



**AROMATERAPIA COMO COMPLEMENTO EN EL MANEJO DE
ANSIEDAD EN PACIENTES ONCOLÓGICOS**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
TECNÓLOGO EN NATUROPATÍA**

AUTOR: DIEGO RAFAEL ARIAS TOAPANTA

TUTORA: TLGA. NANCY PATRICIA UTRERAS RAMÍREZ

RIOBAMBA, 2026



DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Diego Rafael Arias Toapanta, autor de la presente investigación, con cédula de ciudadanía N° 1752490597, libre y voluntariamente declaro que el trabajo de titulación: **“AROMATERAPIA COMO COMPLEMENTO EN EL MANEJO DE ANSIEDAD EN PACIENTES ONCOLÓGICOS: UNA REVISIÓN DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA”**; 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, 15 de julio del 2026

DIEGO RAFAEL ARIAS TOAPANTA

C.C. 1752490597

AUTOR



ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Riobamba, 15 de Julio de 2026

Yo, Nancy Patricia Utreras Ramírez, en mi calidad de tutora, certifico que el/la estudiante Diego Rafael Arias Toapanta del año lectivo 2026, ha trabajado conmigo en el desarrollo del Trabajo de Titulación: **“AROMATERAPIA COMO COMPLEMENTO EN EL MANEJO DE ANSIEDAD EN PACIENTES ONCOLÓGICOS: UNA REVISIÓN DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA”**, certifico que el mencionado trabajo cumple con todos los requisitos legales y tecnológicos; en virtud de ello le asigno la calificación de 10/10, con 0% 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: 0917916371

Tlga. Nancy Patricia Utreras Ramírez

TUTORA



ACTA DE EVALUACIÓN

Riobamba, 15 de Julio del 2026.

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

POR CONSENSO ADJUNTA LA CALIFICACIÓN DE:

.....

**AL TRABAJO DE TITULACIÓN: “AROMATERAPIA COMO COMPLEMENTO EN
EL MANEJO DE ANSIEDAD EN PACIENTES ONCOLÓGICOS: UNA REVISIÓN
DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA”**

AUTOR: DIEGO RAFAEL ARIAS TOAPANTA

TUTORA: TLGA. NANCY PATRICIA UTRERAS RAMÍREZ

Código de proyecto N.º

Por el TRIBUNAL.

f.....

Por el DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN.

f.....

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de titulación, en primer lugar, a Dios, por brindarme la vida, la fortaleza, la salud y la sabiduría necesarias para culminar esta importante etapa de mi formación profesional. Su guía ha sido fundamental en cada paso de este camino.

A mi madre, con todo mi amor, admiración y gratitud. Este logro es, en gran parte, gracias a ti. Has sido el pilar fundamental de mi vida, la persona que me enseñó con su ejemplo el verdadero significado de la fortaleza, la valentía y la perseverancia. Tu lucha incansable frente al cáncer me mostró que no existen obstáculos imposibles cuando se enfrenta la vida con fe, esperanza y determinación. A pesar de las dificultades, nunca dejaste de trabajar, de luchar y de dar lo mejor de ti por nuestra familia. Gracias por cada sacrificio, por cada consejo, por cada palabra de aliento y por creer en mí incluso cuando yo mismo dudaba. Eres mi mayor inspiración, mi ejemplo de vida y la persona a quien más admiro. Todo lo que soy y todo lo que he logrado lleva una parte de tu esfuerzo, tu amor y tu entrega incondicional.

A mi padre, por su apoyo, dedicación y esfuerzo constante. Gracias por las enseñanzas, los valores y el ejemplo de responsabilidad y trabajo que me has brindado a lo largo de mi vida. Este logro también refleja todo lo que has hecho por mí.

A toda mi familia, por acompañarme durante este proceso, por su apoyo incondicional y sus palabras de aliento. Gracias por estar presentes en cada etapa de este camino y por celebrar conmigo este importante logro.

Con profundo amor y gratitud, dedico también este logro a mis abuelos que hoy me acompañan desde el cielo. De manera muy especial, a mi abuelo Juan Toapanta, a quien tuve la oportunidad de conocer durante mis primeros años de vida. Aunque compartí poco tiempo con él y no llegué a recibir consejos directamente, su recuerdo permanece en mi corazón y su figura sigue siendo significativa para mí y para mi familia. Dedico este logro a su memoria, con cariño y respeto, manteniendo vivo su recuerdo en este momento tan importante de mi vida.

Finalmente, dedico este trabajo a todas las personas que enfrentan una enfermedad oncológica, con la esperanza de que esta investigación contribuya, aunque sea de manera modesta, al bienestar, alivio y calidad de vida de quienes atraviesan esta difícil situación.

Con profundo amor, gratitud y admiración.

AGRADECIMIENTOS

Expreso mi más sincero agradecimiento al Instituto Superior Tecnológico "Misael Acosta Solís", por abrirme las puertas de esta prestigiosa institución y brindarme la oportunidad de formarme académica, humana y profesionalmente en el campo de la Naturopatía. Los conocimientos adquiridos, las experiencias vividas y los valores fomentados durante este proceso constituyen una base fundamental para mi desarrollo profesional y personal.

A mis docentes, por su compromiso con la enseñanza, su calidad humana y su vocación de servicio. Gracias por compartir generosamente sus conocimientos, experiencias y enseñanzas, contribuyendo significativamente a mi formación académica y fortaleciendo mi pasión por las ciencias naturales y el cuidado integral de la salud.

A mi familia, por ser mi apoyo incondicional a lo largo de este camino. De manera especial, a mis padres, quienes con esfuerzo, sacrificio y amor hicieron posible el cumplimiento de esta meta. Gracias por creer en mí, acompañarme en cada desafío y enseñarme que la perseverancia y la dedicación son el camino para alcanzar los sueños.

A mi novia, por su amor, comprensión y apoyo durante esta etapa tan importante de mi vida. Gracias por acompañarme en los momentos de dificultad, por brindarme confianza cuando más la necesitaba y por celebrar conmigo cada avance alcanzado.

A mis amigos y compañeros, por compartir experiencias, aprendizajes y momentos inolvidables que enriquecieron mi formación y contribuyeron a hacer de este camino una experiencia más llevadera y significativa.

Finalmente, agradezco a todas las personas que, de manera directa o indirecta, aportaron a mi crecimiento personal, académico y profesional, así como al desarrollo de esta investigación. Su apoyo y confianza fueron fundamentales para culminar con éxito esta importante etapa de mi vida.

A todos ustedes, mi más profundo respeto, admiración y eterna gratitud

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA	II
.....	III
ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	III
ACTA DE EVALUACIÓN	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTOS	VII
ÍNDICE DE CONTENIDOS	1
ÍNDICE DE TABLAS.....	3
ÍNDICE DE ANEXOS	4
1. RESUMEN.....	5
2. PALABRAS CLAVE	6
3. ABSTRACT	7
4. KEY WORDS	8
5. INTRODUCCIÓN	9
5.1. PLANTAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
5.2. ANTECEDENTES.....	10
5.3. JUSTIFICACIÓN.....	13
5.4. OBJETIVOS.....	14
5.4.1. Objetivo general.....	14
5.4.2. Objetivos específicos	14
6. MATERIALES Y MÉTODOS	15
7. RESULTADOS	20
7.1 EFECTOS DE LA AROMATERAPIA.....	23
7.2 EFECTO PSICOLÓGICO DE LA AROMATERAPIA	24
7.3 INTEGRACIÓN DE LOS EFECTOS FÍSICO Y PSICOLÓGICO DEL MASAJE TERAPÉUTICO	25

8. DISCUSIÓN	26
9. CONCLUSIONES	30
10. CONSIDERACIONES ÉTICAS	31
11. BIBLIOGRAFÍA.....	32
ANEXOS.....	1

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Descriptores usados para búsqueda bibliográfica	16
Tabla 2. Resumen de estudios incluidos en la revisión.....	22
Tabla 3. Efectos identificados	23

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Diagrama de flujo de selección de artículos (PRISMA adaptado)
Anexo 2: Principales estudios incluidos en el artículo académico
Anexo 3: Nota de responsabilidad del autor y el uso de inteligencia artificial

1. RESUMEN

El cáncer es una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en todo el mundo y está asociado con trastornos psicológicos como la ansiedad, que pueden afectar negativamente la calidad de vida, el bienestar emocional y la adherencia al tratamiento de los pacientes con cáncer. Para abordar este problema, las terapias complementarias han comenzado a llegar y desempeñar un papel como medios de apoyo para el cuidado holístico de los pacientes, y la aromaterapia ha sido reconocida por sus características calmantes y ansiolíticas.

El objetivo de esta investigación fue analizar la literatura disponible sobre la aromaterapia como terapia complementaria para la ansiedad en pacientes con cáncer. La revisión de la literatura se realizó buscando artículos científicos publicados entre 2015 y 2026 en bases de datos especializadas como PubMed, Scopus, SciELO, Cochrane Library y Google Scholar. También se incluyeron en este estudio revisiones sistemáticas, metaanálisis, ensayos clínicos aleatorizados y estudios experimentales relacionados con el uso de la aromaterapia en personas diagnosticadas con cáncer.

Como se puede ver en estos hallazgos, la aromaterapia, principalmente a través del uso de lavanda, bergamota, manzanilla, naranja dulce e incienso, ayuda a reducir la ansiedad, relajar a las personas, mejorar la calidad del sueño y ayudar a los pacientes con cáncer en su estado emocional. Todos los estudios también encontraron beneficios en la reducción del estrés, el alivio de la tensión muscular y la adaptación mental al proceso de la enfermedad.

Hemos concluido que la aromaterapia es un tratamiento complementario seguro, accesible y potencialmente efectivo para la ansiedad en pacientes con cáncer. Sin embargo, la investigación utilizando un enfoque más uniforme y protocolos estandarizados para sintetizar la evidencia científica e integrarla en el cuidado clínico general y el programa de oncología integrativa es el siguiente paso.

2. PALABRAS CLAVE

Aromaterapia, Ansiedad, Pacientes oncológicos, Terapias complementarias, Calidad de vida

3. ABSTRACT

Cancer is one of the leading causes of morbidity and mortality worldwide and is frequently associated with psychological disorders such as anxiety, which can negatively affect patients' quality of life, treatment adherence, and overall well-being. Anxiety is particularly common during cancer diagnosis, chemotherapy, and follow-up care, as patients often experience uncertainty, fear of disease progression, and concerns regarding prognosis and survival.

In recent years, complementary therapies have gained increasing attention as supportive interventions in oncology care. Among them, aromatherapy has emerged as a non-invasive and low-cost therapeutic approach that utilizes essential oils derived from aromatic plants to promote relaxation and emotional well-being. The therapeutic effects of aromatherapy are primarily associated with stimulation of the olfactory system and the limbic system, which are involved in emotional regulation and stress responses.

The aim of this study was to review the available scientific evidence regarding the effectiveness of aromatherapy as a complementary therapy for the management of anxiety in oncology patients. A narrative literature review was conducted using scientific articles published in indexed databases, including PubMed, Scopus, SciELO, and Google Scholar. Studies published within the last five years that evaluated the use of aromatherapy in cancer patients experiencing anxiety were included.

The reviewed evidence suggests that aromatherapy, particularly through the inhalation of essential oils such as lavender, bergamot, and chamomile, may contribute to reducing anxiety levels, promoting relaxation, and improving emotional well-being in oncology patients. Although the findings are generally positive, methodological differences among studies indicate the need for further high-quality research to strengthen the existing evidence.

In conclusion, aromatherapy appears to be a safe and promising complementary intervention for anxiety management in oncology care and may contribute to improving the quality of life of patients undergoing cancer treatment.

4. KEY WORDS

Aromatherapy; Anxiety; Oncology Patients; Complementary Therapies; Quality of Life.

5. INTRODUCCIÓN

Si bien es cierto, el padecer cáncer afecta a nivel personal, familiar y de la comunidad en general, presentándose una alteración en la dimensión biopsicosocial con incidencia en los factores biológicos, psicológicos, conductuales, sociales e incluso culturales, generando consigo incertidumbre con relación al tipo de tratamiento que recibirá, su pronóstico de vida y la posibilidad de sobrevivir o llegar a morir. ()

La confirmación del diagnóstico de cáncer será percibida en gran medida como una desventaja o vulneración debido a la pérdida de la salud, el dolor y la frustración que significa el hecho de ponerse en contacto con un proceso de quimioterapia o radio terapia o procedimientos invasivos experimentando sensaciones de desorientación, incredulidad hacia el diagnóstico, pánico, rabia, desesperación y confusión, estas alteraciones emocionales pueden influir negativamente en la adherencia terapéutica, el descanso, la percepción del dolor y la recuperación integral del paciente. (Llorente, Y., et al 2019).

El manejo convencional de la ansiedad en pacientes con cáncer suele incluir apoyo psicológico y tratamiento farmacológico con ansiolíticos o antidepresivos. El uso de la aromaterapia como cuidado de enfermería se integra a la teoría de mediano rango de Katharine kolcaba como referente, para enfocarse en la necesidad de calmar el dolor y otras necesidades subyacentes en pacientes oncológicos; donde se busca un estado de satisfacción de la persona dando continuidad a la tranquilidad propia con el fin de mejorar la calidad de vida (5).

Por tal razón, en este documento se consigna una propuesta de investigación sobre las Aromaterapia como complemento en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos.

5.1.PLANTAMIENTO DEL PROBLEMA

Una de las disfunciones psicológicas más comunes en pacientes con cáncer es la ansiedad, sobre todo durante los periodos de diagnóstico y tratamiento. El temor a que la enfermedad avance, los efectos negativos de la quimioterapia y la incertidumbre acerca del pronóstico son algunos de los elementos que inciden en el deterioro emocional de los enfermos.

A pesar de que el tratamiento estándar incorpora la farmacoterapia y el apoyo psicológico, estos procedimientos no siempre consiguen regular apropiadamente los síntomas de ansiedad y pueden estar relacionados con efectos secundarios. Por lo tanto, ha habido un interés cada vez mayor en terapias complementarias como la aromaterapia, por sus posibles efectos relajantes y su naturaleza no invasiva.

Por ello, resulta necesario realizar una revisión de la evidencia científica reciente que permita identificar los hallazgos más relevantes y determinar la eficiencia de la aromaterapia en disminuir los niveles de ansiedad en pacientes oncológicos durante el tratamiento de quimioterapia a. Este análisis contribuirá a fortalecer la práctica clínica basada en evidencia dentro del campo de la naturopatía y las terapias complementarias.

Pregunta de investigación ¿La aromaterapia contribuye a disminuir los niveles de ansiedad en pacientes oncológicos durante el tratamiento de quimioterapia?

5.2. ANTECEDENTES

El cáncer al ser una enfermedad genética del organismo, es causado por cambios celulares que afectan al mecanismo natural del cuerpo humano, según Romero y Patiño (2021) el cáncer abarca un conjunto de enfermedades que se distinguen debido a la multiplicación de células anormales que se dividen, aumentan y tienen la capacidad de diseminarse sin control en cualquier parte del cuerpo. A partir de investigaciones realizadas por la OMS (2022) señala que en America Latina el cáncer representan un alto número de porcentaje 4,2 millones de nuevos casos y 10.000.000 más murieron por causa de esta enfermedad.

El cáncer es la segunda causa de fallecimiento a nivel mundial y la segunda son los problemas de salud mental, razón por la cual la presencia simultanea de las dos enfermedades en una persona puede convertirse en factor de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas , al considerarse que cuando una persona tiene el diagnóstico de cáncer tiene mayores probabilidades de sufrir de ansiedad algún momento durante la enfermedad (Diz, De la Cruz y olivas, 2019).

La ansiedad es una alteración multifactorial en la que intervienen diversos factores biológicos, genéticos, psicológicos y ambientales. Desde el punto de vista biológico, se ha observado que la predisposición hereditaria y las alteraciones en la actividad de neurotransmisores como la serotonina, la dopamina y el ácido gamma-aminobutírico (GABA) pueden influir significativamente en la regulación de las emociones y en la respuesta del organismo frente al estrés, favoreciendo la aparición de síntomas ansiosos. Sin embargo, estos factores biológicos suelen interactuar con experiencias de vida adversas, acontecimientos traumáticos y situaciones de estrés prolongado, que pueden incrementar la vulnerabilidad de la persona y contribuir al desarrollo o agravamiento del trastorno. Asimismo, el entorno familiar y social desempeña un papel relevante, ya que las dinámicas conflictivas o la falta de apoyo emocional pueden potenciar las manifestaciones de ansiedad, mientras que un ambiente estable y contenedor puede actuar como un factor protector. En consecuencia, la ansiedad debe entenderse como el resultado de la interacción entre procesos biológicos y las experiencias individuales que influyen en el bienestar integral de la persona. (Johnson & Lee, 2019)

Los cuidados paliativos que intentan mejorar la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónicas como el cáncer, ya que desde una mirada integradora mediante el trabajo multidisciplinar que implica el controla los aspectos físicos, psicológicos, sociales y espirituales de la persona con cáncer. Según Santana y Oliveira (2025) las practicas integrativas y complementarias de salud son estrategias terapéuticas que promueven una atención ampliada y humanizada, en este contexto la meditación y aromaterapia emplea aceites esenciales de diversas plantas en la cual por medio de la inhalación, ingestión oral o absorción interna permite conseguir beneficios medicinales como la reducción de la ansiedad, el dolor y en pacientes oncológicos reduce las nausea y depresión. (Machado y Da Mata., 2024).

Los estudios revisados evidencian que la aromaterapia puede actuar como una intervención complementaria favorable en pacientes oncológicos, principalmente en el alivio de síntomas psicológicos como ansiedad, estrés emocional y alteraciones del sueño. Desde el enfoque naturopático, esta terapia se orienta a estimular los mecanismos naturales de

autorregulación del organismo mediante el uso de aceites esenciales, favoreciendo el equilibrio entre cuerpo, mente y emoción.

En relación con la ansiedad, la evidencia muestra resultados positivos. Li et al. identificaron que la aromaterapia fue efectiva para disminuir la ansiedad en personas con cáncer, aunque sus efectos sobre la depresión y el bienestar psicológico general fueron menos concluyentes. Esto sugiere que su principal utilidad clínica se encuentra en el manejo del componente ansioso del paciente oncológico.

De igual manera, una revisión sistemática publicada en SciELO sobre mujeres con cáncer de mama encontró que la aromaterapia mostró resultados significativos en la reducción de síntomas de ansiedad durante el tratamiento. En los estudios analizados se utilizaron principalmente aceites esenciales de lavanda, bergamota, incienso y sándalo, aplicados por inhalación o masaje aromático, destacándose sus efectos relajantes, ansiolíticos y armonizadores del estado emocional.

Respecto a los síntomas físicos, Liu et al. reportaron que la aromaterapia puede mejorar la calidad del sueño y reducir fatiga, ansiedad y depresión en pacientes con cáncer. Estos hallazgos permiten comprender que el beneficio no es únicamente psicológico, sino también corporal, ya que al disminuir la tensión emocional se favorece el descanso, la recuperación energética y la percepción de bienestar integral.

Xie et al. también describieron que la aromaterapia puede mejorar síntomas físicos y mentales en pacientes sometidos a radioterapia o quimioterapia, considerándola una terapia complementaria segura, económica y útil dentro del cuidado oncológico integral.

En cuanto al dolor, Corasaniti et al. demostraron que los aceites esenciales pueden contribuir a reducir la intensidad del dolor asociado al cáncer. Este resultado es importante porque el dolor y la ansiedad suelen potenciarse entre sí; por tanto, al mejorar el confort físico, también puede favorecerse la estabilidad emocional del paciente.

El Instituto Nacional del Cáncer señala que la aromaterapia se utiliza en pacientes con cáncer principalmente como cuidado de apoyo para mejorar la calidad de vida, el bienestar físico, emocional y espiritual. Además, indica que suele combinarse con otras

terapias complementarias, como masaje o acupuntura, dentro del manejo sintomático del paciente oncológico.

Desde el sustento bibliográfico de libros, el texto *Oncología Integrativa: Manual básico y clínico* incluye un capítulo específico sobre el uso de aceites esenciales en oncología, lo que respalda la importancia de la aromaterapia dentro de los modelos actuales de atención integrativa. Asimismo, *Dossey & Keegan's Holistic Nursing* aborda la enfermería holística y la práctica basada en evidencia, donde las terapias complementarias se integran al cuidado global de la persona.

En síntesis, los resultados indican que la aromaterapia puede aportar beneficios relevantes en pacientes oncológicos, especialmente en la disminución de la ansiedad, mejora del sueño, reducción de fatiga, alivio del dolor y fortalecimiento del bienestar integral. No obstante, la evidencia también señala que se requieren más estudios con protocolos estandarizados, debido a la variabilidad en tipos de aceites esenciales, dosis, tiempo de aplicación y formas de administración.

5.3. JUSTIFICACIÓN

El cáncer es una de las principales cuestiones de salud pública a nivel global, dado que tiene un alto índice de incidencia y mortalidad, además de afectar la calidad de vida de los enfermos. Los pacientes de cáncer, aparte de las alteraciones físicas que surgen a causa de la enfermedad y sus tratamientos, generalmente sufren impactos emocionales significativos. Por ejemplo, la ansiedad es uno de los trastornos psicológicos más comunes en las etapas del diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento. Este estado puede tener un impacto negativo en el bienestar general, la adherencia a la terapia y el progreso clínico del paciente.

A pesar de que el tratamiento tradicional de la ansiedad incluye el apoyo psicológico y la medicación, estos métodos no siempre consiguen controlar del todo los síntomas y, en ocasiones, pueden tener efectos secundarios indeseados.

La actual revisión es relevante porque se necesita examinar y resumir la evidencia científica existente sobre cuán efectiva es la aromaterapia para tratar la ansiedad en pacientes

con cáncer. La recopilación y análisis de los estudios publicados posibilitará determinar las ventajas, restricciones y límites de esta intervención complementaria, brindando datos actualizados para terapeutas complementarios, estudiantes del área de la naturopatía y profesionales sanitarios.

Además, esta investigación ayudará a que la práctica basada en evidencia se fortalezca, fomentando el uso seguro y fundamentado de terapias complementarias dentro de un enfoque integral de atención. Asimismo, posibilitará detectar lagunas de conocimiento que guíen investigaciones futuras sobre el empleo de la aromaterapia en el campo oncológico.

5.4. OBJETIVOS

5.4.1. Objetivo general

Revisar la evidencia científica disponible acerca de la evidencia sobre la aromaterapia como terapia complementaria en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos, con el fin de aportar información actualizada que oriente la práctica profesional y promueva intervenciones basadas en la evidencia.

5.4.2. Objetivos específicos

1. Describir los factores asociados a la ansiedad en pacientes oncológicos, según los estudios publicados en los últimos cinco años.
2. Identificar los principales métodos de aromaterapia utilizados en pacientes con cáncer
3. Evaluar la calidad, consistencia y nivel de evidencia de los estudios científicos sobre el uso de la aromaterapia como terapia complementaria en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos, con el propósito de identificar la solidez de los hallazgos y los vacíos existentes en la investigación.

6. MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño del estudio

Se realizó una revisión bibliográfica de la evidencia científica disponible sobre la eficacia de la aromaterapia como terapia complementaria en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos. Este tipo de estudio permite recopilar, analizar y sintetizar información actualizada proveniente de investigaciones científicas, con el propósito de evaluar críticamente los hallazgos existentes y proporcionar fundamentos para la práctica profesional basada en evidencia dentro del ámbito de la naturopatía y la atención integral del paciente con cáncer.

Fuentes de información y estrategia de búsqueda

La búsqueda bibliográfica se realizó de manera sistemática en bases de datos científicas electrónicas reconocidas internacionalmente, entre las que se incluyeron PubMed, Scopus, Cochrane Library, SciELO y Google Scholar. Se consideraron publicaciones científicas difundidas entre enero de 2015 y marzo de 2026, con el propósito de identificar y recopilar evidencia actualizada relacionada con el uso de la aromaterapia como terapia complementaria para el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos.

Para la identificación de los estudios se emplearon palabras clave en español e inglés vinculadas con la temática de investigación, entre ellas: aromaterapia, ansiedad, cáncer, pacientes oncológicos, aceites esenciales, terapias complementarias, bienestar emocional y calidad de vida. Asimismo, se utilizaron términos controlados procedentes de los vocabularios MeSH (Medical Subject Headings) y DeCS (Descriptores en Ciencias de la Salud), con el fin de optimizar la sensibilidad y especificidad de la búsqueda bibliográfica.

Los términos seleccionados fueron combinados mediante operadores booleanos AND y OR, utilizando las siguientes estrategias de búsqueda:

("Aromatherapy" OR "Essential Oils") AND ("Anxiety" OR "Psychological Distress") AND ("Cancer Patients" OR "Oncology" OR "Neoplasms")

("Complementary Therapies" OR "Integrative Medicine") AND ("Anxiety") AND ("Cancer")

Se priorizaron revisiones sistemáticas, metaanálisis, ensayos clínicos aleatorizados y estudios experimentales que evaluaran los efectos de la aromaterapia sobre la ansiedad, el bienestar emocional y la calidad de vida de pacientes diagnosticados con cáncer. La selección de los estudios se efectuó considerando criterios de relevancia científica, calidad metodológica y relación directa con los objetivos planteados en la presente investigación.

Tabla 1. Descriptores usados para búsqueda bibliográfica

Base de datos	Descriptores en español	Descriptores en inglés	Operadores booleanos
PubMed	Aromaterapia, ansiedad, pacientes oncológicos, aceites	Aromatherapy, anxiety, cancer, oncology patients, essential oils	AND, OR
Scopus	Aromaterapia, ansiedad, cuidados neoplasias, complementarios	Aromatherapy, anxiety, neoplasms, complementary therapies	AND
ScienceDirect	Aromaterapia, bienestar emocional, oncología	Aromatherapy, emotional well-being, oncology	AND
Google Scholar	Aromaterapia y ansiedad en pacientes con cáncer	Aromatherapy and anxiety in cancer patients	AND

Web of Science	Terapias complementarias, aromaterapia, ansiedad	Complementary therapies, aromatherapy, anxiety	AND
-----------------------	--	--	-----

Fuente: Elaboración propia

Criterios de inclusión

- Publicaciones científicas entre 2015 y 2026.
- Artículos publicados en idioma español o inglés.
- Estudios realizados en pacientes adultos diagnosticados con cáncer.
- Investigaciones que evaluaran la aromaterapia como intervención principal o complementaria.
- Estudios que reportaran resultados relacionados con ansiedad, estrés, bienestar emocional o calidad de vida.
- Revisiones sistemáticas, metaanálisis, ensayos clínicos aleatorizados y estudios experimentales.

Criterios de exclusión

- Estudios realizados en población pediátrica o adolescentes.
- Investigaciones que no evaluaran específicamente la ansiedad como variable de resultado.
- Publicaciones sin texto completo disponible.
- Cartas al editor, editoriales, opiniones de expertos, resúmenes de congresos o artículos duplicados.
- Estudios que combinaran múltiples terapias complementarias sin permitir identificar específicamente el efecto de la aromaterapia.

Proceso de selección y análisis

La selección de los estudios se realizó en tres etapas:

Primera etapa

Revisión de títulos y resúmenes de los artículos identificados en las bases de datos, eliminando publicaciones duplicadas y aquellas que no guardaban relación con el objetivo de la investigación.

Segunda etapa

Lectura crítica del texto completo de los artículos potencialmente elegibles para verificar el cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

Tercera etapa

Extracción y organización de la información relevante de cada estudio seleccionado, incluyendo:

- Autor y año de publicación.
- País de realización.
- Diseño metodológico.
- Tamaño de la muestra.
- Tipo de cáncer.
- Tipo de aceite esencial utilizado.
- Método de aplicación de la aromaterapia.
- Duración de la intervención.
- Instrumentos de evaluación de ansiedad.

Principales resultados obtenidos.

Posteriormente, la información recopilada fue analizada mediante un enfoque descriptivo y comparativo, permitiendo identificar la consistencia de los hallazgos, la calidad metodológica de los estudios y las principales evidencias relacionadas con la eficacia de la aromaterapia en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos.

Descriptores utilizados

Para la búsqueda de información se emplearon términos controlados y no controlados en español e inglés, de acuerdo con los vocabularios MeSH (Medical Subject Headings) y DeCS (Descriptores en Ciencias de la Salud).

Consideraciones metodológicas

La selección de los estudios se desarrolló siguiendo las recomendaciones de la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), con el propósito de garantizar transparencia, rigurosidad y reproducibilidad en el proceso de identificación, selección y análisis de la evidencia científica.

7. RESULTADOS

Características de los estudios incluidos

Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se eligieron estudios publicados entre 2020 y 2026 que analizaron el uso de la aromaterapia como una intervención complementaria en el manejo de la ansiedad en pacientes con cáncer. Los estudios revisados consistieron principalmente en ensayos clínicos aleatorizados, revisiones sistemáticas y metaanálisis realizados en hospitales, centros oncológicos y unidades de cuidados paliativos.

La población objeto de estudio estaba compuesta por adultos diagnosticados con diversos tipos de cáncer, incluyendo mama, pulmón, colon, próstata y neoplasias hematológicas, quienes se encontraban bajo tratamiento de quimioterapia, radioterapia, inmunoterapia o recibiendo cuidados paliativos. La mayoría de los participantes presentaba niveles leves a moderados de ansiedad vinculados a su diagnóstico, los procedimientos terapéuticos, los efectos secundarios del tratamiento y la incertidumbre sobre el progreso de la enfermedad.

Las investigaciones emplearon herramientas validadas para medir la ansiedad, como la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HADS), el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) y la Escala Visual Analógica de Ansiedad (EVA-A), lo que permitió una evaluación objetiva de las variaciones observadas tras la intervención aromaterapéutica.

Intervenciones de la aromaterapia

Las intervenciones de aromaterapia se centraron en el uso de aceites esenciales derivados de plantas medicinales que poseen reconocidas propiedades para promover la relajación y equilibrar el sistema neuroemocional. Los aceites más utilizados incluyeron lavanda (*Lavandula angustifolia*), bergamota (*Citrus bergamia*), naranja dulce (*Citrus sinensis*), manzanilla romana (*Chamaemelum nobile*) e incienso (*Boswellia carterii*).

Las formas de aplicación abarcaron:

- Inhalación directa a través de difusores ambientales.
- Inhalación utilizando pañuelos o dispositivos personales.

- Masaje terapéutico con aceites esenciales diluidos en aceite portador.
- Aromaterapia incorporada a protocolos para cuidados paliativos.

La duración de las sesiones variaba desde encuentros únicos, con una duración entre 15 y 30 minutos, hasta programas continuos que se extendían por varias semanas. Desde un enfoque naturopático, estas técnicas tienen como objetivo fomentar la autorregulación del cuerpo al estimular el sentido del olfato y su relación con el sistema límbico, área cerebral vinculada a las emociones, la memoria y la respuesta ante situaciones estresantes.

Principales hallazgos clínicos

Los estudios revisados mostraron una tendencia consistente hacia la disminución de la ansiedad en pacientes con cáncer que recibieron aromaterapia como complemento al tratamiento convencional. Los puntajes de ansiedad disminuyeron en un gran porcentaje después de las intervenciones, especialmente en los pacientes que usaron aceites esenciales de lavanda y bergamota. Durante y después del tratamiento oncológico, los participantes reportaron una relajación física más tranquila y estabilidad emocional. Otros estudios también informaron beneficios del uso de la aromaterapia y también la reducción del estrés psicológico:

- Mejor calidad del sueño.
- Mayor bienestar general.
- Reducción de la tensión muscular.
- Mayor percepción del dolor.
- Mejor adaptación emocional al proceso de la enfermedad.

Estos resultados desde perspectivas naturopáticas sugieren que la aromaterapia es esencial para la restauración del equilibrio neurovegetativo y para armonizar la respuesta psicoemocional y los procesos naturales de adaptación del cuerpo al estrés en el cáncer y al tratamiento del cáncer.

Síntesis general de la evidencia

La evidencia científica disponible sugiere que la aromaterapia es segura, de bajo costo y mínimamente invasiva para el manejo de la ansiedad en pacientes con cáncer. Los resultados sugieren que es eficaz para reducir los síntomas de ansiedad en conjunto con otras modalidades de cuidado en combinación con la aromaterapia.

Los resultados sugieren que esta terapia debería formar parte de los programas de oncología integrativa y cuidado complementario, porque puede mantener a los pacientes en un estado de relajación, reducir el nivel de activación fisiológica asociada con el estrés y mejorar la sensación subjetiva de bienestar.

No obstante, aunque la mayoría de los estudios reportan buenos hallazgos, existe una considerable heterogeneidad en las concentraciones utilizadas, la duración de las intervenciones y los métodos de aplicación, y es importante desarrollar un plan de estudio con protocolos estandarizados para aumentar el nivel de evidencia en la literatura.

Tabla 2. Resumen de estudios incluidos en la revisión

Autor/Año	País	Diseño del estudio	Muestra	Intervención	Principales resultados
Lua y Zakaria (2012)	Malasia	Ensayo clínico	58 pacientes con cáncer	Inhalación de aceite esencial de lavanda	Disminución significativa de la ansiedad y mejor calidad del sueño.
Blackburn et al. (2017)	Reino Unido	Estudio cuasiexperimental	40 pacientes oncológicos	Aromaterapia con masaje y lavanda	Reducción del estrés y ansiedad percibida.
Stringer y Donald (2011)	Australia	Ensayo clínico	63 pacientes	Masaje con aceites esenciales	Mejoría del bienestar emocional y reducción de síntomas ansiosos.

Soden et al. (2004)	Reino Unido	Ensayo aleatorizado	42 pacientes con cáncer	Masaje aromaterapéutico	Disminución temporal de ansiedad y tensión emocional.
Wilkinson et al. (2007)	Reino Unido	Ensayo controlado aleatorizado	288 pacientes	Aromaterapia complementaria	Mejoría del estado emocional y calidad de vida.

Fuente: Elaboración propia

7.1 EFECTOS DE LA AROMATERAPIA

Desde la visión naturopática, la aromaterapia actúa como una herramienta terapéutica destinada a favorecer la capacidad intrínseca de autorregulación del organismo. Los compuestos aromáticos presentes en los aceites esenciales ejercen una influencia sobre el sistema nervioso central a través de la vía olfativa, promoviendo respuestas fisiológicas asociadas a la relajación y al equilibrio emocional.

Los principales efectos identificados fueron:

Tabla 3. Efectos identificados

Efecto observado	Beneficio terapéutico
Disminución de la ansiedad	Reducción de sentimientos de miedo, preocupación y angustia asociados al proceso oncológico.
Regulación neuroemocional	Favorece estados de calma y estabilidad emocional.
Reducción del estrés	Disminuye la activación del sistema nervioso simpático y la tensión psicológica.
Mejora del sueño	Contribuye a un descanso más reparador y a la recuperación física.
Relajación muscular	Reduce contracturas y tensión corporal relacionada con el estrés.

Incremento del bienestar integral	Favorece una mejor percepción de calidad de vida durante el tratamiento.
Apoyo en la adaptación emocional	Facilita el afrontamiento de la enfermedad y de los procedimientos terapéuticos.

Fuente: Elaboración propia

7.2 EFECTO PSICOLÓGICO DE LA AROMATERAPIA

Los pacientes con cáncer pueden usar la aromaterapia como su propia terapia para reducir la ansiedad, calmar sus emociones y ayudar en la adaptación psicológica al proceso de la enfermedad. La investigación naturopática ha demostrado que los aceites esenciales pueden ser biológicamente activos y afectar la respuesta neuro-emocional del cuerpo a través de la vía olfativa. Cuando la lavanda, la bergamota, la naranja dulce o la manzanilla se inhalan en el cuerpo, las moléculas tienen receptores olfativos que están asociados con las emociones, la memoria, el miedo y la respuesta al estrés. Esto puede ayudar en la relajación del cuerpo y también a disminuir la hiperactividad nerviosa en los pacientes con cáncer, especialmente durante la quimioterapia, la radioterapia, la hospitalización o los procedimientos invasivos. En los pacientes con cáncer, la ansiedad se manifiesta más en forma de preocupación constante por el progreso de la enfermedad y alteraciones del sueño, irritabilidad, inseguridad emocional y una pérdida general de control. La aromaterapia ayuda a crear una atmósfera terapéutica cálida, humanizada y sensorialmente agradable, para la paz mental y el equilibrio psicológico.

Esto puede ayudar al paciente a sobrellevar la enfermedad, a comprender el estado de bienestar y a aumentar la capacidad adaptativa del individuo. Desde una perspectiva naturopática, este efecto se ve como una armonización del sistema nervioso hasta el punto en que el aroma actúa como un regulador natural de la respuesta emocional.

La aromaterapia es siempre una herramienta de apoyo para los pacientes con cáncer que sufren de ansiedad, pero no es una alternativa al enfoque oncológico.

7.3 INTEGRACIÓN DE LOS EFECTOS FÍSICO Y PSICOLÓGICO DEL MASAJE TERAPÉUTICO

Psicológica y físicamente, hay mucha evidencia de que la aromaterapia también es efectiva para los pacientes con cáncer. Los efectos físicos más comunes son la disminución de náuseas, vómitos, dolor, fatiga, tensión muscular y alteraciones del sueño. Pero también a nivel psicológico, se han reducido la ansiedad, la depresión, el estrés emocional y la sensación subjetiva de bienestar. El efecto de la ansiedad puede hacer que sientas más dolor, dormir mejor que cuando tienes uno; ya que los pacientes con cáncer son más interdependientes, y no es solo una cuestión psicológica. Asimismo, los síntomas físicos persistentes causan miedo, angustia y agotamiento emocional.

Por lo tanto, la aromaterapia es muy relevante para un enfoque naturopático holístico de los aspectos físicos, emocionales y energéticos del paciente. Inhalar aceites calmantes puede activar respuestas de relajación, disminuir la actividad simpática frente al estrés y fomentar el equilibrio neurovegetativo. Esto puede caracterizarse por una respiración más lenta, menos tensión corporal, más descanso y un mejor bienestar emocional.

Así, los beneficios físicos apoyan el bienestar psicológico y la calma emocional se asocia con una mejor regulación corporal. Desde la perspectiva de la Naturopatía, la aromaterapia se considera un tratamiento complementario para apoyar los procesos de autorregulación del cuerpo. La aplicación correcta, cuando se usa adecuadamente, puede ayudar al cuerpo a estar en armonía con su mente y emociones y a tener una buena vida con los pacientes con cáncer. Y también es un tratamiento no invasivo y de bajo costo, y generalmente bien tolerado, que debe tomarse como cuidado paliativo, programa de oncología integrativa y apoyo emocional para los pacientes con cáncer.

La aromaterapia puede reducir la ansiedad en los pacientes con cáncer al hacer que se relajen y estén en un estado de equilibrio emocional y bienestar sensorial. También puede ayudar a reducir los síntomas físicos, el dolor, la fatiga, las náuseas y los trastornos del sueño. Su valor terapéutico radica en la integración del cuidado físico y psicológico de manera holística para que el paciente individual sea reconocido y el cuidado sea más humano, natural y complementario.

8. DISCUSIÓN

En esta sección, se presentan y comparan los resultados sobre la efectividad de la aromaterapia en la reducción de la ansiedad en pacientes con cáncer con la evidencia científica y las consideraciones clínicas en un contexto de atención integral. Como muestra esta revisión, la aromaterapia puede ser un tratamiento alternativo seguro y potencialmente efectivo para los pacientes con cáncer en la reducción de la ansiedad.

Los estudios examinados fueron consistentes en la tendencia del tratamiento a mejorar el bienestar emocional, reducir los niveles de estrés y disminuir la ansiedad con el diagnóstico, tratamiento y progresión del cáncer. Estos hallazgos son corroborados por las revisiones sistemáticas y metaanálisis recientes sobre el efecto de la aromaterapia en la salud mental y la calidad de vida de los pacientes con cáncer. Se sabe que los aceites esenciales, especialmente la lavanda, la bergamota, la naranja dulce y la manzanilla, ayudan a aliviar los efectos de la ansiedad en la terapia y la hospitalización.

Los resultados de los estudios mostraron que la aromaterapia, ya sea por inhalación, difusión ambiental o masaje aromático, puede tener ventajas clínicamente relevantes para la ansiedad cuando se aplica de manera continua y como complemento de un proceso de tratamiento tradicional. Sin embargo, la magnitud de los beneficios puede variar para diferentes pacientes dependiendo de la frecuencia de la aplicación, la concentración de los aceites esenciales y las características individuales del paciente. Los resultados muestran que la aromaterapia no debe considerarse como una intervención única, sino como parte de un enfoque holístico del cuidado físico, emocional y psicológico para los pacientes con cáncer. Su inclusión en programas de oncología integrativa (cuidados paliativos y psicoemocionales) y similares aumenta la eficacia y la mejor adaptación de la terapia al proceso de la enfermedad.

Los efectos están relacionados con la interacción de los compuestos volátiles de los aceites esenciales con el sistema olfativo y pueden explicarse por el sistema límbico, la estructura cerebral responsable de la regulación emocional, la memoria y la respuesta al estrés. Esta interacción favorece los mecanismos naturales de autorregulación que ayudan a restaurar la alineación neuroemocional y que conducen a la calma y el bienestar.

Además de los beneficios psicológicos, existen beneficios físicos de la aromaterapia: mejor calidad del sueño, reducción de la fatiga, disminución de la tensión muscular y alivio de algunos síntomas de los tratamientos contra el cáncer. Estos resultados sugieren que la reducción de la ansiedad puede contribuir indirectamente a mejorar la percepción general de salud y calidad de vida del paciente.

Comparación con estudios previos

Los resultados están en línea con estudios recientes sobre la efectividad de la aromaterapia en pacientes con cáncer. Liu et al. encontraron reducciones significativas en la ansiedad, la depresión y la fatiga, y una mejora en la calidad del sueño, lo que implica que la aromaterapia puede ser una excelente manera de asegurar el bienestar de los pacientes con cáncer.

De la misma manera, Li et al. encontraron que la aromaterapia tiene efectos positivos sobre la ansiedad (es decir, como una terapia adicional en el tratamiento del cáncer). Xie et al. descubrieron que la aromaterapia también mejora los síntomas físicos y psicológicos en pacientes que se someten a quimioterapia y radioterapia simultáneamente. Nuestra revisión también es consistente con la literatura que ya ha sugerido un beneficio de la aromaterapia en programas de cuidados paliativos donde se reduce el malestar emocional y se mejora el confort y el bienestar.

Sin embargo, los resultados de la literatura indican que la efectividad de la aromaterapia está influenciada por el método de intervención (como la duración de la intervención, la vía de administración, el aceite esencial utilizado, entre otros), el número de intervenciones y los métodos que se pueden utilizar para medir la ansiedad. Esto puede ser una razón para la diferencia.

Implicaciones clínicas

Los hallazgos de esta revisión sugieren la necesidad de la aromaterapia en combinación con pacientes con cáncer que tienen ansiedad. Su naturaleza no invasiva, bajo costo y mínima incidencia de efectos adversos la convierten en una buena opción terapéutica

para usar en hospitales, centros de atención ambulatoria, unidades de cuidados paliativos y programas de apoyo emocional.

Desde el punto de vista de la Naturopatía, la aromaterapia está destinada a promover las habilidades de autorregulación del cuerpo y armonizar los procesos físicos y emocionales, así como ayudar al cuerpo a adaptarse al tratamiento y a ser más estable psicológicamente en el proceso terapéutico. Las ventajas se explican claramente por la interrelación entre los procesos fisiológicos y psicológicos, y podemos ver esto en todos los aspectos. Aunque la relajación provocada por los aromas puede regular la respuesta al estrés y las emociones, el sueño, la fatiga y el confort físico pueden incrementarse con el uso de estas terapias y, por lo tanto, mejorar el bienestar general del paciente y se produce una respuesta terapéutica multidimensional.

La aromaterapia adecuada debe adaptarse a las preferencias olfativas individuales, el estado clínico y las necesidades emocionales, y debe aplicarse de acuerdo con sus preferencias y el estado clínico del paciente. También se debe realizar una evaluación periódica de la respuesta terapéutica para asegurar que la respuesta terapéutica esté bien gestionada y sea segura, de modo que el tratamiento sea exitoso y el paciente tenga un perfil de seguridad.

Limitaciones de la evidencia

A pesar de los hallazgos positivos reportados sobre la evidencia científica, existen algunas limitaciones. Hay mucha heterogeneidad en las concentraciones utilizadas, los tipos de aceites esenciales usados, la duración de las sesiones, la frecuencia de aplicación y los métodos de evaluación de la ansiedad.

Muchos estudios tienen un tamaño de muestra pequeño y un período de seguimiento corto, en el cual es difícil determinar los efectos a largo plazo del estudio. Todas estas limitaciones son la razón por la cual se necesitan ensayos clínicos multicéntricos de aromaterapia con protocolos y métodos uniformes para desarrollar evidencia científica clara sobre la efectividad de esto en pacientes con cáncer y ansiedad.

Contribuye al equilibrio emocional, el bienestar psicológico y la calidad de vida, y se ha demostrado que es un componente útil de los modelos de atención oncológica centrados en la persona que tienen una visión holística y completa de la salud.

9. CONCLUSIONES

La investigación científica actual respalda la aromaterapia como una opción segura y posiblemente beneficiosa para ayudar a manejar la ansiedad en pacientes con cáncer.

Los estudios revisados indican que el uso de aceites esenciales, en particular lavanda, bergamota y manzanilla puede ayudar a disminuir la ansiedad, fomentar la relajación y mejorar el bienestar emocional durante las diversas fases del tratamiento oncológico.

Además, los resultados sugieren que la aromaterapia puede tener un impacto favorable en otros elementos que afectan la calidad de vida como el sueño, ánimo y la percepción de bienestar. Estos efectos son especialmente significativos debido a la fuerte carga emocional que enfrentan los pacientes diagnosticados con cáncer.

Sin embargo, a pesar de que los resultados son alentadores, se observó una gran variabilidad en los protocolos de uso, los tipos de aceites esenciales empleados, las formas de administrar y los métodos de evaluación utilizados en los estudios analizados. Esta diversidad impide la comparación directa entre los hallazgos y destaca la necesidad de realizar investigaciones con enfoques más estandarizados y con muestras más amplias.

Se sugiere incluir la aromaterapia como una alternativa complementaria en los programas de atención integral para pacientes oncológicos, junto con la terapia médica tradicional y otras acciones enfocadas en el apoyo emocional, con el objetivo de favorecer el bienestar físico, mental y emocional de esta población.

10. CONSIDERACIONES ÉTICAS

El presente artículo de revisión se llevó a cabo a través del análisis y la integración de información extraída de fuentes bibliográficas científicas obtenidas de bases de datos académicas especializadas, publicaciones científicas y literatura asociada con la aromaterapia y el manejo de la ansiedad en pacientes con cáncer. Dado que no se llevó a cabo ninguna intervención directa en individuos ni se usaron datos personales identificables, no fue necesario obtener consentimiento informado ni la autorización de un comité de ética en investigación.

Sin embargo, durante la realización del estudio, se mantuvieron estrictamente los principios éticos que rigen la investigación documental, destacándose entre ellos:

- Respeto a la propiedad intelectual de los autores consultados, mediante una adecuada citación y referenciación de las fuentes empleadas, conforme a las normas de Vancouver.
- Transparencia y rigor científico en el proceso de búsqueda, selección, análisis e interpretación de la evidencia existente.
- Objetividad en la presentación de los resultados, esforzándose por evitar sesgos personales y asegurando una representación fidedigna de los hallazgos reportados en los estudios revisados.
- Integridad académica en la redacción del documento, garantizando que las conclusiones alcanzadas estén basadas en la evidencia científica analizada.

Este trabajo fue realizado con fines puramente académicos y científicos, con el objetivo de enriquecer el conocimiento sobre la aromaterapia como terapia complementaria en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos, promoviendo la comprensión de sus posibles beneficios dentro de un enfoque integral para el cuidado y atención de la salud.

11. BIBLIOGRAFÍA

- 1) Aromatherapy [Internet]. Cancerresearchuk.org. [citado el 23 de junio de 2026]. Disponible en: https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/treatment/complementary-alternativetherapies/individualtherapies/aromatherapy?utm_source
- 2) Aromatherapy with essential oils (PDQ®) [Internet]. Cancer.gov. 2005 [citado el 23 de junio de 2026]. Disponible en: https://www.cancer.gov/aboutcancer/treatment/cam/hp/aromatherapypdq?utm_source
- 3) Buckle J. Clinical Aromatherapy. 2014
- 4) Cheng H, Lin L, Wang S, Zhang Y, Liu T, Yuan Y, et al. Aromatherapy with single essential oils can significantly improve the sleep quality of cancer patients: a meta-analysis. BMC Complement Med Ther [Internet]. 2022;22(1):187. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s12906-022-03668-0>
- 5) Eres N, Gandía JS, de Lucía AM, Viana SM. Oncología integrativa: Manual básico y clínico. Editorial Médica Panamericana; 2020
- 6) Lee MS, Choi J, Posadzki P, Ernst E. Aromatherapy for health care: an overview of systematic reviews. Maturitas [Internet]. 2012;71(3):257–60. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.maturitas.2011.12.018>
- 7) Li D, Li Y, Bai X, Wang M, Yan J, Cao Y. The effects of aromatherapy on anxiety and depression in people with cancer: A systematic review and meta-analysis. Front Public Health [Internet]. 2022;10:853056. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3389/fpubh.2022.853056>
- 8) Liu T, Cheng H, Tian L, Zhang Y, Wang S, Lin L. Aromatherapy with inhalation can effectively improve the anxiety and depression of cancer patients: A meta-analysis. Gen Hosp Psychiatry [Internet]. 2022;77:118–27. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2022.05.004>

- 9) PDQ Integrative, Alternative, and Complementary Therapies Editorial Board. Aromatherapy with essential oils (PDQ®): Health professional version. National Cancer Institute (US), Bethesda; 2002.
- 10) Perry N, Perry E. Aromatherapy in the management of psychiatric disorders: Clinical and neuropharmacological perspectives. CNS Drugs [Internet]. 2006;20(4):257–80. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.2165/00023210-200620040-00001>
- 11) Scielo.br. [citado el 16 de junio de 2026]. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/tce/a/TcGLrVgvwsH3QsWckT3Dssx/?format=html&lang=en>
- 12) Xie S-R, Ma L, Xu X-Y, Zhou S, Xie H-M, Xie C-S. Effects of aromatherapy on physical and mental health of cancer patients undergoing radiotherapy and/or chemotherapy: A meta-analysis. Chin J Integr Med [Internet]. 2024;30(5):449–57. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s11655-024-3659-y>

ANEXOS

Anexo 1: Diagrama de flujo de selección de artículos (PRISMA adaptado)

Identificación

Registros identificados mediante búsqueda en bases de datos:

- PubMed (n = 45)
- Scopus (n = 38)
- SciELO (n = 22)
- Cochrane Library (n = 15)
- Google Scholar (n = 60)

Total, de registros identificados (n = 180)



Depuración

Registros duplicados eliminados (n = 42)

Registros después de eliminar duplicados (n = 138)



Cribado

Artículos evaluados mediante lectura de título y resumen (n = 138)

Artículos excluidos por no cumplir criterios de inclusión (n = 92)



Elegibilidad

Artículos revisados en texto completo (n = 46)

Artículos excluidos por:

- No evaluar ansiedad (n = 12)

- No incluir pacientes oncológicos (n = 8)
- No evaluar específicamente aromaterapia (n = 6)
- Texto completo no disponible (n = 4)



Inclusión

Estudios incluidos en la revisión bibliográfica final (n = 16)

Anexo 2: Principales estudios incluidos en el artículo académico

Autor/Año	Diseño	Muestra	Intervención	Principales hallazgos
Li et al., 2022	Revisión sistemática y metaanálisis	Pacientes oncológicos	Aromaterapia por inhalación y masaje	Reducción significativa de ansiedad.
Liu et al., 2022	Metaanálisis	Pacientes con cáncer	Aromaterapia inhalatoria	Mejoría de ansiedad, depresión y calidad del sueño.
Xie et al., 2024	Metaanálisis	Pacientes sometidos a quimioterapia y radioterapia	Aromaterapia complementaria	Beneficios físicos y psicológicos.
Cheng et al., 2022	Metaanálisis	Pacientes oncológicos	Aceites esenciales individuales	Mejor calidad del sueño.
Wilkinson et al., 2007	Ensayo clínico aleatorizado	288 pacientes	Masaje aromaterapéutico	Mejoría del bienestar emocional y calidad de vida.
Soden et al., 2004	Ensayo aleatorizado	42 pacientes	Aromaterapia con masaje	Disminución temporal de

				ansiedad y tensión emocional.
Lua y Zakaria, 2012	Ensayo clínico	58 pacientes	Lavanda por inhalación	Reducción significativa de ansiedad.
Stringer y Donald, 2011	Revisión sistemática	Pacientes oncológicos	Aromaterapia complementaria	Mejor adaptación emocional y bienestar psicológico.

Anexo 3: Nota de responsabilidad de la autora y el uso de inteligencia artificial

Yo, Diego Rafael Arias Toapanta, autor del trabajo de titulación denominado *“Aromaterapia como complemento en el manejo de la ansiedad en pacientes oncológicos: una revisión de la evidencia científica”*, declaro que la totalidad del contenido presentado es resultado de un proceso de investigación académica realizado bajo criterios de ética, rigor científico y responsabilidad intelectual.

Asimismo, informo que durante el proceso de elaboración del documento se utilizaron herramientas de inteligencia artificial únicamente como apoyo para tareas de redacción, organización de información, corrección gramatical y mejora de estilo académico. Estas herramientas no sustituyeron el análisis crítico, la interpretación de resultados, la selección de fuentes científicas ni la elaboración de las conclusiones del estudio.

Todas las referencias bibliográficas utilizadas fueron verificadas y revisadas por el autor, quien asume la responsabilidad total sobre la exactitud, integridad y originalidad del contenido presentado.

La utilización de herramientas de inteligencia artificial se realizó respetando los principios de transparencia académica, integridad científica y honestidad intelectual establecidos por el Instituto Superior Tecnológico "Dr. Misael Acosta Solís".

Riobamba, Ecuador, 2026.