

TDAH E AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS: UMA ABORDAGEM COMPLEMENTAR COM AROMATERAPIA E MUSICOTERAPIA – REVISÃO INTEGRATIVA

ADHD AND INTEGRATIVE PRACTICES: A COMPLEMENTARY APPROACH USING AROMATHERAPY AND MUSIC THERAPY

TDAH Y LAS PRÁCTICAS INTEGRATIVAS: UN ENFOQUE COMPLEMENTARIO CON AROMATERAPIA Y MUSICOTERAPIA

 <https://doi.org/10.56238/arev8n3-066>

Data de submissão: 15/02/2026

Data de publicação: 15/03/2026

Franthely Catarina da Silva Naccari

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: franthely@hotmail.com

Maria Eduarda Farias Santos

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: mariafsantos0901@gmail.com

Nicole Andressa Mendes da Silva

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: nicoleandressa24@bol.com.br

Ana Giulia Dos Santos Araujo

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: anagiuliadosantosdosaraujo@gmail.com

Maria Ednaely de Almeida Lino Ribeiro

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: Naelydocs2023@gmail.com

Samuel Ferreira de Lima da Costa

Graduando em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas Tadeu

E-mail: samucalima650@gmail.com

Samanta Santana Santos

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade São Judas

E-mail: samanta_s2_samanta@hotmail.com

Leandro Ribeiro da Conceição

Doutor em Ciências da Saúde

Instituição: Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), Universidade São Judas

E-mail: prof.leandroribeiro@ulife.com.br

RESUMO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um distúrbio neurocomportamental que afeta significativamente o desenvolvimento infantil. O uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICCS), como aromaterapia e musicoterapia, vem sendo investigado como forma de suporte ao tratamento tradicional. Objetivo: Analisar a relação entre TDAH e PICCS, com ênfase na aplicação da aromaterapia e da musicoterapia na infância. Método: Trata-se de uma revisão integrativa qualitativa baseada em documentos científicos e institucionais selecionados. Resultados e discussões: Os estudos indicam que óleos essenciais como lavanda e alecrim auxiliam na regulação emocional e na concentração, enquanto a musicoterapia melhora a atenção, reduz a impulsividade e promove a inclusão pedagógica de crianças com TDAH. Conclusão: Aromaterapia e musicoterapia, como parte das PICCS no SUS (Sistema Único de Saúde), representam alternativas terapêuticas viáveis, acessíveis e humanizadas, fortalecendo o cuidado integral no tratamento do TDAH.

Palavras-chave: TDAH. Práticas Integrativas. Aromaterapia. Musicoterapia. Saúde Pública.

ABSTRACT

Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurobehavioral condition that significantly impairs childhood development. The implementation of Integrative and Complementary Health Practices (ICHP), such as aromatherapy and music therapy, has been explored as a supportive approach to conventional treatments. Objective: To examine the relationship between ADHD and ICHP, with particular emphasis on the use of aromatherapy and music therapy during childhood. Method: This study consists of a qualitative integrative review, based on selected scientific and institutional sources. Results and discussion: The findings suggest that essential oils, such as lavender and rosemary, contribute to emotional regulation and enhanced concentration. Moreover, music therapy has shown effectiveness in improving attention, decreasing impulsivity, and fostering the pedagogical inclusion of children diagnosed with ADHD. Conclusion: Aromatherapy and music therapy, as part of ICHP within Brazil's Unified Health System (SUS), represent viable, accessible, and humanized therapeutic alternatives, reinforcing a holistic approach to ADHD treatment. Keywords: ADHD; Integrative health practices; Aromatherapy; Music therapy; Public health.

Keywords: ADHD. Integrative Practices. Aromatherapy. Music Therapy. Public Health.

RESUMEN

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición neuroconductual que afecta de manera significativa el desarrollo infantil. La adopción de Práticas Integrativas y Complementarias en Salud (PICCS), como la aromaterapia y la musicoterapia, ha sido evaluada como una estrategia de apoyo al tratamiento convencional. Objetivo: Analizar la relación entre el TDAH y las PICCS, con énfasis en la aplicación de la aromaterapia y la musicoterapia en la infancia. Método: Se trata de una revisión integrativa cualitativa basada en fuentes científicas e institucionales seleccionadas. Resultados y discusión: Los estudios revelan que los aceites esenciales, como la lavanda y el romero, contribuyen a la regulación emocional y a la mejora de la concentración. Asimismo, la musicoterapia se muestra eficaz para incrementar la atención, reducir la impulsividad y promover la inclusión pedagógica de niños con TDAH. Conclusión: La aromaterapia y la

musicoterapia, integradas en las PICCS del Sistema Único de Salud (SUS) de Brasil, constituyen alternativas terapéuticas viables, accesibles y humanizadas, fortaleciendo el abordaje integral en el tratamiento del TDAH.

Palabras clave: TDAH. Prácticas Integrativas en Salud. Aromaterapia. Musicoterapia. Salud Pública.

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é reconhecido como um transtorno do neurodesenvolvimento, com início geralmente na infância e, frequentemente, com persistência na vida adulta. Ele se caracteriza por padrões contínuos de desatenção, impulsividade e hiperatividade que afetam diretamente o desempenho acadêmico, as relações interpessoais e o desenvolvimento emocional do indivíduo. Os critérios diagnósticos estão descritos no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), que apresenta três formas principais de manifestação: tipo predominantemente desatento, tipo predominantemente hiperativo-impulsivo e o tipo combinado. A etiologia do TDAH é multifatorial, incluindo componentes genéticos, neurológicos e ambientais, sendo reconhecido que fatores como a exposição a toxinas durante a gestação, prematuridade e histórico familiar influenciam diretamente no seu desenvolvimento (DOMÍNGUEZ PACHECO, 2023).

A prevalência do TDAH é estimada em 5% a 7% da população infantil mundial, com variações de acordo com o método de diagnóstico e a região geográfica. No Brasil, estudos apontam que cerca de 7% das crianças apresentam o transtorno, o que o posiciona como uma das principais causas de dificuldades apresentadas por crianças no âmbito escolar e, encaminhamentos a serviços de saúde mental infantil. Apesar de seu reconhecimento clínico, o TDAH ainda é alvo de debates e estigmas, especialmente em relação à medicalização excessiva e à padronização de condutas infantis (CALIMAN, 2008).

As manifestações clínicas do TDAH incluem desatenção frequente, dificuldade de concentração por períodos prolongados, comportamento impulsivo, inquietação motora, esquecimento e dificuldade em seguir instruções. Tais sintomas interferem significativamente na vida acadêmica e social das crianças e adolescentes, podendo perdurar na vida adulta com impactos relevantes em ambientes de trabalho e relacionamentos pessoais. Crianças com TDAH tendem a apresentar maior incidência de acidentes, baixo rendimento escolar, dificuldades em manter amizades e resistência a figuras de autoridade. A intervenção precoce é fundamental para minimizar esses impactos e promover o desenvolvimento integral da criança (PEREIRA & VASQUES, 2016).

Tradicionalmente, o tratamento do TDAH baseia-se na combinação de psicoterapia comportamental e uso de medicamentos estimulantes do sistema nervoso central, como o metilfenidato. Entretanto, a crescente preocupação com os efeitos colaterais e com a abordagem unicamente farmacológica tem impulsionado a busca por alternativas terapêuticas complementares. Neste contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICCS) ganham espaço como abordagens que consideram o indivíduo de forma integral, promovendo saúde e bem-estar por meio

de práticas baseadas em saberes tradicionais e na interação corpo-mente (BRASIL, 2015).

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi instituída em 2006 pelo Ministério da Saúde com o objetivo de ampliar o acesso da população a tratamentos baseados em práticas como fitoterapia, acupuntura, homeopatia, medicina antroposófica e, mais recentemente, aromaterapia e musicoterapia. Essas práticas são oferecidas dentro do Sistema Único de Saúde (SUS), com respaldo em evidências de eficácia e segurança, e são voltadas para a promoção da saúde, prevenção de doenças e cuidados paliativos. A PNPIC representa uma estratégia de valorização de terapias menos invasivas, com baixo custo e focadas na integralidade da atenção (BRASIL, 2015).

A aromaterapia, prática milenar fundamentada no uso de óleos essenciais extraídos de plantas aromáticas, tem se mostrado promissora como abordagem complementar no tratamento do TDAH. Por meio da inalação ou aplicação tópica, os compostos voláteis atuam diretamente no sistema nervoso central, estimulando o sistema límbico, que regula emoções, memória e comportamento. Estudos apontam que óleos essenciais como lavanda, alecrim e capim-limão possuem propriedades calmantes, ansiolíticas e estimulantes cognitivas. A lavanda (*Lavandula angustifolia*), por exemplo, reduz a ansiedade e promove relaxamento; o alecrim (*Rosmarinus officinalis*) favorece o estado de alerta e melhora a concentração; e o capim-limão (*Cymbopogon citratus*) atua como estimulante mental suave (JACOB; OLIVEIRA, 2024).

Os efeitos neurofisiológicos da aromaterapia são explicados pela ativação dos nervos olfativos, que transmitem sinais diretamente ao cérebro. Isso proporciona uma resposta imediata do corpo, podendo modular estados emocionais e cognitivos. Estudos eletroencefalográficos indicam, por exemplo, que a lavanda reduz a frequência das ondas cerebrais, promovendo sonolência e relaxamento, enquanto o alecrim aumenta a atividade cerebral associada à vigília e raciocínio lógico. Tais evidências tornam a aromaterapia uma ferramenta viável e segura para auxiliar no manejo dos sintomas do TDAH, especialmente quando utilizada em ambientes escolares e domiciliares como forma de promover o foco e a autorregulação (SOUSA, 2022).

A musicoterapia, por sua vez, também tem demonstrado resultados positivos como intervenção complementar ao tratamento do TDAH. A música, ao atuar nas áreas cerebrais responsáveis pelas emoções, linguagem, atenção e memória, promove o desenvolvimento de habilidades cognitivas, motoras e sociais. (NASCIMENTO; SOUSA, 2022).

Crianças submetidas a sessões regulares de musicoterapia apresentam melhora na capacidade de concentração, redução da impulsividade e maior engajamento nas atividades pedagógicas. A repetição rítmica, as melodias estruturadas e a interação com instrumentos musicais favorecem a organização neurológica e a regulação comportamental (NASCIMENTO; SOUSA, 2022).

Além disso, a musicoterapia atua de forma integrativa no processo educacional, sendo uma estratégia de inclusão e promoção do desenvolvimento integral da criança. Por meio de atividades musicais lúdicas e estruturadas, os profissionais conseguem trabalhar simultaneamente aspectos da linguagem, coordenação motora, memória e socialização. Estudos de caso realizados em escolas, demonstram que crianças com TDAH submetidas à musicoterapia requerem menos apoio individualizado em sala de aula e conseguem acompanhar o ritmo da turma com maior autonomia. Essa abordagem contribui também para a redução do estigma e o fortalecimento da autoestima das crianças (PEREIRA & VASQUES, 2016).

A musicoterapia é uma das abordagens complementares mais eficazes para o manejo da sintomatologia do TDAH, especialmente no ambiente escolar. Os resultados apontam melhorias significativas nos aspectos de atenção, memória de trabalho e comportamento hiperativo-impulsivo. Tais benefícios são sustentados por atividades musicais que envolvem concentração, repetição e interação social, fatores essenciais para o desenvolvimento de crianças com TDAH. A continuidade das sessões e o envolvimento da família e da escola são fundamentais para o sucesso terapêutico (DOMÍNGUEZ PACHECO, 2023).

O presente estudo busca demonstrar os benefícios que tanto a aromaterapia quanto a musicoterapia proporcionam como estratégias eficazes, seguras e acessíveis, no contexto das Práticas Integrativas e Complementares do SUS. Além de buscar demonstrar o importante papel de tais terapias na promoção da regulação emocional, na concentração e no bem-estar, em uma abordagem terapêutica mais humanizada e centrada na criança. Desta forma, é possível disponibilizar um caminho terapêutico além da medicalização.

2 MÉTODO

2.1 TIPO DE ESTUDO

Consiste de uma revisão integrativa e um estudo translacional. Para delineamento do tema e da questão do estudo, foi aplicado o método PICO, mnemônico de identificação dos tópicos-chave: População/problema, intervenção, comparação e desfecho (ROEVER et al, 2022). Mediante uso da estratégia supracitada elaborou-se a seguinte indagação norteadora:

Quais os benefícios da aromaterapia e musicoterapia no tratamento para crianças com TDAH?

O levantamento bibliográfico será realizado em local virtual, por meio de base de dados, incluindo: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Google acadêmico e EBSCO, além dos materiais que abordam conteúdos legais sobre as Práticas Integrativas e Complementares (PICCS) dentro do SUS.

As estratégias de busca foram realizadas por meio do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH): TDAH; Aromaterapia; Musicoterapia, TDAH na infância.

2.2 LOCAL DE ESTUDO E AMOSTRA

O local de estudo se deu por meio virtual através da análise de artigos encontrados na íntegra, relacionados a TDAH e ao uso de Aromaterapia e Musicoterapia como forma de tratamento alternativo ao medicamentoso na infância. Foi considerada ainda a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) - Portaria GM/MS no 971, de 3 de maio de 2006 - segunda edição, 2015. Não haverá cálculo amostral, já que a amostragem foi probabilística do tipo intencional.

2.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A formulação da pergunta de pesquisa foi desenvolvida por meio da aplicação da estratégia PICO. A prática baseada em evidências (PBE) preconiza a colocação e organização de problemas clínicos apresentados na prática assistencial, educacional ou de pesquisa, utilizando o mnemônico PICO como guia metodológico. PICO representa um acrônimo para Paciente (P), Intervenção (I), Comparação (C) e Outcomes/desfecho (O) (GALVÃO et al., 2021).

A Tabela 1 apresenta os quatro elementos da estratégia PICO, acompanhados de suas respectivas descrições.

Tabela 1 – Elementos do PICO do estudo.

Acrônimo	Definição	Descrição
P	População	Paciente ou grupo de pessoas com um problema de saúde ou uma condição específica (portadores de TDAH)
I	Intervenção	Compreende a intervenção de interesse, a qual pode ser terapêutica (ex.: aromaterapia e musicoterapia) e prognóstica, administrativa (ex.: portarias, resoluções e/ou normas) ou relacionada a assuntos econômicos.
C	Comparação ou Controle	Implementação da intervenção padrão (ex: tratamento medicamentoso), intervenção mais prevalente ou ausência de intervenção.
O	Desfecho (outcomes)	Resultado que se espera alcançar.

Fonte: De Oliveira (2025)

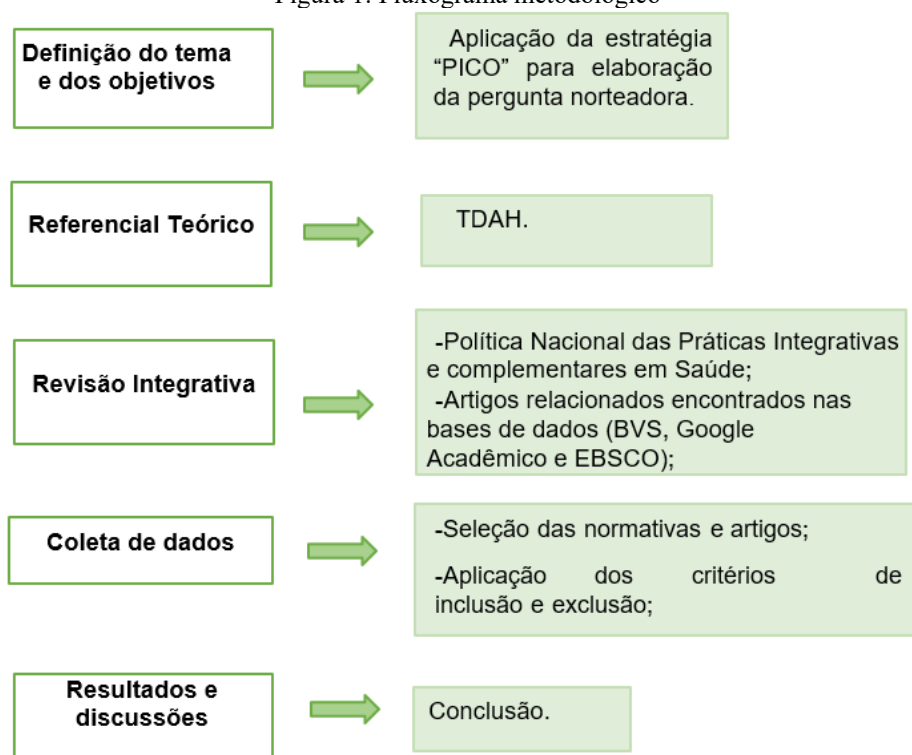
Para a formulação da pergunta neste estudo, o componente ‘P’ engloba a população infantil com TDAH. Quanto ao ‘I’, abrange a intervenção de interesse, sendo o uso de aromaterapia e musicoterapia no tratamento para TDAH. Referente ao ‘C’, compreende as normativas legais disponíveis para o tratamento tradicional e medicamentoso de TDAH. Por fim, o componente ‘O’

refere-se à descrição dos benefícios observados quanto a aplicação de aromaterapia e musicoterapia no tratamento de TDAH.

Para delineamento da pesquisa, foi realizado um levantamento acerca das normativas do PNPIC e TDAH e a leitura dos artigos científicos disponíveis na base de dados que foi considerada neste estudo, com posterior separação dos que se enquadram aos objetivos da pesquisa.

A sequência metodológica para a coleta de dados na pesquisa será apresentada no fluxograma a seguir, facilitando a compreensão e exemplificação da metodologia.

Figura 1: Fluxograma metodológico



Fonte: De Oliveira (2025); Autores (2025).

Os parâmetros de inclusão adotados na pesquisa englobam artigos publicados ao longo dos últimos 17 anos, em inglês, português e espanhol, com preferência para os artigos publicados nos últimos 10 anos. Além da existência de palavras-chave relacionadas a TDAH, aromaterapia, musicoterapia e TDAH na infância e/ou pediatria. Não serão considerados artigos não disponíveis na íntegra.

2.4 ASPECTOS ÉTICOS

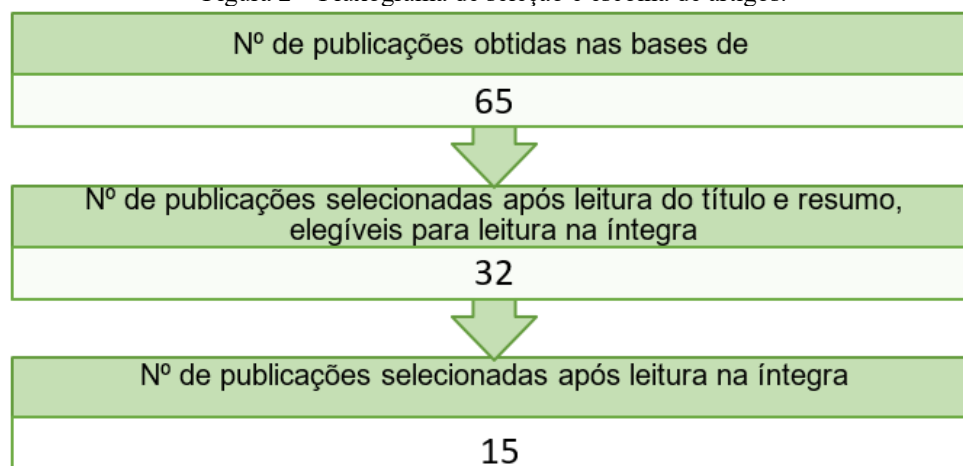
O estudo envolverá apenas questões documentais e bibliográficas, não necessitando da apreciação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu.

3 RESULTADOS

3.1 REVISÃO INTEGRATIVA

A partir da busca nas bases de dados selecionadas, foram encontrados 65 artigos dos quais 32 foram selecionados para leitura na íntegra. Destes, 15 foram selecionados para compor o trabalho.

Figura 2 – Fluxograma de seleção e escolha de artigos.



Fonte: Autores (2025).

Na tabela 3 estão sintetizados os artigos selecionados para a construção do trabalho. Para melhor compreensão, foram incluídas informações quanto aos autores, o título, o objetivo e a conclusão de cada artigo. Foram considerados 6 artigos para a temática aromaterapia, 5 artigos para a temática musicoterapia e 4 artigos para a temática TDAH e os anos de publicação permeiam entre 2008 e 2024.

Tabela 3 – Artigos selecionados a partir da revisão integrativa utilizados neste estudo.

Autores/Ano	Título do Artigo	Objetivo do Artigo	Conclusão do Artigo
MENDES et al., 2022 Aromaterapia	Correlação entre os componentes químicos e propriedades terapêuticas dos óleos essenciais	Demonstrar a correlação entre os componentes químicos e as propriedades terapêuticas dos óleos essenciais em diferentes sistemas do corpo humano.	Aromaterapia mostrou-se uma aliada eficaz no tratamento de diversas enfermidades com base nas propriedades químicas dos óleos essenciais.
GARCIA et al., 2022 Aromaterapia	Extrato de Alecrim: um antioxidante para estimular a concentração de pessoas com TDAH	Investigar como o extrato de alecrim pode auxiliar na concentração de indivíduos com TDAH.	O uso do alecrim, especialmente por meio da tintura mãe e outras formas farmacêuticas, demonstrou efeitos positivos na concentração de pessoas com TDAH.
SOUZA et al., 2020 Aromaterapia	Naturopatia e crianças com diagnóstico de Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade	Compreender se o atendimento naturopático pode ser uma estratégia de desmedicalização infantil em crianças com TDAH.	A naturopatia pode atuar de forma complementar ou até substitutiva a tratamentos convencionais, promovendo uma visão ampliada e humanizada do cuidado infantil.

SIMÕES et al., 2024 Aromaterapia	Uso de óleos essenciais para tratamento de TDAH	Revisar estudos sobre o uso de óleos essenciais no tratamento do TDAH, explorando mecanismos, eficácia, limitações e segurança.	Óleos essenciais apresentam potencial terapêutico, mas são necessárias mais evidências científicas e cuidados com a padronização e segurança do uso.
JACOB, 2023 Aromaterapia	Óleos essenciais e TDAH: um breve estudo dessa relação	Revisar a relação entre o uso de óleos essenciais e os sintomas de TDAH, especialmente na concentração e foco.	Há ação positiva dos óleos essenciais como lavanda, alecrim e capim-limão na atenção e foco de pessoas com TDAH, sugerindo benefício no uso terapêutico.
JACOB & OLIVEIRA, 2024 Aromaterapia	Uso da Aromaterapia na Atenção Estudantil	Revisar os benefícios da aromaterapia na aprendizagem escolar, com foco no TDAH.	Aromaterapia pode ser uma estratégia complementar benéfica para auxiliar na atenção de estudantes com TDAH, especialmente com óleos como alecrim, lavanda e capim-limão.
NASCIMENTO & SOUSA, 2022 Musicoterapia	A música como ferramenta pedagógica na atenção à criança com TDAH	Analisar a aplicabilidade da música como instrumento de apoio no desenvolvimento de crianças com TDAH.	A música melhora a atenção e reduz a hiperatividade, sendo eficaz como prática pedagógica complementar no desenvolvimento de crianças com TDAH.
SANTOS et al., 2022 Musicoterapia	Musicoterapia em crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade	Estudar o uso da musicoterapia como terapia complementar no tratamento do TDAH.	A musicoterapia, especialmente em sua forma ativa, apresenta resultados positivos na qualidade de vida e bem-estar de crianças com TDAH.
ACEBES-DE PABLO & GIRALDEZ-HAYES, 2019 Musicoterapia	El papel de la musicoterapia y las terapias alternativas en el tratamiento del TDAH: un estudio exploratorio	Avaliar o interesse e apoio de profissionais e familiares no uso de musicoterapia e terapias alternativas no tratamento do TDAH.	As terapias alternativas e a musicoterapia são recomendadas como complementares ao tratamento do TDAH, embora ainda pouco conhecidas pelos profissionais da área.
PEREIRA & VASQUES, 2016 Musicoterapia	Os benefícios da música para crianças portadoras de TDAH	Apresentar a musicoterapia como alternativa ao tratamento medicamentoso de crianças com TDAH.	A musicoterapia contribui para reduzir sintomas de TDAH e deve ser considerada uma abordagem terapêutica complementar eficaz.
DOMÍNGUEZ PACHECO, 2023 Musicoterapia	La musicoterapia como recurso alternativo para la mejora de la sintomatología del alumnado con TDAH	Analisar, por meio de revisão sistemática, a eficácia da musicoterapia na melhoria dos sintomas de TDAH em escolares.	A musicoterapia promove melhorias na atenção, memória de trabalho e controle da impulsividade, sendo promissora como terapia alternativa.
COUTO et al., 2010 TDAH	Aspectos neurobiológicos do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH): uma revisão	Revisar os principais estudos sobre os aspectos neurobiológicos do TDAH e discutir a diversidade de interpretações sobre sua etiologia.	Existe ampla divergência entre os profissionais sobre as causas e tratamentos do TDAH, indicando a necessidade de programas de formação e informação para pacientes, pais, educadores e clínicos.

BARBARINI, 2020 TDAH	Corpos, mentes, emoções: uma análise sobre TDAH e socialização infantil	Problematizar o TDAH como categoria clínica e social à luz das normas de conduta na socialização infantil.	O diagnóstico de TDAH articula controle sobre corpo e emoções, legitimando intervenções especializadas e moldando identidades infantis; é necessário refletir criticamente sobre essa construção social.
DONIZETTI, 2022 TDAH	TDAH e a importância de um diagnóstico correto	Refletir sobre a importância de um diagnóstico precoce e correto para o TDAH.	Diagnósticos incorretos ou tardios acarretam prejuízos permanentes; uma avaliação precisa pode melhorar a qualidade de vida e o desenvolvimento da criança com TDAH.
CALIMAN, 2008 TDAH	O TDAH: entre as funções, disfunções e otimização da atenção	Analisar criticamente a expansão do diagnóstico de TDAH e suas implicações éticas.	O diagnóstico de TDAH tem fronteiras frágeis com a otimização da atenção e levanta questões éticas sobre o uso de tratamentos voltados à performance e produtividade social.

Fonte: Autores (2025).

Além da seleção dos artigos, houve a leitura de normativas vigentes sobre a temática. Logo, foram listados na tabela 2 conteúdos legais relacionados as PICCS e uso racional de medicamentos do Ministério da Saúde

Tabela 4 – Normativas incluídas para elaboração do trabalho.

Normativas	
Contribuições para a promoção do uso racional de medicamentos Ministério da Saúde, 2021	Oferece recomendações e estratégias interprofissionais para o uso racional de medicamentos no SUS.
Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (2ª edição) Ministério da Saúde, 2015.	Apresenta diretrizes, fundamentos e estratégias de implementação das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) no Sistema Único de Saúde.

Fonte: Autores (2025).

4 DISCUSSÃO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um dos distúrbios mais prevalentes entre crianças e adolescentes, afetando múltiplos domínios da vida, como o desempenho escolar, as interações sociais e a estabilidade emocional (DSM-5, 2013 apud DOMÍNGUEZ PACHECO, 2023).

Embora o tratamento tradicional envolva medicamentos estimulantes, como o metilfenidato, e intervenções psicoterapêuticas, cresce a busca por abordagens complementares que minimizem os

efeitos colaterais e promovam o bem-estar integral da criança.

A aromaterapia, reconhecida como Prática Integrativa e Complementar no SUS desde 2018, tem se mostrado promissora na redução de sintomas de TDAH. Óleos essenciais como alecrim, lavanda e capim-limão têm sido associados à melhora da concentração, da memória de trabalho e da regulação emocional em crianças com o transtorno. Segundo Jacob (2023), os efeitos terapêuticos da aromaterapia ocorrem por meio da estimulação do sistema límbico, atuando diretamente nas emoções e no foco. O uso de formas farmacêuticas como tinturas-mãe e balas de goma medicinais, conforme explorado por Garcia et al. (2022), também amplia as possibilidades de aplicação prática desses compostos no contexto pediátrico.

Complementarmente, a musicoterapia vem sendo cada vez mais reconhecida como um recurso eficaz na melhoria da atenção, no controle da impulsividade e no desenvolvimento da socialização em crianças com TDAH. A revisão de Cristina Domínguez Pacheco (2023) destaca que as intervenções musicoterapêuticas favorecem aspectos como memória de trabalho e regulação comportamental, sendo especialmente eficazes quando aplicadas em contextos educacionais. Isso é corroborado por estudos como os de Sousa e Nascimento (2022), que defendem o uso da música como ferramenta pedagógica capaz de melhorar significativamente o engajamento e a participação escolar.

Os benefícios da musicoterapia também foram evidenciados no estudo de Santos et al. (2022), o qual demonstrou que técnicas de musicoterapia ativa promovem bem-estar emocional e melhoria no comportamento das crianças com TDAH, apesar da literatura científica ainda apresentar lacunas quanto à padronização das intervenções e mensuração de resultados a longo prazo. Da mesma forma, Acebes-de Pablo e Giraldez-Hayes (2019) observaram que, embora a musicoterapia seja recomendada por pais e educadores, seu uso ainda é pouco explorado por profissionais da saúde, o que aponta para a necessidade de maior divulgação e capacitação no tema.

Por fim, tanto a aromaterapia quanto a musicoterapia se inserem em um contexto mais amplo de desmedicalização e humanização do cuidado, como aponta Souza e Daré (2020), ao refletirem uma visão ampliada do processo saúde-doença, considerando corpo, mente e contexto social. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) reforça essa abordagem ao reconhecer tais terapias como formas legítimas de cuidado no SUS.

5 CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa evidenciou que a aromaterapia e a musicoterapia representam abordagens complementares viáveis e potencialmente eficazes no cuidado de crianças diagnosticadas

com TDAH. Ambas atuam de forma integrada sobre sintomas como desatenção, impulsividade e agitação, promovendo também benefícios emocionais e sociais que repercutem positivamente na qualidade de vida dos pacientes e no seu desempenho escolar.

No caso da aromaterapia, os óleos essenciais de alecrim, lavanda e capim-limão mostraram efeitos promissores, especialmente por sua ação no sistema límbico e na modulação do foco e da ansiedade. Já a musicoterapia, principalmente em sua forma ativa, demonstrou impacto relevante sobre a autorregulação emocional, concentração e socialização da criança, sendo amplamente recomendada em contexto escolar e familiar.

Contudo, é necessário destacar que tais práticas não devem substituir o tratamento convencional sem uma avaliação ampla e individual de cada indivíduo, mas sim, atuar de forma complementar em consonância com os princípios da integralidade e do cuidado humanizado defendidos pelo SUS. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares e as diretrizes do Ministério da Saúde reforçam essa perspectiva, ao reconhecer essas terapias como parte das estratégias de saúde pública.

Diante disso, é considerado o estímulo à capacitação de profissionais da saúde e da educação para o uso seguro e responsável dessas práticas, bem como o investimento em pesquisas científicas mais robustas, com delineamentos metodológicos que permitam comprovar a eficácia e segurança das intervenções.

A inclusão consciente e fundamentada de práticas integrativas no tratamento do TDAH pode contribuir significativamente para a construção de uma abordagem mais empática, efetiva e centrada nas necessidades reais da criança.

REFERÊNCIAS

- ACEBES-DE PABLO, Alberto; GIRALDEZ-HAYES, Andrea. El papel de la musicoterapia y las terapias alternativas en el tratamiento del TDAH: un estudio exploratorio. *Medicina Naturista*, v. 13, n. 1, p. 15–17, 2019.
- BARBARINI, Tatiana de Andrade. Corpos, “mentes”, emoções: uma análise sobre TDAH e socialização infantil. *Psicologia & Sociedade*, v. 32, e173058, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32173058>.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. Departamento de Assistência Farmacêutica e Insumos Estratégicos. Contribuições para a promoção do uso racional de medicamentos [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. v. 2.
- CALIMAN, Luciana Vieira. O TDAH: entre as funções, disfunções e otimização da atenção. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 13, n. 3, p. 559–566, jul./set. 2008. DOI: <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v13i3.6069>.
- COUTO, Taciana de Souza; MELO JUNIOR, Mário Ribeiro de; GOMES, Cláudia Roberta de Araújo. Aspectos neurobiológicos do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH): uma revisão. *Ciências & Cognição*, v. 15, n. 1, p. 241–251, 2010.
- DE OLIVEIRA, Jeyce Kelly Prata et al. Regulations in the care of pressure ulcers: an integrative review. *Aracê*, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 13704–13723, 2025. DOI: 10.56238/arev7n3-207.
- DOMINGUEZ PACHECO, Cristina. La musicoterapia como recurso alternativo para la mejora de la sintomatología del alumnado con TDAH: una revisión sistemática. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Mestrado em Educação Especial) – Universidad Internacional de Valencia, Espanha, 2023.
- DONIZETTI, Iara da Silva. TDAH e a importância de um diagnóstico correto. *Caderno Intersaberes*, Curitiba, v. 11, n. 32, p. 18–31, 2022. DOI: <https://doi.org/10.5752/P.2179-8087.2022v11n32p18>.
- JACOB, Poliana Samira Rosa. Óleos essenciais e TDAH: um breve estudo dessa relação. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Biológicas) – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais – Campus Barbacena, 2023.
- JACOB, Poliana Samira Rosa; OLIVEIRA, José Emílio Zanzirolani de. Uso da aromaterapia na atenção estudantil. In: *Plantas Medicinais: Sabedoria Tradicional e Ciência Moderna*. Barbacena: Editora Científica, 2024. p. 228–234. ISBN 978-65-5360-707-1. DOI: 10.37885/240717094.

LIMA DOS SANTOS, Matheus et al. Musicoterapia em crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama, v. 26, n. 3, p. 782–793, set./dez. 2022. DOI: 10.25110/arqsaude.v26i3.2022.8217.

NASCIMENTO, Maria Elisângela do; SOUSA, Cristian Marques de. A música como ferramenta pedagógica na atenção à criança com TDAH: uma revisão de literatura. In: Encontro Sobre Música e Inclusão, 9., 2022, Natal. Anais eletrônicos. Natal: EMUFRN, 2022. p. 68–77.

PEREIRA, Heder Marchetti; VASQUES, Letícia Veiga. Os benefícios da música para crianças portadores de TDAH. In: II Congresso Internacional do Grupo Unis. Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas, 2016. crianças portadoras de TDAH. [S. l.]: [s. n.], 2023.

ROEVER, L et al. Artigo de revisão. Compreendendo o GRADE: PICO e qualidade dos estudos Understanding GRADE system: PICO and study quality. Research Gate, 2022.

SAMIRA, Poliana. A aromaterapia como prática integrativa e complementar no auxílio à atenção infantil com TDAH. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Naturologia) – Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2023.

SANTOS DE SOUZA, Deise Vimaana et al. Uso de óleos essenciais para tratamento de TDAH. In: Frontiers of Knowledge: Multidisciplinary Approaches in Academic Research. 2024. DOI: <https://doi.org/10.56238/sevened2024.026-031>