

## A APLICAÇÃO DA AROMATERAPIA COM ÓLEO ESSENCIAL DE LAVANDA EM PACIENTES SUBMETIDOS A HEMODIÁLISE

Isabelle Nascimento Bezerra<sup>1</sup>, Mônica Aparecida Moro<sup>1</sup>, Rafaela Rodrigues de Mattos<sup>1</sup>,

Prof<sup>a</sup> Me. Lilia Antunes Tardelli Bastos<sup>2</sup>, Prof<sup>o</sup> Me. Maximilian Estevan Oliveira<sup>2</sup>.

1. Acadêmicos de Enfermagem pelo Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio.

2. Docentes de Enfermagem no Centro Universitário Nossa Senhora do Patrocínio.

### RESUMO

**Introdução:** A evolução da insuficiência renal (IR), condição clínica caracterizada pela perca parcial ou total da função renal, faz com que muitos pacientes sejam submetidos a hemodiálise, tratamento que, embora essencial, impõe limitações nos pacientes. Diante disso, as práticas integrativas e complementares em saúde (PICS), como a aromaterapia, que faz uso de óleos essenciais, têm sido cada vez mais exploradas por seus efeitos positivos na saúde.

**Objetivo:** Investigar os benefícios da aplicação do óleo essencial de lavanda em pacientes submetidos a hemodiálise, a fim de obter redução da ansiedade e melhora da qualidade do sono durante as sessões. **Método:** Trata-se de um método indutivo, exploratório transversal, de abordagem qualitativa e quantitativa, realizado em pacientes de uma clínica de hemodiálise localizada em Itu-SP. O estudo consiste na coleta de dados da aplicação de uma técnica de aromaterapia que utilizou óleo essencial de lavanda em pacientes submetidos a hemodiálise em conjunto da técnica de respiração diafragmática. **Resultados:** Os resultados implicam uma redução significativa de 70,9% nos níveis de ansiedade e melhora perceptível na qualidade do sono dos participantes durante as sessões de hemodiálise, constituindo uma redução de 46,2% dos casos de qualidade de sono prejudicada. **Conclusão:** A aromaterapia com óleo essencial de lavanda mostrou-se eficaz na redução da ansiedade e na melhoria do bem-estar dos pacientes submetidos à hemodiálise, configurando-se como uma ferramenta terapêutica valiosa no cuidado humanizado e integral.

**Descritores:** Práticas integrativas e complementares, Aromaterapia, Hemodiálise, Insuficiência Renal e Enfermagem.

## ABSTRACT

**Introduction:** The evolution of renal failure (RI), a clinical condition characterized by partial or total loss of kidney function, causes many patients to undergo hemodialysis, a treatment that, although essential, imposes limitations on patients. Therefore, integrative and complementary practices in health (PICS), such as aromatherapy, which makes use of essential oils, have been increasingly explored for their positive effects on health. **Objective:** To investigate the benefits of applying lavender essential oil in patients undergoing hemodialysis, in order to reduce anxiety and improve sleep quality during sessions. **Method:** This is an inductive, cross-sectional exploratory method with a qualitative and quantitative approach, performed in patients of the hemodialysis clinic in the city of Itu. The study consists of collecting data from the application of an aromatherapy technique that used lavender essential oil in patients submitted to hemodialysis together with the diaphragmatic breathing technique. **Results:** The results imply a significant reduction of 70.9% in anxiety levels and noticeable improvement in sleep quality of participants during hemodialysis sessions, constituting a 46.2% reduction in cases of poor sleep quality. **Conclusion:** Aromatherapy with lavender essential oil was effective in reducing anxiety and improving the well-being of patients undergoing hemodialysis, configuring itself as a valuable therapeutic tool in humanized and integral care.

**Keywords:** Integrative and complementary practices, Aromatherapy, Hemodialysis, Renal failure and Nursing.

## INTRODUÇÃO

A insuficiência renal (IR) é caracterizada pela perda gradual e irreversível da função dos rins, que pode levar o indivíduo a diversas complicações fisiológicas decorrente do desequilíbrio da homeostase. (BOSAN, 2007; SBN, 2016).

Segundo o Ministério de Saúde (MS) 2022, a insuficiência renal é classificada conforme sua gravidade em duas formas: insuficiência renal aguda (IRA) e a insuficiência renal crônica (IRC). A IRA pode ser revertida se diagnosticada precocemente, enquanto a IRC é irreversível devido ao comprometimento avançado da função renal.

Todo portador de IRC tem seus direitos cobertos e ampliados a fim de garantir acesso às diferentes modalidades de terapias substitutivas, visando os princípios básicos do Sistema

único de saúde (SUS), a universalidade, equidade e integralidade (BRASIL, 2004). A hemodiálise proporciona melhor qualidade de vida aos pacientes, reduz a mortalidade precoce e minimiza complicações associadas à doença. O número de pacientes submetidos a hemodiálise, que é a terapia de substituição renal que utiliza membranas dialisantes artificiais para filtrar o sangue, compensando a perda da função dos rins, vem crescendo consideravelmente.

Conforme o Censo Brasileiro de Diálise de 2018, o número total aproximado de pacientes submetidos à diálise foi de 133.464. Cerca de 92,3% estavam em hemodiálise. Já no Censo Brasileiro de Diálise de 2022, o número total estimado de pacientes em tratamento de diálise foi de 153.831. Cerca de 95,3% estavam em hemodiálise (SBN, 2018).

Os pacientes submetidos ao processo de hemodiálise enfrentam problemas constantes que são associadas ao tratamento, como a desnutrição, perda de massa muscular, anemia, complicações no acesso vascular, incluindo trombose, infecções e estenose, além dos impactos psicológicos e sociais, decorrentes da dependência do tratamento e das limitações impostas pela doença.

Diante desses desafios, o manejo adequado do caso e a intervenção de uma equipe multidisciplinar são essenciais para minimizar os impactos negativos do tratamento. O acompanhamento contínuo, incluindo suporte nutricional, psicológico e nefrológico, contribui expressivamente na melhora da qualidade de vida, bem como a adesão do paciente ao tratamento de hemodiálise (SANTOS, 2016).

As terapias integrativas e complementares têm origens antigas e profundas, derivadas de práticas tradicionais de saúde usadas em diversas culturas há milhares de anos. No século XX, essas práticas ganharam reconhecimento global, especialmente com o incentivo da Organização Mundial da Saúde (OMS). Em 1972, a OMS estabeleceu o departamento de medicina tradicional para promover o uso de abordagens naturais e eficazes. Desde então, terapias integrativas passaram a ser incorporadas a sistemas de saúde em várias partes do mundo (PNPIC, 2003).

No Brasil, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), após atendimento das diretrizes e recomendações da OMS, foram instituídas no SUS em 2006, depois da aprovação unânime do Conselho Nacional de Saúde (CNS), 5 PICS (PNPIC, 2006). Em 2017, 14 práticas integrativas foram incorporadas à PNPIC. Em 2018, o Ministério da Saúde adicionou outras 10 práticas, elevando o total para 29 abordagens integrativas e complementares incluídas na PNPIC. (MS, 2018) com o intuito de recuperação e promoção da

saúde, tendo como prioridade uma escuta acolhedora, criação de laços vinculados a práticas de terapia e a conexão do indivíduo com um todo. Considerando que as PICS não exercem um papel substitutivo nos tratamentos convencionais, mas sim uma complementação ao tratamento. (ASCOM-COFEN, 2024).

O enfermeiro, com base na Resolução Nº739 de 05 de fevereiro de 2024, desde que devidamente capacitado, pode instituir, designar e incorporar as PICS em todos os níveis de assistência à saúde. Sendo de manejo exclusivo do enfermeiro a Acupuntura, Antroposofia aplicada à Saúde, Biodança, Fitoterapia, Ozonioterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Termalismo/Cromoterapia e Yoga, que são práticas reconhecidas como especialidades. (ASCOM-COFEN, 2024).

A Aromaterapia é uma das práticas incorporadas ao leque de PICS disponíveis pelo SUS em 2018 (MS,2018), que traz em questão a utilização de práticas terapêuticas envolvendo óleos essenciais (OE) para recuperação do equilíbrio do organismo, promovendo saúde física e mental do indivíduo (LAVABRE, 2018). Pode-se extrair o óleo essencial de lavanda de folhas e flores. Para entender seu processo, é necessário saber que, quando há contato por inalação, as moléculas do OE estimulam os nervos olfativos que, por sua vez, possuem ligação direta com o Sistema Límbico, responsável por emoções, sentimentos e impulsos motivacionais. A “memória olfativa” surge como consequência de um processo de identificação olfativa, associando um aroma específico a quaisquer memórias desencadeadas pelo Sistema Límbico (PORTUGAL, GUEDES, 2019).

Em 1856, quando ocorreu a Guerra da Crimeia, Florence Nightingale se destacou como percussora, quando introduziu OE no processo de cuidado. Ela foi responsável por indicar a aplicação de óleo essencial de lavanda (*Lavandula angustifolia*) na região frontal dos soldados feridos durante a Guerra da Crimeia, para acalmá-los (DIAS, LP; DIAS, MP, 2019).

Em consequência disso, foi desenvolvido um estudo de campo, visando implementar uma PICS durante as sessões de Hemodiálise nos pacientes, adjunto com a técnica de respiração diafragmática, que se dá por uma respiração lenta e profunda, muito eficaz que, além de todos os benefícios, age diretamente na diminuição do cortisol, promovendo assim o relaxamento e diminuição da ansiedade e do estresse (MA *et al.*, 2017), bem como obter resultados do impacto da Aromaterapia na vida dos pacientes, com igual objetivo, de amenizar a ansiedade e promover sensação de relaxamento, além de melhorar o sono durante as sessões.

## METODOLOGIA

Trata-se de um método indutivo, exploratório transversal, de abordagem qualitativa e quantitativa, baseado nas etapas descritas a seguir. A definição da pergunta norteadora “Como as práticas integrativas e seus benefícios podem contribuir para com os pacientes submetidos à hemodiálise?”

Para a construção da pergunta norteadora do estudo, foi utilizado uma ferramenta de práticas baseada em evidências, estratégia - PICO, onde “P” faz referência ao paciente/população estudada, “I” variável de interesse, “C” comparação de intervenções e “O” referente ao desfecho (SANTOS et al., 2007), sendo estes respectivamente, pacientes de uma clínica de Hemodiálise, que durante as sessões sofrem com diversos efeitos colaterais do tratamento de diálise, onde por meio de diversos estudos comprova-se os ganhos com a inserção da prática da aromaterapia, em especial, com a utilização do óleo essencial de lavanda cujas propriedades conhecidas versam por efeitos analgésicos, calmantes e relaxantes.

Sendo a pesquisa um importante caminho científico em busca de uma ampliação dos conhecimentos, dada a sua importância para promover estratégias de condução no atendimento à população, foi utilizado o procedimento técnico de levantamento tipo survey, que segundo, Prodanov (2013, p. 57) este tipo de procedimento de levantamento de dados tipo survey nos possibilita, conhecer o que se deseja através de algum tipo de questionário a ser desenvolvido acerca do problema a ser estudado, chegando assim as conclusões dos dados levantados mediante análises quantitativas e qualitativas, tendo como vantagem o levantamento direto da realidade.

O método indutivo é caracterizado pela aproximação gradual do conhecimento com base na análise de dados empíricos, possibilitando a construção de generalizações a partir de casos particulares LAKATOS,2023). Durante as buscas, foram selecionados artigos de revisão integrativa e estudos randomizados para a construção de uma base sólida científica para o desenvolvimento desse estudo nas bases de dados em língua inglesa, portuguesa e espanhola, por assim entender que as buscas nas bases de dados conceituadas da área da saúde compreendem um levantamento alicerçado para o conhecimento das quais destacamos SciElo, LILACS, Medline, Mendeley e PubMed, utilizando o operador booleano “AND”, com o uso das seguintes combinações de descritores “Hemodiálise AND Práticas integrativas”, “Aromaterapia AND hemodiálise”, “Hemodiálise AND Óleo essencial” e “Práticas integrativas e complementares AND Insuficiência Renal”.

As publicações resultantes da base de dados citadas acima formam um conjunto de artigos que visam alicerçar e orientar no estudo de campo requerido. O idioma do artigo não foi um requisito para exclusão de arquivos, já que temos à disposição de diversos aplicativos gratuitos na internet, para auxiliarmo-nos com a tradução do artigo se necessário. Além disso, não foram contabilizados artigos com duplicidade em bases de dados. Conforme é apresentado no fluxograma 1.

**Fluxograma 1: Etapas de seleção de artigos. Itu,2025.**



**Fonte: de autoria própria**

Contudo, será abordado nos próximos subtópicos especificamente sobre cada quesito da abordagem escolhida para este projeto, visando falar mais a respeito do local de aplicação do estudo e a população voluntária selecionada de acordo com os quesitos pré-estabelecidos, assim como explicar todo o processo de aplicação e coleta de dados adjunto com seus benefícios e seus desafios; aspectos éticos da pesquisa e critérios estabelecidos para a pesquisa.

### **Local**

O estudo foi realizado com pacientes voluntários, submetidos à terapia de hemodiálise da clínica LUND de Nefrologia, localizada na cidade de Itu, no estado de São Paulo. A clínica

localizada no bairro Liberdade, ITU-SP, disponibiliza atendimentos pelo SUS e conveniado e atende cerca de 334 pacientes atualmente.

## **População**

O estudo foi realizado em 17 pacientes participantes voluntários, clientes da clínica parceira do estudo de campo do primeiro turno de terça-feira, quinta-feira e sábado, sendo que 05 participantes optaram por deixar o estudo no decorrer da aplicação, por motivos de não adaptação ao cheiro do óleo essencial.

## **Critérios de inclusão**

Os critérios para a participação, mesmo que voluntária, desta pesquisa de campo incluem ser paciente da clínica de hemodiálise do primeiro turno, que hemodialisam às terças-feiras, quintas-feiras e aos sábados no período das 06:00 às 10:00, com idade entre 18 e 55 anos respectivamente.

## **Critérios de exclusão**

- Pacientes que se recusarem a participar da pesquisa.
- Pacientes que não se encontram no recorte da faixa etária pré-estabelecida pelos pesquisadores de 18 a 55 anos.
- Pacientes que possuem algum problema respiratório grave.
- Pacientes que possuem alergias ao extrato e/ou óleo essencial de lavanda.
- Pacientes que possuem deficiência cognitiva que impossibilite a compreensão da terapia aplicada, bem como a comunicação da devolutiva da experiência.

A exclusão de pessoas com deficiência cognitiva da presente pesquisa se justifica por razões éticas, metodológicas e práticas diretamente relacionadas aos objetivos e à natureza do estudo. O protocolo exige que os participantes compreendam, realizem e relatem, de forma autônoma, suas percepções em relação à aplicação do exercício de aromaterapia utilizando o óleo essencial de lavanda associada à respiração diafragmática. A avaliação da eficácia da intervenção será feita por meio de questionários comparativos, antes e após a aplicação, que envolvem julgamento subjetivo e autorrelato sobre sensações como ansiedade, fadiga e qualidade do sono. Tais aspectos requerem capacidade cognitiva preservada para garantir respostas coerentes, conscientes e fidedignas, fundamentais para a validade científica do estudo. Além disso, a participação de pessoas com deficiência cognitiva implicaria a

necessidade de adaptações metodológicas específicas, não previstas no escopo do projeto, o que poderia comprometer a homogeneidade da amostra e dificultar a análise comparativa dos dados. Do ponto de vista ético, com base nas Resoluções CNS nº. 466/2012 e nº. 510/2016, destaca-se também a responsabilidade dos pesquisadores em proteger indivíduos em situação de vulnerabilidade, evitando riscos desnecessários e garantindo a compreensão plena do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Deste modo, a definição dos critérios de exclusão foi realizada com o propósito de preservar a integridade metodológica do estudo e, sobretudo, a segurança e autonomia dos participantes.

### **Aspectos éticos**

O presente projeto de pesquisa foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), respeitando os trâmites legais estabelecidos por esse órgão. Após a sua anuência, foi iniciada a coleta de dados. Para tanto, os participantes voluntários do estudo foram esclarecidos dos objetivos da pesquisa e receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido no corpo do instrumento de pesquisa, elaborado conforme as normas das Resoluções, 196/96, 466/12, 510/16, que versam sobre os aspectos éticos em pesquisas envolvendo seres humanos (Conselho Nacional de Saúde, 2012). A participação do paciente no estudo foi totalmente voluntária, podendo deixá-la a qualquer momento em que desejar, sem que isto o prejudique.

### **Coleta de dados**

A coleta de dados ocorreu após a aprovação do Comitê de Ética em pesquisa com seres Humanos, por meio da aplicação da aromaterapia com óleo essencial de lavanda no início da sessão de hemodiálise. Após o término da aplicação da terapia, foi preenchido pelos pacientes participantes o instrumento de coleta de dados, respectivamente, um questionário, que permite entender a eficácia da técnica aplicada conforme. Tal questionário foi aplicado 2 vezes, a fim de compreender como o participante se encontra em sua primeira sessão semanal antes da aplicação da técnica de aromaterapia e consequentemente os resultados após aplicação no último dia referente às sessões. Tal coleta foi feita de modo a ter um parâmetro comparativo, sem provocar desconforto e incômodo aos pacientes durante as sessões.

É valido ressaltar que a aplicação da técnica de aromaterapia de inalação com óleo essencial de lavanda ao participante voluntário, bem como o preenchimento do instrumento de coleta de dados ocorreu apenas após o mesmo, ler e aceitar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, fase inicial da participação na pesquisa.

## Procedimentos

O presente procedimento tem como objetivo identificar as propriedades do óleo essencial de lavanda na aplicação em pacientes durante sessões de hemodiálise. As etapas foram as seguintes: Após a aprovação do projeto, o consentimento dos pacientes participantes voluntários para início do estudo, assim como o preenchimento e validação do questionário de anamnese específica para verificação da possível alergia a óleo essencial de lavanda, foi entregue ao participante no início da semana, um questionário para a coleta de informações referente ao nível de ansiedade, frequência de episódios ansiosos e qualidade do sono durante as sessões. Em seguida, durante a sessão de hemodiálise, o participante voluntário recebeu dos pesquisadores uma gaze contendo duas gotas de óleo essencial de lavanda, posicionada sobre a roupa, na região do tórax, permanecendo ali durante os 30 minutos iniciais da sessão. Durante a aplicação da aromaterapia foi orientado ao paciente participante, a respeito da respiração diafragmática, que se trata de uma respiração lenta e profunda, que vem para complementar nos efeitos terapêuticos da lavanda, com intuito de promover relaxamento e consequentemente alívio da ansiedade. Após esse período, a gaze foi descartada. Ao final da semana, o participante respondeu a segunda parte do questionário, relatando suas percepções sobre o uso do óleo essencial de lavanda e se houve evoluções.

O óleo essencial de lavanda possui propriedades analgésicas, calmantes e relaxantes. Com a utilização dessa técnica de aromaterapia por inalação, o estudo busca compreender se os pacientes submetidos a essa intervenção apresentam benefícios como alívio da ansiedade, melhora na qualidade do sono durante e até mesmo após as sessões de hemodiálise, contribuindo significativamente com o tratamento convencional.

## Riscos e benefícios

Os riscos dessa pesquisa são mínimos, podendo existir a possibilidade de reação alérgica através da inalação do óleo, além de apresentação de náuseas e cefaleia. Mas esses riscos tendem somente a se pronunciar quando o óleo é inalado prolongada e intensamente, o que no caso proposto nesse estudo, será aplicado em um curto intervalo de tempo entre 20 e 30 minutos, no entanto, caso o participante venha a referir sintomas no início da aplicação da técnica de aromaterapia com óleo essencial de lavanda, será suspensa a prática inalatória e o participante será orientado realizar uma respiração diafragmática, lenta e prolongada até a cessação dos sintomas.

Além disso, sua participação neste estudo pode caracterizar a possibilidade do risco de constrangimento e cansaço ao preenchimento do questionário, todavia, para isso, os pesquisadores asseguram o total anonimato e sigilo das informações coletadas. Entretanto, caso os riscos previstos e imprevistos aconteçam em qualquer momento da pesquisa ou mesmo após o término, os pesquisadores se comprometem a dar todo o apoio e esclarecimentos necessários aos participantes, mesmo após desistir de realizar a entrevista através de encaminhamento as redes básicas de saúde ou hospital referência da unidade.

Os benefícios são uma coleta de dados mais precisa por se tratar de participantes voluntários que já são submetidos ao tratamento de hemodiálise, fazendo com que sejam beneficiados com as propriedades do óleo de lavanda, ajudando na complementação do seu tratamento buscando promover melhor conforto, reduzindo a ansiedade e buscando uma melhor qualidade do sono durante a sessão de hemodiálise.

## **RESULTADOS**

Para a aplicação do estudo, a seleção dos participantes foi realizada de forma criteriosa, visando garantir a segurança dos voluntários e a validade científica do estudo. Apesar de a disposição do número total de pacientes da clínica ser de 334, apenas 56 frequentam o primeiro turno, cujo mesmo foi selecionado conforme disposição da clínica e das pesquisadoras. Desses 56 pacientes, notou-se que somente 20 se encaixavam no quesito pré-estabelecido “Idade”. Esses 20 pacientes foram convidados a participar de maneira voluntária, após receberem esclarecimentos sobre os objetivos da pesquisa, e somente 17 desses pacientes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em conformidade com a Resolução nº. 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta pesquisas envolvendo seres humanos. Para a definição da amostra, foram adotados critérios específicos de inclusão e exclusão.

Foram considerados critérios de inclusão, os pacientes com idade de 18 a 55 anos, que não apresentavam doenças respiratórias crônicas ou condições que pudessem ser agravadas pelo uso de óleos essenciais, e que participavam regularmente das sessões de hemodiálise no primeiro-turno de terça-feira, quinta-feira e sábado. Já os critérios de exclusão envolveram o histórico de alergias ou reações adversas a perfumes, produtos de limpeza ou óleos essenciais, a não adaptação ao aroma da lavanda e a desistência voluntária em qualquer etapa da aplicação.

Com o intuito de verificar essas condições, foi aplicado previamente um instrumento de anamnese elaborado pelas pesquisadoras, que contemplava informações relacionadas à saúde do paciente e a presença de doenças que pudesse agravar e/ou prejudicar o paciente de modo a não cumprir com o objetivo do estudo, como: histórico de alergias, sensibilidade olfativa, uso anterior de óleos essenciais e feedbacks, além da rotina de sono. Esse procedimento permitiu assegurar que apenas os pacientes aptos participassem da pesquisa, minimizando riscos e garantindo maior fidedignidade aos resultados obtidos. Segundo Gil (2019), a definição de critérios claros de inclusão e exclusão possibilita maior rigor metodológico, contribuindo para a redução de vieses no processo investigativo. Nessa mesma perspectiva, Lakatos e Marconi (2017) ressaltam que a utilização de instrumentos padronizados, como a anamnese, é essencial para a sistematização da coleta de dados e para assegurar a confiabilidade da pesquisa científica.

De acordo com o fluxograma apresentado a seguir (fluxograma 1), é possível visualizar de forma resumida e sistematizada a lógica sequencial de etapas dada pelo projeto.

### Fluxograma 2: Sistematização do processo do estudo de campo.



**Fonte:** de autoria própria.

A sequência se dá a partir da definição do projeto até a contemplação dos dados evidenciados através dos instrumentos de avaliação, etapas que compreenderam e permitiram a realização deste estudo de campo.

Após a seleção e definição dos pacientes participantes voluntários, deu- se início à parte prática do estudo que contempla a aplicação da aromaterapia em si, além dos métodos avaliativos.

Com base nos critérios aplicados para a participação voluntária do estudo de campo, foi elaborado uma tabela (Tabela 1), para melhor compreensão e visualização dos dados coletados no questionário de anamnese aplicado aos pacientes participantes voluntários, incluindo a livre escolha de não participação, bem como a presença de características referente aos critérios de exclusão que constituem o número de pacientes que não participaram.

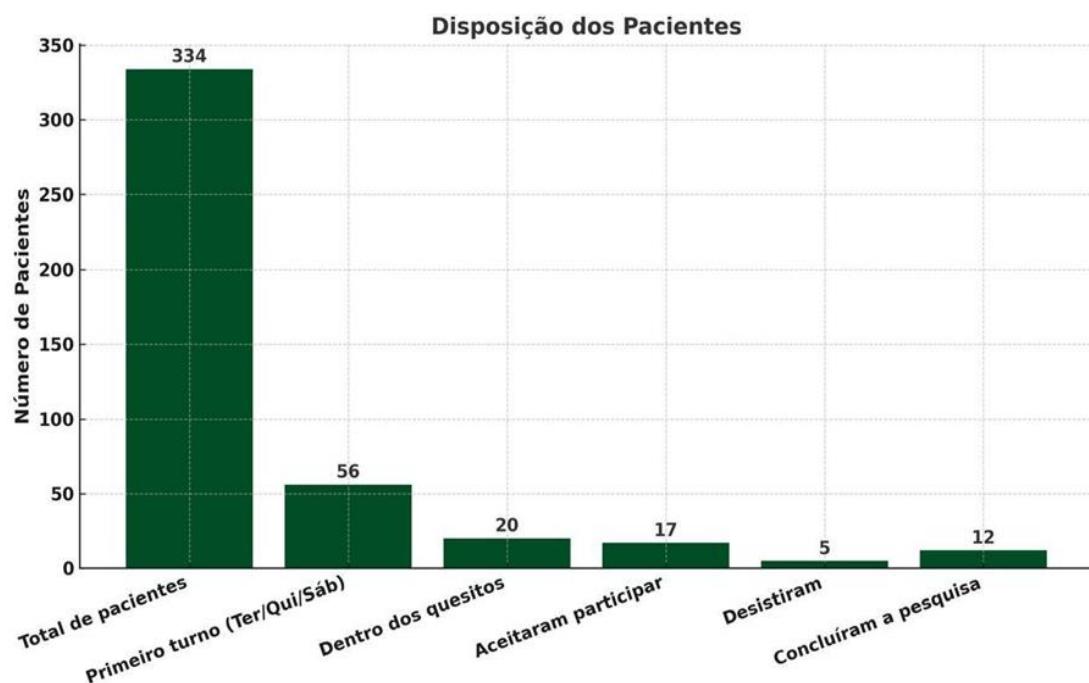
**Tabela 1: Características Sociodemográficas e clínicas dos pacientes. Itu,2025.**

ANAMNESE			
Variável	Categoria	Número	%
Sexo	Feminino	12	60%
	Masculino	8	40%
Faixa Etária	18-30 anos	1	5%
	31-41 anos	4	20%
	41-55 anos	15	75%
Comorbidades	Sim	4	20%
	Não	16	80%
Histórico de Alergia	Sim	2	10%
	Não	18	90%
Não Participaram	Pessoas	3	15%
Uso de óleo essencial	Sim	2	10%
	Não	14	70%
Reação ao uso de produtos de lavanda	Sim	1	5%
	Não	15	75%

**Fonte: de autoria própria**

Durante 1 mês de aplicação da aromaterapia com o óleo essencial de lavanda, 5 dos 17 participantes optaram pela desistência da participação ao longo da realização do estudo, por não terem se adaptado ao cheiro do óleo essencial e não identificação da prática. Com base no gráfico 1, é possível visualizar de maneira prática a disposição de participantes ao longo dos processos.

**Gráfico 1: Disposição dos pacientes. Itu,2025.**



**Fonte: de autoria própria**

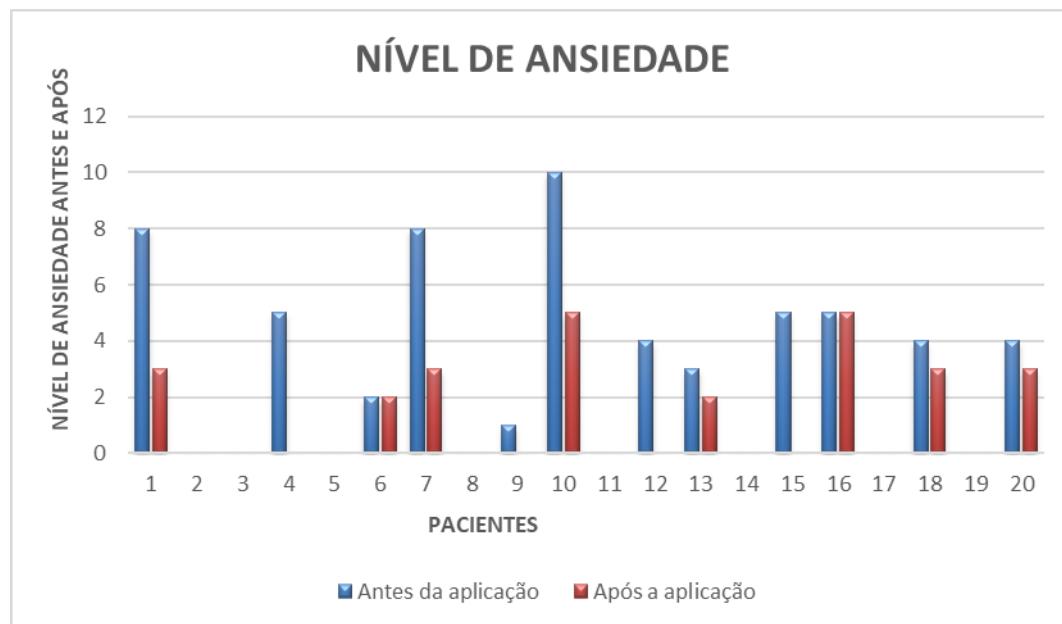
Obtemos então a participação de 12 pacientes participantes de modo integral, cumprindo com todos os quesitos pré-estabelecidos de inclusão ao estudo, bem como o preenchimento de todos os itens de avaliação no decorrer do processo de aplicação da aromaterapia com a utilização do óleo essencial de lavanda.

No período de aproximadamente 1 mês, correspondente a todas as sessões semanais dos pacientes participantes, foi utilizada a técnica da aromaterapia com o óleo essencial de lavanda,

além de aplicar 2 questionários, cada qual composto por 2 folhas que compreendem a avaliação do paciente antes da aplicação da aromaterapia, e consequentemente, a segunda folha avalia o paciente após a aplicação da aromaterapia.

Os resultados foram sistematizados em gráficos que ilustram os níveis de ansiedade, a frequência de episódios ansiosos e a qualidade do sono, analisados antes e após as aplicações da aromaterapia durante as sessões de hemodiálise, conforme gráfico 2, 3 e 4 respectivamente, referente às datas 15/07/2025 (questionário realizado antes da aplicação) e 26/07/2025. (Após as sessões de aplicação de aromaterapia).

**Gráfico 2: Nível de ansiedade 15/07 e 26/07. Itu,2025.**



**Fonte: de autoria própria.**

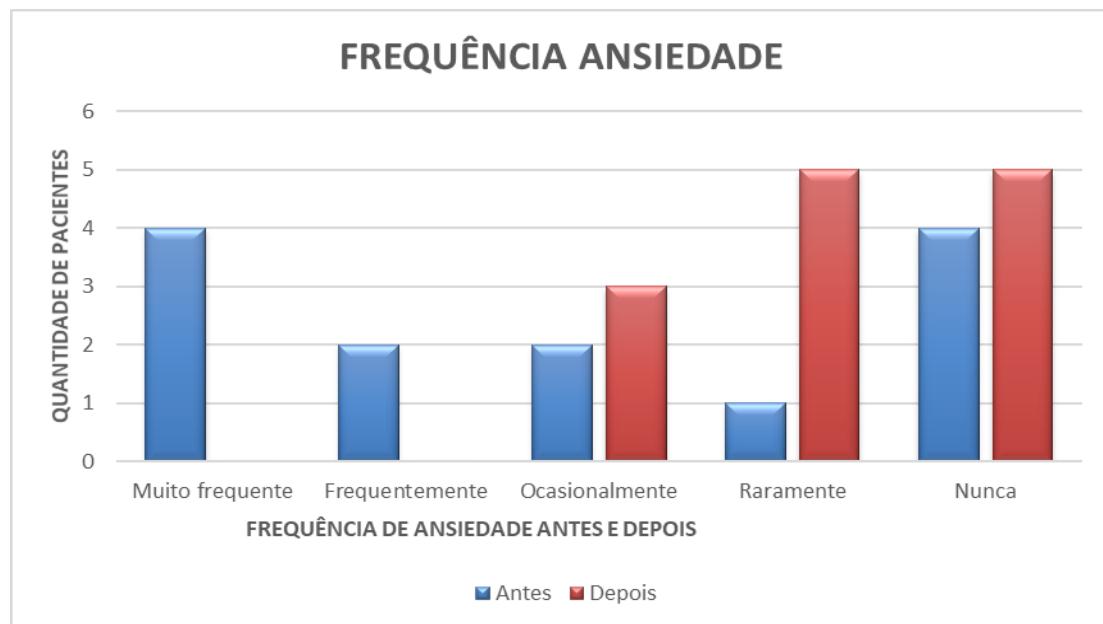
Durante o primeiro período de aplicação, é possível observar que o nível de ansiedade apresentou redução progressiva de 55,9%, com menor concentração de valores elevados após a intervenção, indicando melhora significativa no estado emocional dos pacientes.

A amostra foi composta por 13 participantes, dos quais a maioria apresentou níveis de ansiedade antes da aplicação do óleo essencial, sendo possível constatar redução considerável após a intervenção com aromaterapia. Destaca-se que o paciente 08 manteve o valor zero tanto

antes quanto depois da aplicação, demonstrando estabilidade emocional durante o período observado, enquanto os pacientes 04, 09, 12 e 15 apresentaram nível zero de ansiedade após a aplicação, evidenciando melhora completa do quadro ansioso.

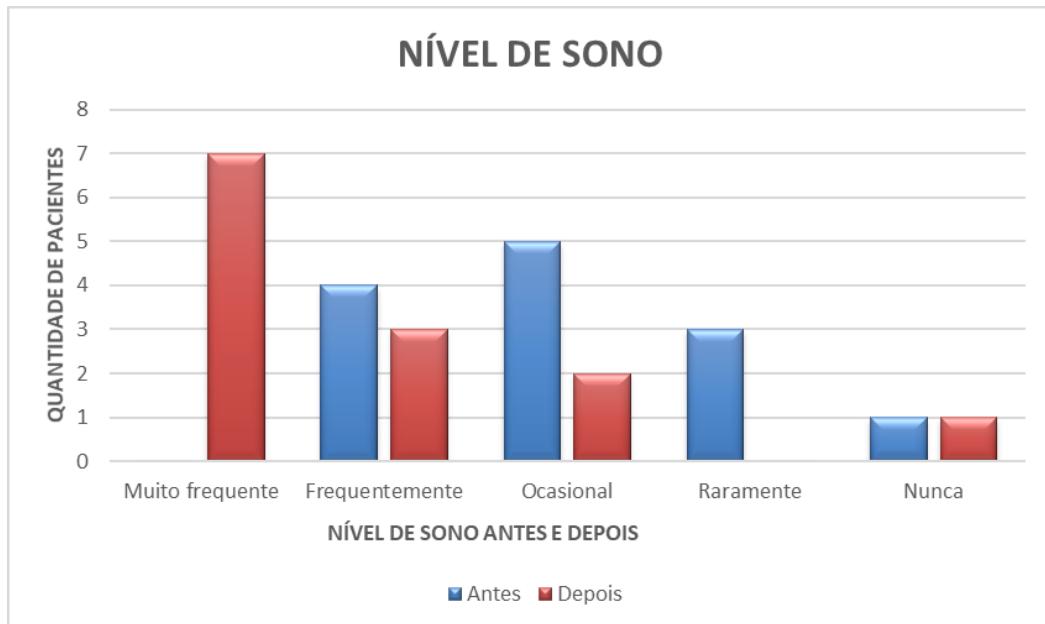
Graficamente é evidente a redução do nível de ansiedade, assim como um estudo publicado no “*Journal of vocational nursing*” em 2023, que retrata um estudo de aplicação de aromaterapia com o uso do óleo essencial de lavanda feito com dois pacientes submetidos a hemodiálise, que através dos questionários aplicados como método de avaliação refere uma redução de 4 e 5 pontos respectivamente referente ao nível de ansiedade (Alya *et al.*, 2023).

**Gráfico 3: Frequência de ansiedade 15/07 e 26/07. Itu, 2025.**



**Fonte: de autoria própria**

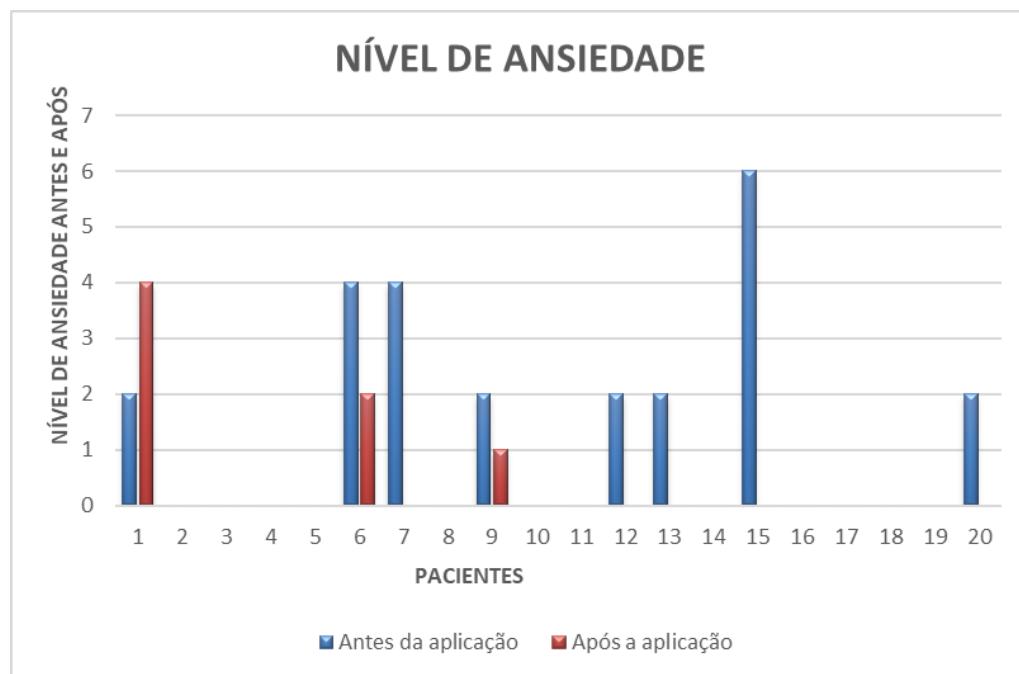
Em relação à frequência da ansiedade, os relatos concentrados nas categorias “muito frequente” e “frequente” diminuíram de maneira considerável, enquanto aumentaram as respostas em “raramente” e “nunca”, evidenciando uma redução perceptível de 53,8% na recorrência dos sintomas ansiosos, reafirmando na prática, os benefícios das propriedades relaxantes do óleo essencial de lavanda.

**Gráfico 4: Nível de sono 15/07 e 26/07. Itu,2025.**

**Fonte:** de autoria própria.

Referente ao gráfico 4, que contempla os dados coletados no primeiro questionário de avaliação aplicado aos pacientes participantes referentes à qualidade do sono durante as sessões de hemodiálise. Identificou-se um aumento expressivo nas categorias “muito frequente” e “frequente”, sugerindo melhora de 53,8% na qualidade do sono e maior regularidade no repouso durante as sessões. Segundo uma revisão integrativa realizada por Zhang *et al.*, (2023) a respeito dos efeitos da aromaterapia na qualidade de vida dos pacientes submetidos a hemodiálise, no quesito qualidade do sono, 6 artigos foram selecionados e analisados de modo a expressar uma “diferença estatisticamente significativa na qualidade do sono entre os grupos selecionados” após a utilização de exercícios aromaterapêuticos, reafirmando que os resultados obtidos no presente estudo, estão de acordo com resultados encontrados em demais estudos referenciais.

No que refere à segunda aplicação dos questionários de avaliação, apresentada de forma gráfica e sistematizada, conforme gráfico 5,6 e 7 respectivamente, para facilitar a visualização dos resultados coletados, referente ao dia 05/08/2025 (questionário realizado antes da aplicação) e 12/08/2025 (Após as sessões de aplicação de aromaterapia).

**Gráfico 5: Nível de ansiedade 05/08 e 12/08. Itu,2025.**

**Fonte: de autoria própria**

Na segunda aplicação do questionário, os resultados mantiveram a tendência positiva observada anteriormente. O nível de ansiedade apresentou queda de 70,9%, com menor ocorrência de scores mais elevados, o que reforça a efetividade da intervenção ao longo do tempo.

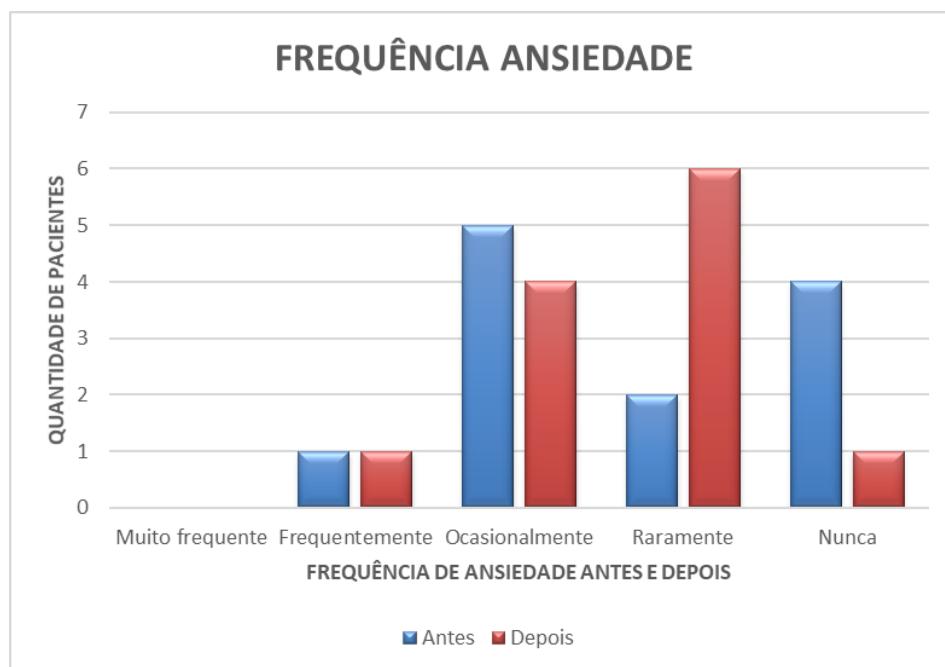
Durante esta etapa, o paciente 10 optou por desistir da pesquisa devido a crises de espirros, sendo excluído das análises subsequentes. Observou-se que os pacientes 4, 8, 16 e 18 apresentaram níveis de ansiedade iguais a zero tanto antes quanto depois da aplicação, demonstrando estabilidade emocional durante o período do estudo. Já os pacientes 7, 12, 13, 15 e 20 exibiam níveis de ansiedade antes da intervenção, porém atingiram valor zero após a aplicação, evidenciando melhora significativa e ausência de sintomas ansiosos ao final do processo terapêutico.

Esses achados comprovam estudos que descrevem os efeitos ansiolíticos do óleo essencial de lavanda, os quais atuam no sistema nervoso central, promovendo relaxamento e redução da tensão emocional.

Conforme Tisserand e Young (2014), a inalação do aroma de lavanda estimula a modulação de neurotransmissores como o GABA, responsável por respostas calmantes e de

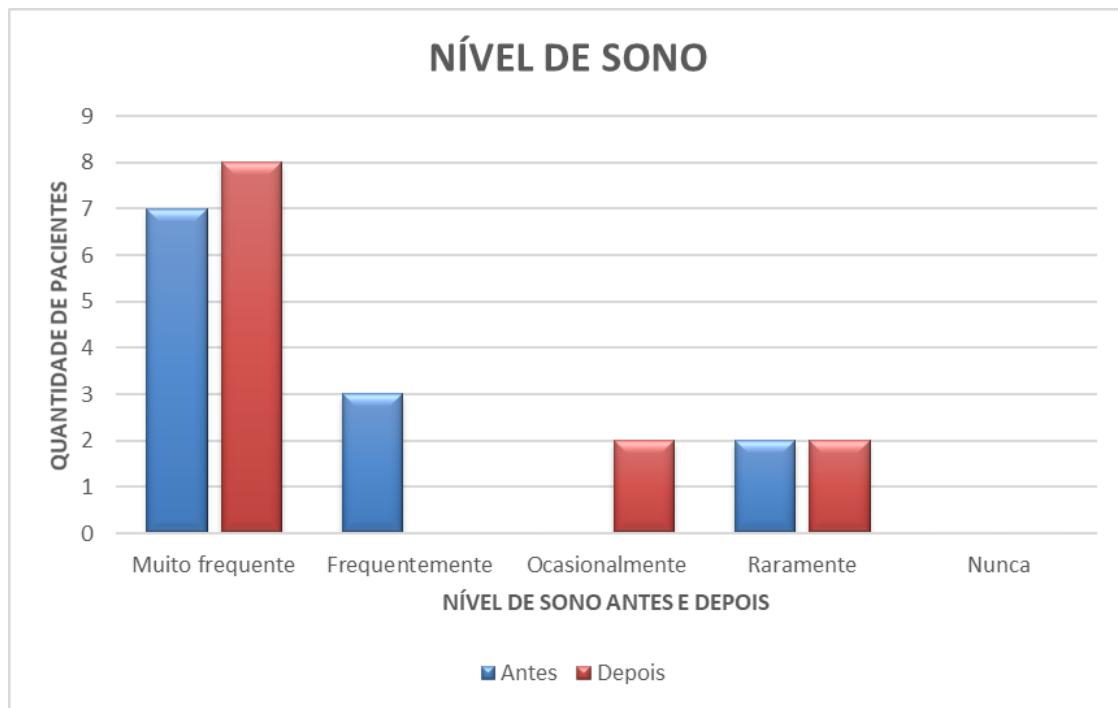
equilíbrio emocional. Resultados semelhantes também foram relatados por Silva *et al.*, (2021), que observaram diminuição significativa da ansiedade em pacientes submetidos à aromaterapia com lavanda, reforçando a eficácia da prática como intervenção complementar em contextos clínicos.

**Gráfico 6: Frequência de ansiedade 05/08 e 12/08. Itu,2025.**



**Fonte: de autoria própria.**

A frequência de ansiedade apresentou crescimento significativo na categoria “raramente”, demonstrando que a continuidade das aplicações potencializou a redução dos episódios ansiosos em 33,3%.

**Gráfico 7: Nível de sono 05/08 e 12/08. Itu,2025.**

**Fonte: de autoria própria.**

Por fim, o nível de sono manteve evolução favorável, com uma queda de 25% de relatos de insônia e maior concentração de respostas que indicam noites de sono mais tranquilas e restauradoras.

Vale ressaltar que os resultados apresentados se referem aos pacientes que participaram da pesquisa, considerando que alguns participantes desistiram durante o processo de aplicação.

De modo geral, os resultados obtidos ao longo do período de estudo apontam que as aplicações realizadas tiveram impacto positivo na redução da ansiedade, bem como, pode se observar na literatura diversos estudos realizados em todo mundo que apresentam resultados satisfatórios e comprobatórios a respeito da eficácia do uso do óleo essencial de lavanda. De acordo com um estudo realizado na Turquia, intitulado “*the effect of aromatherapy on fatigue and anxiety in patients undergoing hemodialysis treatment*”, é apresentado uma diminuição significativa ao nível de ansiedade após a aplicação da aromaterapia nos pacientes submetidos a hemodiálise Karadag, Baglama (2017). Este estudo, apesar de suas características e especificidades, segue uma lógica de aplicação próxima ao que foi realizado no presente estudo, assim como apresenta resultados esperados e já alcançados em estudos anteriores.

O presente estudo se provou eficaz, além da visualização na prática, dos benefícios da aromaterapia nos pacientes submetidos à hemodiálise. Em uma das sessões, uma técnica de enfermagem, colaboradora da unidade, comentou que a paciente 18, não dormia durante as

sessões de hemodiálise e desde a introdução da aplicação da aromaterapia, a paciente conseguia relaxar e dormir durante as sessões. Além da paciente 07, que apresentou números e diferenças expressivas nos gráficos de nível de ansiedade, relata um alto nível de ansiedade, agonia durante as 4 horas de sessões, onde após a implementação da aromaterapia ela relata que: “- O cheirinho acalma a gente, eu fico mais tranquila. Eu sou uma pessoa muito ansiosa e tem dia que dá vontade de subir pelas paredes, mas esse cheirinho me deixa melhor, mais tranquila e dá vontade de dormir-”.

Além disso, o paciente 9 comprou do mesmo óleo essencial de lavanda utilizado na aplicação do estudo, para dar continuidade à aromaterapia durante as sessões de hemodiálise, além de utilizar durante a noite para conseguir dormir melhor.

Os resultados apresentados são satisfatórios e potencializam o poder da prática integrativa na complementação do tratamento e/ou dos efeitos colaterais apresentados pelos pacientes.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Sabendo que o presente estudo de campo consiste na prática da aromaterapia com o uso do óleo essencial de lavanda, podemos entender e responder à pergunta norteadora do estudo, obtendo resultados de como a aromaterapia com o óleo essencial de lavanda pode ajudar os pacientes submetidos à hemodiálise.

Entendendo que o estudo possui o objetivo de promover a complementação do tratamento, alívio dos efeitos colaterais da hemodiálise, assim como o cuidado do corpo na totalidade, pensando no bem-estar físico, mental e emocional. É satisfatório para a equipe acompanhar e visualizar na prática o cumprimento desses objetivos que se deu a partir de feedbacks e dos questionários de avaliação. Através dos gráficos, é possível entender visivelmente a redução no nível de ansiedade em diversos pacientes, bem como a redução da frequência de episódios ansiosos e a melhora da qualidade do sono.

Além disso, o sentimento é de dever cumprido só de proporcionar alívio para alguns dos pacientes, que nos remete muito à frase da Madre Teresa: “Eu sozinha não posso mudar o mundo, mas posso lançar uma pedra sobre as águas para criar muitas ondulações”, que retrata muito a diferença que podemos ser e fazer na vida de alguns pacientes com aquilo que podemos ser e proporcionar. E fomos mutuamente agraciados pela experiência muito importante, pessoal

e academicamente, devido ao rico contato com pacientes em condições de diálise, à prática de uma terapia integrativa para enriquecimento capacitativo e potencializador do bem-estar, além de contribuir para a visão da enfermagem no investimento do conhecimento das práticas integrativas, desmistificando-as assim como influenciar a utilização dessas práticas como meio de complementação do tratamento, proporcionando melhor qualidade de vida.

De modo geral, os resultados apresentados indicam que a aromaterapia pode ser incorporada como estratégia auxiliar de cuidado de enfermagem, promovendo alívio emocional, equilíbrio mental e conforto aos pacientes em tratamento dialítico. A prática demonstrou ser segura, de baixo custo e de rápido e fácil aplicação, desde que respeitados os critérios de segurança, visando as contraindicações que compreendem principalmente as alergias e sensibilidades individuais.

Sabendo que o número de pacientes participantes tenha sido pequeno e o período de aplicação curto, entende-se que apesar de os resultados serem satisfatórios e que permitiram a observação da diferença significativa na diminuição da ansiedade e melhora do sono durante as sessões, os números expressos poderiam ser maiores e as especificações dos pacientes mais bem trabalhadas, com base em um maior período de aplicação, além de um número maior de participantes separados e organizados em grupos com determinantes específicas, de modo a descartar ou atribuir variáveis que possam influenciar os resultados obtidos.

Conclui-se, portanto, que a aromaterapia com óleo essencial de lavanda mostrou -se eficaz na redução da ansiedade e na melhoria do bem-estar dos pacientes submetidos à hemodiálise, configurando-se como uma ferramenta terapêutica valiosa no cuidado humanizado e integral, que merece maior reconhecimento e repercussão para poder compreender maior número de executores e especialmente aos pacientes e demais clientes que serão beneficiados através da prática.

## REFERÊNCIAS

ADIB D. JATENE. 10 de outubro de 1996. [S. l.], 10 out. 1996. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/1996/res0196\\_10\\_10\\_1996.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/1996/res0196_10_10_1996.html). Acesso em: 8 maio 2025.

A. FIGUEIRA DO NASCIMENTO, F. **Uma contribuição às reflexões sobre os aspectos emocionais e o papel do psicólogo na Hemodiálise.**, [2013].

ALYA, S. et al. LAVANDER AROMATHERAPY FOR FATIGUE AND ANXIETY IN CKD PATIENTS UNDERGOING HEMODIALYSIS: A CASE STUDY. *Journal of vocational nursing*, v. 4, p. 102–110, out. 31DC.

ASCOM/COFEN. Cofen normatiza atuação da Enfermagem nas Práticas Integrativas e Complementares. Resolução 739/24 determina competências da Equipe de Enfermagem e apresenta recomendações de carga horária mínima de cursos de capacitação, [s. l.], 15 fev. 2024. Disponível em: <https://portal.coren-sp.gov.br/noticias/cofen-normatiza-atuacao-da-enfermagem-nas-praticas-integrativas-e-complementares/> Acesso em: 23 fevereiro 2025.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União, Brasília, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**: 2<sup>a</sup> edição. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf). Acesso em: 16 mar. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO (UFPE). **Breve histórico das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)**. Disponível em: [https://www.ufpe.br/documents/2878072/2878531/Breve\\_histo%C2%B4rico-pics+%282%29.pdf/9c22e090-1034-433b-af81-926daff2c2b2](https://www.ufpe.br/documents/2878072/2878531/Breve_histo%C2%B4rico-pics+%282%29.pdf/9c22e090-1034-433b-af81-926daff2c2b2). Acesso em: 16 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Portaria nº 2.042, de 11 de outubro de 2004. Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas – Insuficiência Renal Crônica. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2004.

CONFEN. RESOLUÇÃO COFEN Nº 739 DE 05 DE FEVEREIRO DE 2024.[S.I.], 8 fev. 2024. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-739-de-05-de-fevereiro-de-2024/>. Acesso em: 5 maio 2025.

DIAS, LP; Dias, MP. [Florence Nightingale e a História da Enfermagem]. *Hist enferm Rev eletrônica [Internet]*. 2019; 10(2):47-63.

Doenças Renais Crônicas (DRC). Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/drc>. Yu et al. DIRETRIZES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA INSUFICIÊNCIA RENAL AGUDA. 2007. FIOCRUZ. ObservaPICS – Sobre as PICS. Disponível em: <https://observapics.fiocruz.br/sobre/pics/#:~:text=A%20express%C3%A3o%20Pr%C3%A1ticas%20Integrativas%20e,integrativos%20assimilados%20pela%20cultura%20local>. Acesso em: 16 mar. 2025.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019. Hemodiálise – SBN. Disponível em: <<https://sbn.org.br/publico/tratamentos/hemodialise/>>. Insuficiência renal – SBN. Disponível em: <https://sbn.org.br/publico/doencas-comuns/insuficiencia-renal/>.

KARADAG, Ezgi. Sevgin: Baglama. **Holistic Nursing Practice**, 2019. Disponível em: [https://journals.lww.com/hnpjournal/abstract/2019/07000/the\\_effect\\_of\\_aromatherapy\\_on\\_fatigue\\_and\\_anxiety.6.aspx](https://journals.lww.com/hnpjournal/abstract/2019/07000/the_effect_of_aromatherapy_on_fatigue_and_anxiety.6.aspx). Acesso em: 18 set. 2025.

LAKATOS, E., M., **Metodologia do Trabalho Científico**. SP: Atlas, 1992.

LAKATOS, E.; MARCONI, M. A., **Fundamentos de metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

LAVABRE, Marcel. **Aromaterapia: a arte da cura com os óleos essenciais**. São Paulo: Ground, 2018.

LINHARES, K. F. M. Et al. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 72, n. 6, p. 1570–1576, 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude-e-bem-estar/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 06 maio 2025.

PORTUGAL, S. L.; GUEDES, J. C. **Aromaterapia: considerações neurofisiológicas da atuação dos óleos essenciais no sistema límbico**. 2019.

PRODANOV, Cleber. **METODOLOGIA DO TRABALHO CIENTÍFICO: Métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo-Rio Grande do Sul: Universidade FEEVALE, 2013. 57 p.

RONALD FERREIRA DOS SANTOS. 7 de abril de 2016. [S. l.], 7 abr. 2016. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510\\_07\\_04\\_2016.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html). Acesso em: 8 maio 2025.

SCHMIDT, Debora Berger. **Qualidade de vida e saúde mental em pacientes em hemodiálise: um desafio para práticas multiprofissionais**. Brazilian Journal of Nephrology, 2018. Disponível em: [https://www.bjnephrology.org/wp-content/uploads/articles\\_xml/2175-8239-jbn-2018-0227/2175-8239-jbn-2018-0227-pt.pdf](https://www.bjnephrology.org/wp-content/uploads/articles_xml/2175-8239-jbn-2018-0227/2175-8239-jbn-2018-0227-pt.pdf) Acesso em: 06 maio 2025

SANTOS, CRISTINA et al. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. Revista Latino-Americano de Enfermagem, [S. l.], p. 1-1, 12 jul. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>. Acesso em: 8 maio 2025.

SANTOS, Maria da Silva. **A importância do acompanhamento multidisciplinar em pacientes em hemodiálise**. 2016

SILVA, L. M. et al. **Efeitos da aromaterapia com lavanda na redução da ansiedade: revisão integrativa**. Revista de Enfermagem Contemporânea, v. 10, n. 2, p. 123–132, 2021.

TISSERAND, Robert; YOUNG, Rodney. Essential oil safety: a guide for health care professionals. 2. ed. Edinburgh: Churchill Livingstone, 2014.

MA et al. The Effect of Diaphragmatic Breathing on Attention, Negative Affect and Stress in Healthy Adults. *Frontiers*, [s. l.], 6 jun. 2017. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.00874/full>. Acesso em: 5 maio 2025.

ZHANG, Cong; MU, Hang; YANG, Yong-Fang; ZHANG, Yong; GOU, Wen-jun. Effect of aromatherapy on quality of life in maintenance hemodialysis patients: a systematic review and meta-analysis. *Taylor and Francis group*, [S. l.], p. 1, 12 mar. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/0886022X.2022.2164202>. Acesso em: 5 out. 2025.