



UnB

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE FARMÁCIA

**Aromaterapia e qualidade de vida de pacientes
oncológicos: uma revisão bibliográfica**

Brasília

2021

Mirian July Nogueira de Souza

Aromaterapia e qualidade de vida de pacientes oncológicos: uma revisão bibliográfica

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para a obtenção de Diploma de Graduação em Farmácia, na Universidade de Brasília.

Orientadora: Prof.^a Dra. Silvia Ribeiro de Souza

Brasília

2021

Dedicatória

Dedico este trabalho a minha Dinha, que recebeu o diagnóstico de câncer durante o momento que me preparava para escrever essa revisão e passou pelo tratamento dessa doença com tanta força. No primeiro momento, minha vontade era desistir do tema escolhido por achar que era duro demais ver alguém tão próximo sofrendo com essa doença e ainda estar estudando sobre a mesma. Mas decidi usar essa dificuldade, para tentar ajudar outras pessoas que passam pelo mesmo diagnóstico.

Agradecimentos

Agradeço primeiro a Deus, pois tenho a certeza que jamais chegaria até aqui sem Ele. A Sua bondade e amor têm me acompanhado diariamente. Nos momentos mais difíceis dessa jornada senti Seu carinho como um Pai cuidadoso que é, e todos os momentos felizes Ele que me proporcionou viver. Toda honra e glória pertencem a Ele.

Agradeço a minha família, que sempre se esforçaram e me incentivaram a priorizar os estudos. Sei quanto sacrificaram para sempre me oferecerem as melhores chances de educação que podiam. Em especial a minha mãe que nunca mediu esforços para me proporcionar uma vida onde minha prioridade eram os estudos, e ao meu pai que incontáveis vezes me esperou até a última aula da noite acabar para me buscar na universidade. Meus irmãos e cunhados também foram essenciais nesse processo, sempre que precisei e preciso estão prontos para me ajudar no que for preciso. Ao meu sobrinho Pedro que mesmo tão pequeno me traz tanta alegria. Minha família sempre foi a minha maior incentivadora e apoiadora.

Agradeço ao meu namorado Gabriel, que inúmeras vezes me apoiou em momentos difíceis ao longo da graduação, que comemorou as vitórias, que sempre está ao meu lado me apoiando e me dando forças. Por diversas vezes acreditou mais no meu potencial, do que eu mesma. E para realizar esse trabalho não foi diferente, esteve comigo desde o início, me consolou e incentivou nos momentos de desespero e celebrou cada pequena vitória conquistada até aqui.

Agradeço aos meus amigos da igreja, que oraram por mim e sempre estão prontos a me oferecer uma palavra amiga. Nas aulas sempre escutamos como muitas pessoas não acreditam no que falamos por ainda sermos estudantes, mas eles sempre me apoiaram e acreditaram em todo conhecimento que tenho adquirido.

Agradeço aos meus colegas da universidade, que estão comigo nessa jornada, passamos por fases difíceis e alegres e me sinto privilegiada de partilhar tantos momentos com vocês. Em especial, agradeço às Ana's da minha vida (Ana Carolina, Ana Luisa L., Ana Luísa M.), Marcella, Mikaella e Pedro. Amigos muito especiais e que ao longo da graduação sempre me ajudaram. Espero que de alguma forma esse companheirismo continue mesmo quando a sonhada formatura chegar.

Agradeço aos professores da universidade que me ensinaram tanto ao longo desses anos. Agradeço à minha orientadora, que com tanta paciência e gentileza sempre esteve disposta a tirar minhas dúvidas e a me instruir pelo melhor caminho.

Agradeço a todos os que me ajudaram de alguma forma a chegar até aqui.

“Bondade e misericórdia certamente me seguirão todos os dias da minha vida” Salmos 23:6a

Resumo

O câncer é um problema de saúde cada vez mais recorrente, apesar disso, atualmente na maior parte das vezes que uma pessoa é diagnosticada ela não está recebendo uma sentença de morte. Há uma variedade de recursos terapêuticos que aumentam a sobrevida do paciente, porém, esses trazem problemas adicionais, menos graves em sua maioria, mas que afetam a qualidade de vida do paciente. Dessa forma, os próprios pacientes procuram alternativas além das convencionais, para amenizar esses sintomas. Implementadas no Sistema Único de Saúde (SUS), as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (Pics) são recursos terapêuticos que podem contribuir para o restabelecimento da saúde de pessoas com câncer. O objetivo deste trabalho foi reunir informações sobre os efeitos da Aromaterapia em pacientes oncológicos, escrevendo de uma forma simples onde pessoas de diversos níveis escolares possam compreender o que está escrito. O método utilizado foi uma revisão bibliográfica, onde foram realizadas três pesquisas em bases de dados diferentes resultando em 250 documentos. Com o processo de seleção restaram 12 artigos que se enquadraram nos critérios estabelecidos. A Aromaterapia faz parte das Pics e nesta revisão foram analisados artigos que avaliaram esta terapia como prática de tratamento complementar em pacientes oncológicos. Dos resultados obtidos neste trabalho destacam-se como positivos a redução da ansiedade em pacientes que realizaram o tratamento cirúrgico, diminuição das náuseas e ânsia de vômitos durante a realização da quimioterapia, demonstrando que o uso consciente da Aromaterapia constitui uma relevante técnica para auxiliar no cuidado de pacientes com este diagnóstico. Como conclusão cabe ressaltar que embora apresente menos efeitos adversos do que boa parte dos tratamentos convencionais, e possua estudos que comprovem sua eficácia, os artigos aqui analisados indicam a necessidade da realização de

mais estudos sobre o tema. Outro importante fator observado para o uso seguro da técnica é que os profissionais que atuam na área, especialmente os farmacêuticos, geralmente mais acessíveis para os pacientes, se capacitem para atuar com a Aromaterapia, proporcionando o uso correto e eficaz dos óleos essenciais.

Palavras chaves: câncer, qualidade de vida, Aromaterapia, Pics.

Abstract

Cancer is an increasingly recurrent health problem, yet nowadays most of the time when a person is diagnosed, they are not being given a death sentence. There are a variety of therapeutic resources that increase the patient's survival, but these bring additional problems, less serious in their majority, but that affect the patient's quality of life. Thus, the patients themselves are looking for alternatives other than the conventional ones, to ease these symptoms. Implemented in the Brazilian Unified Health System (SUS), the Integrative and Complementary Health Practices (IPCPs) are therapeutic resources that can contribute to the restoration of the health of people with cancer. The objective of this work was to gather information about the effects of Aromatherapy in oncologic patients, writing in a simple way where people of various school levels can understand what is written. The method used was a literature review, where three searches were done in different databases resulting in 250 documents. After the selection process, 12 articles were found that met the established criteria. Aromatherapy is part of PICS and in this review articles were analyzed that evaluated this therapy as a complementary treatment practice in oncologic patients. From the results obtained in this study, we highlight as positive the reduction of anxiety in patients who underwent surgical treatment, reduction of nausea and vomiting during chemotherapy, demonstrating that the conscious use of aromatherapy is a relevant technique to assist in the care of patients with this diagnosis. In conclusion, it should be emphasized that although it has fewer adverse effects than most conventional treatments, and has studies that prove its effectiveness, the articles analyzed here indicate the need for further studies on the subject. Another important factor observed for the safe use of the technique is that professionals working in the area, especially pharmacists, who are

generally more accessible to patients, should be trained to work with aromatherapy, providing the correct and effective use of essential oils.

Key words: cancer, quality of life, Aromatherapy, Pics.

Lista de Abreviaturas e Siglas

CDT: Câncer diferenciado de tireoide

Inca: Instituto Nacional de Câncer

Pics: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

PNPIC: Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

SUS: Sistema Único de Saúde

TIR: Terapia com iodo radioativo

UnB: Universidade de Brasília

Lista de Figuras e Quadros

Figura 1 - Sugestões de como utilizar óleos essenciais em Aromaterapia

Figura 2 - Relação das bases de dados e descritores empregados na metodologia para a seleção dos artigos deste trabalho

Figura 3 - Metodologia empregada na seleção dos artigos deste trabalho

Figura 4 - Aromastick® – dispositivo para inalação pessoal

Quadro 1 - Relação dos artigos incluídos neste trabalho

Quadro 2: Tipos de câncer e óleos essenciais abordados nos artigos incluídos neste trabalho

Sumário

1. Introdução.....	13
2. Justificativa.....	17
3. Objetivo.....	18
4. Metodologia.....	19
5. Resultados e Discussão.....	21
5.1 Tipos de Câncer abordados nos artigos pesquisados.....	24
5.2 Sintomas relatados nos artigos pesquisados.....	27
5.3 Atividade dos óleos essenciais em indivíduos saudáveis, doentes em estado consciente e doentes em estado inconsciente.....	30
5.4 Aromaterapia associada à massagem.....	32
5.5 Precauções do tratamento com a Aromaterapia.....	33
5.6 Discussão.....	34
6. Conclusão.....	36
7. Referências.....	37

1. Introdução

Atualmente o diagnóstico do câncer não é mais uma sentença de morte, há uma variedade de recursos terapêuticos que aumentam a sobrevivência do paciente. Porém os pacientes apresentam vários sintomas devido à própria doença e ao seu tratamento. Eles não sofrem apenas com uma manifestação, mas enfrentam grupos de sintomas, pois há estresse fisiológico e psicológico (KLAFKE *et al.*, 2015). Diversos tratamentos para combater o câncer como o cirúrgico, a quimioterapia, a radioterapia, a imunoterapia, entre outros, são empregados, a depender das características e gravidade da doença em cada paciente.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca), a quantidade de casos novos em 2020 no Brasil foi de 309.750 em homens e de 316.280 em mulheres. A localização majoritária do tumor foi o de próstata e o de mama, para homens e mulheres, respectivamente (BRASIL, 2021).

O Inca também traz dados sobre a mortalidade causada por diversos tipos de câncer no Brasil, no ano de 2019. O número de óbitos do sexo masculino foi 121.686 e 110.344 do sexo feminino (BRASIL, 2021).

Mesmo após o tratamento para combater o câncer ser concluído alguns efeitos adversos persistem, como a fadiga (OEI *et al.*, 2021). Outro aspecto negativo que o câncer traz são distúrbios do sono, que podem ser causados pela preocupação com a doença ou por efeitos adversos de medicamentos utilizados na quimioterapia. Um terço dos pacientes oncológicos possui este problema e dessa forma tem a qualidade de vida prejudicada. Medicamentos benzodiazepínicos são prescritos, porém, essa classe terapêutica possui vários efeitos adversos negativos, como por exemplo, o risco do desenvolvimento de tolerância e dependência (HAMZEH *et al.*, 2020).

Para minimizar os diversos sintomas causados pelo câncer, os pacientes procuram soluções adicionais ao tratamento convencional, fazendo o uso de tratamentos complementares (AUGUSTYNIUK *et al.*, 2016).

As terapias complementares são usadas de forma frequente para complementar as terapias convencionais no tratamento de doenças em estágios avançados, ajudando na melhoria do bem-estar psicológico e físico do paciente e de sua família (ARMSTRONG *et al.*, 2019).

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (Pics) são recursos terapêuticos oferecidos no Sistema Único de Saúde (SUS) desde 2006 com a formulação da Política Nacional de Pics e publicação da Portaria do Ministério da Saúde n. 971.

Essas práticas têm como objetivo a prevenção de enfermidades e o restabelecimento da saúde, dando destaque para uma escuta acolhedora. A Aromaterapia recentemente foi incluída entre as Pics ofertadas à comunidade através da publicação da Portaria do Ministério da Saúde n. 848 de 2017 e n. 702 de 2018 (BRASIL, 2021).

Buscando por uma nova cultura do cuidado à saúde, onde o bem-estar físico, mental e social são considerados como aspectos indispensáveis e condicionantes de saúde, o Governo Federal estabeleceu uma política pública onde a abordagem do processo saúde-doença é ampla. Através da portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006, foi implementada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) (BRASIL, 2021). As primeiras 5 práticas incluídas em 2006 foram: Acupuntura, Termalismo, Antroposofia, Fitoterapia e Homeopatia. Atualmente a PNPIC conta com 29 práticas que são: Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, Medicina Antroposófica, Homeopatia, Plantas Medicinais e Fitoterapia, Termalismo Social/Crenoterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa,

Yoga, Apiterapia, Aromaterapia, Bioenergética, Constelação familiar, Cromoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de mãos, Ozonioterapia e Terapia de Florais (UNICESUMAR EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA, 2021).

A Aromaterapia é o conjunto de técnicas de aplicação de óleos essenciais e pode ser definida pela prática da utilização de óleos essenciais em determinadas técnicas como a massagem com óleos essenciais, nas quais estes são o principal componente do tratamento (AMARAL, 2015). Essa terapia pode ser utilizada de diversas formas, com o uso de difusores de ambientes, pingando gotas do óleo essencial no travesseiro, utilizando colares específicos que exalam o aroma do óleo durante o dia, entre outras formas. A figura 1 traz uma ilustração de exemplos de formas de uso.

Óleos essenciais, também chamados de óleos voláteis, são misturas complexas, lipofílicas, em geral odoríferas, obtidas de matérias-primas vegetais. Sua particularidade principal é a volatilidade, outra característica marcante é que de forma geral possuem um aroma intenso. Quimicamente, a grande maioria dos componentes dos óleos voláteis apresenta estrutura terpenoide ou fenilpropanoide (HEINZMANN *et al.*, 2017). Para serem usados na Aromaterapia, eles precisam ser puros e estarem dentro dos padrões de qualidade que são definidos pelos órgãos oficiais de fiscalização do setor (AMARAL, 2015). Os principais métodos para extrair os óleos essenciais são: enfloração, destilação, hidrodestilação, destilação por arraste de vapor d'água, prensagem a frio, extração com solventes e extração por fluido supercrítico (HEINZMANN *et al.*, 2017).

Grande parte dos pacientes oncológicos sentem dor, e a Aromaterapia pode ser utilizada de forma complementar aos medicamentos para o alívio da mesma (BLACKBURN *et al.*, 2019). Também já foi demonstrado que os óleos essenciais ajudam pacientes com câncer a lidar com a ansiedade e a depressão (KLAFKE *et al.*, 2015).

Existe uma infinidade de óleos essenciais disponíveis, de forma que, conhecer suas propriedades e suas utilizações terapêuticas pode trazer diversos benefícios para o paciente oncológico. Assim, levar esse conhecimento para a população pode influenciar positivamente no sucesso do tratamento do câncer.

Muitos aspectos dos benefícios da Aromaterapia para a resolução dos problemas causados pelo câncer ainda são incertos, por isso, é importante continuar realizando estudos.

Figura 1 - Sugestões de como utilizar óleos essenciais em Aromaterapia



Fonte: Elaboração própria.

A literatura apresenta que a Aromaterapia é benéfica para diminuição de alguns sintomas causados pelo câncer ou efeitos adversos resultantes de medicações utilizadas para combater esta doença. Os efeitos positivos que a técnica traz vão ser discutidos nos próximos tópicos deste trabalho.

2. Justificativa

Vários pacientes com câncer são acometidos por dor, insônia, estresse, e depressão. Esses sintomas causam um grande desconforto, afetando os pacientes não só fisiologicamente, mas também psicologicamente. Dessa forma, o tratamento da doença é prejudicado (CHEN *et al.*, 2016).

A quimioterapia, e outros tratamentos utilizados por pessoas com câncer, trazem muitos resultados positivos no combate da doença, mas também, diversos efeitos adversos. Com isso a qualidade de vida dos pacientes é afetada, por isso, as terapias integrativas são muito importantes para a melhora do bem-estar geral das pessoas (BLACKBURN *et al.*, 2017).

Durante a graduação disciplinas como farmacognosia, farmacobotânica e plantas medicinais me despertaram para esse universo das plantas e me levaram a valorizar o que se tem disponível na natureza com função terapêutica. Terapias complementares me chamam a atenção pois o objetivo não é excluir o tratamento alopático e fazer com que o paciente escolha um ou outro, a finalidade é como o próprio nome indica, complementar o tratamento. E a Aromaterapia para mim é a junção desses dois mundos, e por isso a escolhi para abordar nesse trabalho.

O propósito deste trabalho foi fazer uma revisão de literatura sobre os efeitos da Aromaterapia na melhora da qualidade de vida do paciente oncológico, e permitir que tal informação seja compreendida de forma clara por todos os segmentos da sociedade.

A motivação principal foi levar este conhecimento às pessoas para que, de alguma forma, pacientes oncológicos possam se beneficiar e ter uma melhora da qualidade de vida, através das informações que estão descritas nesta revisão.

3. Objetivo

Descrever o efeito da Aromaterapia na qualidade de vida de pacientes oncológicos, segundo a literatura científica publicada de 2016 a 2021.

4. Metodologia

Trata-se de um estudo de caráter qualitativo, cujo método aplicado é a revisão bibliográfica. Foram realizadas buscas em três bases de dados, Pubmed Central: PMC; Scopus e MEDLINE Complete (EBSCO). Os seguintes descritores foram utilizados: Neoplasms AND Aromatherapy AND “Quality of Life”, para as bases Pubmed Central: PMC e MEDLINE Complete (EBSCO), e Neoplasms AND Aromatherapy, para a base Scopus. Os descritores foram pesquisados no seguinte site: <https://decs.bvsalud.org>.

Na base de dados Pubmed Central: PMC, foi utilizado um filtro para refinar a pesquisa e selecionar documentos dos últimos 5 anos, resultando em 51 documentos. Utilizando o acesso fornecido pela Universidade de Brasília (UnB), todos os documentos foram possíveis de serem acessados na íntegra.

Já na base de dados Scopus, foi utilizado um filtro para refinar a pesquisa selecionando somente os documentos publicados de 2016 a 2021. Essa pesquisa resultou em 52 documentos, onde utilizando novamente o acesso fornecido pela UnB, 37 destes foram possíveis de serem acessados em sua forma completa. Nos outros 15, somente os resumos estavam disponíveis.

Na base de dados MEDLINE Complete (EBSCO), também foi utilizado um filtro para selecionar documentos que foram publicados de 2016 a 2021. Nessa pesquisa obteve-se o resultado de 220 documentos, no qual 186 foram obtidos em sua forma completa com o acesso fornecido pela UnB. Todos os documentos foram colocados em uma tabela e depois de analisar e retirar os documentos que estavam duplicados ou triplicados, de 274 documentos restaram 250.

Posteriormente à pesquisa, os documentos tiveram seus títulos e resumos analisados e passaram por uma seleção, onde os critérios de exclusão utilizados foram: documentos que não estavam na forma de artigo; artigos publicados em idiomas que não

fossem espanhol, francês, inglês e português; artigos que não tratassem da Aromaterapia no contexto do câncer. Foram incluídos artigos que tinham como objetivo observar exclusivamente os efeitos da Aromaterapia na qualidade de vida, ou em parâmetros que influenciavam na mesma, em pacientes com câncer.

Para melhor visualização do processo de pesquisa nas bases de dados utilizadas, a figura 2 apresenta essas informações de maneira simplificada.

Figura 2 - Relação das bases de dados e descritores empregados na metodologia para a seleção dos artigos deste trabalho

Pubmed Central: PMC	Scopus	MEDLINE Complete (EBSCO)
Descritores: Neoplasms AND Aromatherapy AND "Quality of Life"	Descritores: Neoplasms AND Aromatherapy	Descritores: Neoplasms AND Aromatherapy AND "Quality of Life"
Resultados: 51 Acesso completo: 51	Resultados: 52 Acesso completo: 37	Resultados: 220 Acesso completo: 186

Fonte: Elaboração própria.

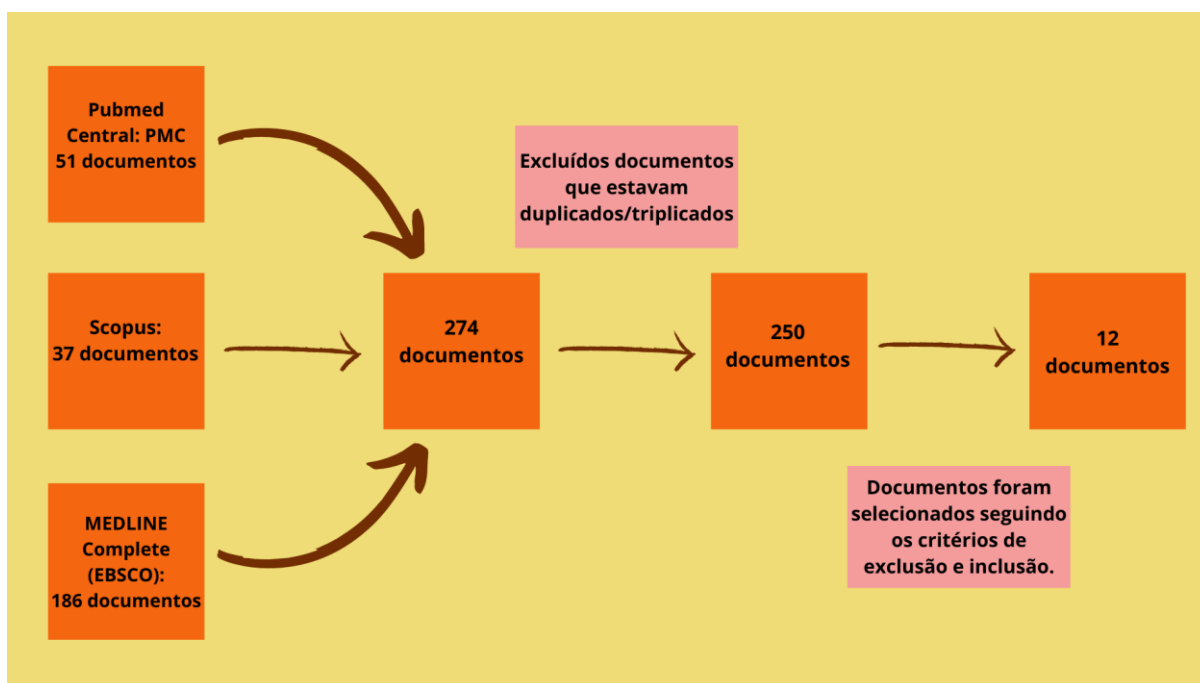
Estes abordam diversos tipos de câncer e para uma melhor compreensão houve uma separação por localização da neoplasia. Alguns artigos não especificaram a localização do câncer ou estavam trabalhando com diversas localizações, nesses casos a abordagem dos mesmos foi dividida por sintomas, pelo estado de consciência dos participantes do estudo, pela associação da Aromaterapia com a massagem e pela toxicidade.

5. Resultados e Discussão

Dos 250 documentos encontrados nas três pesquisas realizadas, apenas 12 eram específicos sobre os efeitos da Aromaterapia no contexto do câncer. Com esse resultado já é possível enxergar a necessidade de se ter mais estudos sobre os efeitos da Aromaterapia, nesta importante patologia, independente das demais terapias complementares, em pacientes oncológicos. A abordagem deste tópico será baseada nos temas discutidos nos 12 artigos selecionados.

Para um melhor entendimento, a figura 3 possui o esquema da seleção dos artigos, iniciando nos 274 documentos encontrados até os 12 artigos selecionados.

Figura 3 - Metodologia empregada na seleção dos artigos deste trabalho



Fonte: Elaboração própria.

A seguir é apresentado no quadro 1, os títulos e anos de publicação dos 12 artigos selecionados para realização deste trabalho.

Quadro 1 - Relação dos artigos incluídos neste trabalho

Títulos Incluídos	Ano
A Randomized Controlled Trial for the Effectiveness of Aromatherapy in Decreasing Salivary Gland Damage following Radioactive Iodine Therapy for Differentiated Thyroid Cancer	2016
Massage with or without aromatherapy for symptom relief in people with cancer	2016
The use of aromasticks to help with sleep problems: A patient experience survey	2016
Aroma oil therapy in palliative care: a pilot study with physiological parameters in conscious as well as unconscious patients	2017
Aromatherapy - Using essential oils as a supportive therapy	2017
Experiences of aromatherapy massage among adult female cancer patients: A qualitative study	2017
Randomized trial of aromatherapy versus conventional care for breast cancer patients during perioperative periods	2017
The Use of Aromatherapy to Reduce Chemotherapy-Induced Nausea in Children With Cancer: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial	2018
Effect of aromatherapy on cancer complications: A systematic review	2019
Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery	2019
Scented Candles as an Unrecognized Factor that Increases the Risk of Bladder Cancer; Is There Enough Evidence to Raise a Red Flag?	2019
The Effects of Peppermint Oil on Nausea, Vomiting and Retching in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: An Open Label Quasi-Randomized Controlled Pilot Study	2021

Fonte: Elaboração própria.

O quadro 2 foi construído para uma melhor visualização dos tipos de câncer e óleos essenciais abordados em cada artigo. Os espaços em branco do quadro indicam que essas informações não estavam presentes no artigo.

Quadro 2: Tipos de câncer e óleos essenciais abordados nos artigos incluídos neste trabalho

Títulos Incluídos	Ano	Câncer	Óleo essencial
A Randomized Controlled Trial for the Effectiveness of Aromatherapy in Decreasing Salivary Gland Damage following Radioactive Iodine Therapy for Differentiated Thyroid Cancer	2016	câncer diferenciado de tireoide	gingibre e limão siciliano
Massage with or without aromatherapy for symptom relief in people with cancer	2016		
The use of aromasticks to help with sleep problems: A patient experience survey	2016		laranja bergamota, sândalo, olíbano, tangerina, lavanda, laranja doce, laranja azeda, lavandin e camomila-romana.
Aroma oil therapy in palliative care: a pilot study with physiological parameters in conscious as well as unconscious patients	2017	câncer de pulmão, leucemia, CUP, lipossarcoma, carcinoma da laringe, carcinoma da língua, melanoma uveal, carcinoma retal e câncer de próstata, glioma, câncer de estômago	limão e lavanda
Aromatherapy - Using essential oils as a supportive therapy	2017		lavanda, hortelã-pimenta e laranja
Experiences of aromatherapy massage among adult female cancer patients: A qualitative study	2017	câncer de mama e outros	
Randomized trial of aromatherapy versus conventional care for breast cancer patients during perioperative periods	2017	câncer de mama	ylang-ylang, laranja e lavanda
The Use of Aromatherapy to Reduce Chemotherapy-Induced Nausea in Children With Cancer: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial	2018		gingibre
Effect of aromatherapy on cancer complications: A systematic review	2019		mais comum: lavanda
Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery	2019	câncer de mama	lavanda
Scented Candles as an Unrecognized Factor that Increases the Risk of Bladder Cancer; Is There Enough Evidence to Raise a Red Flag?	2019	câncer de bexiga	
The Effects of Peppermint Oil on Nausea, Vomiting and Retching in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: An Open Label Quasi-Randomized Controlled Pilot Study	2021		hortelã-pimenta

Fonte: Elaboração própria.

5.1 Tipos de Câncer abordados nos artigos pesquisados

5.1.1 Câncer diferenciado de tireoide (CDT)

Um ensaio clínico randomizado, ou seja, que seleciona participantes para os grupos do estudo de forma aleatória, foi realizado para verificar a eficácia da Aromaterapia na redução dos danos à glândula salivar. Os pacientes que são acometidos do CDT, majoritariamente têm como tratamento inicial a tireoidectomia total, que é a retirada total da tireoide. Após a cirurgia, uma abordagem eficaz para recidiva ou metástase é a terapia com iodo radioativo (TIR) (NAKAYAMA *et al.*, 2016).

A disfunção da glândula salivar é comum em pacientes que passam pela TIR. A saliva é muito importante para o ser humano, é ela que realiza a lubrificação da mucosa oral permitindo que se possa falar e degustar apropriadamente. Além disso, está envolvida no processo de digestão, e é necessária para mastigação e deglutição (NAKAYAMA *et al.*, 2016).

Entendendo toda a importância da saliva para o bom funcionamento do organismo, é muito importante que se tenha alternativas para reduzir os danos que acontecem na glândula salivar em pacientes que passam pelo tratamento com TIR.

Neste estudo clínico, 80 pacientes foram selecionados e divididos de forma aleatória em 2 grupos diferentes (A e B). O grupo A, recebeu a intervenção da Aromaterapia onde passaram por um tratamento com uma mistura de óleos essenciais, essa mistura continha 1 mL de óleo essencial de limão siciliano e 0,5 mL de óleo essencial de gengibre. O grupo B inalou o placebo, que era água destilada. Os participantes do estudo recebiam um banho aromático, por 10 minutos antes das refeições, durante 2 semanas enquanto estavam hospitalizados (NAKAYAMA *et al.*, 2016). Banho aromático é uma das formas de utilização dos óleos essenciais durante o banho, pingando gotas no chão do

banheiro, e inalando o aroma durante o banho, ou na água da banheira, onde se fica em imersão por alguns minutos.

No grupo A, 5 participantes foram excluídos do estudo por receberem alta do hospital e por apresentarem intolerância à inalação do aroma. No grupo B, 4 participantes foram excluídos por receberem alta do hospital e por falta de colaboração. Dessa forma restaram 35 participantes no grupo A (intervenção da Aromaterapia) e 36 participantes no grupo B (grupo controle, onde receberam água destilada). Os resultados obtidos sugeriram que a Aromaterapia é eficaz para prevenção de distúrbios das glândulas salivares que estão relacionados à TIR (NAKAYAMA *et al.*, 2016).

5.1.2 Câncer de mama

Diversos pacientes que são diagnosticados com câncer de mama precisam passar pelo tratamento cirúrgico, e essa espera pela cirurgia pode causar insônia, estresse e ansiedade. É importante que as condições físicas e psicológicas do paciente, nesse período de espera, possam ser melhoradas (TAMAKI *et al.*, 2017). Muitas vezes, o tratamento primário para pacientes com tumores malignos localizados na mama é o cirúrgico. Para se avaliar o efeito do óleo essencial de lavanda na ansiedade de pacientes antes da cirurgia, foi conduzido um estudo com 80 participantes, do sexo feminino, todas com o diagnóstico de câncer de mama e com a cirurgia programada. As 80 pacientes foram divididas em dois grupos (BEYLIKLIÖĞLU; ARSLAN, 2019).

No grupo de estudo, onde estava sendo avaliado o efeito do óleo essencial de lavanda, uma atadura de gaze com três a quatro gotas de óleo de lavanda foi entregue às pacientes para inalação por 20 minutos no dia da cirurgia. Os dois grupos, estudo e controle, preencheram o formulário Inventário de Ansiedade Traço-Estado (The State-Trait Anxiety Inventory), com duas subescalas que juntas avaliam o nível de ansiedade do participante (BEYLIKLIÖĞLU; ARSLAN, 2019).

Os resultados apontaram que ambos os grupos possuíam um nível semelhante de ansiedade durante o período pré-operatório. No referido estudo, os níveis de ansiedade das pacientes no grupo que utilizou o óleo essencial de lavanda diminuíram significativamente em comparação com o grupo controle. Esses resultados apoiam a hipótese de que a utilização da Aromaterapia no período pré-operatório diminui os níveis de ansiedade (BEYLIKLIÖĞLU; ARSLAN, 2019).

Um ensaio clínico randomizado para comparar os efeitos da Aromaterapia e dos cuidados convencionais para pacientes com câncer de mama, durante o período perioperatório é relatado por Tamaki *et al* (2017).

O grupo que recebeu a Aromaterapia teve o óleo essencial colocado ao lado da cama na véspera e no dia da cirurgia, de 21h às 06h. Foram utilizados três tipos de óleo (ylang-ylang, laranja e lavanda) e os pacientes poderiam escolher qual deles desejavam utilizar (TAMAKI *et al.*, 2017).

Para realizar a avaliação da qualidade de vida, foi utilizado um questionário onde os pacientes responderam na data da internação, da cirurgia e um dia após a cirurgia. Outro parâmetro avaliado foram os sinais vitais, que foram registrados nos dias da internação e cirurgia. A qualidade do sono também foi avaliada e esta foi registrada até o paciente receber alta do hospital (TAMAKI *et al.*, 2017).

O questionário aborda de forma global o estado de saúde, cinco escalas são empregadas para esta avaliação: funcionamento geral, físico, emocional, cognitivo e social.. E sete itens onde os seguintes sintomas vão ser ponderados: fadiga, náuseas e vômitos, dor, dispneia, insônia, perda de apetite, constipação, diarreia e dificuldades financeiras, que afetam toda a qualidade de vida do paciente (TAMAKI *et al.*, 2017).

Os pacientes escolhidos para compor o estudo tinham câncer de mama do estágio 0 ao estágio 3. No total, 162 pacientes participaram do estudo, onde 110 foram designados

aleatoriamente para o grupo da Aromaterapia e 52 para o grupo controle. Alguns participantes responderam o questionário de qualidade de vida de forma incompleta, 8 pertenciam ao grupo da Aromaterapia e 1 do grupo controle.

No referido estudo não foram encontradas melhoras significativas com o uso da Aromaterapia. Apesar de estatisticamente o uso dos óleos essenciais não terem sido melhores que os cuidados convencionais, os pacientes do grupo da Aromaterapia deram relatos positivos, como estarem mais relaxados e confortáveis (TAMAKI *et al.*, 2017).

5.2 Sintomas relatados nos artigos pesquisados

5.2.1 Náusea, vômito e ânsia de vômito

Dentre os efeitos adversos mais comuns causados pela quimioterapia, estão náusea, vômito e ânsia de vômito. Eles podem prejudicar o paciente oncológico de diversas formas, como causar desidratação, atrapalhar a vida profissional além de afetar o bem-estar psicológico. A Aromaterapia pode ser benéfica para o tratamento destes sintomas e embora alguns óleos possam apresentar reações adversas, estas são menos intensas e graves que aquelas observadas com o uso das medicações alopáticas, comumente utilizadas (ERTÜRK; TAŞCI, 2021).

Um estudo realizado na Turquia analisou os efeitos do óleo de hortelã-pimenta para náusea, vômito e ânsia de vômito. Foi composto por 80 pessoas com diagnóstico de câncer, que iriam realizar o tratamento quimioterápico e possuíam náusea em qualquer gravidade. Os participantes foram divididos em dois grupos, onde 36 estavam no grupo da intervenção com a Aromaterapia e 44 participavam do grupo controle. Devido aos agentes quimioterápicos possuírem potenciais de causarem náuseas diferentes, a comparação entre os dois grupos foi feita de acordo com o tratamento quimioterápico que estava sendo realizado (ERTÜRK; TAŞCI, 2021).

Os pacientes do grupo da intervenção utilizaram o óleo essencial três vezes ao dia, todos nos mesmos horários, durante os cinco dias após a quimioterapia. Misturado ao óleo fixo de amêndoas, para poder ser utilizado com segurança sobre a pele, essa mistura era colocada entre o lábio superior e o nariz. O tratamento antiemético de rotina não foi interrompido. Os integrantes do grupo controle não receberam nenhuma intervenção como placebo (ERTÜRK; TAŞCI, 2021).

Os óleos fixos são misturas de substâncias lipídicas, em geral obtidas de sementes e que constituem ótimos carreadores. Os óleos essenciais se solubilizam nos fixos e dessa forma é possível utilizar essa combinação para se evitar alergias, tendo em vista que os óleos essenciais causam irritação na pele se usados puros (HEINZMANN *et al.*, 2017).

Durante o estudo, dois pacientes relataram que o óleo essencial de hortelã-pimenta estava causando dores de cabeça e três pacientes relataram que o óleo estava aumentando a frequência e gravidade da náusea. Esses sintomas podem estar associados a características pessoais desses pacientes, mas os mesmos foram retirados do estudo e dessa forma interromperam o uso do óleo de hortelã-pimenta (ERTÜRK; TAŞCI, 2021).

Os resultados obtidos neste estudo apontam que o óleo de hortelã-pimenta, quando utilizado da forma relatada no artigo, pode diminuir a frequência de náuseas, vômitos e ânsia de vômito. Também podem reduzir a gravidade da náusea e sentimentos de angústia, consequências dos próprios sintomas adversos (ERTÜRK; TAŞCI, 2021).

Um estudo randomizado, duplo-cego e controlado por placebo foi realizado para avaliar os efeitos da Aromaterapia em náuseas induzidas por quimioterapia em crianças (EVANS *et al.*, 2018).

Os pacientes foram divididos em 3 categorias. Para a inalação os integrantes do grupo controle receberam água, do placebo receberam shampoo de bebê e no de intervenção eles receberam óleo essencial de gengibre (EVANS *et al.*, 2018).

As três substâncias (água, shampoo de bebê e óleo essencial de gengibre), tiveram suas doses padronizadas para 4 gotas em uma bola de algodão que estava dentro de um copo. Para a água ficar com a mesma aparência do shampoo e do óleo, foi adicionado um corante amarelo. Cada criança foi instruída a respirar profundamente três vezes a essência do copo antes de começar a infusão da quimioterapia e durante a infusão, quando necessário, elas poderiam continuar inalando os aromas. Para avaliar as náuseas, as crianças responderam a um formulário antes e após a infusão com os quimioterápicos, que possuía uma escala para definir a intensidade da mesma (EVANS *et al.*, 2018).

O estudo não obteve resultados significativos que comprovam uma melhora da náusea em crianças com o uso do óleo de gengibre. Uma limitação encontrada foi o pequeno número de participantes, que impediu que se determinasse uma diferença significativa (EVANS *et al.*, 2018).

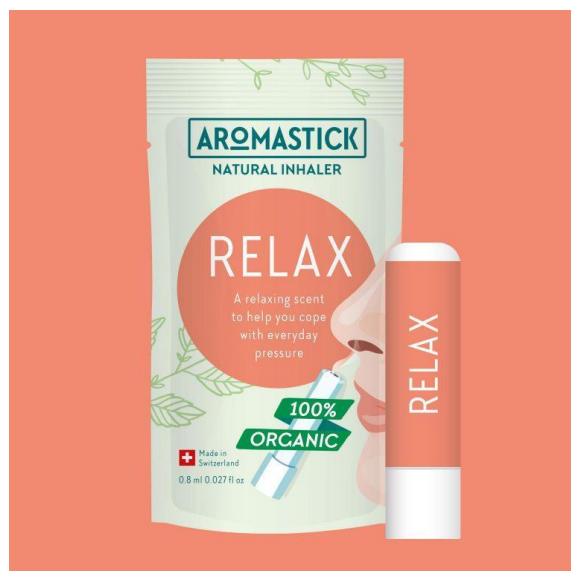
Apesar de não ser um estudo qualitativo, os pais relataram que a Aromaterapia ajudou seus filhos com os sintomas de náuseas (EVANS *et al.*, 2018).

5.2.2 Problemas de sono

Uma das dificuldades relacionadas ao câncer, é a perturbação do sono. Problemas com sono afetam a qualidade de vida do paciente oncológico e contribuem para a diminuição do seu estado funcional, e até mesmo a função imunológica é afetada (DYER *et al.*, 2016).

Um estudo avaliou como Aromasticks®, dispositivos inaladores pessoais, que possuem um pavio interno vazio que possibilita o uso de óleos essenciais (DYER *et al.*, 2016), podem ajudar com problemas de sono. Na figura 4, temos um exemplo deste dispositivo, disponível no mercado.

Figura 4 - Aromastick® – dispositivo para inalação pessoal



Fonte: Aromastick Natural Inhaler®, 2021

Pacientes oncológicos que possuíam problemas de sono, receberam esse dispositivo e tinham três opções de misturas de aromas. A mistura A era composta dos óleos essenciais de laranja bergamota (*Citrus bergamia*) e sândalo (*Santalum austrocaladonicum*); a mistura B era composta dos óleos essenciais de olíbano (*Boswellia carterii*), tangerina (*Citrus reticulata*) e lavanda (*Lavandula angustifolia*); a mistura C é uma mistura patenteada e comercializada para dormir, que era composta dos óleos essenciais de laranja doce (*Citrus sinensis*), laranja azeda (*Citrus aurantium*), lavandin (*Lavandula hybrida*), tangerina (*Citrus reticulata*), laranja bergamota (*Citrus bergamia*), lavanda (*Lavandula angustifolia*) e camomila-romana (*Anthemis nobilis*). A mistura mais escolhida pelos pacientes foi a mistura A e a menos escolhida a mistura C (DYER *et al.*, 2016).

Os resultados demonstraram que o uso do Aromastick® durante a noite foi útil para os pacientes e a maior parte deles relatou que iriam continuar usando o dispositivo para continuar ajudando-os a dormir (DYER *et al.*, 2016).

5.3 Atividade dos óleos essenciais em indivíduos saudáveis, doentes em estado consciente e doentes em estado inconsciente

Neste estudo testou-se o efeito de dois óleos essenciais, que na literatura possuem ações diferentes, o óleo de limão que possui ação estimulante e o óleo de lavanda conhecido por sua ação relaxante (GOEPFERT *et al.*, 2017).

Os participantes estavam divididos em três grupos. O primeiro era composto por 10 pessoas saudáveis, o segundo por 15 pacientes com alguns tipos de câncer, mas que estavam conscientes e o terceiro por 5 pacientes que estavam inconscientes, neste grupo três possuíam glioma, um câncer de estômago e um hemorragia cerebral (GOEPFERT *et al.*, 2017).

Os parâmetros testados foram: frequência cardíaca; frequência respiratória; saturação de oxigênio; pressão sistólica; pressão diastólica e foi calculada a pressão arterial média. Os três grupos foram expostos a três diferentes amostras (óleo essencial de lavanda, óleo essencial de limão e água que foi usada como placebo). Os parâmetros foram medidos antes, durante e depois de cada estímulo (GOEPFERT *et al.*, 2017).

As três amostras utilizadas como estímulos foram aplicadas da mesma forma, colocando-se de 3 a 4 gotas em uma máscara cirúrgica convencional que foi colocada na face dos participantes do estudo, cobrindo a boca e o nariz (GOEPFERT *et al.*, 2017).

No grupo controle, que era o grupo com indivíduos saudáveis, houve uma reação significativa com o óleo de limão, com um aumento na frequência respiratória, frequência cardíaca e pressão diastólica. A estimulação que foi realizada com o óleo de lavanda só obteve resultado significativo sobre a frequência respiratória, reduzindo-a. A estimulação com o placebo, não teve nenhuma reação significativa (GOEPFERT *et al.*, 2017).

No segundo grupo, onde os pacientes estavam acometidos com algum tipo de câncer mas estavam conscientes, todos os parâmetros testados obtiveram uma reação significativa com o uso do óleo de limão. O estímulo realizado com o de lavanda reduziu

todos os parâmetros, exceto a saturação de oxigênio onde não houve nenhuma alteração. O estímulo com o placebo não alterou nenhum parâmetro (GOEPFERT *et al.*, 2017).

No último grupo, onde os pacientes estavam inconscientes, o estímulo com o óleo de limão aumentou todos os parâmetros exceto a saturação de oxigênio. No estímulo com o óleo de lavanda os parâmetros foram reduzidos, novamente somente a saturação de oxigênio que não teve alteração. Outra vez o estímulo realizado com o placebo não alterou significativamente nenhum parâmetro (GOEPFERT *et al.*, 2017).

O estudo mostrou que os óleos essenciais podem alterar parâmetros fisiológicos e essas alterações vão depender do estado de cada indivíduo. O estudo concluiu que a Aromaterapia pode ser usada para ajudar pacientes com câncer em estágio avançado (GOEPFERT *et al.*, 2017).

5.4 Aromaterapia associada à massagem

A massagem com Aromaterapia (MA) utiliza as propriedades dos óleos essenciais por inalação e a aplicação tópica. Uma pesquisa qualitativa foi realizada para avaliar o efeito da desta técnica em pacientes oncológicas do sexo feminino (HO *et al.*, 2017).

O estudo foi conduzido através de entrevistas, onde as participantes já tinham feito o uso da massagem com óleos essenciais. No total, 15 mulheres foram entrevistadas, e apesar de possuírem tipos de câncer diferentes, o câncer de mama foi mais prevalente e a experiência delas com a massagem foi semelhante (HO *et al.*, 2017).

De forma geral, todas as pacientes tiveram uma vivência positiva e perceberam benefícios físicos e psicológicos com uso dessa terapia complementar. Palavras como “conforto geral” e “relaxado” foram frequentemente usadas pelas mulheres (HO *et al.*, 2017).

Algumas pacientes diagnosticadas com câncer de mama sentiram que a massagem com óleos essenciais as ajudou a aceitar e a lidar com o corpo que estava alterado.

Independente do tipo de câncer, todas as mulheres consideraram esta técnica útil (HO *et al.*, 2017).

O efeito da massagem com ou sem Aromaterapia para tratar os sintomas do câncer, foi investigado por Shin *et al* (2016), que não encontrou evidências para apoiar o uso da massagem com ou sem Aromaterapia, para aliviar os sintomas de pacientes oncológicos. Entretanto ressalta a importância de que não há uma quantidade de evidências de qualidade grande o suficiente para apoiar ou não essa intervenção e salientou a necessidade de se realizar mais estudos (SHIN *et al.*, 2016).

Farahani *et al* (2019) avaliou os efeitos da Aromaterapia nas complicações do câncer e obteve, através dos seus resultados, que há uma melhora nessas complicações com o uso desta prática. (FARAHANI *et al.*, 2019).

5.5 Precauções do tratamento com a Aromaterapia

Utilizar a Aromaterapia como uma alternativa para melhorar a qualidade de vida dos pacientes oncológicos, pode trazer diversos benefícios para os mesmos, pois, óleos essenciais como o de lavanda, hortelã-pimenta e laranja já demonstraram que possuem atividades benéficas (REIS; JONES, 2017).

Entretanto é importante que esses óleos essenciais sejam genuínos e de qualidade. A adulteração de óleos essenciais é comum, e é fundamental que se saiba distinguir um óleo genuíno de outro adulterado. A lavanda foi vastamente estudada como auxiliar no tratamento para dormir e frequentemente encontram-se alterações no óleo essencial dessa planta. A utilização de um óleo essencial não autêntico por um paciente oncológico, que tem sua imunidade já comprometida, pode trazer ainda mais riscos à sua saúde (REIS; JONES, 2017). Para identificar um óleo essencial adulterado podemos utilizar uma técnica analítica, realizada em laboratório chamada cromatografia gasosa. Um teste simples de se fazer em casa é pingar uma gota do óleo em um papel e esperar a volatilização, se ficar

algum resquício no papel é provável que o óleo seja adulterado. Conhecer a origem do óleo é outro fator importante para se garantir a qualidade dos mesmos.

A indicação dos usos e aplicações dos óleos requer conhecimento e experiência, por isso é importante que os profissionais de saúde conheçam os usos dos óleos essenciais e aprendam sobre qualidade e segurança dos mesmos para transmitirem esse conhecimento à população da forma correta e segura (REIS; JONES, 2017).

Um dos artigos selecionados correlaciona o uso constante de velas aromáticas com o câncer de bexiga. O artigo relata que há muitos estudos sobre os benefícios dos óleos essenciais para a saúde, mas há falta de material trazendo os prováveis riscos (ADAMOWICZ *et al.*, 2019).

As velas perfumadas podem emitir substâncias biologicamente ativas que gradualmente podem se acumular na urina. É importante ressaltar que o possível risco do uso de velas aromáticas, não está se referindo a um uso esporádico, e sim um uso constante. As velas aromáticas podem ser feitas de diversos materiais, e é importante prestar atenção na qualidade das velas que serão adquiridas, pois, muitas são feitas com aromas sintéticos (ADAMOWICZ *et al.*, 2019).

5.6 Discussão

Apesar de todos os benefícios descritos nos artigos apresentados neste trabalho, a maioria dos autores aborda a necessidade de mais estudos sobre o tema. A quantidade de artigos que eram específicos para tratar dos efeitos do uso da Aromaterapia por pacientes com câncer foi muito pequena. Além de mais estudos, é preciso que estes possuam resultados que sejam significativos e com evidências de maior qualidade.

Com tais requisitos, a Aromaterapia poderá ser indicada para pacientes oncológicos com segurança e assertividade, beneficiando mais pacientes. Suas famílias também poderão usufruir dessa melhoria na qualidade de vida, pois, o câncer além de prejudicar

diversos aspectos da saúde da pessoa que recebe o diagnóstico, também atinge os familiares, que podem se sentir mais ansiosos, depressivos, adquirirem problemas com sono, entre outros.

Nos estudos analisados, o óleo essencial de lavanda foi o que apareceu de forma mais frequente e o câncer de mama foi o mais presente nos artigos. Nem todos os trabalhos citaram o óleo essencial usado ou o tipo de câncer dos pacientes, logo as análises do óleo e do câncer mais frequente foi baseada naqueles que possuíam essa informação.

Dois artigos analisados trouxeram outro aspecto muito importante e que precisa ser discutido (REIS; JONES, 2017) (ADAMOWICZ *et al.*, 2019). Os perigos que o mau uso de óleos essenciais pode trazer. Boa parte da população acredita que o que é natural não faz mal, logo óleos que são extraídos de plantas seriam inofensivos. Essa ideia está completamente equivocada, e apesar dos inúmeros benefícios que os óleos voláteis nos oferecem, quando utilizados da maneira errada, tornam-se perigosos. Por isso, é importante que a população receba informação de qualidade.

A maior parte dos artigos analisados nesta revisão trazem benefícios que a Aromaterapia pode causar em pacientes que estão passando pelo tratamento de câncer. Esse resultado contribui para enfatizar o potencial que essa terapia tem para ser usada como um tratamento auxiliar para esses pacientes.

6. Conclusão

Neste trabalho, observou-se que a Aromaterapia possui um enorme potencial para auxiliar no tratamento integrativo de pacientes oncológicos, com a característica de possuir menos efeitos adversos se comparada aos tratamentos convencionais.

É uma técnica ampla e abrange diversos aspectos da saúde, trazendo benefícios físicos e psicológicos para pessoas com câncer e, através dessas melhorias, a qualidade de vida dos pacientes é afetada positivamente.

Entretanto, um problema observado, foi o de estudos inconclusivos ou com baixo número amostral de participantes, não resultando em conclusões significativas. É necessário que mais pesquisas sejam realizadas sobre os efeitos da Aromaterapia, isolada das demais terapias complementares, em pacientes oncológicos. E que esses estudos possam abranger um número maior de participantes, a fim de que resultem em evidências com qualidade que garantam a segurança necessária para seu amplo uso clínico no cuidado e tratamento de pacientes que lutam contra o câncer.

A equipe multiprofissional em saúde possibilita que diversas áreas sejam consideradas no tratamento do paciente, aumentando a qualidade do serviço oferecido, além da troca de conhecimentos feita entre eles, que acarreta na melhora do desempenho do coletivo por completo. É muito importante que os farmacêuticos que integram esse grupo, bem como os demais profissionais, busquem conhecimento além do fornecido na graduação para atuarem com Aromaterapia e dessa forma contribuam para fornecer mais uma alternativa de cuidado para o paciente oncológico.

7. Referências

ADAMOWICZ, Jan; JUSZCZAK, Kajetan; POLETAJEW, Slawomir; VAN BREDA, Shane Vontelin; POKRYWCZYNSKA, Marta; DREWA, Tomasz. Scented Candles as an Unrecognized Factor that Increases the Risk of Bladder Cancer; Is There Enough Evidence to Raise a Red Flag? *Cancer Prevention Research*, [S.L.], v. 12, n. 10, p. 645-652, 9 ago. 2019. American Association for Cancer Research (AACR). <http://dx.doi.org/10.1158/1940-6207.capr-19-0093>.

AMARAL, Fernando. TÉCNICAS DE APLICAÇÃO DE ÓLEOS ESSENCIAIS: terapias de saúde e beleza. São Paulo: Cengage Learning, 2015.

ARMSTRONG, Megan; FLEMMING, Kate; KUPELI, Nuriye; STONE, Patrick; WILKINSON, Susie; CANDY, Bridget. Aromatherapy, massage and reflexology: A systematic review and thematic synthesis of the perspectives from people with palliative care needs. *Palliative Medicine*, [S. L.], v. 33, n. 7, p. 757-769, jun. 2019. <https://doi.org/10.1177/0269216319846440>

AUGUSTYNIUK, Katarzyna; BRUDNOCH, Katarzyna; OWSIANOWSKA, Joanna; SCHNEIDER-MATYKA, Daria; JURCZAK, Anna; KARAKIEWICZ, Beata. The use of alternative and complementary medicine practices by cancer chemotherapy patients. *Family Medicine & Primary Care Review*, [S.L.], v. 1, p. 7-11, 2016. Termedia Sp. z.o.o.. <http://dx.doi.org/10.5114/fmpcr/42566>.

BEYLIKLIOĞLU, Ayşe; ARSLAN, Sevban. Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery. *Journal Of Perianesthesia Nursing*, [S.L.], v. 34, n. 3, p. 587-593, jun. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jopan.2018.10.002>.

BLACKBURN, Lisa M.; ABEL, Stephanie; GREEN, Lori; JOHNSON, Kristen; PANDA, Shannon. The Use of Comfort Kits to Optimize Adult Cancer Pain Management. *Pain Management Nursing*, [S.L.], v. 20, n. 1, p. 25-31, fev. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pmn.2018.01.004>.

BLACKBURN, Lisa; ACHOR, Sara; ALLEN, Betty; BAUCHMIRE, Nicole; DUNNINGTON, Danielle; KLISOVIC, Rebecca; NABER, Steven; ROBLEE, Kirsten; SAMCZAK, Angela; TOMLINSON-PINKHAM, Kelly. The Effect of Aromatherapy on Insomnia and Other Common Symptoms Among Patients With Acute Leukemia. *Oncology Nursing Forum*, [S.L.], v. 44, n. 4, p. 185-193, 1 jul. 2017. Oncology Nursing Society (ONS). <http://dx.doi.org/10.1188/17.onf.e185-e193>.

BRASIL. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. Estatísticas de câncer. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/numeros-de-cancer>. Acesso em: 14 maio 2021.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/ape/pics>. Acesso em: 14 maio 2021.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: histórico. Histórico. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/ape/pics/historico>. Acesso em: 15 maio 2021.

CHEN, Ting-Hao; TUNG, Tao-Hsin; CHEN, Pei-Shih; WANG, Shu-Hui; CHAO, Chuang-Min; HSIUNG, Nan-Hsing; CHI, Ching-Chi. The Clinical Effects of Aromatherapy Massage on Reducing Pain for the Cancer Patients: meta-analysis of randomized controlled trials. *Evidence-Based Complementary And Alternative Medicine*, [S.L.], v. 2016, p. 1-6, 2016. Hindawi Limited. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/9147974>.

DYER, Jeannie; CLEARY, Lise; MCNEILL, Sara; RAGSDALE-LOWE, Maxine; OSLAND, Caroline. The use of aromasticks to help with sleep problems: a patient experience survey. *Complementary Therapies In Clinical Practice*, [S.L.], v. 22, p. 51-58, fev. 2016. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctcp.2015.12.006>.

ERTÜRK, Nuriye Efe; TAŞCI, Sultan. The Effects of Peppermint Oil on Nausea, Vomiting and Retching in Cancer Patients Undergoing Chemotherapy: an open label quasi-randomized controlled pilot study. *Complementary Therapies In Medicine*, [S.L.], v. 56, p. 102587, jan. 2021. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102587>.

EVANS, Anna; MALVAR, Jemily; GARRETSON, Cassie; KOLOVOS, Eliza Pedroja; NELSON, Mary Baron. The Use of Aromatherapy to Reduce Chemotherapy-Induced Nausea in Children With Cancer: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Journal Of Pediatric Oncology Nursing*, [S.L.], v. 35, n. 6, p. 392-398, 27 jun. 2018. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.1177/1043454218782133>.

FARAHANI, Mansoureh Ashghali; AFSARGHAREHBAGH, Roghaiyeh; MARANDI, Fatemeh; MORADI, Mojgan; HASHEMI, Seyed-Mehdi; MOGHADAM, Mahdiah Poodineh; BALOUCHI, Abbas. Effect of aromatherapy on cancer complications: a systematic review. *Complementary Therapies In Medicine*, [S.L.], v. 47, p. 102169, dez. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ctim.2019.08.003>.

GOEPFERT, Melanie; LIEBL, Patrick; HERTH, Natalie; CIARLO, Giancarlo; BUENTZEL, Jens; HUEBNER, Jutta. Aroma oil therapy in palliative care: a pilot study with physiological parameters in conscious as well as unconscious patients. *Journal Of Cancer Research And Clinical Oncology*, [S.L.], v. 143, n. 10, p. 2123-2129, 20 jun. 2017. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1007/s00432-017-2460-0>.

HAMZEH, Sahar; SAFARI-FARAMANI, Roya; KHATONY, Alireza. Effects of Aromatherapy with Lavender and Peppermint Essential Oils on the Sleep Quality of Cancer Patients: a randomized controlled trial. *Evidence-Based Complementary And Alternative Medicine*, [S.L.], v. 2020, p. 1-7, 25 mar. 2020. Hindawi Limited. <http://dx.doi.org/10.1155/2020/7480204>.

HEINZMANN, Berta Maria; SPITZER, Volker; SIMÕES, Cláudia Maria Oliveira. Óleos voláteis. In: SIMÕES, Cláudia Maria Oliveira; SCHENKEL, Eloir Paulo; MELLO, João Carlos Palazzo de; MENTZ, Lilian Auler; PETROVICK, Pedro Ros.

Farmacognosia: do produto natural ao medicamento. Porto Alegre: Artmed, 2017. p. 1-464.

HO, Simone s M; KWONG, Alice N L; WAN, Karen W s; HO, Rosita M L; CHOW, Ka Ming. Experiences of aromatherapy massage among adult female cancer patients: a qualitative study. *Journal Of Clinical Nursing*, [S.L.], v. 26, n. 23-24, p. 4519-4526, 5 jun. 2017. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/jocn.13784>.

KLAFKE, Nadja; MAHLER, Cornelia; VON HAGENS, Cornelia; BLASER, Gisela; BENTNER, Martina; JOOS, Stefanie. Developing and implementing a complex Complementary and Alternative (CAM) nursing intervention for breast and gynecologic cancer patients undergoing chemotherapy—report from the CONGO (complementary nursing in gynecologic oncology) study. *Supportive Care In Cancer*, [S.L.], v. 24, n. 5, p. 2341-2350, 2 dez. 2015. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1007/s00520-015-3038-5>.

NAKAYAMA, Michihiro; OKIZAKI, Atsutaka; TAKAHASHI, Koji. A Randomized Controlled Trial for the Effectiveness of Aromatherapy in Decreasing Salivary Gland Damage following Radioactive Iodine Therapy for Differentiated Thyroid Cancer. *Biomed Research International*, [S.L.], v. 2016, p. 1-6, 2016. Hindawi Limited. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/9509810>.

OEI, Shiao Li; THRONICKE, Anja; MATTHES, Harald; SCHAD, Friedemann. Assessment of integrative non pharmacological interventions and quality of life in breast cancer patients using real world data. *Breast Cancer*, Berlin, Germany, v. 28, p. 608-617, jan. 2021 <https://doi.org/10.1007/s12282-020-01193-x>.

REIS, Debra; JONES, Tisha. Aromatherapy: using essential oils as a supportive therapy. *Clinical Journal Of Oncology Nursing*, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 16-19, 1 fev. 2017. Oncology Nursing Society (ONS). <http://dx.doi.org/10.1188/17.cjon.16-19>.

Shin ES, Seo KH, Lee SH, Jang JE, Jung YM, Kim MJ, Yeon JY. Massage with or without aromatherapy for symptom relief in people with cancer. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2016, Issue 6. Art. No.: CD009873. DOI: 10.1002/14651858.CD009873.pub3

TAMAKI, Kentaro; FUKUYAMA, Akiko Komatsu; TERUKINA, Shigeharu; KAMADA, Yoshihiko; UEHARA, Kano; ARAKAKI, Miwa; YAMASHIRO, Kazuko; MIYASHITA, Minoru; ISHIDA, Takanori; MCNAMARA, Keely May. Randomized trial of aromatherapy versus conventional care for breast cancer patients during perioperative periods. *Breast Cancer Research And Treatment*, [S.L.], v. 162, n. 3, p. 523-531, 8 fev. 2017. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1007/s10549-017-4134-7>.

UNICESUMAR EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA (Brasil). O que são Práticas Integrativas e Complementares? Disponível em: <https://www.unicesumar.edu.br/blog/praticas-integrativas-e-complementares/>. Acesso em: 15 maio 2021.