

AROMATERAPIA QUE TRANQUILIZA: UNA NUEVA FORMA DE REDUCIR LA ANSIEDAD EN NIÑOS EN EL DENTISTA

CALMING AROMATHERAPY: A NEW WAY TO REDUCE ANXIETY IN CHILDREN AT THE DENTIST

AUTOR: Castañeda Daniel,
Cirujano Dentista, Consulta
privada,
Email: dsnix12345@gmail.com,
Orcid : 0009-0000-8315-4782

RESUMEN

Objetivo: Evaluar la efectividad de la aromaterapia en el manejo de la ansiedad en pacientes odontopediátricos atendidos en el Centro Estomatológico Universitario Luis Vallejos Santoni. **Materiales y Métodos:** Se utilizó un diseño experimental puro con una población de 142 pacientes pediátricos con un muestreo de 104 pacientes utilizando la fórmula para poblaciones finitas, divididos en un grupo control y un grupo experimental sometido a aromaterapia con esencias de lavanda, bergamota, Ylang Ylang y naranja. Se utilizaron humidificadores que venían con un ventilador adicional para ayudar a concentrar más rápido de manera más eficaz los aromas. Los niveles

de ansiedad se midieron antes y después del tratamiento utilizando la Escala de Imágenes Faciales (FIS). **Resultados:** Se evidencia que la elección de la esencia utilizada en la aromaterapia influye en la reducción de la ansiedad, siendo la lavanda e Ylang Ylang las más efectivas, mientras que la bergamota presentó una menor capacidad para reducir los niveles de ansiedad. **Conclusión:** La aromaterapia es una herramienta accesible y complementaria para el manejo de la ansiedad en odontopediatría, mejorando la cooperación y reduciendo las respuestas fisiológicas a la ansiedad en los pacientes.

Palabras clave: Aromaterapia, ansiedad, odontopediatría, Ylang Ylang, Escala de Imágenes Faciales (FIS), experimental puro.

ABSTRACT

Objective: To evaluate the effectiveness of aromatherapy in managing anxiety in pediatric dental patients treated at the Luis Vallejos Santoni University Stomatological Center. **Materials and Methods:** A pure experimental design was used with a sample of 100 pediatric patients, divided into a control group and an experimental group subjected to aromatherapy with lavender, bergamot, Ylang Ylang, and orange essences. The population consisted of 142 pediatric patients, with a sampling of 104 patients using the formula for finite populations. Humidifiers that came with an additional fan were used to help concentrate the aromas more quickly and effectively. Anxiety levels were measured before and after treatment using the Facial Image Scale (FIS). **Results:** It is evident that the choice of essence used in aromatherapy influences the reduction of anxiety, with lavender and Ylang Ylang being the most effective, while bergamot demonstrated a lesser ability to reduce anxiety levels in the analyzed patients. **Conclusion:** It is concluded that aromatherapy is an accessible and complementary tool for managing anxiety in pediatric dentistry, improving cooperation and reducing physiological responses to anxiety in patients. **Keywords:** Aromatherapy, anxiety, pediatric dentistry, Ylang Ylang, Facial Image Scale (FIS), pure experimental.

Keywords: Aromatherapy, anxiety, pediatric dentistry, lavender, bergamot, Facial Image Scale (FIS), pure-experimental.

INTRODUCCION

El estudio de investigación describió cómo la aromaterapia contribuye a disminuir los niveles de ansiedad en los pacientes odontológicos, se puede afirmar que la ansiedad es un factor que afecta la salud oral, complicando tanto el manejo del paciente por parte del profesional . La investigación sobre este tema se lleva a cabo con el interés académico de evaluar si la aromaterapia, a través del uso de aceites esenciales, puede reducir el nivel de ansiedad en los pacientes que reciben tratamiento odontológico

MATERIALES Y METODOS:

Se hizo un estudio cuantitativo con un alcance explicativo, diseño longitudinal y prospectivo, se utilizó un muestreo no probabilístico intencional (voluntaria), dicho trabajo se realizó de manera presencial empezando desde el 3 de septiembre al 12 de diciembre del 2024. La técnica e instrumento utilizados fueron la observación, un test psicométrico (ESCALA DE IMAGEN FACIAL DE FIS), humidificadores y aceites esenciales de lavanda, bergamota, Ylang Ylang y naranja

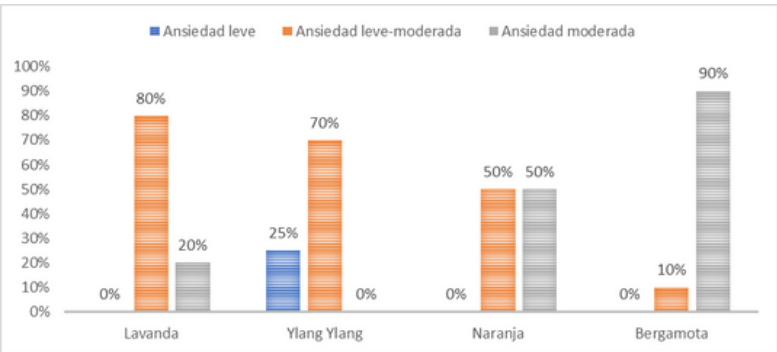
RESULTADOS:

Tabla N° 1: Nivel de ansiedad en el grupo experimental (con aromaterapia) según el aroma

		Grupo experimental	
		N	%
Lavanda	Ansiedad		
	Ansiedad leve-moderada	16	80,0%
	Ansiedad moderada	4	20,0%
	Total	20	100,0%
Ylang Ylang	Ansiedad		
	Ansiedad leve	5	25,0%
	Ansiedad leve-moderada	14	70,0%
	Ansiedad moderada	1	5,0%
	Total	20	100,0%
Naranja	Ansiedad		
	Ansiedad leve-moderada	10	50,0%
	Ansiedad moderada	10	50,0%
	Total	20	100,0%
Bergamota	Ansiedad		
	Ansiedad leve-moderada	2	10,0%
	Ansiedad moderada	18	90,0%
	Total	20	100,0%

Fuente Propia

Figura N° 1 :Nivel de ansiedad en el grupo experimental (con aromaterapia) según el aroma



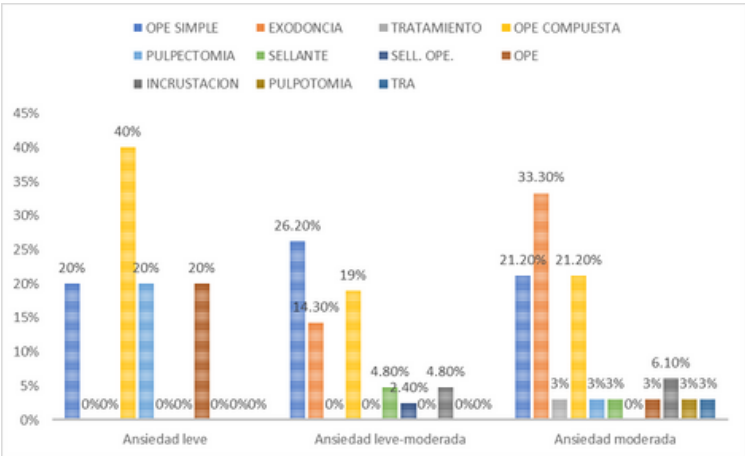
Fuente Propia

Tabla N° 2 :Nivel de ansiedad en el grupo experimental según el tratamiento dental

		Grupo experimental	
		N	%
Ansiedad leve	Tratamiento	OPE SIMPLE	1
		OPE COMPUESTA	2
		PULPECTOMIA	1
		OPE	1
	Total	5	100,0%
Ansiedad leve-moderada	Tratamiento	OPE SIMPLE	11
		EXODONCIA	6
		OPE COMPUESTA	8
		PULPECTOMIA	12
		SELLANTE	2
		SELL OPE	1
		INCRUSTACION	2
	Total	42	100,0%
Ansiedad moderada	Tratamiento	OPE SIMPLE	7
		EXODONCIA	11
		TRATAMIENTO	1
		OPE COMPUESTA	7
		PULPECTOMIA	1
		SELLANTE	1
		OPE	1
		INCRUSTACION	2
		PULPOTOMIA	1
		TRA	1
	Total	33	100,0%

Fuente Propia

Figura N° 2 :Nivel de ansiedad en el grupo experimental según el tratamiento dental



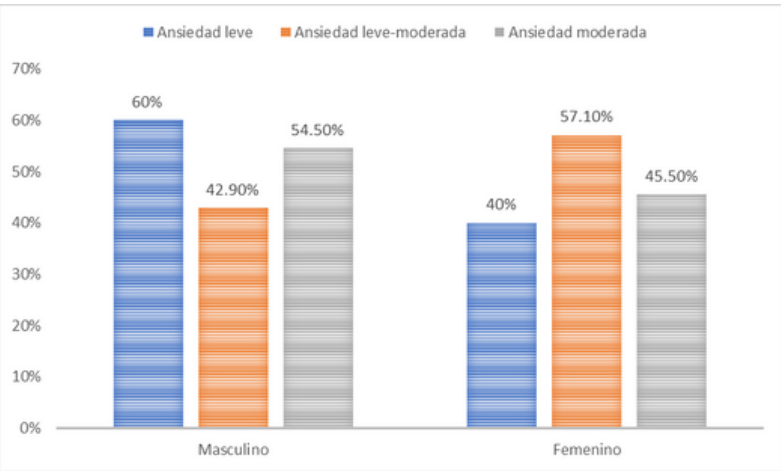
Fuente Propia

Tabla N°3: Nivel de ansiedad en el grupo experimental según el sexo

			Grupo experimental	
			N	%
Ansiedad leve	sexo	Masculino	3	60,0%
		Femenino	2	40,0%
	Total		5	100,0%
Ansiedad leve-moderada	sexo	Masculino	18	42,9%
		Femenino	24	57,1%
	Total		42	100,0%
Ansiedad moderada	sexo	Masculino	18	54,5%
		Femenino	15	45,5%
	Total		33	100,0%

Fuente Propia

Figura N° 3: Nivel de ansiedad en el grupo experimental según el sexo.



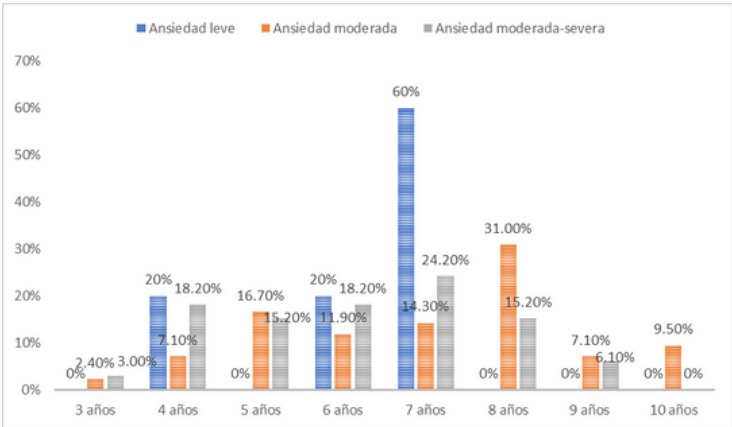
Fuente Propia

Tabla N°4: Nivel de ansiedad en el grupo experimental según la edad

			Grupo experimental	
			N	%
Ansiedad leve	Edad	4	1	20,0%
		6	1	20,0%
		7	3	60,0%
	Total		5	100,0%
Ansiedad leve-moderada	Edad	3	1	2,4%
		4	3	7,1%
		5	7	16,7%
		6	5	11,9%
		7	6	14,3%
		8	13	31,0%
		9	3	7,1%
		10	4	9,5%
	Total		42	100,0%
Ansiedad moderada	Edad	3	1	3,0%
		4	6	18,2%
		5	5	15,2%
		6	6	18,2%
		7	8	24,2%
		8	5	15,2%
		9	2	6,1%
		10	0	0,0%
	Total		33	100,0%

Fuente Propia

Figura N°4: Nivel de ansiedad en el grupo experimental según la edad



Fuente Propia

DISCUSION:

Los hallazgos de esta tesis se alinean con los resultados de investigaciones internacionales y nacionales, sugiriendo que la aromaterapia no solo es efectiva en la reducción de la ansiedad en pacientes odontopediátricos, sino que también influye positivamente en parámetros fisiológicos como la frecuencia cardíaca y respiratoria. Este enfoque podría implementarse de manera amplia como un método complementario en la odontopediatría para mejorar la experiencia de los pacientes jóvenes en la atención dental

James J. (India 2021), mostraron que el uso de aromaterapia con aceite esencial de naranja tuvo un efecto significativo en la disminución de la frecuencia cardíaca y respiratoria en pacientes pediátricos, así como un leve aumento en la saturación de oxígeno, en nuestro trabajo de investigación en cuanto al aroma de naranja, se encontró una distribución equitativa, con un 50% de los niños presentando ansiedad leve-moderada y el otro 50% ansiedad moderada. El aroma de bergamota mostró la mayor proporción de pacientes con ansiedad moderada, alcanzando el 90%, mientras que solo el 10% presentó ansiedad leve-moderada. Con el aroma a Ylang Ylang, se observó

que el 25% presentó ansiedad leve, el 70% ansiedad leve-moderada y solo el 5% ansiedad moderada, siendo este el único caso en el que se registró un porcentaje de niños con ansiedad leve. Premkumar K. (2019) encontró que el uso de aceites esenciales de lavanda y rosas también logró reducir la ansiedad en pacientes de ortodoncia, disminuyendo la presión arterial, lo cual respalda los beneficios de la aromaterapia en el control de signos vitales relacionados con la ansiedad, en nuestro trabajo de investigación en el caso del aroma a lavanda, la mayoría de los niños (80%) presentó ansiedad leve-moderada, mientras que el 20% experimentó ansiedad moderada.

Estudios como los de Huamán Z. (2020) y Cruz D. (2019) en Perú también reflejan que la aromaterapia contribuye significativamente a reducir la ansiedad en niños en contextos dentales, observándose en niños con niveles de ansiedad leves a moderados. En nuestro trabajo de investigación los resultados evidencian que la elección de la esencia utilizada en la aromaterapia influye en la reducción de la ansiedad, siendo la lavanda y Ylang Ylang las más efectivas, mientras que la bergamota presentó una menor capacidad para reducir los niveles de ansiedad en los pacientes analizados.

CONCLUSIONES:

Se pudo evidenciar que la elección de la esencia utilizada en la aromaterapia influye en la reducción de la ansiedad, siendo la lavanda y Ylang Ylang las más efectivas, se concluyó que la aromaterapia es efectiva para el control de la ansiedad en pacientes pediátricos atendidos en el Centro Estomatológico. Aunque los resultados muestran una ligera diferencia en los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres, se concluyó que esta diferencia no es estadísticamente significativa. Esto implica que, dentro de la muestra

analizada, el sexo no parece influir de manera determinante en los niveles de ansiedad experimentados por los pacientes

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Osorio A. Niveles de Ansiedad y respuesta Fisiológica en el niño de 5 a 10 años de edad ante los procedimientos Odontopediátricos. [Tesis pre grado]. Venezuela. Universidad Autónoma de Nuevo León, 2014. Disponible en: <http://riuc.bc.uc.edu.ve/handle/123456789/1180>
2. Lavabre, M. Aromaterapia. Libro práctico. Primera edición. México D. F.: Lasser Press, 1995
3. López N. Factores Odontológicos que contribuyen a la presencia de Ansiedad en el Paciente Adulto, atendido en el 61 servicio de operatoria dental del departamento de Estomatología del Hospital Militar Central Luis Arias Schreiber Lima 2009. [Tesis pre grado]. Perú- Tacna: Universidad Privada de Tacna, 2010. Disponible en: <http://www.cop.org.pe/bib/tesis/nellyshirleylopezarenaS.pdf>
4. The Effects of Lavender Scent on Dental Patient Anxiety Levels: A cluster randomised-controlled trial. Kritsidima, M., Newton, T., y Asirnakopoulou, K. 28-87, s.l. : Community Dent. Oral Epidemiol. Jul;38:28-87, 2010 , Vol. 38
5. Ambient odors of orange and lavender reduce anxiety and improve mood in a dental office. Lehrner, J., Marwinski, G., Lehr, S., Johren, P., y Deecke, L. 2, s.l. : Physiol Behav, 2015, Vol. 86
6. Aromatherapy for pregnancy and birth. Goodfriend, C. 3, s.l. : International Journal of Childbirth Education, 2011, Vol. 16.

7.Aromatherapy as an Adjuvant Treatment in Cancer Care – A Descriptive Systematic Review. Boehm, K., Büssing, A., & Ostermann, T. 4, s.l. : African Journal Of Traditional, Complementary And Alternative Medicines, 2018, Vol.9

8.Peñalver, P. Aromaterapia. Tarragona: Lidervet S.L., 2015.

9.Efecto del Aceite Esencial de Melissa Officinalis L. “Toronjil” y Meditación Mindfulness en niveles de Ansiedad Estado y Ansiedad. Soto, M., Alvarado, P.y Rosales, L. 1, s.l. : In Crescendo, 2016, Vol. 7

10.Padrini, F. El gran libro del masaje con los aceites esenciales. Primera edición. Irlanda: Editorial de Vecchi, 2016

11.Manejo de conducta no convencional en niños: Hipnosis, musicoterapia, distracción audiovisual y aromaterapia: Revisión sistemática. Quiroz, J, y Melgar, R. 2, s.l. : Revista Estomatológica Herediana, 2018, Vol. 22.

12. Ambient odors of orange and lavender reduce anxiety and improve mood in a dental office. Lehrner, J., Marwinski, G., Lehr, S., Jhren, P., y Deecke, L. 2, s.l. : Physiol Behav, 2015, Vol. 86.

13.Unidad Regional de Staff Care. Aromaterapia para aliviar los efectos del estrés. World Vision. [En línea] 26 de mayo de 2020. [Citado el: 4 de enero de 2022.] <https://blog.worldvision.org.ec/cuidate06>.

14. Crowe, M., Harness, C., Hertel, K., & Holt, E. Incorporating essential oils into clinical dentistry. Rdh. 2015 Sept; 35(10):78-96. RDH. [En línea] RDH, 28 de octubre de 2015. [Citado el: 7 de enero de 2021.] <https://www.rdhmag.com/careerprofession/compensation/article/16405299/incorporating-essential-oils-into-clinical-dentistry>.

15.Lavabre Marcel. Aromaterapia. Libro práctico. Primera edición. México D. F. LasserPress1995.<https://books.google.com.ec/books?id=WA5WMzeRfugC&printsec=frontcover&q=libro+aceites+esenciales&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwjXxo26qzeAhVoTt8KHQzeDUwQ6wEIPTAC#v=onepage&q=libro%20aceites%20esencial&f=false> (último acceso 28 octubre 2023)

16.Jover A. Aceite esencial de bergamota: todos sus usos y propiedades [Internet]. Cuerpamente. 2021 [citado el 12 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.cuerpamente.com/salud-natural/terapias-naturales/aceite-esencialbergamota-usos-propiedades> 9100

17.Ylang-Ylang, flor de flores para aromaterapia [Internet]. Biocorp. Biocorp Aromaterapia; 2021 [citado el 12 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://biocorp.com.co/plantasaromaterapia/ylang-ylang/>

18.Eva. Propiedades del aceite esencial de naranja para la aromaterapia [Internet]. Las aromaterapias. 2023 [citado el 12 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://lasaromaterapias.com/propiedades-del-aceite-esencial-de-naranja-para-laaromaterapia/>

19.Aromaterapia y Emociones: Cómo Influyen los Aromas en Nuestro Bienestar [Internet]. HerbolariaHub. 2024 [citado el 13 de noviembre de 2024]. Disponible en:<https://herbolariahub.net/propiedades-y-usos-avanzados/aromaterapia-emociones-comoinfluyen-aromas-nuestro-bienestar>

20.Tien. Humidificador aromaterapia, conoce todas sus ventajas [Internet]. Tien21. 2019 [citado el 13 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://www.tien21.es/blog/humidificador-aromaterapia-conoce-todas-sus-ventajas/>

Fecha de recepción: 03 / 07 / 2025
Fecha de aceptación: 20 / 10 / 2025