer. Resultados de estudo indicam que uma sessão de respiração consciente de 20 minutos demonstra eficácia no alívio rápido da intensidade da dor, desconforto da dor e ansiedade entre indivíduos diagnosticados com câncer. Essa observação ressalta o potencial de intervenções breves de atenção plena para impactar rapidamente a experiência da dor do câncer (Tan et al., 2024).

Apesar do crescente corpo de pesquisas que apoiam a eficácia das intervenções baseadas em *mindfulness* no controle da dor do câncer, as evidências

sobre o impacto de 15 uma única sessão de um breve exercício de *mindfulness* guiado permanecem limitadas. A maioria dos estudos que investigam a eficácia dos exercícios de atenção plena no contexto da dor oncológica se concentrou em programas estruturados que abrangem várias semanas, normalmente 8 semanas (Anshasi et al., 2023; Tan et al., 2024).

Revisão sistemática, que teve como objetivo compreender o papel do *mindfulness* como intervenção para dor relacionada ao câncer mostrou que este pode diminuir a gravidade da dor, ansiedade e depressão e pode melhorar a qualidade de vida, porém reitera que mais pesquisas precisam ser realizadas a fim de que este método seja recomendado como um pilar tratamento da dor do câncer (Ngamkham; Holden; Smith, 2018).

A técnica de relaxamento foi desenvolvida pela primeira vez por Edmund Jacobson e envolve tensionar e relaxar vários grupos musculares esqueléticos. A técnica é acompanhada por exercícios respiratórios para sentir uma sensação de relaxamento (Toussaint et al. 2021).

Um estudo teve como objetivo avaliar a eficácia da técnica de relaxamento muscular progressivo (PMR) na redução da dor em pacientes em cuidados paliativos. A intervenção melhorou significativamente a interferência da dor em termos de atividade geral, humor, relações com os outros, sono e prazer da vida (Anshasi et al., 2023). Esse resultado está de acordo com pesquisas anteriores que demonstraram a eficácia da PMR no controle da dor em pacientes com câncer (Charalambous et al., 2016; De Paolis et al. 2019).

Percebe-se, portanto, que as duas técnicas podem ser utilizadas para o alívio da dor, porém, mais estudos precisam ser realizados.

Aromaterapia

O uso da aromaterapia para benefício terapêutico dos sintomas é praticado há séculos. Aromaterapias e óleos essenciais foram usados para tratamento médico primário antes da descoberta dos produtos farmacêuticos modernos (Robins, 1999; Herz, 2009).

O mecanismo de impacto das aromaterapias é baseado na exposição ao perfume ativando o bulbo olfatório, o córtex cerebral, o hipotálamo e os sistemas límbicos. Pesquisa realizada com 180 crianças em cuidados paliativos teve como objetivo medir o impacto da aromaterapia na náusea, dor e humor. A intervenção foi realizada em dois momentos, nos 5 primeiros minutos e 60 minutos após a exposição à aromaterapia, e mostrou a melhora da náusea, dor e sentimentos de ansiedade nos primeiros 5 minutos e continuou 60 minutos após a exposição (Weaver et al., 2019).

A utilização de óleos essenciais por inalação ou diluídos para aplicação na pele é praticada de forma segura em ambientes hospitalares, principalmente em centros de internação e unidades de cuidados paliativos em diversos países. Além de impactar em sintomas físicos, os óleos essenciais podem oferecer ainda, a sensação de segurança e proteção, além de criar uma atmosfera agradável e reduzir odores desagradáveis (Lansbury, 2000).

Estudo experimental realizado em Alexandria com 100 pacientes mostrou que a aromaterapia pode ser inserida, pela equipe de enfermagem, na rotina de pacientes oncológicos desde o início do tratamento curativo para reduzir as complicações. A intervenção mostrou efeitos na esfera física, psicológica e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes e os autores reforçam que a equipe de saúde pode instruir seus pacientes e cuidadores para usar aromaterapia em casa, a fim de potencializar os efeitos positivos (Khamis et al., 2023).

Massagem

A massagem relaxante é uma técnica terapêutica que utiliza manipulações dos tecidos moles do corpo para produzir efeitos benéficos em diversos sistemas do organismo humano. Essa prática, realizada principalmente por meio do movimento das mãos, tem o potencial de influenciar o sistema nervoso, muscular, circulatório e linfático. A massagem relaxante é considerada uma terapia natural e busca prevenir patologias e promover o equilíbrio da saúde do paciente (Cagnassi et al., 2023).

Estudo realizado em Estocolmo durante um período de 2 anos ofereceu massagem terapêutica a 41 pacientes de cuidados paliativos, sendo esta intervenção promovida por enfermeiras e auxiliares de enfermagem, que eram massagistas táteis certificadas. Observou-se que os pacientes experimentaram efeitos positivos na massagem, como menos dor e ansiedade, melhora do bem-estar e melhor sono. Houve diferença em todos os parâmetros quando comparados os valores antes e após o tratamento. A maior diferença foi encontrada para o bem-estar, uma mudança de 2,6 pontos. O número médio de doses de resgate para dor e ansiedade diminuiu significativamente 24 horas após o tratamento, enquanto o número de doses de resgate durante os dias de controle não diferiu significativamente (Pedersen et al., 2017).

Estudo realizado na Turquia teve como objetivo abordar dois tipos de massagem: a Acupressão e o Reiki, que são técnicas de massagem que auxiliam no alívio da dor. A acupressão é uma técnica de massagem na qual a pressão é aplicada em certas áreas do corpo com o polegar ou indicador, a palma da mão, as mãos ou um estimulador, auxiliando assim no funcionamento regular dos canais de energia. A acupressão aumenta a secreção de endorfina no corpo e alivia a dor e a fadiga, causando relaxamento e maior conforto. O Reiki, traduzido como "energia vital universal", é uma terapia energética de biocampo que envolve toque leve. Ele alivia a fadiga ativando o sistema nervoso parassimpático, e os resultados de seus efeitos analgésicos reduzem a dor e o uso de analgésicos (Mehta et al, 2016; Utli et al., 2022).

A pesquisa foi realizada em pacientes com câncer em estágio III e IV internados nas clínicas de cuidados paliativos de dois hospitais estaduais em uma província no leste da Turquia. A amostra da pesquisa foi composta por 156 pacientes que atenderam aos critérios de inclusão. As intervenções de acupressão ou Reiki foram consideradas eficazes na redução da dor, uso de analgésicos e níveis de fadiga. Os autores concluíram que a acupressão não invasiva ou Reiki pode ser aplicada a pacientes com câncer em estágio III e IV, apoiando assim as intervenções farmacológicas (Utli et al., 2022).

A massagem é uma prática ampla que envolve várias técnicas diferentes. Os estudos previamente discutidos, que abordaram a massagem, acupressão ou reiki, mostraram resultados significativos não só no manejo da dor, mas também na fadiga de pacientes sob cuidados paliativos.

Scrambler

A terapia scrambler (ST) é um método não invasivo de neuromodulação aplicado por meio de eletrodos cutâneos e pode aliviar a dor neuropática crônica estimulando as fibras C e substituindo os sinais endógenos de dor por sinais sintéticos não nociceptivos (Wang et al., 2023).

Estudo realizado com dois pacientes que apresentavam dor crônica em MMII demonstrou que, após a ST, os pacientes experimentaram reduções significativas na dor e melhoraram a mobilidade e a qualidade de vida. Os pacientes também relataram

manutenção da analgesia por um período de várias semanas a meses, o que excedeu a duração do alívio que experimentaram de vários bloqueios simpáticos lombares anteriores. A ST pode fornecer analgesia significativa e melhora da qualidade de vida para pacientes com síndrome de dor regional complexa (CRPS) refratária, e pode ser especialmente valioso para pacientes que recusam, falham ou estão em alto risco para outros tratamentos ou opções de neuromodulação (Wang et al., 2023).

Outro estudo utilizando a ST foi realizado com uma mulher de 70 anos com mieloma múltiplo lambda IgG e 13 anos de neuropatia dolorosa devido à amiloidose leve (AL), agravada pela quimioterapia. Paciente recebeu quatro tratamentos diários de 40 minutos de ST, com os eletrodos em sua pele, próximo à área de dor em MMSS. Sua dor em MMSS reduziu para zero e permaneceu, experimentando, portanto, alívio imediato da dor (Hunsberger et al., 2021).

A ST é uma técnica nova para o manejo da dor nos cuidados paliativos. Pode-se observar que ela demonstra resultados, porém os estudos são limitados, sendo necessário mais pesquisas sobre essa nova terapia.

Hipnose

A hipnose clínica é uma prática que se concentra nas interações entre cérebro, corpo, mente, espírito e comportamento, com a intenção de usar a mente para modificar a função física e os comportamentos e promover a saúde física geral (dor) e psicológica (ansiedade). Esta envolve um estado alterado de consciência, incluindo absorção, dissociação e uma capacidade aprimorada de responder a sugestões (Paola et al., 2017).

Durante décadas, evidências sobre a eficácia da hipnose clínica e da auto-hipnose como intervenção psicológica e terapia adjuvante, no tratamento da dor crônica e ansiedade em doenças crônicas graves, foram publicadas. Para pacientes em condição paliativa, esta prática se demonstra válida, pois diminui o stress, aumenta o bem-estar físico, emocional, espiritual e contribui para proporcionar para o paciente uma qualidade de vida até o findar da sua passagem na terra (Cardoso et al., 2020; Lopes et al., 2024; Paola et al., 2017).

Encontrou-se uma diminuição significativa na dor e ansiedade relatada entre pacientes com doenças avançadas que receberam hipnose clínica como terapia adjuvante a medicamentos analgésicos (opioides, AINES e corticosteroides) em comparação com pacientes que estavam recebendo apenas terapia farmacológica analgésica. A hipnose clínica é um campo emergente para o alívio da dor e da ansiedade como terapia adjuvante aos medicamentos em Cuidados Paliativos (Paola et al., 2017).

Estudos de resultados clínicos sobre dor aguda e crônica, bem como estudos neurofisiológicos em laboratório, demonstraram que a hipnose é eficaz, além dos tratamentos com placebo e que tem efeitos mensuráveis na atividade em áreas cerebrais que se sabe estarem envolvidas no processamento da dor (Cardoso et al., 2020; Jensen, 2014).

Infere-se, portanto, que a hipnose pode auxiliar na melhora da qualidade de vida, conforto e alívio dos sintomas de pacientes em cuidados paliativos.

Bandagem Terapêutica Elástica

A bandagem elástica é composta de um material terapêutico constituído por micro fios de elastano envoltos por fios de algodão retorcido, sem qualquer medicamento. Esse material foi desenvolvido para fixar na pele humana por tempo prolongado, com o objetivo de realizar a estimulação tegumentar, aliviando, assim, a dor (Silva et al., 2019).

Conhecida também como *cintagem kinesio* (KT), que normalmente envolve uma combinação da aplicação de tensão apropriada ao longo da fita terapêutica elástica e a colocação do músculo alvo em uma posição alongada, é amplamente utilizada como um método interessante e relativamente novo para vários tratamentos clínicos. Foi hipotetizado que fornece suporte e compressão para tensão muscular e distorções articulares e que tem benefícios como o fornecimento de suporte estrutural, alívio do inchaço e inflamação, excitação e inibição da atividade muscular e ajuste do fluxo sanguíneo e linfático (Li et al., 2017).

Pesquisa realizada com objetivo de aliviar a dor em dois pacientes com dor no pé causada por neuropatia periférica induzida por quimioterapia mostrou que, após a intervenção, os pacientes relataram que houve melhora significativa da dor e na deambulação com a bandagem (Gupta et al., 2021).

Pontos fracos e fortes do estudo

O presente estudo apresenta diversos pontos positivos, como a realização de uma pesquisa na literatura com uma estratégia bem definida, baseada em descritores da área da saúde. Além disso, a seleção dos estudos para a revisão foi feita de forma rigorosa, com o auxílio de uma ferramenta específica, o que contribui para a qualidade da análise.

Por outro lado, o estudo também revela algumas limitações, como a falta de mais estudos sobre os métodos não farmacológicos para controle da dor, o que enfraquece o debate do manejo da dor em cuidados paliativos. Diante disso, é fundamental a realização de novos estudos, principalmente comparando os dois tipos de métodos, para fortalecer o conhecimento sobre estes, assim como o maior envolvimento dos profissionais da saúde sobre o tema.

5. Conclusão

Os métodos não farmacológicos como Aromaterapia, Musicoterapia, Massagem, *Scrambler*, Acupuntura, Hipnose, Bandagem terapêutica elástica, e Respiração (*Mindfulness*) presentes no estudo, demonstraram resultados significativos no alívio da dor e qualidade de vida de pacientes em cuidados paliativos. Este pode ser utilizado concomitante com o método farmacológico ou, em casos no qual tenha-se impeditivos para a utilização dos métodos farmacológicos, pode ser utilizado de maneira única.

Mostra-se necessário a realização de mais estudos com maior tempo de aplicação dos métodos não farmacológicos e estudos comparativos entre os dois métodos.

Faz-se necessário o aumento do conhecimento dos profissionais da saúde nos métodos não farmacológicos, para que possam ofertar aos pacientes mais opções de tratamentos no alívio da dor de formas que não sejam invasivas, oferecendo uma qualidade de vida melhor e conforto a esses pacientes sob cuidados paliativos.

Referências

ANSHASI, Huda; SALEH, Mohammad; ABDALRAHIM, Maysoon S; SHAMIEH, Omar. The effectiveness of progressive muscle relaxation technique in reducing cancer-related pain among palliative care patients: A randomized controlled trial. **British Journal of Pain.** v.17. p.501-509. 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1177/20494637231190191. Acesso em: 22 nov. 2024.

ARRUDA, Maurilene; GARCIA, Marília; GARCIA, João. Evaluation of the Effects of Music and Poetry in Oncologic Pain Relief: A Randomized Clinical Trial. **Journal of palliative Medicine**. v.19. n.9. 2016. Disponível em: https://doi.org/10.1089/jpm.2015.0528. Acesso em: 22 nov. 2024.

AZEVEDO, Mariana; XAVIER, Marina; MENEZES, Carolina. Knowledge, Recommendation and Use of Mindfulness by Brazilian Clinical Psychologists. **Psicol. cienc. prof.**, v. 1, n. 42. 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1982-3703003237527. Acesso em: 22 nov. 2024.

BRUGNOLI, Maria Paola *et al*. The role of clinical hypnosis and self-hypnosis to relief pain and anxiety in severe chronic diseases in palliative care: a 2-year long- term follow-up of treatment in a nonrandomized clinical trial. **Annal of palliative medicine**. v.7. 2017. Disponível em: https://doi.org/10.21037/apm.2017.10.03. Acesso em: 22 nov. 2024.

CAGNASSI, Tamires; SILVA, Lara; SILVA, Talita. Benefícios da massagem relaxante no corpo e associações com práticas integrativas- revisão de literatura. **Revista saúde em foco.** n.15. p.540-548. 2023. Disponivel em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2023/06/Revisa%CC%83o-de-artigo-Beneficios-da-massagem-relaxante.pdf. Acesso em: 22 nov. 2024.

CHARALAMBOUS, Andreas *et al*. Guided imagery and progressive muscle relaxation as a cluster of symptoms management intervention in patients receiving chemotherapy: a randomized control trial. **PLOS ONE**. 2016. Disponível em: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0156911. Acesso em: 24 nov. 2024.

CONNOR, Stephen *et al*. **Global Atlas of Palliative Care**. 2. ed. Londres, Reino Unido: Editora Copyright, 2020.

CURI, Rui; PROCOPIO, Joaquim. **Fisiologia básica**. Rio de Janeiro: Editora Guanabara koogan, 2009.

DE PAOLIS, Giulia *et al*. The effectiveness of progressive muscle relaxation and interactive guided imagery as a pain-reducing intervention in advanced cancer patients: A multicentre randomised controlled non-pharmacological trial. **Complementary Therapies in Clinical Practice**. v.34. p.280–287. 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.12.014. Acesso em 24 nov. 2024.

DE SANTANA, Josimari et al. Revised definition of pain after four decades. **BrJP.** 2020. Disponível em: https://doi.org/10.5935/2595-0118.20200191. Acesso em: 22 nov. 2024.

FERNANDO, Gunasekara Vidana Mestrige Chamath et al. Adjunctive Effects of a Short Session of Music on Pain, Low-mood and Anxiety Modulation among Cancer Patients – A Randomized Crossover Clinical Trial. **Indian Journal of Palliative Care**. v.25. n.3. 2019. Disponível em: https://doi.org/10.4103/IJPC.IJPC_22_19. Acesso em: 22 nov. 2024.

GUPTA, Ekta; LEE, Courtland; NG, Amy; BRUERA, Eduardo. Pain relief with elástica therapeutic taping. **BMJ Supportive & Palliative Care**. 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2021-003381. Acesso em: 22 nov. 2024.

HUNSBERGER, Joann; RATHEE, Vaishali; SMITH, Thomas. Use of Scrambler Therapy in the Treatment of Amyloidosis Neuropathic Pain. **Journal of Palliative Medicine.** v.24. n.10 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1089/jpm.2020.0786. Acesso em: 22 nov. 2024.

JAMISON, Robert; EDWARDS, Robert. Integrating Pain Management in Clinical Practice. **J Clin Psychol Med Settings**. v.1. p.49-64. 2012. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4099944/pdf/nihms601994.pdf. Acesso em 24 nov. 2024.

KHAMIS, Engy Abdel Rhman *et al*. Effectiveness of Aromatherapy in Early Palliative Care for Oncology Patients: Blind Controlled Study. **Asian Pacific Journal of Cancer Prevention.** v.24. p.2729-2739. 2023. Disponível em:https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10685211/pdf/APJCP-24-2729.pdf. Acesso em:24 nov. 2024.

KRISHNASWAMY, Priyadharshini; NAIR, Shoba. Effect of Music Therapy on Pain and Anxiety Levels of Cancer Patients: A Pilot Study. **Indian Journal of Palliative Care**. v.22. n.3. 2016. Disponível em: https://doi.org/10.4103/0973-1075.185042. Acesso em: 22 nov. 2024

LI, Xin *et al*; Effects of Elastic Therapeutic Taping on Knee Osteoarthritis: A Systematic Review and Meta-analysis. **Aging and Disease**. v.9. n.2 p.296-308. 2017. Disponível em: https://doi.org/10.14336/AD.2017.0309. Acesso em: 22 nov. 2024.

LOPEZ, Gabriel *et al*. Outpatient acupuncture effects on patient self-reported symptoms in oncology care: a retrospective analysis. **Journal of cancer**. v.9. p.3613-3619. 2018. Disponível em: https://doi.org/10.7150/jca.26527. Acesso em: 22 nov. 2024.

LOPES, Joyce Sousa *et al*. Prática de hipnoterapia em paciente em estado paliativo: atuação do enfermeiro como prática integrativa e complementar. **Cientifica digital.** p.190-202. 2024. Disponível em https://doi.org/10.37885/240215655. Acesso em: 22 nov. 2024.

KIT, Lu *et al*. A retrospective review of acupuncture use for the treatment of pain in sickle cell disease patients: Descriptive analysis from a single institution. **Clin J Pain.** 2014. Disponível em: https://doi.org/10.1097/AJP.0000000000000036.Acesso em: 22 nov. 2024.

MALLOCH, Stephen; TREVARTHEN, Colwyn. The Human Nature of Music Frontiers in Psychology. **Indian Journal of Palliative Care**. v.9. 2018. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6180173/pdf/fpsyg-09-01680.pdf. Acesso em: 24 nov. 2024.

MARQUES, Marcela *et al*. Aromaterapia clínica como intervenção terapêutica de enfermeiras (os) nos cuidados paliativos. **Revista de Casos e Consultoria**. v.12. n.1. Disponível em: https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15444. Acesso em: 22 nov, 2024.

MEHTA, Piyush; DHAPTE, Vishwas; KADAM, Shivajirao; DHAPTE, Vividha. Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments. **Journal of Traditional and Complementary Medicine**. p.251-263. 2017. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5388088/pdf/main.pdf. Acesso em 24 nov. 2024.

MILLER, Katherine *et al*. Acupuncture for Cancer Pain and Symptom Management in Palliative Medicine Clinic. **American Journal of Hospice & Palliative Medicine**. 2018. Disponível em: https://doi.org/10.1177/1049909118804464. Acesso em: 22 nov. 2024.

MUNKOMBWE, Wisdom; PETERSON, Kerstin; ELGÁN, Carina. Nurses' experiences of providing nonpharmacological pain management in palliative care: A qualitative study. **Journal of clinical nursing**. v.29. m.9-10. p.1643-1652. 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1111/jocn.15232. Acesso em: 22 nov. 2024.

NGAMKHAM, Srisuda; HOLDEN, Janean; SMITH, Ellen. A Systematic Review: Mindfulness Intervention for Cancer-Related Pain. **Wolters Kluwer - Medknow**. v.6. p.161-169.2018. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6371675/pdf/APJON-6-161.pdf. Acesso em: 24 nov. 2024.

OLIVEIRA, Clara. Para compreender o sofrimento humano. **Rev. Bioét**, v.24, n. 2, 2016. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1983-80422016242122. Acesso em: 22 nov. 2024.

PEDERSEN, Karina; BERGMAN, Linda. Tactile massage reduces rescue doses for pain and: an observational study. **BMJ Supportive & Palliative Care**. 2017. Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmjspcare-2017-001421. Acesso em: 22 nov. 2024.

SCARBOROUGH, Bethann; SMITH, Cardinale. Optimal Pain Management for Patients with Cancer in the Modern Era. **J Clin Psychol Med Settings**. v. 3. p. 182-196. 2018. Disponível em:

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5980731/pdf/nihms948664.pdf. Acesso em: 24 nov. 2024.

SES-DF. **Atendimento em cuidados paliativos**. 2023. Disponível em: https://www.saude.df.gov.br/cuidados-paliativos-hab. Acesso em: 22 nov. 2024.

SILVA, Andréa; CARVALHO, Adriana; SASSI, Fernanda; SILVA, Marta. The taping method effects on the trapezius muscle in healthy adults. **CoDAS**, v. 31, n. 5, 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1590/2317-1782/20192018077. Acesso em: 22 nov. 2024.

TAN, Seng Beng *et al*. Mindful breathing for cancer pain: efficacy of a single 20-minute session – a randomized controlled study. **BMJ Supportive & Palliative Care**. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1136/spcare-2023-004762. Acesso em: 22 nov. 2024.

TOUSSAINT, Loren *et al*. Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation, Deep Breathing, and Guided Imagery in Promoting Psychological and Physiological States of Relaxation. **Hindawi**. 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1155/2021/5924040. Acesso em: 24 nov. 2024

UTLI, Hediye; DINC, Mahmut; UTLI, Adil. The effect of acupressure or reiki interventions on the levels of pain and fatigue of cancer patients receiving palliative care: A randomized controlled study. **Elsevier**. 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.explore.2022.11.007. Acesso em: 22 nov. 2024.

VICKERS, Andrew *et al*. Acupuncture for chronic pain: Individual patient data meta-analysis. **J Clin Psychol Med Settings**. v.5. p.455-474. 2018. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.jpain.2017.11.005. Acesso em: 24 nov. 2024.

WANG, Annie *et al*. Scrambler Therapy for Patients With Complex Regional Pain Syndrome: A Case Series. **Journal of Palliative Medicine**. v.26 n.9 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1089/jpm.2022.0539. Acesso em: 22 nov. 2024.

WEAVER, Meaghann; ROBINSON, Jacob; WICHMAN, Christopher. Aromatherapy improves nausea, pain, and mood for patients receiving pediatric palliative care symptom-based consults: A pilot design trial. **Cambridge University Press**. v.18. p.158-163. 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1017/S1478951519000555. Acesso em: 22 nov. 2024.

WHO**. Cuidados paliativos.** 2020. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care. Acesso em: 22 nov. 2024.