



MISAE ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

**“SINERGIA VIBRACIONAL DE AROMATERAPIA PARA
LA ACTIVACIÓN DE LOS CHAKRAS CORAZON Y
GARGANTA”**

**Trabajo de Titulación Previo a la Obtención del Título de
Tecnólogo Superior en Naturopatía**

Autora:

GABRIELA ADRIANA CALVOPIÑA FALQUEZ

Tutora:

GLADYS ENCARNACION ESPINOSA MOREJON

RIOBAMBA, 2026



DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo Gabriela Adriana Calvopina Falquez autora de la presente investigación, con cédula de ciudadanía N° 0931432827 libre y voluntariamente declaro que el trabajo de titulación: “SINERGIA VIBRACIONAL DE AROMATERAPIA PARA LA ACTIVACION DEL CHAKRA CORAZON Y GARGANTA”; es de mi plena autoría, original y no es producto de plagio o copia alguna, constituyéndose en documento único, de acuerdo a los principios de la investigación científica. El patrimonio intelectual del trabajo investigativo pertenece al Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad.

Riobamba, 18 de julio del 2026

Gabriela Adriana Calvopiña Falquez

C.C. 0931432827

AUTORA



ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Riobamba, 18 de julio del 2026

Yo, GLADYS ENCARNACION ESPINOZA MOREJON en mi calidad de tutora, certifico que la estudiante GABRIELA ADRIANA CALVOPINA FALQUEZ del año lectivo febrero 2026 - julio 2026, ha trabajado conmigo en el desarrollo del Trabajo de Titulación: °SINERGIA VIBRACIONAL DE AROMATERAPIA PARA LA ACTIVACION DEL CHAKRA CORAZON Y GARGANTA°, certifico que el mencionado trabajo cumple con todos los requisitos legales y tecnológicos; en virtud de ello le asigno la calificación de ___/10, con ___% de plagio, revisado a través del sistema de anti plagio que maneja la institución, particular que pongo a consideración para los fines pertinentes.

Atentamente,

CI: 0201310463

MGTR. GLADYS ENCARNACION ESPINOZA MOREJON



ACTA DE EVALUACIÓN

Riobamba, ____ de _____ de ____.

El tribunal de Evaluación del Trabajo de Titulación, previa la obtención del título de
TECNÓLOGO SUPERIOR EN NATUROPATÍA

POR CONSENSO ADJUNTA LA CALIFICACIÓN DE:

.....

**Al Trabajo de Titulación: “SINERGIA VIBRACIONAL DE AROMATERAPIA
PARA LA ACTIVACION DEL CHAKRA CORAZON Y GARGANTA”**

AUTORA: GABRIELA ADRIANA CALVOPIANA FALQUEZ

TUTORA: MGTR GLADYS ENCARNACION ESPINOZA MOREJON

Código de proyecto N.º.....

Por el TRIBUNAL.

f.....

Por el DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN.

f.....

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a Dios, por ser mi guía y fortaleza durante cada etapa de mi formación, por brindarme la sabiduría, la perseverancia y la confianza necesarias para alcanzar este objetivo.

A mi familia, quienes han sido un pilar fundamental en mi vida. Gracias por su amor, apoyo incondicional, confianza y motivación constante. Cada esfuerzo realizado a lo largo de este camino ha sido posible gracias a su compañía y al impulso que me han brindado para continuar creciendo tanto a nivel personal como profesional.

A todas las personas que creyeron en mí y en mis capacidades, acompañándome durante este proceso de aprendizaje y formación. Este logro también les pertenece, porque de una u otra manera han contribuido a que este sueño se convierta en realidad.

Con cariño y gratitud.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincero agradecimiento a Dios por permitirme culminar esta etapa académica, por acompañarme en cada desafío y por brindarme la fortaleza necesaria para seguir adelante a lo largo de mi formación profesional.

A mi familia, por su apoyo constante, comprensión y confianza durante todo este proceso. Su respaldo ha sido fundamental para alcanzar cada una de las metas propuestas y continuar avanzando en mi desarrollo personal y académico.

Mi especial agradecimiento a la Mgtr. Gladys Espinoza, coordinadora de la carrera de Naturopatía en la ciudad de Guayaquil y tutora de la presente investigación, por su constante acompañamiento, orientación y dedicación a lo largo de mi formación académica. Gracias por compartir sus conocimientos, brindar su apoyo en cada etapa del proceso educativo y motivarnos a crecer profesionalmente dentro del área de la naturopatía. Su guía durante el desarrollo de este trabajo científico y durante toda la carrera ha sido de gran valor para fortalecer mi aprendizaje y contribuir al logro de esta meta académica.

Asimismo, agradezco al Instituto Superior Tecnológico Misael Acosta Solís por abrirme las puertas al conocimiento, permitirme formar parte de esta etapa de crecimiento profesional y contribuir a mi preparación dentro del campo de la naturopatía y las terapias complementarias.

Finalmente, agradezco a todas las personas que, de manera directa o indirecta, aportaron con su apoyo, conocimientos y palabras de aliento para hacer posible la realización de esta investigación.

A todos, mi más profunda gratitud.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA	II
ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	III
ACTA DE EVALUACIÓN	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTO	VI
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	VII
ÍNDICE DE TABLAS.....	IX
ÍNDICE DE FIGURAS.....	X
ÍNDICE DE ANEXOS.....	XI
1. RESUMEN	XII
2. PALABRAS CLAVE:.....	XII
3. ABSTRACT	XIII
4. KEYWORDS:	XIII
5. INTRODUCCIÓN	1
6. MATERIALES Y MÉTODOS	4
6.1. ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA	5
P (Paciente/Población/Problema):.....	5
I (Intervención):	5
C (Comparación):.....	5
O (Outcome/Resultado):	5
6.2. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	6
Criterios de inclusión:	6
Criterios de exclusión	6
6.3. VARIABLES E INDICADORES.....	6
Variable independiente (VI):	6
Variable dependiente (VD):	7

6.4	MÉTODOS PARA LA OBTENCIÓN DE DATOS Y CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS	7
6.5	MÉTODOS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS	8
6.6	PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN	8
7.	RESULTADOS	10
8.	DISCUSIÓN	18
9.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	21
9.1	CONCLUSIONES	21
9.2	RECOMENDACIONES	22
10.	CONSIDERACIONES ÉTICAS	23
11.	BIBLIOGRAFÍA.....	25
	ANEXOS	1

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Características sociodemográficas y clínica de los participantes.	10
Tabla 2: Estado emocional inicial de los participantes	11
Tabla 3: Comparación del estado emocional de los participantes antes y después de la intervención.....	12
Tabla 4: Evolución de los participantes durante las cuatro semanas de intervención	14
Tabla 5: Resultados globales de la intervención naturopática.....	15
Tabla 6: Observaciones clínicas registradas durante la intervención	17

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Estado emocional inicial de los participantes antes de la intervención.	12
Figura 2: Comparación del estado emocional de los participantes antes y después de la intervención.....	13
Figura 3: Evolución de los participantes durante las cuatro semanas de intervención.	15
Figura 4: Resultados globales obtenidos al finalizar la intervención.....	16

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Historia Clínica

Anexo 2 Descripción de los centros energéticos considerados en la intervención

Anexo 3 Características de los aceites esenciales empleados en la sinergia aromática

Anexo 4 Recursos complementarios utilizados durante el protocolo naturopático

Anexo 5: Elaboración de sinergia de aceites esenciales

Anexo 6: Aplicación protocolo a paciente

Anexo 7: Encuesta Inicial

Anexo 8: Encuesta final

Anexo 9: Ficha de Observación clínica

1. RESUMEN

El bienestar emocional constituye un componente esencial de la salud integral, y en los últimos años ha aumentado el interés por el uso de terapias complementarias como apoyo en el manejo del estrés y la ansiedad. El objetivo de este estudio fue evaluar la percepción del bienestar emocional y la regulación emocional en personas con estrés emocional, ansiedad leve o moderada, mediante la aplicación de una sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones de Programación Neurolingüística (PNL) y elementos simbólicos de armonización energética. Se realizó una investigación con enfoque mixto, de alcance descriptivo y prospectivo, en la que participaron 15 adultos atendidos en el Centro Holístico Gaia, en la ciudad de Guayaquil. La intervención se desarrolló durante cuatro semanas consecutivas y comprendió la aplicación tópica de una formulación elaborada con aceites esenciales de rosa, lavanda, geranio, romero, menta y eucalipto, diluidos en aceite de coco fraccionado, junto con la administración de Flores de Bach y la práctica de afirmaciones positivas. La información se obtuvo mediante entrevistas, ficha de valoración naturopática y registros de seguimiento. Los resultados evidenciaron una disminución en la percepción del estrés y la ansiedad, acompañada de una mejor calidad del sueño, mayor sensación de calma y mayor facilidad para expresar las emociones. En conclusión, el protocolo naturopático aplicado se asoció con una percepción favorable del bienestar emocional de los participantes y constituye una alternativa complementaria que merece ser investigada mediante estudios con muestras más amplias y diseños metodológicos de mayor rigor para fortalecer la evidencia científica disponible.

2. PALABRAS CLAVE:

Aromaterapia; Bienestar emocional; Ansiedad; Aceites esenciales; Naturopatía; Terapias complementarias.

3. ABSTRACT

Emotional well-being is an essential component of overall health, and interest in complementary therapies for managing stress and anxiety has increased in recent years. The aim of this study was to evaluate perceived emotional well-being and emotional regulation in individuals experiencing emotional stress and mild to moderate anxiety through the application of an aromatherapy blend complemented with Bach Flower Remedies, Neuro-Linguistic Programming (NLP) affirmations, and symbolic energy-balancing elements. A mixed-method, descriptive, and prospective study was conducted with 15 adults attending the Gaia Holistic Center in Guayaquil, Ecuador. The intervention lasted four consecutive weeks and consisted of the topical application of a blend containing rose, lavender, geranium, rosemary, peppermint, and eucalyptus essential oils diluted in fractionated coconut oil, together with the use of Bach Flower Remedies and positive affirmations. Data were collected through interviews, a naturopathic assessment form, and follow-up records. Participants reported improvements in perceived stress and anxiety, enhanced sleep quality, increased feelings of calmness, and greater ease in expressing emotions following the intervention. These findings suggest that the naturopathic protocol was associated with a favorable perception of emotional well-being among the participants. However, because the study involved a small sample and relied primarily on subjective self-reported outcomes, the results should be interpreted with caution. Further research using larger samples, control groups, and more rigorous methodological designs is recommended to strengthen the scientific evidence regarding the role of aromatherapy and complementary therapies in supporting emotional well-being.

4 KEYWORDS:

Aromatherapy; Emotional Well-being; Anxiety; Essential oils; Naturopathy; Complementary therapies.

5 INTRODUCCIÓN

La salud mental constituye un componente esencial del bienestar integral y desempeña un papel determinante en la calidad de vida de las personas. En los últimos años, el estrés, la ansiedad y el agotamiento emocional han aumentado de manera considerable debido a diversos factores sociales, económicos, laborales y familiares, afectando la capacidad de afrontar las actividades cotidianas y favoreciendo la aparición de alteraciones físicas y emocionales. La Organización Mundial de la Salud reconoce que los trastornos mentales representan una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial y destaca la necesidad de fortalecer estrategias orientadas a la promoción de la salud mental, la prevención y el acceso a intervenciones integrales que favorezcan el bienestar de la población (1) (2).

En Ecuador y en otros países de América Latina también se observa un incremento de situaciones relacionadas con el estrés emocional y la ansiedad, condiciones que repercuten en la calidad del sueño, las relaciones interpersonales, el desempeño laboral y la percepción de bienestar. Frente a esta realidad, cada vez más personas buscan alternativas complementarias que puedan integrarse a los tratamientos convencionales para contribuir al manejo del estrés y favorecer el equilibrio emocional, siempre bajo un enfoque responsable y basado en la evidencia disponible (3) (4).

Dentro de estas alternativas, la aromaterapia ha despertado un creciente interés por el empleo de aceites esenciales obtenidos de plantas aromáticas con el propósito de promover estados de relajación y bienestar. Durante los últimos años, diferentes revisiones sistemáticas y metaanálisis han analizado su aplicación en personas con ansiedad y estrés, reportando que algunos aceites esenciales, especialmente la lavanda, pueden contribuir a disminuir la ansiedad percibida y favorecer la relajación cuando forman parte de un abordaje integral. Sin embargo, los autores coinciden en que la magnitud de estos efectos depende de las características de cada

intervención y que aún es necesario continuar fortaleciendo la evidencia científica mediante estudios con mayor calidad metodológica (5) (6).

La lavanda (*Lavandula angustifolia*) es uno de los aceites esenciales con mayor respaldo científico dentro de la aromaterapia debido a su posible efecto sobre la ansiedad, el estrés y la calidad del sueño. Junto a ella, otros aceites esenciales como la rosa (*Rosa damascena*), el geranio (*Pelargonium graveolens*), el romero (*Rosmarinus officinalis*), la menta (*Mentha piperita*) y el eucalipto (*Eucalyptus globulus*) han sido utilizados tradicionalmente en intervenciones orientadas al bienestar emocional. Sus aromas se asocian con sensaciones de calma, equilibrio, claridad mental y confort; no obstante, la evidencia científica que respalda estas aplicaciones continúa siendo variable entre los diferentes aceites, por lo que su empleo debe entenderse como una práctica complementaria y no como sustituto de los tratamientos médicos o psicológicos convencionales (7) (8) (9).

La naturopatía promueve una visión integral de la persona, considerando la interacción entre los aspectos físicos, emocionales, mentales y sociales. Desde este enfoque, las terapias complementarias buscan favorecer los mecanismos naturales de adaptación y autocuidado mediante intervenciones que acompañen el bienestar sin reemplazar la atención médica cuando esta sea necesaria. En este contexto, la aromaterapia constituye una herramienta utilizada con frecuencia dentro de la práctica naturopática por su facilidad de aplicación y por el interés creciente que ha despertado en el ámbito de la salud integrativa (10) (11).

Como parte del protocolo aplicado en esta investigación también se incorporaron Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística y elementos simbólicos de armonización energética, como el uso de cuarzo rosa y turquesa de mar asociados tradicionalmente al chakra corazón y al chakra garganta. Estas estrategias fueron utilizadas como recursos complementarios de acompañamiento emocional dentro de un enfoque holístico. Es importante señalar que la evidencia científica sobre estas prácticas continúa siendo limitada y, en algunos casos, controvertida; por esta razón, en el presente estudio no se plantean

como intervenciones terapéuticas sustitutivas, sino como elementos de apoyo incorporados al protocolo de bienestar integral (12) (13).

Aunque existen investigaciones internacionales relacionadas con la aromaterapia y el bienestar emocional, en Ecuador son escasos los estudios que evalúan protocolos integrativos que combinen aceites esenciales con otras terapias complementarias desde la perspectiva de la naturopatía. Esta situación evidencia la necesidad de generar información aplicada que permita conocer la percepción de los participantes frente a este tipo de intervenciones y aportar evidencia local que contribuya al desarrollo de futuras investigaciones en este campo.

En este contexto, la presente investigación tuvo como objetivo evaluar la percepción de bienestar emocional y la regulación emocional en personas con estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades en la expresión de sus emociones, mediante la aplicación de una sinergia de aromaterapia elaborada con aceites esenciales de rosa, lavanda, geranio, romero, menta y eucalipto, complementada con Flores de Bach, elementos simbólicos de armonización energética y afirmaciones positivas dentro de un enfoque naturopático e integrativo.

6 MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó una investigación con enfoque mixto, de alcance descriptivo y prospectivo, orientada a evaluar la percepción del bienestar emocional y la regulación emocional en personas con estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades en la expresión de sus emociones. La intervención se desarrolló mediante la aplicación de una sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística (PNL) y elementos simbólicos de armonización energética, dentro de un enfoque naturopático integrativo.

Como apoyo para la fundamentación científica de la investigación, se efectuó una revisión bibliográfica de la evidencia disponible sobre aromaterapia, aceites esenciales y bienestar emocional, con el propósito de sustentar el protocolo de intervención aplicado.

La población estuvo conformada por personas adultas que acudieron al Centro Holístico Gaia, ubicado al norte de la ciudad de Guayaquil, por presentar estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades en la expresión de sus emociones. La muestra estuvo integrada por 15 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando el cumplimiento de los criterios de inclusión establecidos para la investigación.

La investigación se desarrolló respetando los principios éticos para estudios con seres humanos. Todos los participantes recibieron información sobre los objetivos y procedimientos del estudio, firmaron el consentimiento informado y se garantizó la confidencialidad de los datos obtenidos durante la investigación.

6.1 ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

La búsqueda bibliográfica se realizó entre enero y marzo de 2026, considerando publicaciones científicas publicadas entre los años 2013 y 2025. Se priorizaron revisiones sistemáticas, metaanálisis, ensayos clínicos, estudios observacionales y documentos técnicos emitidos por organismos internacionales, relacionados con aromaterapia, aceites esenciales, estrés, ansiedad, regulación emocional y terapias complementarias. Asimismo, se incluyeron algunos estudios publicados antes de 2013 debido a su relevancia científica y a su frecuente citación en la literatura especializada.

Para estructurar la estrategia de búsqueda se utilizó el modelo PICO, que permitió definir los principales componentes de la investigación y orientar la selección de la evidencia científica.

P (Paciente/Población/Problema): Personas adultas con estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades en la expresión de sus emociones, que acuden a consulta al Centro Holístico Gaia del Norte de la Ciudad de Guayaquil.

I (Intervención): Aplicación de una sinergia de aromaterapia elaborada con aceites esenciales de rosa (*Rosa damascena*), lavanda (*Lavandula angustifolia*), geranio (*Pelargonium graveolens*), romero (*Rosmarinus officinalis*), menta (*Mentha piperita*) y eucalipto (*Eucalyptus globulus*), complementada con Flores de Bach (Rescue Remedy, Holly y Walnut), afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística (PNL) y elementos simbólicos de armonización energética.

C (Comparación): Comparación de la percepción del bienestar emocional y la regulación emocional de los participantes antes y después de la intervención.

O (Outcome/Resultado): Cambios en la percepción del bienestar emocional, regulación emocional, sensación de relajación, calidad del sueño. Disminución de la ansiedad percibida y mejora en la expresión emocional tras la aplicación del protocolo.

6.2 . CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Criterios de inclusión: personas adultas de ambos sexos, residentes en la ciudad de Guayaquil, que presentaban estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades en la expresión de sus emociones. Todos los participantes aceptaron voluntariamente formar parte de la investigación mediante la firma del consentimiento informado y se comprometieron a cumplir el protocolo naturopático establecido durante el período de intervención.

Criterios de exclusión: personas con trastornos psiquiátricos graves previamente diagnosticados, enfermedades neurológicas que pudieran interferir con la evaluación del bienestar emocional, mujeres embarazadas o en período de lactancia, participantes con antecedentes de hipersensibilidad o alergia a alguno de los aceites esenciales empleados en la sinergia aromática, así como aquellas personas que recibían simultáneamente otros tratamientos dirigidos específicamente al manejo de la ansiedad o que no completaron el protocolo de intervención.

6.3 VARIABLES E INDICADORES

Dentro del presente estudio se consideraron las siguientes variables:

Variable independiente (VI): Aplicación de un protocolo naturopático basado en una sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística (PNL) y elementos simbólicos de armonización energética.

Indicadores:

- Aplicación de la sinergia de aromaterapia.
- Uso de Flores de Bach (Rescue Remedy, Holly y Walnut).
- Aplicación de afirmaciones positivas.
- Cumplimiento del protocolo terapéutico.

- Adherencia de los participantes a la intervención.

Variable dependiente (VD): Percepción del bienestar emocional y regulación emocional.

Indicadores:

- Nivel de estrés emocional.
- Nivel de ansiedad percibida.
- Sensación de relajación.
- Calidad del sueño.
- Regulación emocional.
- Expresión de las emociones.
- Percepción general de bienestar emocional.

6.4 MÉTODOS PARA LA OBTENCIÓN DE DATOS Y CUMPLIMIENTO DE LOS OBJETIVOS

La información se recopiló mediante una entrevista inicial, una ficha de valoración naturopática y un registro de seguimiento aplicado durante cada sesión. Antes de iniciar la intervención se efectuó una valoración inicial para identificar el estado emocional de los participantes, considerando aspectos relacionados con el nivel de estrés, ansiedad, calidad del sueño, regulación emocional y dificultades en la expresión de las emociones, estableciendo así la línea base del estudio.

Posteriormente se aplicó un protocolo naturopático basado en aromaterapia, complementado con Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística y elementos simbólicos de armonización energética. Durante la intervención, los participantes recibieron orientación sobre la correcta aplicación del

roll-on aromático y el uso de los recursos complementarios en el hogar, con el fin de favorecer el cumplimiento del protocolo establecido.

El seguimiento se realizó durante cuatro semanas consecutivas, mediante controles periódicos en los que se registró la evolución de los participantes respecto a la percepción del bienestar emocional, regulación emocional, calidad del sueño, sensación de relajación y expresión de las emociones. La información obtenida permitió comparar los resultados observados al finalizar la intervención con la valoración inicial.

6.5 MÉTODOS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS

Los datos recopilados fueron organizados en una base de datos utilizando Microsoft Excel® para su procesamiento mediante estadística descriptiva. Se calcularon frecuencias absolutas, porcentajes y medidas descriptivas de acuerdo con las variables evaluadas.

Los resultados se presentaron mediante tablas y gráficos, permitiendo comparar los cambios observados antes y después de la aplicación del protocolo naturopático y analizar la evolución de la percepción del bienestar emocional, la regulación emocional, la calidad del sueño y los demás indicadores considerados en la investigación.

Los resultados fueron interpretados mediante análisis descriptivo, considerando la comparación entre la evaluación inicial y la evaluación final de los participantes.

6.6 PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN

Los participantes recibieron un protocolo naturopático complementario durante un período de cuatro semanas consecutivas, orientado a favorecer el bienestar emocional y la regulación de las emociones.

La intervención consistió en la aplicación tópica de una sinergia aromática elaborada con aceites esenciales de rosa (*Rosa damascena*), lavanda (*Lavandula angustifolia*), geranio (*Pelargonium graveolens*), romero (*Rosmarinus officinalis*), menta (*Mentha piperita*) y eucalipto (*Eucalyptus globulus*), diluidos en aceite de coco fraccionado como vehículo. El preparado se aplicó mediante un roll-on sobre muñecas, región cervical y zona precordial, siguiendo las indicaciones proporcionadas durante la consulta naturopática. previamente indicados durante la consulta naturopática, siguiendo la frecuencia establecida en el protocolo.

Como complemento terapéutico se administró una fórmula floral integrada por Rescue Remedy, Holly y Walnut, seleccionada de acuerdo con las necesidades emocionales identificadas durante la valoración inicial. Asimismo, se incorporaron afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística orientadas a fortalecer la regulación emocional y la expresión consciente de las emociones, junto con el uso simbólico de cuarzo rosa y turquesa de mar como recursos complementarios dentro del enfoque holístico aplicado.

Los participantes fueron evaluados semanalmente mediante entrevistas de seguimiento y registros de evolución, comparando los resultados obtenidos con la valoración inicial para analizar los cambios percibidos en el bienestar emocional, la regulación emocional, la calidad del sueño, la sensación de relajación y la expresión de las emociones a lo largo de la intervención.

7. RESULTADOS

Tabla 1 Características sociodemográficas y clínica de los participantes.

Variable	Categoría	Frecuencia (f)	Total	Porcentaje (%)
Sexo	Masculino	3	15	20,0%
	Femenino	12		80,0%
Edad (años)	27-35	4	15	26,7%
	36-45	7		46,7%
	46-55	4		26,7%
Estado Civil	Soltero (a)	8	15	53,3%
	Casado (a)	6		40,0%
	Union Libre	1		6,7%
Motivo de Consulta	Estrés emocional/laboral o familiar	6	15	40,0%
	Ansiedad leve o moderada	3		20,0%
	Agotamiento emocional	2		13,3%
	Dificultad en la expresión emocional	2		13,3%
	Baja autoestima / desmotivación	2		13,3%

Fuente: Ficha de valoración naturopática. Elaboración propia (2026).

La muestra estuvo conformada por 15 participantes, predominando el sexo femenino 80,0 %. El grupo de edad más frecuente fue el de 36 a 45 años 46,7 %, seguido de los grupos de 27 a 35 años y de 46 a 55 años, ambos con el 26,7 %. En cuanto al estado civil, la mayoría de los participantes eran solteros 53,3 %, seguidos por casados 40,0 % y una persona en unión libre 6,7 %. Respecto al motivo principal de consulta, el estrés emocional, laboral o familiar fue la condición más frecuente 40,0 %, seguido por la ansiedad leve o moderada 20,0 %. En menor proporción se identificaron participantes con agotamiento emocional, dificultades en la expresión emocional y baja autoestima o desmotivación, cada una con el 13,3 %.

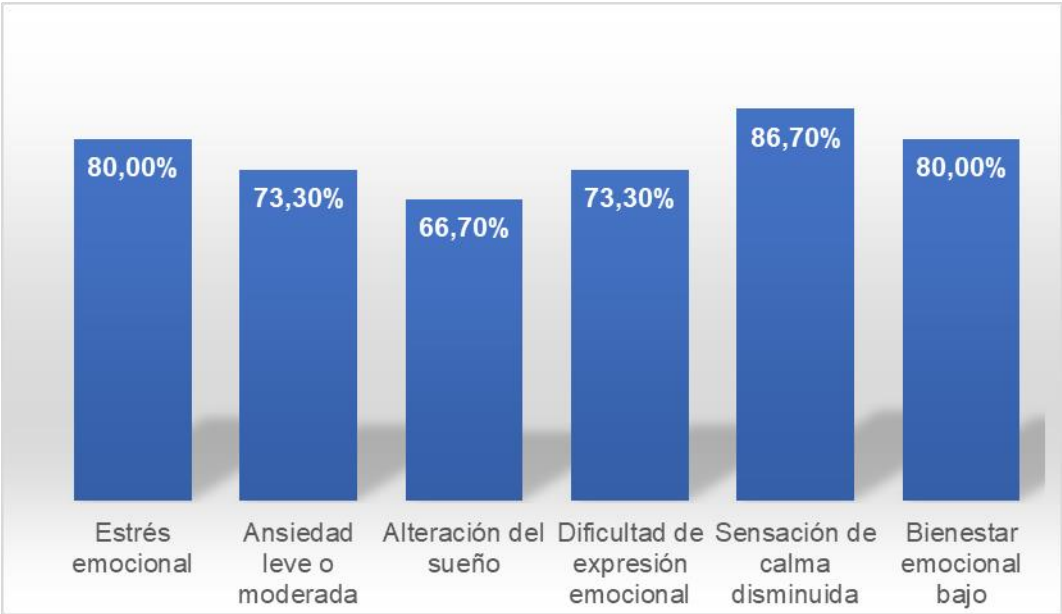
Tabla 2: Estado emocional inicial de los participantes

Categoría	Valores
Estrés emocional	80,00%
Ansiedad leve o moderada	73,30%
Alteración del sueño	66,70%
Dificultad de expresión emocional	73,30%
Sensación de calma disminuida	86,70%
Bienestar emocional bajo	80,00%

Fuente: Elaboración propia a partir de la ficha de valoración naturopática (2026)

La Tabla 2 presenta el estado emocional inicial de los 15 participantes antes de iniciar el protocolo de intervención. Se observó que la disminución de la sensación de calma fue la condición más frecuente, presente en el 86,7 % de los participantes. Asimismo, el 80,0 % manifestó estrés emocional y bajo bienestar emocional. La ansiedad leve o moderada y la dificultad para la expresión emocional se registraron en el 73,3 % de los casos, mientras que las alteraciones del sueño estuvieron presentes en el 66,7 %. Estos hallazgos evidencian que la población de estudio presentaba diversas manifestaciones de malestar emocional al inicio de la investigación.

Figura 1 Estado emocional inicial de los participantes antes de la intervención.



Fuente: Elaboración propia a partir de la ficha de valoración naturopática (2026)

La figura muestra que, antes de iniciar el protocolo naturopático, predominaban la disminución de la sensación de calma 86,7 %, el estrés emocional 80,0 % y el bajo bienestar emocional 80,0 %. Asimismo, se identificó una elevada frecuencia de ansiedad leve o moderada 73,3 %, dificultades en la expresión emocional 73,3 % y alteraciones en la calidad del sueño 66,7 %.

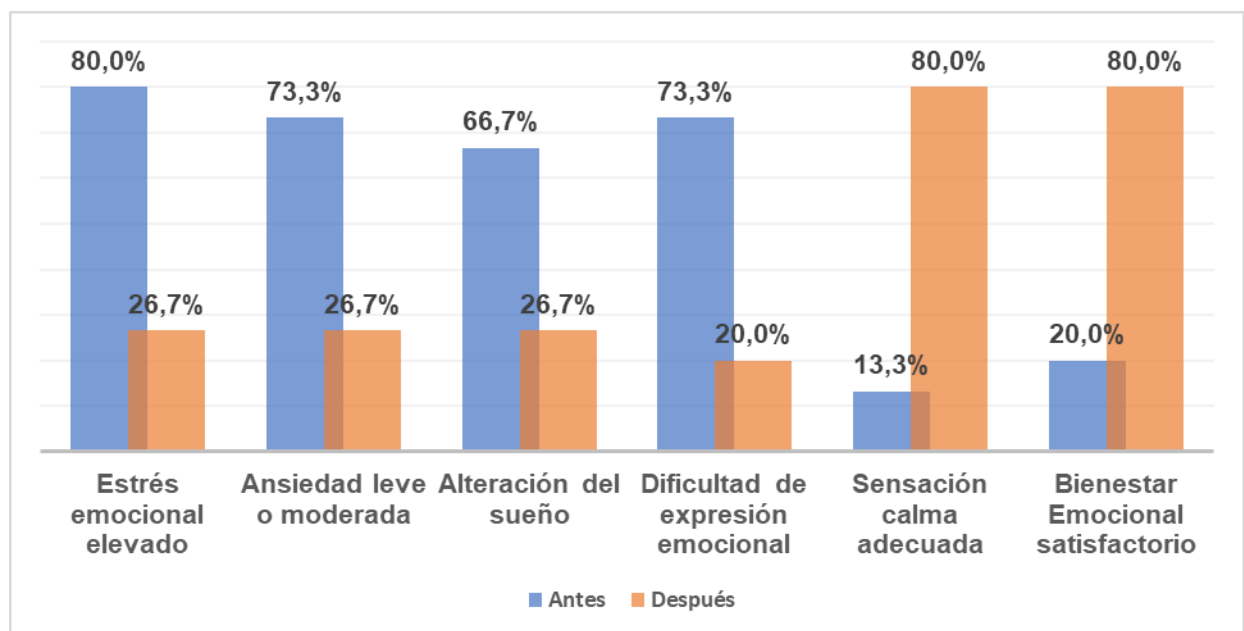
Tabla 3: Comparación del estado emocional de los participantes antes y después de la intervención

Categoría	Antes	Después
Estrés emocional elevado	80,0%	26,7%
Ansiedad leve o moderada	73,3%	26,7%
Alteración del sueño	66,7%	26,7%
Dificultad de expresión emocional	73,3%	20,0%
Sensación calma adecuada	13,3%	80,0%
Bienestar Emocional satisfactorio	20,0%	80,0%

Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

La Tabla 3 presenta la comparación de los principales indicadores evaluados antes y después de la aplicación del protocolo naturopático. Al finalizar las cuatro semanas de intervención se observó una disminución en la frecuencia del estrés emocional, que pasó del 80,0 % al 26,7 %. De igual manera, la ansiedad leve o moderada y las alteraciones del sueño disminuyeron del 73,3 % y 66,7 % al 26,7 %, respectivamente. Asimismo, las dificultades en la expresión emocional se redujeron del 73,3 % al 20,0 %. En contraste, la percepción de una adecuada sensación de calma aumentó del 13,3 % al 80,0 %, mientras que el bienestar emocional satisfactorio se incrementó del 20,0 % al 80,0 %. Estos resultados evidencian una tendencia favorable en la percepción del bienestar emocional de los participantes tras la aplicación del protocolo complementario.

Figura 2: Comparación del estado emocional de los participantes antes y después de la intervención.



Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

La Figura 2 muestra de forma gráfica los cambios observados en los indicadores emocionales tras la intervención. Se evidencia una disminución en la frecuencia del estrés emocional, la ansiedad, las alteraciones del sueño y las dificultades para expresar las emociones. Paralelamente, se aprecia un incremento en la percepción de calma y del bienestar emocional, lo que sugiere una evolución favorable de los participantes durante el período de seguimiento.

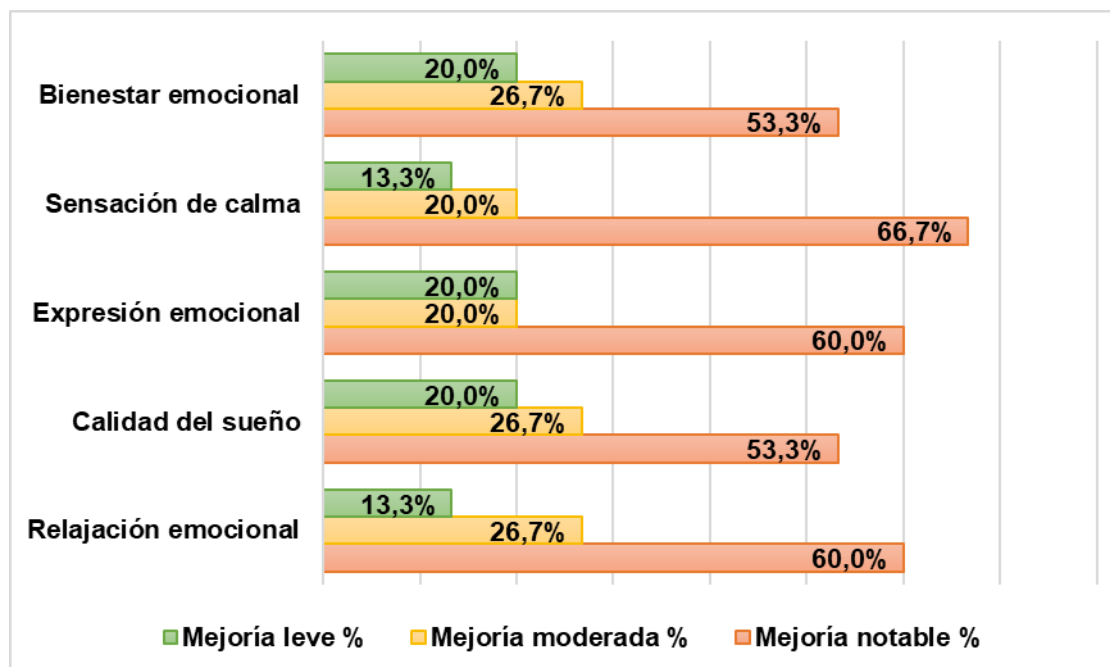
Tabla 4: Evolución de los participantes durante las cuatro semanas de intervención

Aspecto evaluado	Mejoría notable %	Mejoría moderada %	Mejoría leve %
Relajación emocional	60,0%	26,7%	13,3%
Calidad del sueño	53,3%	26,7%	20,0%
Expresión emocional	60,0%	20,0%	20,0%
Sensación de calma	66,7%	20,0%	13,3%
Bienestar emocional	53,3%	26,7%	20,0%

Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

La evolución registrada durante las cuatro semanas mostró una tendencia favorable en todos los aspectos evaluados. La mayor proporción de mejoría notable se observó en la sensación de calma 66,7 %, seguida por la relajación emocional y la expresión emocional 60,0 %. Asimismo, más de la mitad de los participantes reportó una mejoría importante en la calidad del sueño y en la percepción general de bienestar emocional.

Figura 3: Evolución de los participantes durante las cuatro semanas de intervención.



Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

La Figura 3 evidencia una evolución favorable de los participantes durante el período de intervención. La sensación de calma, la relajación emocional y la expresión de las emociones fueron los aspectos que presentaron la mayor proporción de mejoría notable. En general, los participantes mostraron cambios positivos en los indicadores de bienestar emocional evaluados durante las cuatro semanas de seguimiento.

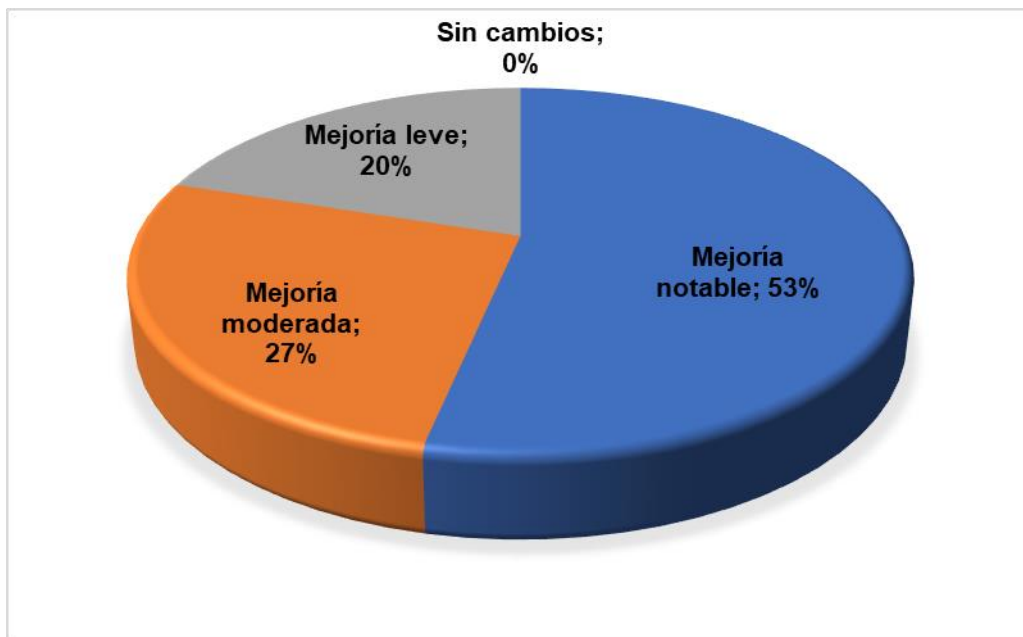
Tabla 5: Resultados globales de la intervención naturopática

Resultado final	Frecuencia	Porcentaje (%)
Mejoría notable	8	53,3%
Mejoría moderada	4	26,7%
Mejoría leve	3	20,0%
Sin cambios	0	0,0%
Total	15	100,0%

Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

Al finalizar el protocolo de intervención, el 53,3 % de los participantes presentó una mejoría notable en su bienestar emocional, mientras que el 26,7 % mostró una mejoría moderada y el 20,0 % una mejoría leve. Ningún participante permaneció sin cambios durante el período de seguimiento, lo que evidencia una percepción favorable de la intervención aplicada.

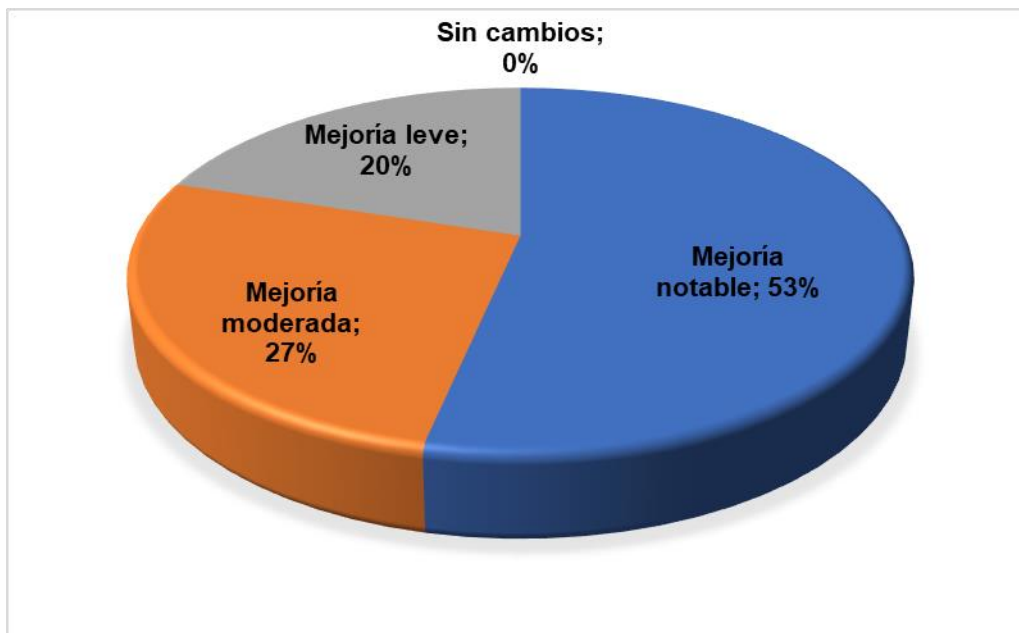
Figura 4: Resultados globales obtenidos al finalizar la intervención.



Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

La Figura 4 presenta los resultados globales obtenidos al finalizar el protocolo naturopático. Se observa que el 53,3 % de los participantes alcanzó una mejoría notable en los indicadores de bienestar emocional evaluados, mientras que el 26,7 % presentó una mejoría moderada y el 20,0 % una mejoría leve. No se registraron participantes sin cambios durante el período de intervención, lo que evidencia una tendencia favorable en la percepción del bienestar emocional tras la aplicación del protocolo complementario.

Tabla 6: Observaciones clínicas registradas durante la intervención



Fuente: Elaboración propia, a partir de los datos obtenidos durante la investigación (2026).

Durante el seguimiento clínico se registró una percepción favorable en la mayoría de los participantes. La observación más frecuente fue el incremento de la sensación de relajación (86,7 %), seguida por la mejoría en la calidad del sueño, la disminución de la tensión emocional y el incremento del bienestar emocional (80,0 %). Además, el 73,3 % manifestó mayor facilidad para expresar sus emociones después de la intervención.

8. DISCUSIÓN

En el presente estudio se observó que la mayoría de los participantes manifestó una percepción favorable de su bienestar emocional después de completar las cuatro semanas de intervención. Los cambios más evidentes estuvieron relacionados con la disminución del estrés y la ansiedad percibida, una mayor sensación de calma, una mejor calidad del sueño y una mayor facilidad para expresar las emociones. Aunque estos resultados corresponden a la percepción subjetiva de los participantes, muestran una tendencia positiva que permite considerar este protocolo como una alternativa complementaria dentro del enfoque naturopático.

Estos hallazgos son similares a los reportados en investigaciones recientes sobre aromaterapia. Tan L. describe que los aceites esenciales pueden contribuir a disminuir la ansiedad cuando forman parte de intervenciones complementarias (14), mientras que el meta análisis realizado por Gong M. también encontró efectos favorables sobre la reducción de la ansiedad en diferentes poblaciones (5). Ambos autores coinciden en que la aromaterapia no reemplaza los tratamientos convencionales, pero puede convertirse en un recurso adicional para favorecer el bienestar emocional.

Uno de los aceites esenciales con mayor respaldo científico es la lavanda, incluida en la sinergia utilizada en esta investigación. Diversos estudios indican que su aroma puede favorecer estados de relajación, disminuir la tensión emocional y contribuir a mejorar la calidad del sueño (6). Estos resultados guardan relación con lo observado en los participantes del presente estudio, quienes reportaron sentirse más tranquilos y descansar mejor al finalizar el período de intervención.

De igual manera, Onyoo Yoo y Tina Ghavami. señalan que la aromaterapia con lavanda ha mostrado resultados favorables sobre el estrés y la ansiedad en diferentes contextos clínicos. Aunque ambos trabajos reconocen la necesidad de desarrollar investigaciones con muestras más amplias, sus resultados apoyan el

uso de esta terapia como un complemento orientado a favorecer la relajación y el bienestar emocional (15) (16).

Es importante considerar que el protocolo aplicado no estuvo basado únicamente en la aromaterapia. También se incorporaron Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística, cuarzo rosa y turquesa de mar como parte del enfoque holístico utilizado durante la intervención. Debido a ello, no es posible establecer cuál de estos recursos tuvo mayor influencia sobre los cambios percibidos por los participantes. Además, la evidencia científica relacionada con las Flores de Bach y la Programación Neurolingüística continúa siendo limitada y, en algunos aspectos, controvertida, por lo que estos recursos deben entenderse como estrategias complementarias de bienestar y no como sustitutos de tratamientos médicos o psicológicos (12) (13).

Desde la perspectiva de la naturopatía, uno de los principios fundamentales consiste en considerar a la persona de forma integral (11). Bajo este enfoque, el protocolo aplicado buscó promover espacios de relajación, autocuidado y equilibrio emocional mediante la integración de diferentes recursos naturales. La percepción positiva manifestada por los participantes respalda la importancia de continuar investigando este tipo de intervenciones y de generar evidencia que fortalezca el desarrollo científico de las terapias complementarias.

También es necesario reconocer algunas limitaciones del estudio. La investigación se realizó con una muestra de únicamente 15 participantes y no contó con un grupo control, por lo que los resultados no pueden generalizarse a toda la población. Además, gran parte de la información obtenida se basó en la percepción subjetiva de los participantes, aspecto que puede variar de una persona a otra. A pesar de ello, los hallazgos obtenidos ofrecen una aproximación inicial sobre la aplicación de este tipo de protocolos dentro del campo de la naturopatía.

En términos generales, los resultados obtenidos permiten considerar que la sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones positivas y elementos simbólicos de armonización energética fue bien aceptada por los

participantes y estuvo asociada con una percepción favorable del bienestar emocional. No obstante, será necesario desarrollar investigaciones futuras con muestras más amplias, grupos de comparación y herramientas de evaluación validadas que permitan fortalecer la evidencia científica sobre este tipo de intervenciones.

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

9.1 CONCLUSIONES

La presente investigación permitió observar que la aplicación de una sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística y elementos simbólicos de armonización energética estuvo asociada con una percepción favorable del bienestar emocional en los participantes. Al finalizar las cuatro semanas de intervención, la mayoría manifestó sentirse más relajada, con menor nivel de estrés y ansiedad, mejor calidad del sueño y una mayor facilidad para expresar sus emociones.

Desde la perspectiva de la naturopatía, la experiencia desarrollada evidencia que la integración de diferentes recursos complementarios puede constituir una alternativa de apoyo orientada a promover el autocuidado y el bienestar emocional. No obstante, es importante considerar que los resultados corresponden a una muestra reducida de 15 participantes y se basan principalmente en la percepción subjetiva de cada uno de ellos, por lo que no es posible establecer relaciones de causalidad ni generalizar los hallazgos a otras poblaciones.

A pesar de estas limitaciones, el estudio aporta información que puede servir como punto de partida para futuras investigaciones sobre aromaterapia y terapias complementarias, contribuyendo al fortalecimiento del conocimiento científico en el ámbito de la naturopatía y el bienestar integral.

9.2 RECOMENDACIONES

A partir de los resultados obtenidos, se considera conveniente continuar desarrollando investigaciones con un mayor número de participantes y con diseños metodológicos que permitan comparar los resultados con grupos de control y utilizar instrumentos de evaluación validados. Esto contribuirá a generar evidencia científica más sólida sobre el uso de la aromaterapia como complemento para el bienestar emocional.

Asimismo, se recomienda que la aplicación de este tipo de intervenciones sea realizada por profesionales capacitados y siempre como complemento de la atención médica o psicológica cuando esta sea necesaria. También sería de interés evaluar por separado el aporte de cada uno de los componentes utilizados en el protocolo, con el propósito de conocer su influencia individual dentro de los resultados observados y fortalecer el desarrollo de futuras investigaciones en el campo de la naturopatía.

10. CONSIDERACIONES ÉTICAS

El desarrollo de este estudio se llevó a cabo respetando los principios éticos aplicables a la investigación con seres humanos, fundamentándose en los principios de autonomía, beneficencia, no maleficencia, justicia y confidencialidad, de acuerdo con los lineamientos establecidos en la Declaración de Helsinki y las normas éticas nacionales e internacionales para la investigación en salud (17)

La muestra estuvo conformada por 15 personas adultas que acudieron voluntariamente al Centro Holístico Gaia, ubicado al norte de la ciudad de Guayaquil, por presentar estrés emocional, ansiedad leve o moderada, agotamiento emocional y dificultades para expresar sus emociones. Antes de iniciar la intervención, todos los participantes recibieron información clara acerca de los objetivos del estudio, las actividades previstas, la duración del protocolo, los posibles beneficios y el carácter complementario de la terapia. Posteriormente, quienes aceptaron participar firmaron el consentimiento informado, dejando constancia de su participación voluntaria y de su derecho a retirarse en cualquier momento sin que esto afectara la atención recibida.

Para proteger la privacidad de los participantes, toda la información obtenida fue tratada con estricta confidencialidad. Los datos personales fueron codificados y utilizados únicamente con fines académicos y científicos, garantizando el anonimato durante el análisis de la información y la presentación de los resultados.

Como parte del protocolo naturopático se aplicó una sinergia de aromaterapia complementada con Flores de Bach, afirmaciones positivas de Programación Neurolingüística (PNL) y elementos simbólicos de armonización energética. Estas estrategias fueron utilizadas como terapias complementarias dentro de un enfoque integral y se aplicaron siguiendo las recomendaciones de seguridad para el uso de aceites esenciales diluidos en aceite de coco fraccionado. Durante las cuatro semanas de seguimiento se realizó un control periódico de la evolución de los participantes, sin registrarse reacciones adversas relacionadas con la intervención.

En todo momento se dejó claro que el protocolo aplicado no reemplazaba la atención médica, psicológica o psiquiátrica, sino que constituía un recurso complementario orientado a favorecer el bienestar emocional y fortalecer las estrategias de autocuidado desde la perspectiva de la naturopatía.

La selección de los participantes se efectuó respetando los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos, sin discriminación por sexo, edad, condición social, nivel educativo o situación económica. Los resultados se presentan de manera objetiva y transparente, con el propósito de aportar información que pueda servir de base para futuras investigaciones sobre el uso de terapias complementarias dirigidas al bienestar emocional.

11. BIBLIOGRAFÍA

1. Organization WH. World Health Organization. [Online].; 2025 [cited 2026 07 09]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>.
2. Organization WH. World Health Organization. [Online].; 2025 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
3. Organization PAH. Pan American Health Organization. [Online].; 2025 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://www.paho.org/en/topics/mental-health>.
4. Schneiderman N IGSS. National Library of Medicine. [Online].; 2005 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17716101/>.
5. Gong M DHTYHWLF. National Library of Medicine. [Online].; 2020 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32663929/>.
6. Malcolm BJ TK. National Library of Medicine. [Online].; 2018 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29955514/>.
7. Koulivand PH KGMGA. National Library of Medicine. [Online].; 2013 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3612440/>.
8. Kaul U DASAAPSA. National Library of Medicine. [Online].; 2015 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4561791/>.
9. Young RTaR. Safely, Essential Oil. Segunda Edicion ed. Livingstone C, editor. London: Churchill Livingstone; 2014.
- 1 Tsutsui H CXHS. National Library of Medicine. [Online].; 2015 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4624893/>.
- 1 Steel A FHBRVDVCLISJWJRR. National Library of Medicine. [Online].; 2020 [cited 2026 07 08]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32070338/>.

- 1 Bach EE. National Library of Medicine. [Online].; 2010 [cited 2026 07 08].
2. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20734279/>.
- 1 Witkowski T. Research Gate. [Online].; 2010 [cited 2026 07 08. Available from:
3. https://www.researchgate.net/publication/228998967_Thirty-Five_Years_of_Research_on_Neuro-Linguistic_Programming_NLP_Research_Data_Base_State_of_the_Art_or_Pseudoscientific_Decoration.
- 1 Tan L LFLLMXPYLJQHFC. National Library of Medicine. [Online].; 2023 [cited
4. 2026 07 09. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37325306/>.
- 1 Onyoo Yoo SAP. National Library of Medicine. [Online].; 2023 [cited 2026 07
5. 09. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37998470/>.
- 1 Tina Ghavami MKFR. National Library of Medicine. [Online].; 2022 [cited 2026
6. 07 09. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35429599/>.
- 1 Association TWM. The World Medical Association. [Online].; 2024 [cited 2026
7. 07 09. Available from: <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki/>.

ANEXOS

Anexo 1 Historia Clínica



Historia Clínica

Fecha: 15/04/2026	Historia N°: 007	
DATOS DE IDENTIFICACIÓN:		
Nombres y Apellidos: S T	Edad: 27	
Cédula de ciudadanía: 0XXXXXXX	Fecha de nacimiento: 12/07/1999	
Dirección: GUAYAQUIL – ECUADOR	Teléfono:	
Nivel de instrucción: SUPERIOR	Ocupación: ING. MARKETING	Estado civil: SOLTERA
Religión: CATOLICA	Auto identificación Étnica: MESTIZA	
Persona de referencia: VERONICA L	Teléfono:	
ANAMNESIS:		
Motivo de consulta: La paciente refiere ansiedad leve.		
Historia de la enfermedad actual: Paciente femenina de 27 años que manifiesta síntomas de ansiedad desde aproximadamente ocho meses. Refiere exceso de carga laboral, preocupación constante por el rendimiento profesional y dificultad para desconectar de sus responsabilidades. Describe despertares nocturnos frecuentes, sensación de cansancio al despertar, tensión muscular y pensamientos recurrentes con obligaciones laborales. Refiere episodios ocasionales de llanto, irritabilidad y saturación.		
Antecedentes patológicos personales:		
Niega enfermedades crónicas.		
Niega cirugías previas.		
No alergias conocidas.		
Antecedentes patológicos familiares:		
Madre con antecedentes de ansiedad.		
Padre sin antecedentes patológicos relevantes.		
Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio laboral)		
Refiere entorno laboral altamente competitivo. Mantiene buenas relaciones familiares, aunque dispone de poco tiempo para actividades recreativas. Percibe dificultad para equilibrar vida y trabajo		
Gineco-obstétrica: Menarquia a los 12 años, Gestas 0, Partos 0, Ciclos regulares sin alteraciones ginecológicas relevantes.		
.....		
Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias)		
Sueño 4 a 5 horas diarias, Miccional normal, Defecatorio normal, Ejercicio escaso, Tabaco niega, Licor consumo social ocasional, Medicinas ninguna, Terapias ninguna actualmente.		
Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros)		
Alimentación irregular por horarios laborales.		
Frecuente consumo de café y bebidas energéticas.		
Hidratación insuficiente.		



REVISIÓN POR APARATOS Y SISTEMAS (lo referido en la enfermedad actual)

1. S. Tegumentario: Sin alteraciones.
2. S. Cardiovascular: Palpitaciones ocasionales asociadas a episodios de ansiedad.
3. S. Respiratorio: Sensación de respiración acelerada en situaciones de estrés.
4. S. Digestivo: Disminución ocasional de apetito.
5. S. Genitourinario: Sin alteraciones.
6. S. Osteomioarticular (SOMA): Tensión muscular frecuente en cuello y hombros.
7. S. Urfático: Sin alteraciones aparentes.
8. S. Nervioso: Ansiedad leve (insomnio).

EXAMEN FÍSICO GENERAL

Signos vitales:

Peso: 58 kg Talla: 1.62 IMC: 22.1
F.C.: 58/min F.R.: 18/min T.A.: 112/72 mmHg T[°]: 36.4 Sat.O2 99%

Paciente: Consiente y orientada.

Biotipo: Normolíneo.

Facies: Leve cansancio emocional.

Actitud y postura: Cooperadora, postura ligeramente rígida.

Piel y mucosa: Normocoloreadas.

Pelo y uñas: Sin alteraciones.

Cabeza: Normocéfala.

Cuello: Contractura muscular leve.

Ojos: Sin alteraciones.

Nariz: Sin alteraciones.

Boca: Mucosa hidratada.

Orofaringe: Sin alteraciones.

Corazón: Ritmo cardíaco regular.

Pulmones: Ventilación adecuada.

Abdomen: Blando y depresible.

Región inguinogenital: Sin alteraciones referidas.

Región lumbar: Sin alteraciones.

Extremidades Superiores: Movilidad conservada.

Extremidades Inferiores: Movilidad conservada.

VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Radiestesia, Floral, Pre-test, Iridología)

Radiestesia: Desequilibrio energético simbólico en chakra garganta y chakra corazón. Valoración Floral:

Necesidad de acompañamiento para regulación emocional. Iridología: signos compatibles con agotamiento.

Pre-test emocional: Ansiedad moderada, calidad de sueño baja, sensación de calma disminuida.

VALORACIÓN PRESUNTIVA NATUROPÁTICA:

Ansiedad leve asociada a sobrecarga laboral e insomnio presente.

VALORACIÓN DEFINITIVA:

Ansiedad leve, insomnio leve moderado, estrés emocional moderado, disminución subjetiva del bienestar.



MISAEAL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

PLAN TERAPÉUTICO:

Sinergia vibracional chakra corazón, sinergia vibracional chakra garganta, flores de Bach, afirmación PNL.
"Mi corazón vibra con amor armonía y paz interior" "Expreso mi verdad con amor claridad, calma y confianza" Frecuencia: Aplicación diaria dos veces por 30 días (sinergia vibracional) Aplicación diaria 4gotas 4 veces por 30 días (Flores de Bach).

Seguimiento semanal.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud que me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sido informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de autorizar dicho procedimiento.

ST

Nombre del paciente:

Cédula de ciudadanía:

Firma del paciente:

Nombre del terapeuta: Gabriela Adriana Calvopiña Felquez



MISAEAL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

HOJA DE EVOLUCIÓN CLÍNICA

FECHA			EVOLUCIÓN	INDICACIONES
D	M	A		
22	04	2026	Refiere sensación de relajación después de aplicación. Disminución leve de tensión muscular.	Mantener protocolo.
29	04	2026	Disminución de despertares nocturnos. Mejor conciliación del sueño.	Continuar afirmaciones PNL y ejercicios de respiración.
05	05	2026	Menor frecuencia de pensamientos repetitivos. Mejor capacidad para afrontar situaciones laborales.	Mantener tratamiento
12	05	2026	Mejor calidad de sueño. Disminución significativa de ansiedad percibida. Mayor sensación de tranquilidad y bienestar emocional.	Finalizar protocolo inicial y continuar mantenimiento preventivo.

Anexo 2 Descripción de los centros energéticos considerados en la intervención

Característica	Chakra Corazón (Anahata)	Chakra Garganta (Vishuddha)
Ubicación simbólica	Centro del pecho	Región de la garganta
Color asociado tradicionalmente	Verde y rosa	Azul celeste o turquesa
Función simbólica	Amor propio, empatía, afectividad y armonía emocional	Comunicación, autenticidad, expresión emocional y claridad personal
Emociones relacionadas	Amor, compasión, aceptación, perdón, conexión afectiva	Expresión de sentimientos, sinceridad, confianza para comunicarse
Desequilibrios simbólicos asociados	Tristeza, resentimiento, dificultad para recibir o expresar afecto	Dificultad para comunicar emociones, inseguridad al expresarse, temor al juicio
Aceites esenciales utilizados	Rosa, lavanda y geranio	Romero, menta y eucalipto
Cuarzo asociado	Cuarzo rosa	Turquesa de mar
Flores de Bach complementarias	Holly y Rescue Remedy	Walnut y Rescue Remedy
Afirmación PNL	"Mi corazón vibra con amor, armonía y paz interior."	"Expreso mi verdad con claridad, calma y confianza."
Objetivo dentro del estudio	Favorecer la percepción de armonía emocional y bienestar afectivo	Favorecer la percepción de comunicación emocional y expresión consciente

Anexo 3 Características de los aceites esenciales empleados en la sinergia aromática

Aceite esencial	Nombre científico	Propiedades emocionales descritas en la literatura	Aplicación dentro de la sinergia	Chakra relacionado
Rosa	<i>Rosa damascena</i>	Asociado a sensaciones de bienestar, confort emocional y relajación	Favorecer la armonía emocional y el acompañamiento afectivo	Corazón
Lavanda	<i>Lavandula angustifolia</i>	Relajación, disminución de ansiedad percibida, apoyo al descanso	Favorecer estados de calma y tranquilidad emocional	Corazón
Geranio	<i>Pelargonium graveolens</i>	Equilibrio emocional, relajación y bienestar general	Complementar la armonización emocional de la formulación	Corazón
Romero	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Claridad mental, atención y concentración	Favorecer la percepción de claridad y expresión consciente	Garganta
Menta	<i>Mentha piperita</i>	Sensación de frescura, vitalidad y energía mental	Complementar la sensación de claridad y renovación emocional	Garganta
Eucalipto	<i>Eucalyptus globulus</i>	Sensación subjetiva de amplitud respiratoria y frescura	Favorecer la percepción de liberación y expresión emocional	Garganta

Anexo 4 Recursos complementarios utilizados durante el protocolo naturopático

Cuarzo	Color predominante	Significado simbólico tradicional	Asociación emocional tradicional	Aplicación dentro del estudio
Cuarzo rosa	Rosa suave	Amor, armonía y afectividad	Amor propio, empatía, aceptación y equilibrio afectivo	Complemento simbólico de la sinergia corazón
Turquesa de mar	Azul turquesa	Comunicación y autenticidad	Expresión emocional, sinceridad y confianza personal	Complemento simbólico de la sinergia garganta

Anexo 5: Elaboración de sinergia de aceites esenciales



Anexo 6: Aplicación protocolo a paciente



Anexo 7: Encuesta Inicial

ENCUESTA INICIAL

Código del participante: HC-007

Fecha: 15/04/2026

Escala:

1 = Nunca

2 = Rara vez

3 = Algunas veces

4 = Frecuentemente

5 = Siempre

Estrés emocional

Pregunta	Respuesta
Me siento emocionalmente agotado(a).	5
Siento tensión o preocupación constante.	5
Tengo dificultad para relajarme.	4

Ansiedad percibida

Pregunta	Respuesta
Me siento nervioso(a) o inquieto(a).	4
Tengo pensamientos repetitivos que me preocupan.	5
Me cuesta controlar mis preocupaciones.	4

Calidad del sueño

Pregunta	Respuesta
Duelmo de manera reparadora.	2
Me despierto descansado(a).	2
Tengo dificultades para conciliar el sueño.	4

Expresión emocional

Pregunta	Respuesta
Expreso mis emociones con facilidad.	2
Me siento cómodo(a) comunicando lo que siento.	2
Expreso mis necesidades de forma clara y respetuosa.	3

Sensación de calma

Pregunta	Respuesta
Me siento tranquilo(a) durante el día.	2
Logro mantener la calma frente a situaciones difíciles.	2
Me siento emocionalmente equilibrado(a).	2

Bienestar emocional general

Pregunta	Respuesta
Me siento satisfecho(a) con mi estado emocional actual.	2
Considero que mi bienestar emocional es adecuado.	2
Me siento motivado(a) y positivo(a) en mi vida diaria.	3

Observación inicial:

La participante refiere estrés emocional elevado, ansiedad moderada, alteración del sueño, dificultad para expresar emociones y disminución de la sensación de bienestar emocional.

Anexo 8: Encuesta final

ENCUESTA FINAL

Código del participante: HC-007

Fecha: 12/05/2026

Escala:

1 = Nunca

2 = Rara vez

3 = Algunas veces

4 = Frecuentemente

5 = Siempre

Estrés emocional

Pregunta	Respuesta
Me siento emocionalmente agotado(a).	2
Siento tensión o preocupación constante.	2
Tengo dificultad para relajarme.	2

Ansiedad percibida

Pregunta	Respuesta
Me siento nervioso(a) o inquieto(a).	2
Tengo pensamientos repetitivos que me preocupan.	2
Me cuesta controlar mis preocupaciones.	2

Calidad del sueño

Pregunta	Respuesta
Duermo de manera reparadora.	4
Me despierto descansado(a).	4
Tengo dificultades para conciliar el sueño.	2

Expresión emocional

Pregunta	Respuesta
----------	-----------

Pregunta	Respuesta
Expreso mis emociones con facilidad.	4
Me siento cómodo(a) comunicando lo que siento.	4
Expreso mis necesidades de forma clara y respetuosa.	4

Sensación de calma

Pregunta	Respuesta
Me siento tranquilo(a) durante el día.	4
Logro mantener la calma frente a situaciones difíciles.	4
Me siento emocionalmente equilibrado(a).	4

Bienestar emocional general

Pregunta	Respuesta
Me siento satisfecho(a) con mi estado emocional actual.	4
Considero que mi bienestar emocional es adecuado.	4
Me siento motivado(a) y positivo(a) en mi vida diaria.	4

Evaluación de la intervención

Pregunta	Respuesta
Percibí una mejoría en mi bienestar emocional.	5
La sinergia fue agradable de utilizar.	5
Las afirmaciones PNL fueron útiles para mi proceso.	4
Recomendaría esta experiencia a otras personas.	5

Observación final:

La participante reporta disminución de la tensión emocional, mejora en la calidad del sueño, mayor facilidad para expresar emociones y aumento de la sensación de calma y bienestar emocional general.

Anexo 9: Ficha de Observación clínica

FICHA DE OBSERVACIÓN CLÍNICA

Código del participante: HC-007

Fecha: 12/05/2026

Semana de seguimiento:

☒ Semana 4

Aspectos observados

Variable	Sin cambios	Mejoría leve	Mejoría moderada	Mejoría notable
Estrés emocional	☐	☐	☒	☐
Ansiedad percibida	☐	☐	☒	☐
Calidad del sueño	☐	☐	☐	☒
Expresión emocional	☐	☐	☐	☒
Sensación de calma	☐	☐	☐	☒
Bienestar emocional general	☐	☐	☒	☐

Observaciones cualitativas

La participante reportó disminución progresiva de la tensión emocional durante el periodo de intervención.

Refirió una mejor calidad del sueño a partir de la segunda semana de aplicación de la sinergia, manifestando despertar con mayor sensación de descanso y menor fatiga emocional.

Durante las sesiones de seguimiento se observó una mayor disposición para expresar emociones, comunicar necesidades personales y participar activamente en las actividades propuestas. También manifestó sentirse más tranquila y con mejor capacidad para afrontar situaciones estresantes de la vida cotidiana.

Adherencia al protocolo

Aplicó la sinergia según indicaciones:

☒ Sí

☐ No

Uso de Flores de Bach:

☒ Sí

☐ No

Realizó afirmaciones PNL:

☒ Sí

☐ No

Evaluación general del observador

La participante mostró una evolución favorable durante las cuatro semanas de seguimiento. Se evidenció mejoría en indicadores relacionados con calidad del sueño, expresión emocional, sensación de calma y bienestar emocional general. No se registraron reacciones adversas ni dificultades significativas para cumplir con el protocolo establecido.

Observador responsable:

Firma