



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Facultad de
ENFERMERÍA

EFFECTIVIDAD DE LA AROMATERAPIA CON ESENCIA DE LAVANDA EN
LA REDUCCIÓN DE LA ANSIEDAD DEL PACIENTE ADULTO DE CENTRO
QUIRÚRGICO - LIMA - 2024

EFFECTIVENESS OF AROMATHERAPY WITH LAVENDER ESSENCE IN
THE REDUCTION OF ANXIETY IN ADULT PATIENTS OF SURGICAL
CENTER - LIMA - 2024

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE SEGUNDA
ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN CENTRO
QUIRÚRGICO ESPECIALIZADO

AUTOR

CARMEN ROSA JIMENEZ SALLO

ASESOR

LILIANA VICTORIANA MARTINEZ AREVALO

LIMA – PERÚ

2024

ASESOR DEL TRABAJO ACADÉMICO

ASESOR

Mg. Liliana Victoriana Martinez Arevalo

Departamento Académico de enfermería

ORCID: 0000-0002-8725-6329

Fecha de Aprobación: 23 de agosto del 2024

Calificación: Aprobado

DEDICATORIA

A Dios por darme la fortaleza necesaria para terminar este trabajo y a mi familia por ser la motivación constante en mi crecimiento personal y profesional.

AGRADECIMIENTO

A Dios por nunca dejarme sola, a mi familia por su apoyo incondicional y a mi asesora, Mg Liliana Martínez Arévalo, por ser mi guía en este trabajo, brindándome su confianza, asesoramiento y constante motivación para que los resultados sean positivos. A mi institución formadora la Universidad Peruana Cayetano Heredia y a los docentes por proporcionarme las herramientas y conocimientos necesarios para llevar a cabo este estudio.

FUENTE DE FINANCIAMIENTO

El presente proyecto de investigación, será autofinanciado por la investigadora.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERÉS

El presente trabajo académico para presentar es original y ha sido desarrollado siguiendo los lineamientos que respetan la ética en investigación y que solo será utilizado para optar por el Título de Segunda Especialidad profesional en Centro Quirúrgico especializado.

RESULTADO DEL INFORME DE SIMILITUD



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA | Facultad de
ENFERMERÍA

EFFECTIVIDAD DE LA AROMATERAPIA CON ESENCIA DE LAVANDA EN
LA REDUCCIÓN DE LA ANSIEDAD DEL PACIENTE ADULTO DE CENTRO
QUIRÚRGICO - LIMA - 2024

EFFECTIVENESS OF AROMATHERAPY WITH LAVENDER ESSENCE IN
THE REDUCTION OF ANXIETY IN ADULT PATIENTS OF SURGICAL
CENTER - LIMA - 2024

TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE SEGUNDA
ESPECIALIDAD PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN CENTRO
QUIRÚRGICO ESPECIALIZADO

AUTOR
CARMEN ROSA JIMENEZ SALLO

ASESOR
LILIANA VICTORIANA MARTINEZ AREVALO

LIMA - PERÚ
2024



17% Similitud estándar

Fuentes

Mostrar las fuentes solapadas



1

Internet

repositorio.upch.edu.pe

32 bloques de texto 317 p



2

Internet

es.wikipedia.org

5 bloques de texto 55 pal

TABLA DE CONTENIDOS

	Pág.
RESUMEN	
ABSTRACT	
I. INTRODUCCIÓN	1
II. OBJETIVOS	15
III. MATERIALES Y MÉTODOS	16
IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	27
V. PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA	35
ANEXOS	

RESUMEN

La aromaterapia está siendo cada vez más adoptada como una estrategia para la reducción de la ansiedad en pacientes que se someterán a procedimientos quirúrgicos. Su capacidad para disminuir el estrés y la ansiedad asociados con la cirugía tiene el potencial de mejorar de manera significativa la experiencia del paciente y, a su vez, optimizar los resultados postoperatorios. **Objetivo:** Determinar la efectividad de la aromaterapia con esencia de lavanda en la reducción de la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico. **Materiales y Métodos:** El estudio empleará un diseño cuantitativo, preexperimental, transversal y de tipo aplicado. La **muestra** estará conformada por 423 pacientes **Técnica:** será la encuesta. **Instrumento:** El Cuestionario de Ansiedad de Beck (32), cuya confiabilidad y validez fue evaluada por Contreras en 2022 (33), presentó un alfa de Cronbach de 0.89, indicando alta consistencia interna. Para el análisis de los datos se empleará el software estadístico SPSS. Se realizará un análisis descriptivo se presentará en frecuencias y porcentajes. El análisis inferencial mediante la prueba de Wilcoxon.

Palabras clave (DeCs): Aromaterapia, Ansiedad, paciente, centro quirúrgico.

ABSTRACT

Aromatherapy is increasingly being adopted as a strategy to reduce anxiety in patients undergoing surgical procedures. Its ability to alleviate stress and anxiety associated with surgery has the potential to significantly enhance the patient's experience and, in turn, optimize postoperative outcomes. **Objective:** To determine the effectiveness of aromatherapy with lavender essence in reducing anxiety in adult surgical center patients. **Materials and Methods:** The study will employ a quantitative, pre-experimental, cross-sectional, and applied design. The sample will consist of 423 patients. **Technique:** A survey will be used. **Instrument:** The Beck Anxiety Questionnaire (32), whose reliability and validity was evaluated by Contreras in 2022 (33), presented a Cronbach's alpha of 0.89, indicating high internal consistency. SPSS statistical software will be used to analyze the data. A descriptive analysis will be carried out and will be presented in frequencies and percentages. The inferential analysis will be done using Wilcoxon test.

Keywords (DeCs): Aromatherapy, Anxiety, Patient, Surgical Center

I. INTRODUCCIÓN

El papel de la enfermera en el entorno quirúrgico es esencial, abarcando tanto el cuidado físico del paciente como su bienestar emocional. Además de garantizar la seguridad, la enfermera gestiona la ansiedad preoperatoria, causada por el miedo al dolor, la incertidumbre y las preocupaciones sobre los resultados. Para ello, es importante que implemente una comunicación empática y ofrezca apoyo emocional. Estrategias como la aromaterapia han demostrado ser efectivas para reducir la ansiedad. Así, la enfermera no solo asegura un entorno seguro, sino que también brinda una atención integral que mejora la experiencia del paciente antes de la cirugía. (1).

A nivel mundial, entre el 50% y el 75% de los pacientes experimentan ansiedad preoperatoria, que se intensifica al entrar al quirófano por factores como instrucciones confusas y preparación en ayuno. La incertidumbre sobre el procedimiento, la anestesia y el dolor postoperatorio agravan esta ansiedad. Con más de 4 millones de cirugías anuales, es crucial mitigar este estrés. La aromaterapia reduce la ansiedad preoperatoria en un 57%, especialmente en cirugías cardíacas y de bajo riesgo. Aceites esenciales como lavanda, cítricos y rosa, aplicados mediante inhalación o masaje, son efectivos. Sesiones de aromaterapia de 20 minutos reducen la ansiedad en un 58%, siendo más eficaces que las sesiones prolongadas. (2).

En América Latina, la ansiedad preoperatoria alcanza tasas de hasta el 75% en algunos países, debido a factores como el acceso limitado a información clara y la falta de programas de preparación psicológica. La variabilidad en la calidad del cuidado preoperatorio y las diferencias culturales y socioeconómicas también influyen en la percepción del estrés quirúrgico. La aromaterapia surge como una solución culturalmente adaptable y accesible para reducir esta ansiedad. La evidencia sugiere que la inhalación de aceites esenciales es una intervención eficaz, especialmente en entornos con recursos psicológicos limitados, siendo una opción valiosa para mejorar el bienestar emocional de los pacientes en la región (3).

A nivel nacional, el 60% casos de salud mental atendidos corresponden a ansiedad preoperatoria, agravada por el acceso limitado a información clara y la falta de apoyo psicológico antes de la cirugía. Los pacientes enfrentan preocupaciones sobre el procedimiento, la anestesia y el dolor postoperatorio, junto con factores como la infraestructura hospitalaria que aumentan el estrés. La aromaterapia, respaldada por estudios previos, se presenta como una solución prometedora y no invasiva, fácilmente integrable en el entorno hospitalario, ofreciendo una forma accesible y efectiva para reducir la ansiedad preoperatoria en pacientes peruanos (4).

La aromaterapia ha demostrado ser eficaz en la reducción de la ansiedad preoperatoria, particularmente con esencias de manzanilla y lavanda, que han aliviado notablemente tanto la ansiedad moderada como la severa. La manzanilla ha sido efectiva en calmar estados ansiosos, mientras que la lavanda ha logrado eliminar completamente la ansiedad en algunos casos extremos. A pesar de estos

beneficios evidentes, la integración de la aromaterapia en el cuidado preoperatorio aún enfrenta variaciones significativas entre diferentes regiones y contextos socioeconómicos. Esta diferencia destaca un problema fundamental en la estandarización y aceptación de esta práctica, que es esencial para mejorar el bienestar emocional y acelerar la recuperación de los pacientes (5).

Justificación metodológica: La investigación se basa en un enfoque metodológico riguroso, utilizando el método científico para garantizar la objetividad y validez del estudio. La recolección de datos empleará un instrumento validado como el Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI), reconocido por su precisión. Se implementará una guía de administración para asegurar la consistencia en la aplicación de la aromaterapia. Se priorizará la protección de los derechos de los participantes, garantizando la confidencialidad y obteniendo un consentimiento informado claro. Esta metodología proporciona un marco sólido y replicable para futuras investigaciones en un contexto similar.

Justificación teórica: La investigación se apoya en la teoría de enfermería de Betty Neuman, particularmente en el modelo de cuidado holístico que considera tanto las dimensiones físicas como emocionales del paciente. Este modelo teórico permite una integración efectiva de intervenciones complementarias, como la aromaterapia, en los cuidados preoperatorios. Al abordar la ansiedad desde una perspectiva integral, se facilita una comprensión más completa de cómo las técnicas no farmacológicas pueden apoyar el bienestar emocional y físico del paciente. Este enfoque no solo enriquece la práctica clínica, sino que también proporciona una

base teórica sólida para la evaluación de nuevas intervenciones en el ámbito de la salud.

Justificación práctica: Se elaborará una guía de administración de aromaterapia detallado para la implementación en el entorno clínico, especificando el tipo de aceite esencial (Lavanda), su dosificación, y la técnica de aplicación recomendada. Esta guía de administración incluirá directrices claras sobre la aplicación del aceite esencial, y los tiempos recomendados para su uso. Además, se llevará a cabo una capacitación integral del personal de salud para asegurar la correcta implementación de la guía. La estandarización de la intervención y la capacitación del personal facilitarán la unificación de conocimientos sobre la aromaterapia y aplicarlos en futuros estudios y sobre todo en la práctica clínica, asegurando que los beneficios de la intervención sean accesibles y replicables en diferentes contextos.

Justificación social: La investigación tiene un impacto potencial significativo en el bienestar emocional de los pacientes preoperatorios al proporcionar una alternativa no invasiva y efectiva para la reducción de la ansiedad. La aromaterapia puede contribuir a una experiencia quirúrgica más positiva, disminuyendo la ansiedad y mejorando la calidad de vida de los pacientes. Además, al reducir la necesidad de intervenciones farmacológicas y terapias adicionales para manejar la ansiedad, esta investigación puede aliviar la carga sobre el sistema de salud. Esto no solo optimiza el uso de los recursos disponibles, sino que también promueve una atención más

eficiente y centrada en el paciente, beneficiando tanto a los individuos como al sistema de salud en su conjunto.

Haryalchi et al. (6) en el 2023, llevaron a cabo un estudio en Irán para evaluar los efectos de la aromaterapia en la ansiedad y los cambios hemodinámicos prequirúrgicos. Este estudio experimental controlado incluyó a 84 mujeres divididas en dos grupos: intervención y placebo. La técnica utilizada fue la encuesta y se hizo una intervención que consistió en la inhalación de tres gotas de aceite de hierba luisa durante 30 minutos a 10 cm de distancia. Se utilizó el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo de Spielberger como instrumento. Los resultados mostraron una reducción del 70% en la ansiedad, junto con disminuciones en la frecuencia cardíaca (15%), respiratoria (12%) y presión arterial (10%). El estudio concluyó que la aromaterapia con hierba luisa fue efectiva para reducir la ansiedad.

Cathey et al. (7) en el 2020 en Estados Unidos se llevó a cabo una investigación con el objetivo de evaluar la viabilidad y satisfacción de la aromaterapia con lavanda en la reducción de ansiedad y dolor durante craneotomías en pacientes despiertos. El estudio cuasiexperimental incluyó a 36 pacientes y utilizó encuestas junto con la Escala Visual Analógica de Ansiedad (VAS-A), la Escala Visual Analógica de Dolor (VAS-P) y una encuesta de satisfacción antes y después de la inhalación de lavanda. De los 36 pacientes, 31 completaron el estudio. Aunque las puntuaciones de ansiedad y dolor fueron más bajas, no alcanzaron significación estadística. Se concluyó que estos resultados sugieren que la aromaterapia con lavanda puede ser una opción viable para su integración en el quirófano.

Ayşel et al. (8) en el 2019 en Turquía, se realizó un estudio para evaluar los efectos de la inhalación de aceite de lavanda sobre la ansiedad preoperatoria en pacientes sometidos a cirugía mamaria. Este estudio experimental incluyó a 80 participantes, que fueron divididos en casos y controles. Se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento el Inventario de Ansiedad Estatal como instrumento, administrado 24 horas antes de la cirugía y justo antes de entrar al quirófano. Los niveles de ansiedad disminuyeron significativamente en el grupo que recibió la intervención. Se concluyó que la aromaterapia fue una herramienta útil para que las enfermeras redujeran la ansiedad preoperatoria y mejoraran el bienestar emocional de los pacientes.

Stanley et al. (9) en 2019, llevaron cabo en Singapur un estudio para evaluar si la aromaterapia con lavanda puede reducir la ansiedad preoperatoria en pacientes sometidos a cirugía de cataratas. El estudio fue un ensayo clínico aleatorizado con 75 pacientes, asignados al azar a recibir aceite esencial de lavanda o aceite de semilla de uva (grupo control). Se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) como instrumento. El grupo que recibió lavanda mostró mejoras significativas en la ansiedad auto informada en comparación con el grupo control, incluso después de ajustar por edad, sexo y puntuaciones iniciales. Se concluyó que la aromaterapia con lavanda es efectiva para reducir la ansiedad.

Huang et al. (10) en el 2021 realizaron un estudio en China para evaluar el efecto de la aromaterapia sobre la ansiedad preoperatoria en adultos, dada su importancia en reducir complicaciones posoperatorias. La metodología incluyó una revisión

sistemática de ensayos controlados aleatorizados, utilizando seis bases de datos (Cochrane Library, PubMed, Embase, CINAHL, CNKI y WanFang Data). La técnica fue la revisión documental y el instrumento una ficha de recolección de datos. De los 347 registros, se incluyeron 10 ensayos con 750 pacientes, mostrando una disminución significativa de la ansiedad preoperatoria en comparación con el grupo control. Aunque la aromaterapia fue efectiva, se concluyó que se necesitan estudios con mayor rigor metodológico para validar estos resultados.

Romero (11) en el 2024 en Lima, realizó un estudio para describir la importancia de la visita prequirúrgica en la aplicación de la aromaterapia para controlar la ansiedad preoperatoria y determinar su momento óptimo. La metodología incluyó una revisión bibliográfica retrospectiva de 36 artículos. La información se recolectó mediante una ficha de recolección de datos, los resultados mostraron que la aromaterapia durante la visita prequirúrgica redujo significativamente la ansiedad, demostrando ser una alternativa segura y efectiva a los fármacos por su fácil aplicación y capacidad de distracción. Se concluyó que la aromaterapia podría sustituir métodos farmacológicos tradicionales en el control de la ansiedad preoperatoria.

Cueva M. (12) en el 2020, evaluó la efectividad de las intervenciones de enfermería en la ansiedad preoperatoria en pacientes programados para cirugía ortopédica. El estudio fue cuasi-experimental y transversal. El instrumento fue el Inventario de Ansiedad de Beck . Tras la intervención, el 93.7% de los pacientes estabilizó su frecuencia cardíaca, el 87.5% mejoró su respiración, y la ansiedad severa se

eliminó, con un 93.2% alcanzando niveles bajos de ansiedad. Las mujeres lograron un 100% de reducción a niveles bajos, mientras que el 87.5% de los hombres alcanzó el mismo resultado. Se concluyó que las intervenciones de enfermería, incluida la aromaterapia, redujeron significativamente la ansiedad preoperatoria y estabilizaron las funciones cardíaca y respiratoria.

La aromaterapia es una técnica que emplea aceites esenciales. para promover el bienestar físico y emocional, el cual se realiza mediante un enfoque holístico que se enfoca en la relación entre la persona y su entorno. Es un tratamiento que utiliza los aromas de las plantas para mejorar la salud y el bienestar, influenciando tanto la mente como el cuerpo. Así mismo se define como una terapia alternativa que emplea los olores de las plantas para tratar diversas condiciones, desde el estrés y la ansiedad hasta problemas de salud crónicos (13).

Las esencias más utilizadas en aromaterapia incluyen la manzanilla, la menta, el eucalipto y la lavanda, cada una con propiedades terapéuticas específicas que potencian sus beneficios. La manzanilla, por ejemplo, destaca por sus efectos calmantes y antiinflamatorios, lo que la convierte en una opción ideal para aliviar la tensión muscular y reducir la inflamación. Esto promueve un estado general de relajación y bienestar. Por otro lado, la menta es valorada por su capacidad para aliviar dolores de cabeza y mejorar la concentración. Gracias a sus propiedades refrescantes y estimulantes, es una elección común para revitalizar tanto la mente como el cuerpo, aumentando la claridad mental y la energía (14).

El eucalipto también tiene un papel importante en la aromaterapia debido a sus propiedades descongestionantes y antisépticas. Es particularmente útil para aliviar problemas respiratorios como la congestión nasal y la tos, además de purificar el aire, creando un entorno más saludable.

Finalmente, la lavanda se destaca por su versatilidad, siendo utilizada tanto en terapias alternativas como en la industria farmacéutica. Sus propiedades sedantes, espasmolíticas, antiinflamatorias y ansiolíticas la hacen una opción popular en aromaterapia, la industria de fragancias y la alimentaria. Cabe destacar que su composición química varía según factores como las condiciones del suelo, el método de extracción y el estrés durante su crecimiento, lo que puede influir en sus características terapéuticas (14).

En la presente investigación se utilizará aceite esencial de lavanda (*Lavandula angustifolia*), ampliamente reconocido por su calidad y respaldado por la evidencia científica que sustenta sus beneficios terapéuticos. Para lograr los efectos deseados, se recomienda aplicar 3 gotas en una torunda de algodón, una dosis cuidadosamente seleccionada por su capacidad para inducir relajación y mejorar la calidad del sueño sin riesgo de irritación. Este aceite está compuesto principalmente por linalool (30%) y acetato de linalilo (40%-50%), que son los componentes activos principales y responsables de sus propiedades sedantes y ansiolíticas. Además, contiene otros compuestos en proporciones menores, como β -ocimeno, cineol, alcanfor y óxido de sesquiterpeno cariofileno, los cuales, aunque presentes en menor cantidad, también contribuyen al efecto terapéutico global del aceite, reforzando sus cualidades calmantes y equilibrantes en el sistema nervioso (15).

Al inhalar estos compuestos volátiles, son absorbidos rápidamente a través de la mucosa nasal y alveolar, entrando al sistema circulatorio en solo 5 minutos, alcanzando su concentración plasmática máxima a los 20 minutos. Esta rápida absorción permite una distribución eficiente en el cuerpo, incluyendo el cerebro, donde interactúan con neurotransmisores como la serotonina y el ácido gamma-aminobutírico (GABA). El linalool y el acetato de linalilo se metabolizan principalmente en el hígado por las enzimas del citocromo P450. Posteriormente, los metabolitos se eliminan por la orina en aproximadamente 90 minutos, asegurando que los efectos del aceite de lavanda sean tanto oportunos como efectivos (16).

A nivel internacional, la aromaterapia se estudia en diversas instituciones y programas de medicina complementaria y alternativa. En Estados Unidos, aproximadamente el 20% de las universidades y escuelas de enfermería integran la aromaterapia en sus programas, mientras que en Europa, alrededor del 15% de las instituciones educativas en salud la incluyen en su oferta académica. En países como Australia y Canadá, esta especialización también está presente en un 10-12% de las instituciones educativas relacionadas con la salud. En Perú, la aromaterapia está comenzando a ganar reconocimiento, aunque la oferta de cursos es aún limitada, con solo aproximadamente el 5-10% de las instituciones educativas que incluyen programas específicos en este campo (17).

La aromaterapia se emplea en distintos contextos como la práctica clínica, holística y estética, cada uno con un enfoque particular. En el ámbito clínico, se utiliza en

hospitales y clínicas como complemento a los tratamientos médicos convencionales, con el objetivo de apoyar la recuperación de los pacientes y aliviar síntomas en diversas condiciones de salud. En su aplicación holística, la aromaterapia busca el equilibrio integral del cuerpo, la mente y el espíritu, promoviendo el bienestar emocional y físico a través del uso de aceites esenciales, considerando al individuo como un todo. En el contexto estético, se utiliza en spas y centros de belleza para mejorar la apariencia de la piel, proporcionar una experiencia de relajación y promover el bienestar general de los clientes (18).

La aromaterapia tiene diversos objetivos que contribuyen al bienestar físico y emocional, como la reducción del estrés y la ansiedad, la mejora del sueño, el alivio del dolor y la elevación del estado de ánimo. Aceites esenciales como la lavanda, manzanilla e incienso disminuyen el cortisol, reducen la presión arterial y la frecuencia cardíaca, ayudando a controlar la ansiedad. En cuanto al sueño, la lavanda promueve la relajación al reducir la actividad del sistema nervioso simpático, facilitando el descanso. Para el dolor, aceites como la menta, eucalipto y lavanda actúan sobre los receptores del sistema nervioso, inhibiendo la transmisión de las señales de dolor. Aceites como el de bergamota, naranja y jazmín pueden mejorar el estado de ánimo al aumentar los niveles de serotonina y dopamina, lo que potencia el bienestar emocional (19).

La aromaterapia utiliza diferentes técnicas para aprovechar las propiedades terapéuticas de los aceites esenciales, siendo los métodos más comunes la inhalación, el masaje, el baño aromático y las compresas. La inhalación, el método

más popular, consiste en inhalar los aceites esenciales a través de un difusor o torunda, lo que permite que sus compuestos volátiles interactúen rápidamente con el sistema límbico, generando respuestas fisiológicas que mejoran el estado de ánimo y reducen el estrés. El masaje, por su parte, combina los aceites esenciales con un aceite portador y se aplica sobre la piel, lo que no solo facilita la absorción de los compuestos en el torrente sanguíneo, sino que también estimula la circulación y relaja los músculos, promoviendo bienestar físico y mental. El baño aromático es otra técnica relajante que combina la absorción cutánea con la inhalación de los vapores, lo que resulta en una profunda relajación y alivio del estrés. Las compresas, calientes o frías, se aplican sobre áreas específicas del cuerpo, proporcionando alivio localizado gracias a la penetración de los aceites en la piel, mejorando el flujo sanguíneo y acelerando la curación. Estos métodos en conjunto ofrecen un enfoque holístico para el bienestar, aliviando dolencias físicas y mejorando el equilibrio emocional (20).

La ansiedad es un estado de agitación, inquietud o desasosiego, siendo una de las emociones más comunes en los seres humanos. Esta emoción, compleja y desagradable, se manifiesta como una tensión emocional acompañada de síntomas físicos. Así mismo se define como una respuesta emocional que surge ante situaciones percibidas como peligrosas o amenazantes, siendo una experiencia universal y cotidiana para todos. También lo definen como una respuesta anticipatoria frente a una posible situación peligrosa o desagradable, cuyo objetivo es preservar al individuo, ayudándolo a gestionar los posibles daños que dicha situación pudiera causar (21).

Cuando se menciona la ansiedad quirúrgica, se refiere a la preocupación y el temor que experimentan los pacientes antes de someterse a una intervención quirúrgica, caracterizada por sentimientos de nerviosismo y aprensión, y puede afectar negativamente la recuperación postoperatoria. Esta respuesta emocional intensa, conocida también como ansiedad preoperatoria, ocurre ante la anticipación de la cirugía y puede aumentar la probabilidad de dolor postoperatorio y complicaciones. Se describe como una condición psicológica que incrementa la percepción del dolor y prolonga el tiempo de recuperación debido a su impacto en el estado emocional del paciente (22).

La ansiedad se manifiesta en diversas dimensiones: subjetiva, neurofisiológica, de pánico y autonómica. Los síntomas subjetivos implican sentimientos de miedo, aprensión y preocupación excesiva, que generan inseguridad y dificultad para concentrarse. Los síntomas neurofisiológicos abarcan respuestas físicas como palpitaciones, sudoración, temblores y alteraciones del sueño, reflejando la activación del sistema nervioso autónomo ante el estrés. Los síntomas de pánico se caracterizan por episodios repentinos de terror, acompañados de dificultad respiratoria, mareos y sensación de irrealidad. En ese sentido, los síntomas autonómicos incluyen cambios en la frecuencia cardíaca, presión arterial, náuseas y sudoración, como respuestas automáticas del cuerpo al estrés (23).

La ansiedad puede tener varios efectos negativos en los pacientes, incluyendo un aumento en el dolor percibido, una recuperación más lenta, complicaciones postoperatorias y una disminución de la satisfacción con el tratamiento. Según un

estudio, la ansiedad preoperatoria está asociada con un mayor uso de analgésicos postoperatorios. Se ha encontrado que los pacientes ansiosos tienen un mayor riesgo de desarrollar infecciones postoperatorias y otros problemas de salud (24).

El papel de la enfermera en el centro quirúrgico es crucial y multifacético, abarcando la preparación integral del paciente para la cirugía, la administración de cuidados durante el procedimiento y el apoyo esencial en el período postoperatorio. Las enfermeras deben poseer habilidades especializadas para identificar y gestionar la ansiedad preoperatoria del paciente, empleando técnicas de comunicación efectiva y proporcionando información precisa y reconfortante (25).

Además, la implementación de técnicas de relajación como la respiración profunda y la meditación ha demostrado ser beneficiosa para reducir el estrés y mejorar el bienestar general del paciente (26). El uso de terapias complementarias, como la musicoterapia y la aromaterapia, también se ha asociado con una disminución significativa de la ansiedad preoperatoria, ofreciendo métodos no farmacológicos para mejorar el estado emocional del paciente (27).

Un paciente adulto de centro quirúrgico en este contexto es una persona que requiere una intervención quirúrgica programada en un entorno hospitalario especializado. Para ser incluido en este estudio, el paciente debe cumplir con ciertos criterios específicos, como presentar una estabilidad clínica preoperatoria adecuada, especialmente en términos de función cardiovascular y respiratoria. Además, es fundamental que el paciente adulto otorgue su consentimiento

informado, tras ser debidamente informado sobre el propósito y los procedimientos del estudio.

Los criterios de inclusión incluyen factores como la edad, limitándose a adultos entre 18 y 65 años, la ausencia de comorbilidades graves no controladas que puedan interferir en los resultados o aumentar los riesgos quirúrgicos, y la capacidad del paciente para comprender y responder adecuadamente a las escalas de ansiedad. Los pacientes seleccionados deben ser pacientes programados para cirugía electiva con cualquier tipo de anestesia , los pacientes de cirugías por emergencia no cumplirían con el tiempo pre quirúrgico dado que requieren de un actuar inmediato porque se encuentran en una situación crítica de peligro para su vida.

Con base en lo anteriormente planteado se formula el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es la efectividad de la aromaterapia con esencia de lavanda en la reducción de la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico - Lima - 2024?

II. OBJETIVOS

2.1 Objetivo general

Determinar la efectividad de la aromaterapia con esencia de lavanda en la reducción de la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico. Lima- 2024

2.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de ansiedad antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda

- Identificar los síntomas subjetivos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos, antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda.
 - Identificar los síntomas neurofisiológicos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos, antes y después de la aromaterapia con esencia de lavanda.
 - Identificar los síntomas de pánico de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos, antes y después de la aplicación de aromaterapia con esencia de lavanda.
- identificar los síntomas autonómicos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos, antes y después de la aplicación de aromaterapia con esencia de lavanda.

III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 Diseño del estudio

El enfoque cuantitativo se empleará para medir y analizar objetivamente los efectos de las intervenciones en la ansiedad preoperatoria, utilizando datos numéricos que permiten la evaluación estadística y la comparación de resultados. (28)

El método deductivo guiará el estudio, partiendo de conceptos generales sobre las intervenciones terapéuticas y su impacto en la ansiedad, estructurando el análisis e interpretación dentro de un marco teórico existente. (29)

Se trata de una investigación aplicada, ya que aborda un problema práctico como la ansiedad preoperatoria, implementando estrategias específicas en contextos reales.

(30)

El diseño pre-experimental se utiliza para aplicar una intervención en un solo grupo, evaluando los efectos antes y después, sin un grupo control, para observar los cambios resultantes de la intervención. (31)

3.2 Población

La población del estudio estará compuesta por 423 pacientes adultos programados para cirugía electiva con anestesia local, regional o general en el centro quirúrgico, atendidos durante el primer trimestre del año 2024. Este número se obtuvo a partir de los registros del centro quirúrgico de la clínica, los cuales indican un promedio de pacientes atendidos durante este periodo en años anteriores.

Criterios de inclusión:

- Pacientes mayores de 18 años.
- Pacientes que acepten ingresar al estudio.
- Pacientes que estén programados para someterse a una cirugía electiva.
- Pacientes que demuestren la capacidad de comprender y responder adecuadamente a las escalas de medición de la ansiedad.

Criterios de exclusión:

- Pacientes con antecedentes de trastornos psiquiátricos graves, como trastorno bipolar o esquizofrenia, que podrían afectar la interpretación de los resultados.

- Pacientes que estén bajo tratamiento actual para la ansiedad, ya sea con medicamentos (farmacológicos) o terapias psicológicas, que puedan influir en los niveles de ansiedad medidos en el estudio.
- Pacientes sometidos a cirugías de emergencia.

3.3 Muestra

Estará compuesta por el total de la población, 423 pacientes adultos programados para cirugía electiva, que cumplan con los criterios de selección.

Muestreo

Se utilizará un muestreo no probabilístico de tipo censal, el cual abarcará la totalidad de los pacientes programados para cirugía durante el periodo de estudio. Esta técnica asegura la inclusión de todos los sujetos pertinentes, garantizando una cobertura completa de la población objetivo. Al emplear el muestreo censal, se maximiza la representatividad de los datos, eliminando el sesgo de selección y mejorando la precisión de los resultados obtenidos, ya que todos los individuos de la población serán evaluados sin excepción.

3.4. Definición de variable

Ansiedad: Es una respuesta emocional que se define como una reacción anticipatoria ante una amenaza percibida, la cual puede provocar un malestar significativo y llegar a afectar el funcionamiento cotidiano del individuo. (21).

3.5 Procedimientos y técnicas

Técnicas

En esta investigación, se empleará la técnica de la encuesta. para evaluar la ansiedad preoperatoria en los pacientes y se utilizará como instrumento el cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI) (32), modificado por Contreras (33).

Instrumento para medir la ansiedad.

El Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI) es una herramienta psicométrica diseñada para evaluar la severidad de la ansiedad en adultos. Este cuestionario consta de 21 ítems, que describen síntomas específicos de ansiedad agrupados en cuatro dimensiones: síntomas subjetivos, neurofisiológicos, autonómicos y de pánico.

Los ítems correspondientes a cada dimensión son los siguientes:

Síntomas subjetivos: (color rojo) 7 ítems 4, 5, 8, 9, 10, 14, 16.

Síntomas neurofisiológicos: (celeste) 8 ítems 1, 3, 6, 12, 13, 17, 18, 19.

Síntomas autonómicos: (verde) 3 ítems 2, 20, 21.

Síntomas de pánico: (morado) 3 ítems 7, 11, 15.

Medición por Escala de Likert, cada ítem se califica en una escala de 0 a 3, donde:

0: Ausente o nada.

1: Levemente presente.

2: Moderadamente presente.

3: Severamente presente.

El puntaje total varía de 0 a 63, con puntuaciones más altas que reflejan una mayor severidad de la ansiedad. El BAI se usa tanto en entornos clínicos como en investigación, proporcionando una medida cuantitativa fiable de la ansiedad.

La puntuación total se categoriza en tres niveles de severidad utilizando la escala de estacionos:

- Ansiedad leve: 0-20 puntos.
- Ansiedad moderada: 21-40 puntos.
- Ansiedad severa: 41-63 puntos.

La validez del BAI fue evaluada por Contreras (33) en 2022. El análisis factorial confirmatorio indicó un buen ajuste del modelo, confirmando la validez de constructo del instrumento. Los valores obtenidos para el ajuste del modelo fueron:

- $\chi^2 / gl = 1.68$
- RMSEA = 0.04 (IC 90%: 0.03-0.05)
- CFI = 0.93
- IFI = 0.92

Estos resultados respaldan la validez del BAI en diferentes contextos demográficos, siendo igualmente válido para ambos sexos.

La confiabilidad del BAI también fue evaluada por Contreras (33) en 2022. En dos estudios, se reportaron valores de alfa de Cronbach de 0.88 en el primer estudio y de 0.89 en el segundo, lo que demuestra una alta consistencia interna del instrumento. Estos valores indican que el BAI es altamente confiable para medir la

ansiedad, con estabilidad interna adecuada en todas las dimensiones de la ansiedad evaluadas.

Procedimiento de la aplicación

Para la ejecución del proyecto, se solicitará la autorización del Comité Institucional de Ética de la Universidad Peruana Cayetano Heredia, asegurando que el estudio se ajuste a los estándares éticos internacionales. Además, se gestionará la aprobación del director de la clínica y de las jefaturas médica y de enfermería del centro quirúrgico donde se llevará a cabo la investigación, garantizando que el estudio cuente con el respaldo institucional necesario.

Una vez obtenidas todas las autorizaciones, se coordinará con el personal del centro quirúrgico para facilitar la recolección de datos. Este proceso será realizado exclusivamente por el investigador, quien se asegurará de que todos los procedimientos se ejecuten conforme a los protocolos establecidos y que se mantenga la confidencialidad de la información recolectada.

El proceso de recolección de datos comenzará con la selección de los participantes. Durante la preevaluación quirúrgica, se contactará personalmente a los pacientes seleccionados, explicándoles detalladamente los objetivos del estudio y la intervención de enfermería que se llevarán a cabo. Se garantizará que los participantes comprendan plenamente su papel en el estudio, se les brindará espacio para aclarar cualquier duda o inquietud y, solo tras asegurarse de que están bien

informados y cómodos, se les solicitará firmar el consentimiento informado para participar de forma voluntaria.

El estudio empleará el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) para medir los niveles de ansiedad preoperatoria. Este cuestionario se administrará en tres fases: antes de la intervención (pre intervención), después de la intervención (post intervención), y una fase intermedia que consistirá en la intervención de aromaterapia.

La primera fase será catalogada pre intervención , que se realizará aproximadamente una 40min antes de la cirugía. Este pre intervención tiene como objetivo medir los niveles iniciales de ansiedad del paciente antes de la exposición a cualquier tratamiento. La evaluación, que tomará unos 10 minutos, se llevará a cabo en la sala de cuidados preoperatorios, garantizando un entorno cómodo y tranquilo.

A continuación, se procederá con la intervención de aromaterapia. En esta etapa, se aplicarán tres gotas de aceite esencial de lavanda sobre una torunda de algodón, que se colocará 5cm cerca de las fosas nasales del paciente para que pueda inhalar el aroma. Esta intervención tendrá una duración de 20 minutos. El aceite de lavanda ha sido seleccionado por sus propiedades calmantes y relajantes, ampliamente documentadas en la literatura científica.

Luego de finalizar la intervención de aromaterapia, se llevará a cabo la segunda evaluación, denominada post intervención. Este post intervención utilizará el

mismo cuestionario que el pre intervención y también tomará unos 10 minutos. El objetivo de esta segunda evaluación es medir los niveles de ansiedad del paciente después de la intervención, comparando los resultados con los obtenidos en la primera fase para determinar cualquier cambio.

Una parte clave de este proceso es la validación de la guía de aplicación de la aromaterapia. Esta guía será sometida a un juicio de expertos antes de su implementación. Para ello, se convocará a un grupo de profesionales con experiencia en cuidados preoperatorios, cuidados holísticos y medicina complementaria. Estos expertos revisarán la guía en base a criterios de pertinencia, claridad, viabilidad y eficacia, asegurando que la intervención propuesta sea adecuada y segura para los pacientes. Se utilizará una escala de evaluación que permitirá a los expertos calificar cada uno de los elementos de la guía, y se incorporarán las sugerencias que resulten pertinentes para optimizar el protocolo.

Los datos recopilados en el pre intervención y el post intervención serán analizados estadísticamente para evaluar la eficacia de la aromaterapia en la reducción de la ansiedad en pacientes quirúrgicos. Se aplicarán pruebas estadísticas apropiadas para determinar si hay una disminución significativa en los niveles de ansiedad después de la intervención, lo que permitirá evaluar el impacto de la aromaterapia como complemento en el manejo de la ansiedad preoperatoria.

3.6 Aspectos éticos del estudio

- Autonomía: Todos los participantes recibirán información completa sobre el estudio a través de un consentimiento informado detallado. Este documento

explicará los objetivos, los procedimientos a seguir, y cualquier riesgo asociado con la participación. Se asegurará que los participantes comprendan plenamente esta información y otorguen su consentimiento de forma voluntaria antes de iniciar su participación en el estudio.

- No maleficencia: La administración del Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI) y la aplicación de la aromaterapia no presentarán riesgos para los participantes. El estudio está diseñado para identificar áreas de mejora en la intervención de enfermería prequirúrgica, con el objetivo de optimizar la seguridad del paciente. No se prevé que la recolección de datos o la aplicación de la aromaterapia cause daño físico o psicológico a los participantes.
- Justicia: Se garantizará un trato equitativo y sin distinción entre todos los profesionales de enfermería involucrados en el estudio. La información obtenida sobre la reducción de la ansiedad prequirúrgica mediante aromaterapia será compartida con toda la población de enfermeras del centro. Esto asegurará que todos los miembros del personal tengan acceso a los hallazgos del estudio y puedan beneficiarse del conocimiento para mejorar la calidad del cuidado proporcionado.
- Beneficencia: El proyecto tiene el potencial de mejorar tanto la atención como la seguridad del paciente al demostrar que la aromaterapia puede ser efectiva en la reducción de la ansiedad prequirúrgica, tal como se medirá con el Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI). Además, se organizará una sesión educativa práctica para el personal de enfermería, enfocada en el uso de aceites esenciales y técnicas de inhalación. Esta capacitación contribuirá

a la mejora de la práctica clínica y a la formación continua del personal de enfermería, beneficiando así tanto a los profesionales como a los pacientes.

3.7. Plan de procesamiento y análisis de los datos

Los datos recolectados mediante el Cuestionario de Ansiedad de Beck (BAI) serán ingresados inicialmente en Excel 365 para su organización y almacenamiento preliminar. Posteriormente, se exportarán al software estadístico SPSS versión 25.0, donde se llevará a cabo un análisis detallado de los resultados. Los datos se presentarán mediante tablas y gráficos que ilustrarán la distribución de los puntajes obtenidos en las diferentes fases del estudio, facilitando una interpretación visual clara de los cambios en los niveles de ansiedad preoperatoria de los participantes antes y después de la intervención de aromaterapia.

Se realizará un análisis descriptivo para ofrecer una visión general de las variables demográficas de los participantes, como edad, sexo, tipo de anestesia, especialidad quirúrgica y de los niveles de ansiedad obtenidos en el pre intervención y post intervención. Se calcularán medias, desviaciones estándar, frecuencias y porcentajes, con el objetivo de proporcionar un perfil detallado de la muestra y visualizar las posibles variaciones en los niveles de ansiedad en las diferentes fases del estudio.

El análisis inferencial se centrará en aplicar la prueba de Wilcoxon para muestras dependientes, que permitirá comparar los niveles de ansiedad antes y después de la intervención en el mismo grupo de participantes. Esta prueba es adecuada para

evaluar si la intervención de aromaterapia generó una diferencia significativa en los niveles de ansiedad preoperatoria

IV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Yancha K. Rol del instrumentista quirúrgico frente a eventos adversos intraoperatorios ocurridos en centro quirúrgico [Tesis de Maestría]. Ecuador: Universidad Regional Autónoma De Los Andes; 2024. Disponible en: <https://dspace.uniandes.edu.ec/bitstream/123456789/17635/1/UA-MQI-EAC-068-2024.pdf>
2. Guo P, Li P, Zhang X, Liu N, Wang J, Yang S, et al. La eficacia de la aromaterapia en la ansiedad preoperatoria en adultos: una revisión sistemática y un metanálisis de ensayos controlados aleatorios. *Int J Nurs Stud.* 2020;111:103747. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103747>
3. Maguiña P, Sullca S, Cesia V. Factores que influyen en el nivel de ansiedad en el adulto en fase preoperatoria en el servicio de centro quirúrgico de la Clínica Centenario Peruano Japonesa, 2021 [Tesis de titulación]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2021. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3947/Factores_Magui%u00f1aDuran_Pamela.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Mateo A. Efectividad de las intervenciones de enfermería en el periodo preoperatorio para reducir la ansiedad en el paciente quirúrgico [Tesis de posgrado]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2023. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/14559/Efectividad_MateoAngeles_Andrea.pdf?sequence=1&isAllowed=y

5. Ministerio de Salud (Perú). Información institucional [Internet]. Lima: Gobierno del Perú; 2023 [citado 2023 Nov 13]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/institucional>
6. Haryalchi K, Kazemi S, Ghanaie M, Fotouhi M, Mansoori R, Sadraei S, et al. Effects of the aroma of lemon verbena (*Aloysia citriodora* Paláu) essential oil on anxiety and the hemodynamic profile before cesarean section: A randomized clinical trial. *Health* [Internet]. 2023 [citado 2024 Jan 6];6(5) . Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37216059/>
7. Cathey K, Gunyon N, Chung N, Conway N, Ames D, Singh M, et al. A feasibility study of lavender aromatherapy in an awake craniotomy environment. *J Patient Cent Res Rev*. 2020;7(1):19-30. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6988712/>
8. Ayşel S. Efecto del aceite de lavanda sobre la ansiedad de los pacientes antes de la cirugía mamaria. *Rev JPAN* [Internet]. 2019 [consultado el 16 octubre del 2022]. Disponible en: [https://www.jopan.org/article/S1089-9472\(18\)30356-3/fulltext](https://www.jopan.org/article/S1089-9472(18)30356-3/fulltext)
9. Stanley P, Wan L, Karim R. A randomized prospective placebo-controlled study of the effects of lavender aromatherapy on preoperative anxiety in cataract surgery patients. *J Perianesth Nurs* [Internet]. 2020;35(4):403-6. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jopan.2019.12.004>

10. Huang H, Wang Q, Guan X, Zhang X, Kang J, Zhang Y, et al. Effect of aromatherapy on preoperative anxiety in adult patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Complement Ther Clin Pract.* 2021; 42:101302. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2021.101302>
11. Romero F. Importancia de la visita prequirúrgica en la aplicación de la aromaterapia como medida para el control de la ansiedad preoperatoria [Tesis de especialidad]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2024. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15306/Importancia_RomeroCruz_Fiorella.pdf?sequence=5&isAllowed=y
12. Cueva M, Ivonne A. Intervención de enfermería en la ansiedad preoperatoria de pacientes programados para cirugía de ortopedia en el Hospital ISSSTE Acapulco [Tesis de especialización]. México: Universidad Autónoma de Guerrero; 2020 [citado 2024 Jun 27]. Disponible en: <http://ri.uagro.mx/handle/uagro/2507>
13. Botello M, Avello M, García M, Fernández P, Beltrán V, Jiménez S. Usos terapéuticos de la aromaterapia con lavanda (*Lavandula angustifolia*): revisión integrativa de la literatura. *Rev Iberoam Educ Invest Enferm.* 2020;10(1):48-56.
14. Molina J, Castellano A, Ochoa Z, Altamirano L, Rosero O. Aceite esencial de lavanda (*Lavandula angustifolia*): extracción, caracterización de compuestos volátiles,

capacidad antioxidante y actividad antimicrobiana. Rev UTCiencia. 2022;9(3):113-27.
Disponibile en: <http://190.15.139.149/index.php/utciencia/article/view/461>

15. De Oliveira R, dos Reis J, Luz J, Blank A, Sampaio T, Silva S. Producción y composición de aceite de lavanda: manejo nutricional y sistemas de cultivo. Bol Latinoam Caribe Plant Med Aromat. 2021;20(6):649-659. Disponible en: <https://www.blacpma.ms-editions.cl/index.php/blacpma/article/download/216/224>
16. Urrunaga M. Efecto de la aromaterapia en base a los aceites esenciales de Lavandula dentata y Citrus sinensis en el control de los síntomas del estrés laboral de los trabajadores administrativos de la Universidad Tecnológica de los Andes–Filial Cusco 2018. [Tesis de especialización]. Cusco: Universidad Tecnológica de los Andes; 2021. Disponible en: <http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/20.500.12557/4365>
17. Requejo A. Aceites esenciales en sinergia. Málaga: ExLibric; 2020. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=k1ApEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=libro+de+aromaterapia+m%C3%A9dica&ots=jIzZa1uGaQ&sig=CkgwzcE6ue9LpFcwSKKFloXskiU>
18. Batello C, Canhavate S. Iridología e aromaterapia. São Paulo: Digitaliza Conteudo; 2023. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=tPXOEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA49&dq=tipos+de+aromaterapia&ots=cZZ7fY1d1V&sig=p4TCa33VsgdJxXrbhmQsfkqaUV>

19. Pinto D, Puerto L, Parra D. Aromaterapia e imágenes guiadas: estrategias no farmacológicas para el manejo del dolor agudo tardío postoperatorio. Bol Semillero Investig Fam. 2023;5(2). Disponible en: <https://revistas.unillanos.edu.co/index.php/bsif/article/view/1007>
20. Sánchez M, Velasco R, Pérez M, Hilerio A, Vázquez J. Efecto de aromaterapia con lavanda (*Lavandula angustifolia*) sobre la tensión arterial de adultas mayores hipertensas. Rev CuidArte. 2023;13(25). Disponible en: <https://revistas.unam.mx/index.php/cuidarte/article/view/86139>
21. Salbegoa C. Protocolo de aromaterapia: Benefícios para sua utilização. CEP. 2021. Disponible en: <https://ojs.fsg.edu.br/index.php/pesquisaextensao/article/view/5193/4109>
22. Pessoa D, Santos B, Abreu C, Mendes K, da Hora M, Cantanhede M, et al. O uso da aromaterapia na prática clínica e interprofissional. Res Soc Dev. 2021 Mar 22;10(3) Disponible en: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13621>
23. Bastar C. Aromaterapia en el universo de los aceites esenciales: cuidado y salud para tu cuerpo, balance para tu vida, plenitud para tu ser. 2.^a ed. México: Self Published Ink; 2021. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=40hKEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR>

1&dq=libro+de+aromaterapia&ots=MJ6rQkTsG &sig=H2somOCx0IsER98Rfrh-Cysd8_I

24. Cárdenas L. Nivel de ansiedad que presentan los pacientes en el pre y postoperatorio de la Clínica Quirúrgica Abierta NovoQ. [Tesis de especialidad]. Lima: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/77346>
25. Giner J, Malla F. Abordaje de la ansiedad preoperatoria. Rev Sanit Investig. 2021;2(1):2. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7723878>
26. De la Flor B. Intervenciones enfermeras dirigidas a la ansiedad de los pacientes en el bloque quirúrgico [Internet]. 2022. Disponible en: <https://repositori.tecnocampus.cat/handle/20.500.12367/1940>
27. Cruz A, Moreno K, Omen I, Sánchez D. El efecto de la musicoterapia, aromaterapia, meditación y realidad virtual en el manejo de la ansiedad y el dolor durante el embarazo [Tesis de titulación]. Bogotá: Universidad EAN; 2024. Disponible en: <https://repository.universidadean.edu.co/handle/10882/13663>
28. Padilla C, Marroquín-Soto C. Enfoques de investigación en odontología: cuantitativa, cualitativa y mixta. Rev Estomatol Herediana. 2021;31(4):338-40. Disponible en:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1019-43552021000400338&script=sci_arttext

29. López P, Arrastia M, Padilla C. Metodología de la investigación: de lector a divulgador. Almería: Universidad de Almería; 2021. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=6yyoEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&dq=metodo+deductivo+%2B+metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n&ots=nKFK95peS3&sig=qFm6DWwJXu9PrX8KLrff8ZUotPI>
30. Pereyra L, editor. Metodología de la investigación. Santiago: Klik; 2020. Disponible en: <https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=x9s6EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=investigaci%C3%B3n+de+tupo+aplicada+%2B+metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n&ots=UqPwDxeaEZ&sig=IiSZdLjXPWX2n9H-JjLTATxqwgU>
31. Arias J, Covinos M. Diseño y metodología de la investigación. Enfoques Consulting EIRL. 2021;1(1):66-78. Disponible en: https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
32. Beck A, Steer R, Brown G. BDI-II. Beck Depression Inventory-Second Edition manual. San Antonio (TX): The Psychological Corporation; 1996. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617972001.pdf>

33. Contreras-Valdez JA, Hernández-Guzmán L, Freyre MÁ. Validez de constructo del Inventario de Depresión de Beck II para adolescentes. *Terapia Psicol.* 2015;33(3):195-203. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000300004>

V. PRESUPUESTO Y CRONOGRAMA

* Presupuesto

N°	DESCRIPCIÓN	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	VALOR	
				PU	TOTAL
Materiales					
1	Impresiones	Millar	150	S/.0.20	S/.30
2	USB	unidad	01	S/.35	S/.35
3	Lapiceros	unidad	100	S/.0.50	S/.50
Subtotal					S/115
Servicios					
1	Movilidad	Pasaje	10	S/.2.50	S/.25
2	Servicios de impresión	hoja	100	S/.1	S/.100
3	Internet	hora	300	S/.1	S/.300
4	Luz	Kwh.	1500	S/. 0.67	S/.1005
Subtotal					S/.2100
Recursos humanos					
1	Asesor estadístico	hora	3	S/.50	S/.150
Subtotal					S/.150
Recursos financieros					
1	Laptop	unidad	1	S/.1799	S/.1.799
Subtotal					S/1.799
Otros					
1	Refrigerios	día	60	S/.11	S/.660
Subtotal					S/.600
Total					S/.4764

*** CRONOGRAMA**

Actividades	2024																		
	Agosto		Setiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre				
	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
Redacción del proyecto de investigación	■	■																	
Entrega para la aprobación del comité de ética de la UPCH y clínica			■																
Coordinación con personal del centro quirúrgico.			■																
Selección y firma de consentimiento de los participantes			■	■	■	■													
Recolección de datos (aplicación de pre intervención, intervención, post intervención)							■	■	■										
Análisis de datos									■	■									
Redacción del informe final												■	■	■	■				
Sustentación de la tesis.																	■	■	

ANEXOS

ANEXO 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO

	(Adultos)
Título del estudio:	Efectividad de la aromaterapia en la reducción de la ansiedad del paciente de centro quirúrgico - lima- 2024
Investigador(a):	Jimenez Sallo, Carmen Rosa
Institución:	Universidad Peruana Cayetano Heredia

Propósito del estudio:

Estimada madre de familia, somos estudiantes de la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Peruana Cayetano Heredia y la estamos invitando a participar de un estudio que busca determinar la efectividad de la aromaterapia en la reducción de la ansiedad del paciente de centro quirúrgico.

Asimismo, resulta importante informarle que la aromaterapia es una intervención de enfermería innovadora, que contribuirá a una experiencia quirúrgica más positiva, disminuyendo la ansiedad y mejorando la calidad de vida de los pacientes. Además, reducirá la necesidad de intervenciones farmacológicas.

Procedimiento:

Si usted acepta participar del estudio, se realizará lo siguiente:

1. En la comodidad de su habitación, primero se le pedirá que complete un cuestionario estandarizado (Cuestionario de Ansiedad de Beck, BAI) el cual consta de 21 ítems que exploran síntomas experimentados en la última semana. Cada ítem describe un síntoma específico y es evaluado en una escala de 4 puntos (de 0 a 3), con puntuaciones totales que oscilan de 0 a 63, donde puntuaciones más altas indican mayor severidad de la ansiedad. Lo cual tendrá una duración de 10 min.
2. Posteriormente, se procederá con la intervención de aromaterapia, utilizando la esencia de lavanda, en esta etapa, se aplicarán tres gotas de aceite esencial de lavanda sobre una torunda de algodón, que se colocará 5cm cerca de las fosas nasales del paciente para que pueda inhalar el aroma. Esta intervención tendrá una duración de 20 minutos
3. Después de finalizar la intervención de aromaterapia, se llevará a cabo la segunda evaluación, denominada post intervención. Este post intervención utilizará el mismo cuestionario que el pre intervención y también tomará unos 10 minutos. El objetivo de esta segunda evaluación es medir los niveles de ansiedad del paciente después de la intervención con aromaterapia de esencia de lavanda, comparando los resultados con los obtenidos en la primera fase para determinar cualquier cambio.

Riesgos:

La participación en este estudio no implica riesgos significativos. La esencia de lavanda utilizada es segura y no se espera que cause efectos adversos. Asimismo, sus datos personales tampoco se verán expuestos ya que serán tratados con total confidencialidad tras la obtención de los datos.

Beneficios:

Su participación ayudará a determinar si la aromaterapia es efectiva para reducir la ansiedad preoperatoria, lo que podría beneficiar a futuros pacientes. Además, puede experimentar una reducción en su propio nivel de ansiedad.

Costos y compensación:

No tendrá que realizar ningún pago para formar parte del estudio, y tampoco se le ofrecerá ninguna compensación económica u otro tipo de beneficio. Su participación será completamente voluntaria, motivada únicamente por el deseo de contribuir a esta investigación.

Confidencialidad:

Los datos recolectados serán guardados con códigos y no con su nombre con el fin de mantener el anonimato. Asimismo, solo las investigadoras tendrán acceso a esta base de datos; y en caso los resultados sean publicados, tampoco se mostrará ninguna información que pueda permitir identificar su identidad.

Derechos del paciente:

Su participación en este estudio es completamente opcional. En cualquier momento, puede optar por no participar o retirarse, sin que esto afecte la calidad de la atención médica que recibe. Si tiene preguntas adicionales, puede ponerse en contacto con la investigadora principal, Carmen Rosa Jimenez Sallo, llamando al [REDACTED] enviando un correo a [REDACTED]

De igual modo, si firma este documento está declarando que toda información con respecto al estudio ha sido previamente comunicada y su participación es estrictamente voluntaria. Para ello, se brindará una copia del consentimiento informado.

Para consultas sobre la ética del estudio o si considera que ha sido tratado de manera inapropiada, puede comunicarse con el Comité Institucional de Ética de la Universidad - Peruana Cayetano Heredia al 01-319000, – Anexo 201355 o al correo electrónico: orvei.ciei@oficinas-upch.pe.

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este trabajo de investigación, comprendo las actividades en las que participaré si decido ingresar al estudio, y también tengo conocimiento de que puedo retirarme en cualquier momento por más que haya aceptado mi participación anteriormente.

Nombres y apellidos
del participante

Firma

Fecha y Hora

Jimenez Sallo, Carmen

Firma

Fecha y Hora

ANEXO 2. MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
Problema General	Objetivo General	Hipótesis general	V. Dependiente:	Tipo de Investigación:
<p>¿Cuál es la efectividad de la aromaterapia con esencia de lavanda en la reducción de la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico Lima - 2024?</p>	<p>Determinar la efectividad de la aromaterapia con esencia de lavanda en la reducción de la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico. Lima- 2024.</p>	<p>H₀ La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico. H₁ La aromaterapia con esencia de lavanda no reduce significativamente la ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico.</p>	<p>Ansiedad Dimensiones: D1: Subjetiva D2: Neurofisiológico D3: Pánico D4: Autónomo</p>	<p>Método: Hipotético deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Aplicada Diseño: Pre experimental de corte transversal.</p> <p>Población y Muestra: Muestra de 423 pacientes de centro quirúrgico</p> <p>Diseño muestra: Muestreo no probabilístico de tipo censal.</p> <p>Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionario BAI (33)</p> <p>Procesamiento y análisis de datos: La estadística descriptiva será presentada mediante medidas de tendencia central, figuras y tablas. Estadística inferencial se utilizará Wilcoxon.</p>
Problemas específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis específicas		
<p>1. ¿Cuáles serían los niveles de ansiedad antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda?</p> <p>2. ¿Cuáles son los síntomas subjetivos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos antes y después de la intervención de aromaterapia</p>	<p>1. Identificar los niveles de ansiedad antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda</p> <p>2. identificar los síntomas subjetivos de la ansiedad en pacientes quirúrgicos, antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda.</p> <p>3. identificar los síntomas neurofisiológico</p>	<p>HE1: La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente los niveles de ansiedad.</p> <p>HE2: La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente los síntomas subjetivos de ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico.</p> <p>HE3: La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente los síntomas neurofisiológicos de ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico.</p>		

<p>con esencia de lavanda?</p>	<p>s de la ansiedad en pacientes quirúrgicos, antes y después de la aromaterapia con esencia de lavanda.</p>	<p>HE4: La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente los síntomas de pánico de ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico.</p>
<p>3. ¿Cuáles son los síntomas neurofisiológicos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos antes y después de la aromaterapia con esencia de lavanda?</p>	<p>4. identificar los síntomas de pánico de la ansiedad en pacientes quirúrgicos, antes y después de la aplicación de aromaterapia con esencia de lavanda.</p>	<p>HE5: La aromaterapia con esencia de lavanda reduce significativamente los síntomas autonómicos de ansiedad del paciente adulto de centro quirúrgico.</p>
<p>4. ¿Cuáles son los síntomas de pánico de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos antes y después de la aplicación de aromaterapia con esencia de lavanda?</p>	<p>5. Identificar los síntomas autonómicos de la ansiedad en pacientes quirúrgicos, antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda.</p>	
<p>5. ¿Cuáles son los síntomas autonómicos de la ansiedad en pacientes adultos quirúrgicos antes y después de la intervención de aromaterapia con esencia de lavanda?</p>		

ANEXO 3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa
V1 Ansiedad	Respuesta emocional que se entiende como una reacción anticipatoria frente a una amenaza percibida, que puede generar malestar significativo y afectar el funcionamiento cotidiano del individuo (21).	La ansiedad preoperatoria se medirá mediante las dimensiones de la ansiedad que evalúa síntomas subjetivos, respuestas fisiológicas y manifestaciones conductuales.	Subjetiva	Dificultad para relajarse	4, 5, 8, 9, 10, 14, 16	Ordinal	Ansiedad leve 0-20
				Miedo			
				Inestabilidad e inseguridad física			
				Temor			
				Nerviosismo			
				Miedo a perder el control			
				Miedo a morir			
			Neurofisiológico	Entumecimiento o hormigueo	1, 3, 6, 12, 13, 17, 18, 19	Ansiedad moderada 21-40	
				Temblor de piernas			
				Sensación de mareo			
				Temblor de manos			
				Temblor generalizado			
				Asustado			
				Indigestión o malestar estomacal			
				Palidez			
Pánico	Palpitaciones o taquicardia	7, 11, 15	Ansiedad severa 41-63				
	Sensación de ahogo						
	Dificultad para respirar						
Autonómico	Sensación de calor	2, 20, 21					
	Rubor facial						
	Sudoración						

ANEXO 4

- INSTRUMENTO PARA MEDIR LA ANSIEDAD (33)

I. Introducción

Se invita a participar en el cuestionario sobre ansiedad preoperatoria basado en el Inventario de Ansiedad de Beck (32). Cuyo objetivo es determinar la efectividad de la aromaterapia en la reducción de la ansiedad del paciente de centro quirúrgico. Los resultados de esta encuesta serán manejados con total confidencialidad y se mantendrán en el anonimato. Agradecemos de antemano su valiosa participación.

II. Datos generales

Edad: ... Sexo: ... Especialidad quirúrgica:

tipo de anestesia: local () regional () General ()

III. Instrucciones

Este cuestionario contiene 21 preguntas. Lea detenidamente cada una de ellas, enfocándose en los síntomas de ansiedad que ha experimentado antes de la intervención quirúrgica.

Marque con un (x) los síntomas que usted presenta o siente antes de la intervención quirúrgica

N°	Ítems	Criterios de evaluación			
		0	1	2	3
1	Entumecimiento o hormigueo				
2	Sensación de calor				
3	Temblor de piernas				
4	Dificultad para relajarse				
5	Miedo a que suceda lo peor				
6	Sensación de mareo				
7	Palpitaciones o taquicardia				
8	Sensación de inestabilidad e inseguridad física				
9	Temor				
10	Nerviosismo				
11	Sensación de ahogo				
12	Temblor de manos				
13	Temblor generalizado				
14	Miedo a perder el control				
15	Dificultad para respirar				
16	Miedo a morir				
17	Asustado				
18	Molestias digestivas o abdominales				
19	Palidez				
20	Rubor facial				
21	Sudoración (no debido al calor)				

Ausente o nada (0 pto) Levemente (1 pto) Moderadamente (2 pto) Severamente (3 pto)

ANEXO 5
GUIA DE ADMINISTRACION DE AROMATERAPIA

1. Definición

La aromaterapia es una técnica que utiliza aceites esenciales para promover el bienestar físico y emocional, el cual se realiza mediante un enfoque holístico que se centra en la interacción entre el ser humano y su entorno. Es un tratamiento que utiliza los aromas de las plantas para mejorar la salud y el bienestar, influenciando tanto la mente como el cuerpo.

2. Objetivo

- Estandarizar la aplicación de la aromaterapia.
- Reducir la ansiedad en el paciente.

3. Conocimientos previos

Aromaterapia, definición, tipos

4. Indicaciones

Pacientes que serán sometidos a cirugía o procedimientos invasivos

5. Contraindicaciones

Ninguna

6. Materiales

- 1 par de guantes de procedimiento
- 1 unidad de torunda pequeña de algodón
- 03 gotas de esencia de lavanda
- Cronometro

7.- Descripción del procedimiento

N°	PASOS
1	Prepare el material para la administración de la aromaterapia con esencia de lavanda
2	Salude y preséntese al paciente
3	Explique el procedimiento al paciente
4	Ambiente la habitación sin ruidos y poca luz
5	Coloque en posición semi fowler al paciente
6	Realice el lavado de manos clínico
7	Colóquese los guantes de procedimiento
8	Coloque 3 gotas de esencia de lavanda en una torunda de algodón a 5 cm de las fosas nasales
9	Indíquele al paciente cerrar los ojos
10	Acerque la torunda de algodón a la altura de las fosas nasales durante 20 minutos
11	Inicie a correr el cronometro
12	Indique al paciente realizar respiraciones suaves y lentas
13	Retire la torunda de algodón
14	Pídale al paciente mantener los ojos cerrados 5 minutos
15	Pídale al paciente abrir los ojos lentamente
16	Realice los registros de enfermería

8.- Complicaciones

Ninguna

9.- Bibliografía

Pinto D, Puerto L, Parra D. Aromaterapia e imágenes guiadas: estrategias no farmacológicas para el manejo del dolor agudo tardío postoperatorio. Boletín Semillero Investig Fam. 2023;5(2). Disponible en: <https://revistas.unillanos.edu.co/index.php/bsif/article/view/1007>

Bastar C. Aromaterapia en el Universo de los Aceites Esenciales: Cuidado y salud para tu cuerpo, balance para tu vida, plenitud para tu ser. Self Published Ink; 2021. https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=40hKEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=libro+de+aromaterapia&ots=MJ6rQkTsG_&sig=H2somOCx0IsER98Rfrh-Cysd8_I