



**Universidad  
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA  
ESPECIALIDAD: ENFERMERIA ONCOLOGICA**

**EFICACIA DE LA AROMATERAPIA EN LA DISMINUCIÓN DE LA  
ANSIEDAD Y DOLOR EN PACIENTES CON CÁNCER**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ENFERMERAS  
ESPECIALISTAS EN ONCOLOGIA**

**PRESENTADO POR:**

**AUTOR: AMPARO MARGOTH CHAMPION REINOSO  
KAREN NOELY URIBE ARROYO**

**ASESOR: Mg. BONILLA ASALDE, CESAR ANTONIO**

**LIMA – PERÚ**

**2018**



## **DEDICATORIA**

Dedicamos el presente trabajo de investigación a nuestros padres, mis maestros y amistades que permitieron mediante su estimulación concluyamos nuestro trabajo.

### **AGRADECIMIENTO**

Le agradecemos a Dios por su protección y amor incondicional.

A nuestros padres por su apoyo.

A nuestra asesora Mg. Bonilla Asalde, Cesar Antonio por su guía y paciencia para la culminación de nuestro trabajo de investigación.

**ASESOR:**

**Mg. BONILLA ASALDE, CESAR ANTONIO**

## **JURADO**

**Presidente:** Mg. Wilmer Calsin Pacompia

**Secretario:** Mg Rodolfo Arévalo Marcos

**Vocal:** Mg. Ruby Cecilia Palomino Carrión

## INDICE

Caratula	i
Hoja en blanco	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Asesor	v
Jurado	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
RESUMEN	x
ABSTRAC	xi
<b>CAPITULO I: INTRODUCCION</b>	
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del problema	5
1.3. Objetivo	5
<b>CAPITULO II: MATERIALES Y METODOS</b>	
2.1. Diseño de estudio: Revisión Sistemática	6
2.2. Población y muestra	6
2.3. Procedimiento de recolección de datos	6
2.4 .Técnica de análisis	7
2.5 .Aspectos Éticos	7
<b>CAPITULO III: RESULTADOS</b>	
3.1. Tablas	8
<b>CAPITULO IV: DISCUSION</b>	
4.1. Discusión	19

<b>CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENADACIONES</b>	
5.1. Conclusiones	22
5.2. Recomendaciones	22
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b>	<b>24</b>

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1	Estudios revisados sobre eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y dolor en pacientes con cáncer	8
Tabla 2	Estudios revisados sobre eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y dolor en pacientes con cáncer	17

-

## RESUMEN

**Objetivo.-** Analizar las evidencias sobre la eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer.

**Material y métodos.-** Revisión sistemática observacional, prospectiva de la literatura, la búsqueda fue consultada en artículos de texto completo. Se eligieron nueve artículos, que corresponden en un periodo del 2008 al 2018, de diversos países, entre los artículos que se incluyeron: Ensayo controlado aleatorizado, estudio descriptivo, revisión sistemática, estudio Metaanálisis, estudio cuasi experimental.

**Resultados.-** Del total de 9 artículos revisados el 88.8 %. Señalan que la aromaterapia es eficaz en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer, lo cual indica que la aromaterapia es una intervención viable y herramientas como esta son indispensables para mejorar la calidad de vida de los afectados por el cáncer

**Conclusiones.-** Según las evidencias analizadas se concluye, que la aromaterapia es eficaz en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer.

**Palabras clave.-** Eficacia, aromaterapia, dolor, ansiedad y cáncer.

## SUMMARY

**Objective.** - To analyze the evidence on the effectiveness of aromatherapy in reducing anxiety and pain in patients with cancer.

**Material and methods.** - Systematic observational, prospective review of the literature, the search was consulted in full-text articles. Nine articles were selected, corresponding in a period from 2008 to 2018, from different countries, among the articles that were included: Randomized controlled trial, descriptive study, systematic review, Metaanalysis study, quasi-experimental study. **Results.** - Of the total of 9 articles reviewed, 88.8%. They point out that aromatherapy is effective in reducing anxiety and pain in patients with cancer, which indicates that aromatherapy is a viable intervention and tools such as this are essential to improve the quality of life of those affected by cancer. **Conclusions.** - According to the evidence analyzed, it is concluded that aromatherapy is effective in reducing anxiety and pain in patients with cancer.

**Key words.**- Efficacy, aromatherapy, pain, anxiety and cancer.

## **CAPITULO I**

### **INTRODUCCION**

#### **1.1 Planteamiento del problema.**

El cáncer es un proceso descontrolado de crecimiento y diseminación de las células. Puede aparecer prácticamente en cualquier lugar del cuerpo invadiendo el tejido circundante y provocando metástasis en puntos distantes del organismo. En las Américas, el cáncer es la segunda causa de muerte, y se estima que cada año 2,9 millones de personas son diagnosticadas y 1,3 millones mueren por esta enfermedad. Cerca del 52% de los nuevos casos y el 35% de las muertes por cáncer se producen prematuramente en personas de 65 años o menos (1,2).

Muchas personas con cáncer perciben síntomas de ansiedad describiéndose como una sensación de nerviosismo, preocupación o tensión, siendo estos leves o graves; es viable que la ansiedad dificulte enfrentar el tratamiento del cáncer como asimismo interferir en su capacidad de tomar decisiones sobre su atención. En consecuencia, la identificación y el tratamiento de la ansiedad son aspectos importantes del proceso del cáncer. La Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica (American Society of Clinical Oncology, ASCO) recomienda hacer una detección de la ansiedad a toda persona cuando reciba un diagnóstico y en intervalos periódicos durante su tratamiento y recuperación de cáncer (3).

El dolor en pacientes oncológicos se produce tanto por razones biológicas, como la localización y extensión del tumor por órganos, por afectación al sistema nervioso, o debido a sus tratamientos, como cirugía, radiación o quimioterapia. El dolor oncológico origina un gran impacto en la vida de los pacientes con cáncer se expresa por la disminución de su capacidad funcional y la aparición de síntomas físicos, afectivos y emocionales que afectan la calidad de vida (4).

Puede ser necesario saber que el dolor a causa del cáncer puede tratarse de manera satisfactoria en la mayoría de los pacientes. Sin embargo, hasta el 95 % del dolor causado por el cáncer se puede tratar satisfactoriamente. El dolor no tratado puede hacer que otros aspectos del cáncer parezcan peores. Estos incluyen los siguientes: fatiga, debilidad, falta de aire, ansiedad, náuseas, depresión, estreñimiento, trastornos del sueño (5,6).

La aromaterapia es un tipo de medicina alternativa y complementaria donde se usan aceites vegetales que despiden aromas (olores) agradables para provocar la relajación, la sensación de bienestar y la sanación. Siendo muy efectiva para aliviar algunas enfermedades, dolencias físicas, levantar el ánimo y equilibrar nuestras emociones; esta terapia que usan diferentes aromas y aceites que se inhalan, se ingieren o se añaden al agua del baño promoviendo el bienestar físico y psicológico. Se puede usar la aromaterapia junto a otras técnicas para un enfoque holístico de cualquier tratamiento o para “ayudar” a la medicina moderna. En Grecia, médicos como el Galeno Hipócrates aprovechaban las ventajas de las hierbas aromáticas para tratar a sus pacientes. En la Edad Media en Europa se manejaban para combatir enfermedades (7,8).

El objetivo de la aromaterapia no trata de reemplazar en ningún caso a la medicina tradicional, sino servir de complemento y hacer que sus efectos sean más rápidos y duraderos. La aromaterapia no tiene efectos curativos, pero consigue crear un ambiente emocional que

despierta en el organismo esa energía de curación; se utilizan especies vegetales que poseen un “aroma” dulce y agradable, diseñando tratamientos o terapias cuyo objetivo es introducir al organismo un estado más equilibrado y armónico. El potencial curativo de la aromaterapia procede de su capacidad para promover la relajación al mismo tiempo generar una sensación de alegría o tranquilidad en el paciente (9).

La aromaterapia en el cáncer, es un complemento paliativo de gran ayuda, donde existen aceites esenciales con mucha capacidad de fortalecer el sistema inmune y calmar el sistema nervioso; contienen 100% de principios activos (concentrados), lo que les confiere un alto poder terapéutico (10).

Es posible usar la aromaterapia con otros tratamientos complementarios, como masaje o acupuntura así como con tratamiento médicos estándar para el control de los síntomas que causa el cáncer o su tratamiento; el uso más frecuente de los aceites esenciales es por inhalación o aplicándolos en forma diluida en la piel (11).

Para la aromaterapia, se usan muchos aceites esenciales como los de la manzanilla romana, lavanda, limón, geranio, el árbol del té, el jengibre, el cedro y la bergamota. Cada aceite esencial de una planta tiene una composición química diferente que determina cómo huele, cómo se absorbe y cómo afecta el cuerpo.

La aromaterapia se usa de varias maneras: inhalación indirecta: el paciente aspira un aceite esencial mediante el uso de un difusor, que sirve para dispersar el aceite esencial por el aire, o aplicando gotas sobre un tejido o un trozo de algodón en un lugar cercano.

Inhalación directa: el paciente aspira un aceite esencial mediante el uso de un inhalador individual con gotas de aceite esencial que flotan

sobre agua caliente. Masaje: masaje de aromaterapia de la piel con uno o más aceites esenciales que se diluyen en un aceite portador (12).

La enfermería oncológica se define como la prestación de servicios al individuo, familia o comunidad y en todo el contexto de salud - enfermedad, desde la prevención del cáncer hasta los cuidados del enfermo en situación terminal, permitiéndole identificar, tratar respuestas humanas y determinar la influencia de sus servicios en la evolución física, psicosocial y espiritual del paciente (13).

En distintos momentos durante el tratamiento y la recuperación los pacientes oncológicos sufren de dolor que se caracteriza por ser de elevada intensidad, siendo acompañado de sentimientos de ansiedad los cuales afectan la calidad de vida de los pacientes y sus familias interfiriendo en sus relaciones y actividades cotidianas, no cabe duda que los profesionales de enfermería oncológica ayudan al paciente a un correcto manejo de la ansiedad y dolor, tanto en la atención primaria como en la hospitalaria. Aparte de los tratamientos farmacológicos existentes se puede emplear la aromaterapia como terapia complementaria para el soporte y paliación de los efectos secundarios derivados de los tratamientos oncológicos convencionales recibidos para potenciar sus efectos terapéuticos, minimizando los síntomas de la enfermedad, mejorando así la calidad de vida del paciente oncológico.

El presente estudio se realizó por lo que varios pacientes oncológicos nos comentaban sobre el uso de la aromaterapia en el aceite de lavanda, que es eficaz después de cada radioterapia, quimioterapia, alivio de la ansiedad antes de venir a la clínica para recibir su tratamiento o cuando tenían alguna dolencia.

## 1.2 Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática bajo la metodología PICO, de la siguiente forma:

<b>P = Paciente/ problema</b>	<b>I = Intervención</b>	<b>C = Intervención de comparación</b>	<b>O = Outcome resultados</b>
Pacientes con cáncer	Aromaterapia	-	Eficacia: disminución de la ansiedad y el dolor

¿Cuál es la eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer?

## 1.3 Objetivo

Analizar las evidencias sobre la eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer.

## **CAPITULO II**

### **MATERIALES Y METODOS**

#### **2.1 Diseño de estudio:**

Es una revisión sistemática a base de artículos científicos integrativos ampliamente usados en disciplinas del área de la salud que siguen un método explícito para resumir la información que se conoce acerca de determinado tema o problema de salud. Revisan y pueden combinar principalmente ensayos clínicos controlados, que son los estudios primarios. Además, la búsqueda de la evidencia se ha desarrollado de manera sistemática con una declaración de los criterios de selección y se ha hecho una evaluación crítica de los artículos primarios y una síntesis basada en la calidad metodológica de los estudios (14).

#### **2.2 Población y muestra.**

La población está compuesta por la revisión sistemática de 9 artículos científicos publicados e indizados en bases de datos y que responden a artículos publicados en coreano e inglés.

#### **2.3 Procedimiento y recolección de datos.**

La recolección de datos se realizó a través de la revisión sistemática de artículos de investigaciones internacionales y en idioma coreano e inglés, con un análisis crítico, sistemático de diez estudios de investigación que confirmen estudios anteriores, que demuestren la eficacia de la aromaterapia para disminuir la ansiedad y el dolor en los

pacientes con cáncer, estudios que son válidos en su contenido, veraces y confiables en su criterio.

El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencias fue el siguiente:

Cancer AND aromaterapia AND ansiedad.

Aromaterapia AND cáncer.

Aromaterapia AND dolor AND ansiedad.

Base de datos:

Pubmed, Cochrane Library, Epistemonikos.

#### **2.4 Técnica de análisis.**

El análisis de la revisión sistemática está conformado por la elaboración de tablas de resumen (tabla N°1 y N°2) con los datos principales de cada uno de los artículos seleccionados, evaluando cada uno de los artículos para una comparación de los puntos o características en las cuales concuerda y los puntos en los que existe discrepancia entre los artículos internacionales. Además de acuerdo los criterios técnicos pre establecidos se realizó una evaluación crítica e intensiva de cada artículo, a partir de ello, se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo según la escala de GRADE.

#### **2.5 Aspecto ético.**

La revisión de los artículos científicos revisados debe estar de acuerdo a las normas técnicas de la biotécnica en la investigación y los principios éticos. El presente estudio se basó en los lineamientos éticos de la investigación científica.

**CAPITULO III**  
**RESULTADOS**

**3.1 Tabla1: Estudios sobre eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer**

**DATOS DE LA PUBLICACION**

1.	Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
	Ozkaraman A., Dügüm Ö , Ozen Y. , Usta Y.	2018	Aromatherapy: The effect of lavender on anxiety and sleep quality in patients treated with chemotherapy (15).  Aromaterapia: el efecto de la lavanda sobre la ansiedad y la calidad del sueño en pacientes tratados con quimioterapia.	Clinical Journal of Oncology Nursing  <a href="https://cjon.ons.org/cjon/22/2/aromatherapy-effect-lavender-anxiety-and-sleep-quality-patients-treated-chemotherapy">https://cjon.ons.org/cjon/22/2/aromatherapy-effect-lavender-anxiety-and-sleep-quality-patients-treated-chemotherapy</a>  Turquía	Volumen: 22  Numero: 2

**CONTENIDO DE LA PUBLICACION**

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Ensayo controlado aleatorizado</b>	Población: No referido  Muestra: 70 pacientes	No referido	El estudio actual determinó que el aceite de lavanda es eficaz para controlar la ansiedad, si es utilizado todos días durante un mes. El presente estudio determinó que tres gotas de aceite de lavanda inhaladas todas las noches antes de dormir reducían los niveles de ansiedad de los pacientes y también expresaron satisfacción con el aroma agradable en su habitación cuando se le administraba la quimioterapia.	El presente estudio demostró efectividad del uso de <b>aromaterapia</b> (lavanda) en los <b>pacientes con cáncer</b> durante su tratamiento de quimioterapia disminuyendo la <b>ansiedad</b> .

## DATOS DE LA PUBLICACION

2. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
<b>Blackburn L, Achor S, Allen B, Bauchmire N, Dunnington D, Klisovic R., et al.</b>	2017	The effect of aromatherapy on insomnia and other common symptoms among patients with acute leukemia (16).  El efecto de la aromaterapia en el insomnio y otros síntomas comunes en pacientes con leukemia aguda.	ONCOLOGY NURSING FORUM <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28640576">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28640576</a> ESTADOS UNIDOS	Volume: 44  Numero: 4

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Estudio controlado aleatorizado</b>	Población: No referido  Muestra: 50 pacientes	No referido	La mayoría de los pacientes informaron un sueño de mala calidad al inicio del estudio, pero la aromaterapia tuvo un impacto positivo estadísticamente significativo. Se observaron mejoras en el cansancio, la somnolencia, falta de apetito, depresión, ansiedad y el bienestar debido a la aromaterapia	La aromaterapia es una intervención viable para mejorar el insomnio y otros síntomas (cansancio, falta de apetito, depresión, ansiedad y el bienestar) comúnmente experimentados por pacientes con leucemia aguda.

### DATOS DE LA PUBLICACION

3. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Mutluay E., Ozdemir L	2017	Effect of inhalation aromatherapy on procedural pain and anxiety after needle Insertion into an implantable central venous port catheter (17).	Cancer Nursing TM	Volumen: 00 Numero: 0
		Efecto de la aromaterapia de inhalación sobre el dolor y la ansiedad de procedimientos después de la inserción de la aguja en un catéter venoso central implantable.	<a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29199999">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29199999</a> Turquía	

### CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Ensayo controlado no aleatorio.</b>	Población: no referido  Muestra: 123 pacientes	No referido	Los hallazgos principales de este estudio mostraron que el aceite de lavanda por inhalación disminuye el dolor, durante la inserción de la aguja del catéter venoso central. El efecto ansiolítico de los aceites esenciales (lavanda, eucalipto), por inhalación no reduce significativamente la ansiedad.	La <b>aromaterapia</b> por inhalación con lavanda puede ser una técnica efectiva para aliviar el <b>dolor</b> en <b>pacientes con cáncer</b> relacionado con la inserción de la aguja en un catéter venoso central implantable.

## DATOS DE LA PUBLICACION

1. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Chen T, Tung T, Chen P, Wang S, Chao C, Hsiung N, Chi C.	2016	The clinical effects of aromatherapy massage on reducing pain for the cancer patients: meta-analysis of randomized controlled trials (18).  Los efectos clínicos del masaje con aromaterapia en la reducción del dolor en los pacientes con cáncer: metaanálisis de ensayos controlados aleatorios.	Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26884799">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26884799</a>  Taiwan	Volumen: 2016  Numero: 9147974

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Estudio metaanálisis</b>	Población: no referido  Muestra: 278 pacientes	No referido	El presente estudio indica que no hubo diferencia significativa del total de pacientes en el uso de masaje con aromaterapia sobre la reducción del dolor en los pacientes con cáncer.	El estudio sugiere que el masaje de la aromaterapia no puede ser eficaz para reducir el dolor en los pacientes con cáncer.

## DATOS DE LA PUBLICACION

2. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Boehm K., Büssing A., Ostermann T.	2012	Aromatherapy as an adjuvant treatment in cancer care – a descriptive systematic review (19).  La aromaterapia como tratamiento adyuvante en la atención del cáncer.	African Networks on Ethnomedicines  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3746639/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3746639/</a>  Alemania	Volumen: 9  Numero: 0

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Revisión sistemática</b>	Población: no referido  Muestra: 18 ensayos clínicos	No referido	El presente estudio revisado demostró el beneficio del masaje con el aceite de lavanda tendiendo una mejora significativa a corto plazo en la ansiedad y dolor en los pacientes con cáncer, hasta dos semanas después del tratamiento.	Los <b>pacientes con cáncer</b> pueden usar la <b>aromaterapia</b> - aceites esenciales para un <b>beneficio</b> a corto plazo con respecto a la <b>reducción</b> de los síntomas de <b>ansiedad</b> , depresión y un mejor control del <b>dolor</b> .

### DATOS DE LA PUBLICACION

3. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Serfaty M., Wilkinson S., Freeman C., Mannix K., Rey M.	2012	<p>Pilot randomized controlled trial to examine the clinical effectiveness of aromatherapy massage versus cognitive behavior therapy for emotional distress in patients in cancer/palliative care (20).</p> <p>Efectividad clínica del masaje de aromaterapia versus la terapia de comportamiento cognitivo para la angustia emocional en pacientes con cáncer/cuidados paliativos.</p>	<p style="text-align: center;">In Wiley Online Library</p> <p><a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21370309">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21370309</a></p> <p style="text-align: center;">Reino Unido</p>	<p>Volumen: 21</p> <p>Numero: 563 - 569</p>

### CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Ensayo controlado aleatorizado</b>	<p>Población: no referido</p> <p>Muestra: 63 pacientes</p>	No referido	<p>El estudio evidencia que más del 60% participaron en el masaje con aromaterapia siendo más eficaz para tratar la ansiedad a corto plazo y la terapia de comportamiento cognitivo es eficaz para la angustia emocional en el cáncer; donde obtuvieron resultados similares.</p>	<p>La efectividad del masaje de <b>aromaterapia</b> versus la terapia de comportamiento cognitivo se observaron mejoras en ambas intervenciones, depresión y <b>ansiedad</b> en pacientes con <b>cáncer</b>.</p>

## DATOS DE LA PUBLICACION

4. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Stringer J., Donald G.	2011	Aromastick in cancer care: An innovation not to be Sniffed at (21). Aromaterapia en el cuidado del cáncer.	Elsevier  <a href="https://www.epistemonikos.org/en/documents/726c0b4cacc67ef567f03f231bca17ced8e261ac">https://www.epistemonikos.org/en/documents/726c0b4cacc67ef567f03f231bca17ced8e261ac</a>  Reino unido	Volumen: 17 Numero: 2

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
Estudio descriptivo	Población: No referido Muestra: 160 pacientes	No referido	El estudio demostró que el 77% del mayor porcentaje de los pacientes utilizaron la aromaterapia, siendo beneficioso para el manejo de la ansiedad y procedimientos e intervenciones para aliviar el dolor. Los resultados también sugieren que los efectos de la aromaterapia pueden ser directamente proporcionales dependiendo la frecuencia de su uso.	Se encontró múltiples beneficios para el manejo de la ansiedad y procedimientos dolorosos el uso de la <b>aromaterapia</b> en paciente con <b>cáncer</b> .

## DATOS DE LA PUBLICACION

5. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Imanishi J., Kuriyama H., Shigemori I., Watanabe S., Aihara Y., Kita M et al.	2009	Anxiolytic Effect of Aromatherapy Massage in Patients with Breast Cancer (22).  Efecto ansiolítico del masaje de aromaterapia e pacientes con cáncer de mama.	Evid Based Complement Alternat Med  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC26442">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC26442</a>  79/ Japón	Volumen:6 Numero: 073

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Ensayo controlado aleatorizado</b>	Población: No referido  Muestra: 12 pacientes	No referido	Según los estudios revelaron especialmente en el cuestionario de ansiedad estado – rasgo que las puntuaciones disminuyeron significativamente después de cada sesión de 30 minutos de masaje con aromaterapia, realizando el estado inmunológico de pacientes con cáncer de mama.	La <b>aromaterapia</b> es una terapia complementaria representativa para <b>reducir la ansiedad en pacientes con cáncer</b> de mama.

## DATOS DE LA PUBLICACION

6. Autor	Año	Nombre de la investigación	Revista donde se ubica la investigación	Volumen y numero
Chang, S	2008	Effects of Aroma Hand Massage on Pain, State Anxiety and Depression in Hospice Patients with Terminal Cancer (23).  Efectos del masaje de la mano con aroma sobre el dolor, la ansiedad del estado y la depresión en pacientes de hospicio con cáncer terminal	Korean Society of Nursing Science  <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18753801">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18753801</a> corea	Volumen: 38  Numero: 4

## CONTENIDO DE LA PUBLICACION

Tipo de diseño de la investigación	Población y muestra	Aspectos éticos	Resultados	Conclusión
<b>Estudio cuasi experimental</b>	Población: No referido  Muestra: 38 pacientes.	No referido	En el presente estudio se evidencio los efectos del masaje de manos con aromaterapia sobre la reducción del dolor en pacientes con cáncer; no hubo diferencia significativa para la disminución de la ansiedad.	El masaje de mano con <b>aroma</b> tiene un efecto positivo sobre el <b>dolor</b> y la depresión en los pacientes de cuidados paliativos con <b>cáncer</b> terminal.

**Tablas 2:** Resumen de estudios sobre eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer.

Diseño de estudio/título	Conclusiones	Calidad de la evidencia	Fuerza de la evidencia	País
<p><b>Ensayo controlado aleatorizado</b></p> <p>Aromatherapy: The effect of lavender on anxiety and sleep quality in patients treated with chemotherapy.</p>	<p>El presente estudio demostró efectividad del uso de aromaterapia (lavanda) en los pacientes con cáncer durante su tratamiento de quimioterapia disminuyendo la ansiedad.</p>	Alta	fuerte	Turquía
<p><b>Ensayo controlado aleatorizado</b></p> <p>The effect of aromatherapy on insomnia and other common symptoms among patients with acute leukemia</p>	<p>La aromaterapia es una intervención viable para mejorar el insomnio y otros síntomas (cansancio, falta de apetito, depresión, ansiedad y el bienestar) comúnmente experimentados por pacientes con leucemia aguda.</p>	Alta	fuerte	Estados unidos
<p><b>Revisión sistemática</b></p> <p>Massage with or without aromatherapy for symptom relief in people with cancer.</p>	<p>El masaje con o sin aromaterapia puede ayudar a reducir el dolor y la ansiedad o ambos en pacientes con cáncer.</p>	Alta	Fuerte	Corea
<p><b>Estudio Metaanálisis</b></p> <p>The clinical effects of aromatherapy massage on reducing pain for the cancer patients: meta-analysis of randomized controlled trials.</p>	<p>El estudio sugiere que el masaje de la <b>aromaterapia</b> no puede ser eficaz para reducir el <b>dolor</b> en los pacientes con <b>cáncer</b>.</p>	Alta	Fuerte	Taiwán

<p><b>Revisión sistemática</b></p> <p>Aromatherapy as an adjuvant treatment in cancer care – a descriptive systematic review</p>	<p>Los pacientes con cáncer pueden usar la aromaterapia - aceites esenciales para un beneficio a corto plazo con respecto a la reducción de los síntomas de ansiedad, depresión.</p>	Alta	Fuerte	Alemania
<p><b>Ensayo controlado aleatorizado</b></p> <p>A pilot randomized controlled trial to examine the clinical effectiveness of aromatherapy massage versus cognitive behaviour therapy for emotional distress in patients in cancer/palliative care.</p>	<p>La efectividad del masaje de aromaterapia versus la terapia de comportamiento cognitivo se observaron mejoras en ambas intervenciones, depresión y ansiedad en pacientes con cáncer.</p>	Alta	Fuerte	Reino unido
<p><b>Estudio descriptivo</b></p> <p>Aromastick in cancer care: An innovation not to be Sniffed at.</p>	<p>Se encontró múltiples beneficios para el manejo de la ansiedad y procedimientos dolorosos el uso de la aromaterapia en paciente con cáncer.</p>	Moderado	Débil	Reino unido
<p><b>Ensayo controlado aleatorizado</b></p> <p>Anxiolytic Effect of Aromatherapy Massage in Patients with Breast Cancer.</p>	<p>La aromaterapia es una terapia complementaria representativa para reducir la ansiedad en pacientes con cáncer de mama.</p>	Alta	Fuerte	Japón
<p><b>Estudio cuasi experimental</b></p> <p>Effects of Aroma Hand Massage on Pain, State Anxiety and Depression in Hospice Patients with Terminal Cancer</p>	<p>El masaje de mano con aroma tiene un efecto positivo sobre el dolor y la depresión en los pacientes de cuidados paliativos con cáncer terminal.</p>	Moderado	Débil	Corea del sur

## **CAPITULO IV**

### **DISCUSIÓN**

#### **4.1 Discusión**

En la búsqueda de datos se examinó la eficacia de la aromaterapia en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer. Se encontraron diversos artículos científicos y para ello se utilizó la base de datos pubmed, medline, Cochrane Library, Epistemonikos.

Según los resultados de Stringer y colaboradores (21), se puede observar que el 77% de los pacientes que recibieron un tratamiento aromático, informaron que obtuvieron uno o más beneficios y de estos; siendo alentador observar que el 80% de la muestra refieren que utilizaban principalmente los aromasticks para el control de la ansiedad considerándolo beneficioso y tres cuartas partes de los pacientes dijeron que la aromaterapia les benefició durante procedimientos dolorosos o angustiantes. Esto indica que la aromaterapia es una herramienta simple que puede hacer una gran diferencia en el estado emocional del paciente.

Mutluay y colaboradores (17) evaluó el efecto de la aromaterapia por inhalación para la prevención del dolor y la ansiedad durante la inserción de la aguja en un catéter de puerto venoso implantable: los principales hallazgos de este estudio mostraron que el aceite esencial de lavanda administrado por inhalación disminuyó los puntajes de la escala visual análoga del dolor durante la inserción de la aguja en un catéter de puerto venoso implantable; además, el nivel de ansiedad de la mayoría de los

participantes estaba en el "nivel leve" durante el procedimiento; Se piensa que las propiedades antinociceptivas y analgésicas de los sustituyentes encontrados en el aceite esencial de lavanda son eficaces para reducir los niveles de dolor durante los procedimientos, siendo segura, efectiva, económica y fácil de implementar como una opción de tratamiento no invasivo.

Imanishi y colaboradores (22) el estudio hace referencia que la aromaterapia es una terapia complementaria representativa para reducir la ansiedad en pacientes con cáncer de mama, ya que los pacientes mostraron una reducción de la ansiedad después de la primera sesión de aromaterapia por 30 minutos, como también se redujo después de las ocho sesiones con aromaterapia gradualmente, teniendo efectos a corto y largo plazo.

Chang y colaboradores (23) en este estudio se encontró que la aromaterapia es efectiva para la reducción del dolor y ansiedad en pacientes con cáncer terminal, predominando el uso de los aceites de bergamota y lavanda; por lo tanto se puede utilizar como una intervención de enfermería complementaria para mejorar la calidad de vida de los pacientes que requieran una atención integral.

Boehm y colaboradores (19) , Serfaty y colaboradores (20) mencionan que la Aromaterapia / aceites esenciales pueden ser usados con seguridad por los pacientes de cáncer para un beneficio a corto plazo en lo que respecta a la reducción de la ansiedad, esto podría explicarse por una inducción de una respuesta de relajación en el sistema nervioso autónomo, que posiblemente podría durar hasta 2 semanas con una reducción en las puntuaciones de ansiedad y depresión, una mejoría del sueño y un aumento general del bienestar. La aromaterapia puede ser tan eficaz clínicamente como menos costosa.

Ozkaraman y colaboradores (15) en su estudio determinó que el aceite de lavanda es eficaz para controlar la ansiedad si se usa regularmente todos los días durante un mes, los pacientes expresaron satisfacción con el agradable

aroma de la lavanda en la habitación cuando se administró durante la quimioterapia, como también refieren que haciendo uso de 3 gotas inhaladas todas las noches antes de dormir reducían los niveles de ansiedad y mejoraban la calidad del sueño.

Blackburn L y colaboradores (16) el estudio hace referencia que la aromaterapia tuvo un impacto positivo por los pacientes con leucemia aguda notándose mejoras sobre la ansiedad, haciendo uso de la lavanda, menta y manzanilla las cuales pueden ser administradas de manera segura y económica.

Chen T y colaboradores (18) indica que la aromaterapia no parece reducir el dolor en los pacientes con cáncer, ya que no se encontró diferencias en el dolor como efecto reductor entre el masaje con aceite esencial y la atención habitual, además hace referencia que tampoco puede dilucidar por completo los efectos no específicos de la aromaterapia.

Las terapias complementarias (La aromaterapia) aportaran a nuestra profesión y al actual sistema sanitario un nuevo enfoque integrativo centrándose en la persona y sus necesidades, humanizando los cuidados por lo que debería formar parte de los tratamientos adyuvantes como también una intervención de enfermería siempre que se haya seguido una formación adecuada y se consiga el consentimiento informado del paciente; ya que herramientas como esta son indispensables para mejorar la calidad de vida de los afectados por el cáncer.

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones**

- Según las evidencias revisadas se concluye que la aromaterapia es eficaz en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer.
- La aromaterapia es un tipo de medicina alternativa y complementaria, donde se evidencia que es eficaz en la disminución de la ansiedad y el dolor en pacientes con cáncer y utilizadas para tratar diversas enfermedades, teniendo mejoras a un corto plazo de 30 minutos, por medio de masajes como también por vía inhalatoria, empleando diferentes tipos de aceites donde el más habitual en su uso es el de lavanda.

#### **5.2 Recomendaciones**

- Los profesionales de enfermería oncológica, deben implementar sesiones informativas sobre el uso de la aromaterapia como terapia adyuvante haciendo uso del aceite esencial de lavanda ya que tiene propiedades ansiolíticas y relajantes para los pacientes con cáncer para poder disminuir los síntomas como el dolor, la ansiedad, etc., a fin de lograr una mejora en la calidad de vida, aceptación y compromiso de parte de los pacientes, involucrando también a los familiares.

- Se propone la elaboración una guía práctica por nuestra especialidad sobre “oncología integrativa”, teniendo como punto principal las terapias complementarias como la aromaterapia, para ayudar al paciente con cáncer a restablecer su equilibrio y armonía del cuerpo - mente durante cualquier etapa de su enfermedad, de esta forma podrá recibir y tolerar mejor los tratamientos, tanto a nivel físico como anímico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. World Health Organization [Internet].Cáncer; 2018 [Citado 24 octubre del 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/cancer/es/>
2. Pan American Health organization [Internet].World Cancer Day 2018 – General information; 2018 [Citado 24 octubre del 2018]. Disponible en: [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14047:world-cancer-day-2018-general-information&Itemid=42322&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14047:world-cancer-day-2018-general-information&Itemid=42322&lang=es)
3. Dolor.com [Internet] Dolor Oncológico; 2017 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/cancer/es/>
4. American society of clinical oncology. Cancer.Net [Internet]. Anxiety; 2016 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/cancer/es/>
5. American society of clinical oncology. Ascoanswers [Internet]. United States: Manejo del dolor relacionado con el cáncer; 2017 [Citado 24 octubre del 2018]. Disponible en: [https://www.cancer.net/sites/cancer.net/files/managing\\_pain\\_booklet\\_esp.pdf](https://www.cancer.net/sites/cancer.net/files/managing_pain_booklet_esp.pdf)
6. American society of clinical oncology. Cancer.Net [Internet]. Dolor: causas y diagnostico; 2017 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/side-effects/pain/pain-causes-and-diagnosis>
7. National Cáncer Institute [Internet].diccionario de cáncer del NCI;2011 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario>
8. Mejor con Salud [Internet].Los beneficios de la Aromaterapia; 2018 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <https://mejorconsalud.com/los-beneficios-de-la-aromaterapia/>
9. MindFit CLUB [Internet]. Aromaterapia; 2017 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <https://mindfit.club/aromaterapia/>
10. Mundo Nuevo [Internet].Chile: Aromaterapia: aromas que curan; 2018 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en: <https://www.mundonuevo.cl/aromaterapia-aromas-que-curan/>
11. National Cáncer Institute [Internet].Aromaterapia con aceites esenciales – versión para pacientes, Aspectos generales; 2018 [Citado 21 octubre del

- 2018]. Disponible en:  
<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca/paciente/aromaterapia-pdq>
12. National Cancer Institute [Internet]. Aromaterapia con aceites esenciales – versión para pacientes, Aromaterapia; 2018 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en:  
[https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca/paciente/aromaterapia-pdq#link/\\_50](https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca/paciente/aromaterapia-pdq#link/_50)
13. Fibrilando [Internet]. España: Enfermería Oncológica; 2010 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en:  
<https://fibrilando.wordpress.com/infermeria-oncologica/>
14. Wikipedia [Internet]. Revisión Sistemática; 2018 [Citado 21 octubre del 2018]. Disponible en:  
[https://es.wikipedia.org/wiki/Revisi%C3%B3n\\_sistem%C3%A1tica](https://es.wikipedia.org/wiki/Revisi%C3%B3n_sistem%C3%A1tica)
15. Ozkaraman A., Dügüm Ö , Ozen Y. , Usta Y. [Online]. 2018 [cited 2018 Abril 27. Available from: HYPERLINK  
["https://cjon.ons.org/cjon/22/2/aromatherapy-effect-lavender-anxiety-and-sleep-quality-patients-treated-chemotherapy"](https://cjon.ons.org/cjon/22/2/aromatherapy-effect-lavender-anxiety-and-sleep-quality-patients-treated-chemotherapy).
16. Blackburn L, Achor S, Allen B. , Bauchmire N. , Dunnington D, Klisovic R, et al. ncbi. [Online].; 2017 [cited 2018 Abril 27. Available from: HYPERLINK  
["https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28640576"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28640576)
17. Yayla E, Ozdemir L. ncbi.nlm.nih. [Online].; 2017 [cited 2018 Abril 27. Available from: HYPERLINK  
["https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29199999"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29199999)
18. KAMS Research Center. ncbi.nlm.nih. [Online].; 2016 [cited 2018 Abril 27. Available from: HYPERLINK  
["https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27258432"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27258432)

19. Boehm K., Büssing A., Ostermann T. [Online].; 2012 [cited 2018 Abril 27. Available from: [HYPERLINK "https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3746639/"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3746639/)
20. Serfaty M., Wilkinson S., Freeman C., Mannix K., Rey M. [Online].; 2012 [cited 2018 Abril 27. Available from: [HYPERLINK "https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21370309"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21370309)
21. Stringer J, Donald M. epistemonikos. [Online].; 2011 [cited 2018 Abril 27. Available from: [HYPERLINK "https://www.epistemonikos.org/en/documents/726c0b4cacc67ef567f03f231bca17ced8e261ac"](https://www.epistemonikos.org/en/documents/726c0b4cacc67ef567f03f231bca17ced8e261ac)
22. Department of Microbiology. ncbi.nlm.nih. [Online].; 2009 [cited 2018 Abril 27. Available from: [HYPERLINK "https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2644279/"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2644279/)
23. Palliative Care. ncbi.nlm.nih. [Online].; 2008 [cited 2018 Abril 27. Available from: [HYPERLINK "https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18843631"](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18843631)