



Universidad Autónoma del Estado de México

Centro Universitario UAEM Valle de Chalco

**ESTUDIÓ DE CASO SOBRE LA LUDOTERAPIA Y
AROMATERAPIA EN APOYO DEL TRATAMIENTO EN
PACIENTES PSIQUIÁTRICOS**

ARTÍCULO ESPECIALIZADO PARA PUBLICAR EN REVISTA INDIZADA

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
*LICENCIADA EN ENFERMERÍA***

P R E S E N T A

GONZÁLEZ CARREÓN MARIBEL

ASESOR:

MTRO.EN BIOÉTIC. JUAN MANUEL SÁNCHEZ SOTO

Revisora: DRA.CRISTINA JUÁREZ LANDÍN

Revisora: LIC.CRUZ NOEMI MORALES PRADO

VALLE DE CHALCO SOLIDARIDAD, MÉXICO MAYO 2022.



**ESTUDIÓ DE CASO SOBRE LA LUDOTERAPIA Y
AROMATERAPIA EN APOYO DEL TRATAMIENTO EN
PACIENTES PSIQUIÁTRICOS**

ÍNDICE

| | |
|--------------------------------|----|
| I. RESUMEN | 4 |
| II. INTRODUCCIÓN | 5 |
| III. METODOLOGÍA | 12 |
| IV. RESULTADOS | 13 |
| V. DISCUSIÓN | 19 |
| VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 26 |
| VII. ANEXOS | 29 |

I.RESUMEN

La presente investigación se realizó en el hospital psiquiátrico Samuel Ramírez Moreno que tuvo como objetivo describir la importancia de las actividades lúdicas y aromaterapia para el tratamiento en pacientes psiquiátricos, Método de estudio de corte cualitativo longitudinal, con un total de 20 usuarios y se logró la participación de 15 usuarios, debido a los trastornos mentales que padecen.

Favoreciendo en la edad adulta, para que vivan con una mejor calidad de vida, por lo que es necesario poner en práctica las actividades que resultan vitales y dirigidas a estimular su funcionabilidad, así mismo disminuir la violencia y el estrés que los usuarios presentan constantemente durante su estancia hospitalaria.

Se demostró que las actividades lúdicas y aromaterapia producen una estimulación cognitiva y que se identifican como un conjunto de vías, formas, métodos y técnicas que resultan eficaces para el funcionamiento de las capacidades como la memoria, lenguaje, razonamiento, estas son importantes para mantener las habilidades intelectuales con la finalidad de poder restaurar la autonomía en el usuario. Mediante las actividades mencionadas se expresan intereses que contribuyen a conformar redes de cooperación, participación y razonamiento. Una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella donde se produce el sentido del humor, goce y motivación.

Las actividades lúdicas y aromaterapia son de suma importancia en el adulto mayor, principalmente en los usuarios con trastornos mentales por lo que los juegos son herramientas de aprendizaje y actividad cognitiva, ya que estimulan la mente, forzándolo a pensar y activar diferentes habilidades en su vida diaria. La aromaterapia mejora el estado de ánimo para relajarse, en las situaciones de estrés o ansiedad tiene un efecto calmante que facilita la relajación y la paz mental.

II.INTRODUCCIÓN

Los trastornos mentales en la actualidad son considerados como enfermedades que producen una discapacidad, que deteriora la calidad de vida de quien la padece afectando severamente su entorno social y económico (Taype, 2012).

La OMS define a la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias actitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS,2010).

Esta alteración es una manifestación principalmente del razonamiento, el comportamiento y la pérdida de la realidad y de adaptarse a las condiciones de la vida que generan un aislamiento social un desorden de las actividades cotidianas básicas y problemas para adaptarse al entorno. La mayoría de estos trastornos mentales son observables por las personas que lo rodean, entre ellos los principales síntomas físicos son: trastornos del sueño, tristeza, miedo y ansiedad, dificultad para pensar con claridad, creencias anormales, alteraciones de la memoria, conducta agresiva debido a las alteraciones visuales o auditivas. Es de suma importancia mencionar que estos trastornos mentales se encuentran clasificados y surgen la mayoría de ellos debido a los factores biológicos, genéticos, neurológicos, ambientales o psicológicos que repercuten sobre los procedimientos afectivos y cognitivos del desarrollo lo que provoca dificultades para razonar, alteraciones del pensamiento y pérdida de la realidad (Falcó, 2015).

Las clasificaciones de los trastornos mentales son: sintomáticos y orgánicos esquizotípicos, neuróticos, del comportamiento y de la personalidad, del comportamiento en la infancia y adolescencia, trastornos por consumo de psicotrópicos, de humor o afectivos, trastornos mentales producidos por disfunciones de tipo fisiológico y retraso mental. De los cuales se derivan trastornos con alta incidencia en México, el 17% de las personas presenta al

menos un trastorno mental y una de cada cuatro lo padecerá como mínimo una vez en su vida. Actualmente las personas afectadas son los adultos mayores y familias en situación de violencia (Rodríguez, 2008).

Delirium según el DSM-V, Se define como una alteración de la conciencia y cambio en la cognición que se desarrolla a lo largo de un tiempo, para su diagnóstico se requiere los siguientes criterios, alteración de la conciencia dificultad para dirigir la atención, cambio en las funciones cognoscitivas. Los cuadros de delirium son frecuentes en ancianos y más aún en los que se encuentran hospitalizados lo que asocia una prolongación de estancia hospitalaria (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014).

Esquizofrenia se designa a un conjunto de trastornos psicóticos, caracterizados por la presencia de síntomas psicóticos positivos y negativos. Sus manifestaciones consisten en una mezcla de signos y síntomas característicos. Los síntomas afectan a múltiples procesos psicológicos, como la percepción, alucinaciones, ideación, comprobación de la realidad, delirios, conducta catatonía, desorganización en la concentración, motivación y juicio (Guía de Práctica Clínica sobre la Esquizofrenia, 2009).

Retraso mental es la dificultad del aprendizaje y las limitaciones en las actividades de la vida diaria. El autor Alonso refiere que el retraso mental se manifiesta antes de los 18 años, que es cuando cualquier individuo es capaz de atribuir a la sociedad y asume roles de adulto. Para un diagnóstico oportuno es básico tomar las habilidades adaptativas de la persona como: La comunicación palabra hablada, escrita y el lenguaje. El autocuidado, higiene y apariencia física. Habilidades en el hogar y Habilidades sociales.

Las cuales deben ser evaluadas y valoradas por personal especialista que se basara en la información del paciente obtenido por diferentes vías como son las entrevistas, la observación directa, tests estandarizados debidamente adaptados a cada usuario (Alonso, 2006).

Epilepsia es uno de los trastornos más comunes dentro de los hospitales psiquiátricos que representa problemas principalmente cognitivos que son derivados de la misma y es un problema que requiere un estudio clínico exhaustivo. Es una afección crónica que se caracteriza por la presencia de crisis convulsivas o no, que son provocadas por una descarga excesiva de las neuronas cerebrales, asociadas con las diversas manifestaciones clínicas y paraclínicas (Duarte, 2004).

Por lo ya mencionado es de suma importancia que el profesional de enfermería en el área de psiquiatría pueda ofrecer tratamientos que favorezcan y protejan la salud y el bienestar de cada usuario, ya que el principal objetivo de los hospitales psiquiátricos es potencializar las destrezas y habilidades necesarias para que el usuario aprenda a vivir dentro de la unidad hospitalaria con su trastorno mental ofreciéndole diversos tratamientos no solo recurrir a los psicofármacos buscar ayuda con apoyo de la terapia alternativa (Martinez,2018).

Las terapias alternativas son recursos curativos basadas en la práctica, teorías, creencias y experiencias propias de las diversas culturas que son utilizadas en el mantenimiento de la salud física y mental.

Aporta numerosos beneficios a la salud: reduce los niveles de estrés y ansiedad, favorece al buen funcionamiento del sistema inmunitario, reduce el estrés y ansiedad, disminuye los niveles de dolor y mejora la circulación sanguínea

Por lo que la terapia alternativa debe ser aplicada por el personal multidisciplinario del hospital, abarcando diversas actividades en las cuales se utiliza recursos naturales como el agua, la tierra, plantas, ejercicio, la mente y la propia energía del paciente. Algunas de las terapias alternativas son, musicoterapia, aromaterapia, danza terapia, masaje, reiki (Suarez, 2010).

Estas prácticas generan gran impacto en la sociedad debido a su efectividad no solo patológica sino también a nivel psicológico, teniendo en cuenta lo expuesto en los párrafos anteriores es de suma importancia que enfermería conozca y aplique las terapias especialmente en grupos vulnerables como lo son los adultos mayores con trastornos mentales, Nightingale nos menciona que es fundamental que el cuidado de los pacientes se utilicen métodos que favorezcan la pronta recuperación a través de modificaciones del entorno, siempre enfocando a lo humanitario a las habilidades compasivas, conscientes que ayuden a los pacientes a alcanzar un bien estar físico y mental.

Una de estas terapias alternativas que brinda grandes beneficios a pacientes con trastornos mentales es la aromaterapia que es considerado como un método terapéutico que utiliza esencias y aceites que producen aromas para ayudar a los usuarios con sus padecimientos, logrando la meditación y armonía interior. (Palomo, 2005)

La aromaterapia es considerada una terapia alternativa porque ayuda principalmente en los desórdenes físicos, mentales y emocionales. Ya que el cerebro registra dos veces más rápido el aroma que el dolor por lo que las inhalaciones de diversos aromas son capaces de cambiar las emociones.

Debido a la permeabilidad de los aceites y su alta lipofilia penetran la piel y las mucosas, por lo tanto se puede aplicar por vía dérmica o respiratoria, por lo tanto a través del órgano olfativo las macropartículas entran en contacto con el sistema nervioso central a si los estímulos olfativos llegan a las partes más profundas del cerebro, el aroma atraviesa numerosas fibras nerviosas y alcanzan al hipotálamo y el tálamo que es el centro más importante de estímulos sensoriales. Estas glándulas son el conjunto del sistema límbico donde se coordina el comportamiento emocional, los impulsos, el funcionamiento para la capacidad de aprendizaje y memorización (Saz, 2010).

La aromaterapia en la actualidad busca un efecto ansiolítico en ciertas esencias como la lavanda, rosa, limón y menta tienen un efecto ,equilibrante, purificante, armonizador y sedante mejorando el estado de ánimo, otros estudios destacan que estos aceites esenciales actúan en la dopamina que ayuda a generar un efecto ansiolítico por lo que los aceites esenciales ya mencionados se pueden utilizar en los diferentes trastornos psiquiátricos además que su aplicación puede ser mediante los siguientes métodos:

Inhalación: un método muy fácil ya que los aceites esenciales se aplican de forma directa o indirecta, mediante la inhalación de los aceites, se pueden colocar gotas en un pañuelo y el paciente lo inhala de manera suave o colocar los aceites esenciales en la piel o como un tratamiento de vapor.

Masaje: se aplica directamente en la piel, brazos, espalda con masajes circulares. **Baño aromático:** un baño con agua tibia que contenga los aceites esenciales tienen un efecto de relajación. **Uso interno:** algunos aceites esenciales pueden ser consumidos en forma de infusiones para el tratamiento de ciertos síntomas (Damián, 2013).

Otra terapia utilizada en pacientes psiquiátricos es la ludoterapia que es definida como un medio de comunicación y expresión a través del juego tratando problemas principales de tipo emocional. En la ludoterapia se trabaja una serie de habilidades con los usuarios que son capaces de disfrutar con el juego, inmediatamente demuestran felicidad, alegría, comunicación y compañerismo. (Gaspar, 2018)

El autor Pedro Gaspar menciona que La participación en el juego es de las más altas que en cualquier otra terapia y la concentración, así como la atención, consiguiendo que muchos usuarios pongan interés que en otros momentos no pondrían.

A continuación, se describen ejemplos de algunas terapias lúdicas que se pueden realizar con los usuarios: Terapia recreativa, deporte, arte, musicoterapia, terapia de grupo y juegos de mesa (Nápoles, 2017).

Las actividades lúdicas tienen un papel muy importante en la vida de los usuarios y que pueden influir en el estado físico, mental, cognitivo y poder mejorar la conducta en aquellos usuarios que son agresivos con el personal de enfermería y con sus propios compañeros, mejorar las habilidades de la vida diaria.

Las habilidades lúdicas son redes de apoyo con sus compañeros de unidad y el personal de enfermería, fortalece el lazo social en su vida hospitalaria, respetando reglas de convivencia con actividades que pueden muy básicas y sencillas, pero que con el tiempo tienen un gran impacto cognitivo.

El entrenamiento en habilidades sociales con el paciente psiquiátrico se ha convertido en un elemento común dentro de un gran número de programas de rehabilitación, y ello parece estar justificado por diversas razones empíricamente documentadas (Almir del Prette, 2002). Por lo ya mencionado es fundamental que en este tipo de población vulnerable se pongan en marcha herramientas básicas para el desarrollo de las habilidades de la vida del usuario.

Las endorfinas son producidas por nuestro cuerpo produciendo alegría y felicidad, disminuyendo el dolor físico, mejorando el estado emocional, el descanso y sueño. La serotonina regula el estado de ánimo, reduce el estrés, aumenta la tranquilidad evitando la ansiedad y las conductas agresivas o violentas. La oxitócina es un neurotransmisor que está asociada con el amor, produce mayor confianza y afecto. Por lo tanto, es importante el desarrollo de este proyecto ya que son una gran opción, brindando beneficios placenteros de comodidad que beneficia en las emociones, destrezas, adaptación grupal y seguridad personal (Casanova, 2019).

El poder controlar la ansiedad, agresión, y autoagresión que son uno de los principales problemas en la estancia hospitalaria debido al tiempo que mucho de los usuarios llevan. La importancia de la investigación radica principalmente en la medicina alternativa específicamente la aromaterapia y ludoterapia, ya que se pueden aplicar de forma rápida, son opciones bastantes económicas y nos garantiza un tratamiento eficaz y seguro. Los pacientes son los beneficiarios directos mejorando la salud mental. Por lo que el siguiente trabajo analizara los cambios de conducta en apoyo al tratamiento en pacientes psiquiátricos utilizando como terapia alternativa la ludoterapia y aromaterapia

Cuanto mayor sean nuestras habilidades sociales y cuanto mayor sea la coherencia de nuestros comportamientos con lo que pensamos y sentimos, y con los valores que defendemos, mejor será la evaluación externa que recibiremos en cuanto a nuestra competencia social (Almir del Prette, 2002)

III.METODOLOGÍA

La presente investigación es un estudio de corte cualitativo longitudinal, el estudio se realizó en el hospital psiquiátrico Samuel Ramírez Moreno en la unidad 1B larga estancia, con un total de 20 usuarios y se logró la participación de 15. Por lo que la integración de los 5 restantes era nula ya que se encontraban en cama, mutistas y con epilepsia, los cuidados e intervenciones dirigidos a ellos eran específicas.

Se analizo la conducta y comportamiento de los usuarios del hospital psiquiátrico, en el cual se establece su conducta, antes y después de las terapias alternativas ya mencionadas, con las que se trabajaron y analizaron día a día su conducta propia y hacia sus compañeros.

Se llevó a cabo una bitácora de trabajo donde se observaron los diversos cambios evolutivos en la conducta de los pacientes.

En la presente investigación observe la participación de algunos de los usuarios que mostraron disposición voluntaria, a quienes se les explicaba el procedimiento de cada terapia que se realizaba.

El estudio se realizó con los principios de respeto y equidad a los derechos de los usuarios y a la no violencia de su integridad, debido a la vulnerabilidad que los usuarios presentan.

IV. RESULTADOS

En el hospital psiquiátrico en la Unidad terapéutica larga estancia, con 20 usuarios en donde los principales diagnósticos son Retraso mental profundo, retraso mental moderado, epilepsia, problemas del comportamiento, autoagresión y heteroagresión. La mayoría de los usuarios fueron encontrados en situación de calle y reportados a las autoridades debido a la agresión que presentaban a las personas que transitaba y estos eran trasladados a diferentes hospitales psiquiátricos, así mismo otros de los usuarios llevaban en las instalaciones del hospital toda su vida desde que eran unos niños y al cumplir la mayoría de edad fueron internados en el hospital.

Conocí a los usuarios en el transcurso de un mes y pude observar su comportamiento de cada uno de ellos, así mismo identifiqué a los pacientes que sufrían cambios drásticos en su comportamiento, principalmente presentando conductas de agresión para el personal de enfermería y para sus compañeros.

Especialmente 5 pacientes que nombraremos: paciente 1 Juan Carlos, paciente 2 Aron, paciente 3 Napoleón, paciente 4 José Luis, paciente 5 Margarito, quienes presentaban conductas de agresión y era muy difícil trabajar con ellos e integrarlos a las actividades que se realizaban en la vida diaria dentro del hospital psiquiátrico.

Juan Carlos un usuario mutista que continuamente sufría problemas de autoagresión el usuario la mayor parte de los días presentaba llanto sin control alguno, tristeza, ansiedad y agresión principalmente en cabeza azotando en extremidades de las bardas de la unidad presentando llanto y gritos desesperados durante horas. Un usuario aislado de los demás compañeros ya que la aglomeración de personas le provocaba llanto y estrés, todos los días el usuario mantenía en sus manos dos tubos de plástico ya que eran los que le brindaban un poco de seguridad para no autoagredirse, había ocasiones que el

personal de enfermería intervenía verbalmente, con psicofármacos y sujeción donde finalmente el usuario buscaba la manera de dañar sus extremidades inferiores y superiores con la fricción que el mismo se provocaba ,por lo que era sumamente importante intervenir con el usuario con diferentes alternativas.

Aron uno de los usuarios de complejión robusta agresivo con el personal y con sus compañeros, los enfermeros refieren que el tiempo que lleva en el hospital psiquiátrico ha presentado problemas de autoagresión sin razón alguna. Pude observar su comportamiento y fijación con algunos de sus compañeros quienes deambulaban por la unidad y sin razón alguna eran empujados o golpeados por Aron, desafortunadamente en un hospital psiquiátrico siempre debes estar alerta y en los primeros meses Aron tenían fijación contra mí ,en muchas ocasiones intento empujarme y jalarme de mis muñecas por lo que era difícil para mí trabajar en la unidad y por lo que era necesario trabajar con él y observar muy de cerca su comportamiento y así mismo saber que era lo que le hacía tener fijación con ciertos pacientes y enfermeros.

Napoleón uno de los usuarios que aparentemente era muy tranquilo y le gustaba participar en las actividades diarias que se realizaban dentro de la unidad. Un usuario que constantemente cambiaba de humor y sentimientos, en el más mínimo descuido el usuario azotaba su cabeza únicamente en paredes y cristales de la ventana por lo que era importante mantener su atención en ciertas actividades para evitar sus agresiones.

José Luis un usuario que se encontraba en silla de ruedas con el que tuve el primer contacto enfermera paciente y desde que lo conocí pude percibir su actitud grosera y pesimista que tenía ante cualquier situación ya que ante cualquier compañero o enfermero se dirigía con malas palabras y aventaba golpes por todos lados, aventaba la comida si no era de su agrado y podía estar días sin comer por lo que era muy difícil integrarlo con compañeros y realizar actividades en conjunto.

Margarito un usuario activo todo el tiempo, poco participativo, presentaba agresión con sus compañeros para quitarles sus pertenencias principalmente si se trataba de alimentos el usuario se dirigía con sus compañeros y de una manera brusca les quitaba las pertenencias o alimentos que el eligiera, en ocasiones gritaba e intentaba golpear al personal.

Una vez que identificados a los pacientes en el transcurso de un mes se integraron a actividades lúdicas y terapias alternativas que favorecen en la vida de los usuarios psiquiátricos, su integración fue difícil ya que al principio los pacientes ya mencionados no permitían que estuviera tan cerca de ellos por lo que se tornaba difícil trabajar con ellos, con el paso de los días los usuarios observaron la participación de los demás compañeros y poco a poco fue su integración, con Juan Carlos era distinto ya que nos dirigíamos hasta su cama y se realizaban una serie de actividades que se mencionan continuación actividades lúdicas: paseo terapéutico, activación física, bailar con los usuarios, juego de dominó, juego de memorama, juguetes de habilidad motora, terapia corporal, pintar, colorear y dibujar, decorar la unidad, romper la piñata y karaoke.

La mayoría de los usuarios participaba en las actividades lúdicas y en la aromaterapia, Por lo que era fácil su integración y se lograron observar grandes cambios en cada usuario Ya que la mayoría de ellos seguían órdenes básicas de la vida diaria por lo que su participación en las actividades lúdicas era amena y disfrutaban día a día de las diferentes actividades que los usuarios realizaban

En el segundo mes se integró a 10 pacientes a las actividades lúdicas y a la aromaterapia, los usuarios que eran los más agresivos y se integraron en el tercer mes debido a la desconfianza y miedo que presentaban.

Debido a que era nueva integrante de la unidad los usuarios ya mencionados presentaban desconfianza, pero al observar la integración de los demás compañeros poco a poco fueron presentando interés principalmente en la aromaterapia qué consiste en aplicar pequeñas gotas de aceite de lavanda en

muñecas y lóbulo de las orejas posteriormente se colocaba incienso de olores y música relajante y para mejor confort del usuario se colocaban los colchones de las camillas en el suelo para poder tener un mejor contacto con los usuarios.

Se realizaban las actividades lúdicas diario alternando cada una de ellas, donde se llevaba la participación de 15 usuarios. El paseo terapéutico se realizaba diario a las 5 de la tarde con una duración de una hora en compañía de los pasantes con música de su agrado, quienes disfrutaban bastante salir de la unidad, los usuarios seguían las órdenes y nunca mostraron algún percance.

Los juegos que se realizaban con los usuarios eran lotería, memorama, Jenga, colorear y dibujar. Las actividades se realizaban dentro de la unidad con una duración de una hora donde su facción demostraba su alegría y la diversión que presentaban al realizar las actividades ya mencionadas.

El cambio en los 5 usuarios ya mencionados fue evidente;

Juan Carlos al realizarle la aromaterapia permanecía tranquilo en su cama por el resto de la tarde, se observaba más participativo disminuyo su ansiedad y miedo al estar con sus compañeros , cuando se realizaba la musicoterapia el usuario era capaz de escuchar e integrarse por el mismo sin necesidad ir a su pabellón ,empezó a deambular dentro de la unidad y a realizar actividades básicas como ir al baño por el mismo ,los cambios en Juan Carlos fueron evidentes principalmente en su rostro mostrando alegría y tranquilidad, debido a la constancia con la cual se realizaban las actividades ya mencionadas.

Aron disminuyo notoriamente su agresión con los compañeros y conmigo por lo que se integraba a todas las actividades realizadas, se mostraba participativo, cooperativo, su actitud se mostraba diferente al terminar cada actividad.

Napoleón Realizaba la mayoría de las actividades, mostrando tranquilidad, emoción al realizar las actividades lúdicas principalmente en los juegos y al cantar o bailar, por lo que el usuario ya no mostraba tristeza ni adinamia.

José Luis el usuario más enojón y grosero de la unidad se volvió un usuario completamente diferente mostrando actitudes diferentes a la hora de la comida, se volvió más amable con el personal y sus compañeros mostraba un rostro lleno de alegría, emoción y al realizar la aromaterapia la disfrutaba bastante la mayoría de las ocasiones el usuario se quedaba dormido mostrando tranquilidad durante la tarde. Otra de las actividades que disfrutaba al máximo era escuchar música, cantar y bailar.

Margarito Se lograron observar Cambios que aminoraron su conducta agresiva e inquietante que tenía hacia sus compañeros principalmente en despojar a sus compañeros de sus pertenencias.

Logre incorporar a los usuarios en actividades más complejas dentro de la unidad en actividades que se realizaban cada año como lo fue día de muertos:

Los usuarios participaron en decorar la unidad y la emoción que presentaban era evidente. Los usuarios fueron inscritos al concurso que se realizaba cada año dentro del hospital donde participaron la mayoría de los usuarios, sus caras fueron pintadas y se disfrazó a un usuario quien ganó el 3º lugar y compartió su premio con los demás compañeros.

En diciembre se adornó la unidad con luces, escarcha, esferas y un árbol, los usuarios se mostraban muy felices al entrar a la unidad especialmente Juan Carlos era uno de los usuarios que disfrutaba de los colores y las luces, por lo que decidí enfocarme principalmente en el área de su dormitorio donde se pasaba observando y deambulando. También se realizaron convivios con todos los usuarios, donde rompían piñatas, cantaban, escuchaban música y bailaban, los usuarios mostraban una integración y participación que disfrutaban todo el tiempo.

Los usuarios psiquiátricos son personas vulnerables, aisladas, tristes que llevan con ellos mismos una carga emocional bastante difícil debido a las

diferentes circunstancias de su vida que padecieron, la mayoría de ellos abandonó, maltrato y agresión.

Por lo que es de suma importancia hacer un enfoque en los usuarios, ya que psiquiatría no solo es dar un diagnóstico y un tratamiento, es trabajar día a día sin olvidarnos del lado humanitario y sobre todo ser empáticos y consientes que la vida que los usuarios llevan es difícil y dura, que la mayoría de ellos llevan toda una vida encerrados en cuatro paredes, que su vida no es más allá del comedor, los pasillos y un jardín.

Por lo que decidí hacer un énfasis en los usuarios ,salir de su vida tan rutinaria y darles un poco de alegría , tranquilidad ,diversión, emoción y risas con las actividades lúdicas que se enfocan en una serie de juegos y actividades que sin duda alguna disfrutaban bastante y tuvieron un impacto en su estado emocional al igual que la aromaterapia ya que los cambios fueron favorables ,se logró integrar a aquellos usuarios que eran difíciles de manejar pero finalmente no hay nada imposible ,como ya mencioné anteriormente tuve dificultades , miedo , heteroagresión pero nada me hizo cambiar de idea y logré grandes cambios en la vida de cada usuario.

V.DISCUSIÓN

Una vez finalizada la investigación se pudo apreciar los cambios que los usuarios del Hospital Psiquiátrico Samuel Ramírez Moreno presentaron durante la aplicación de la aromaterapia y ludoterapia, con las cuales se logró una disminución de los niveles de ansiedad, agresividad y de conducta por lo que se puede afirmar que la aromaterapia y la ludoterapia es efectiva en los pacientes psiquiátricos.

La Dra. Soto realizó una investigación sobre la aromaterapia utilizada en la salud mental, donde se describe evidencia a favor de la aromaterapia, principalmente en el aceite de lavanda que atribuye grandes beneficios en el estrés, ansiedad, depresión, trastornos del sueño, trastornos cognitivos. Por lo que la aromaterapia es una gran opción, simple y de bajo costo, que puede ser utilizada como complemento a los tratamientos destinados al restablecimiento de la salud mental y trastornos asociados. (Soto, 2019).

Estos efectos son el resultado gracias a la percepción del olor y los componentes de los aceites esenciales sobre zonas concretas del cerebro, los aceites de lavanda tienen efectos beneficiosos en el estrés, ansiedad y depresión ya sea por vía oral o inhalación. El aceite que presenta más eficacia es el de lavanda que es comparado como fármacos ansiolíticos.

El aceite esencial ya mencionado puede constituir un recurso terapéutico para tener en cuenta para el tratamiento del estrés y la ansiedad, es económico y seguro y más económico que la mayoría de los psicofármacos refiere la Dra. Casanova. (Casanova 2019)

El autor Rosales en su investigación menciona que, en el ámbito hospitalario, se encontró que los aceites esenciales de lavanda disminuyen los niveles de estrés preoperatorio. (Rosales,2019).

Por lo que es importante encontrar respuestas en fuentes naturales como estrategias, ya mencionadas en la investigación, donde se logró observar los cambios de conducta y el afrontamiento al estrés que los usuarios psiquiátricos presentaron con la medicina alternativa como lo fue el uso de la aromaterapia donde las evidencias mencionan al estrés y ansiedad como una de las principales variantes que la aromaterapia brinda beneficios en respuesta al estrés y ansiedad principalmente.

El autor Vargas hace mención de diferentes trastornos que a continuación se mencionan trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de pánico, depresión, ansiedad se les asocian una serie de síntomas físicos como nerviosismo, inquietud, impaciencia, fatiga, irritabilidad, tensión muscular, temblor, cefalea, alteraciones del sueño, sudoración y taquicardia con muchos cuadros más que se enfocan principalmente en la psiquiatría. El estudio menciona que la aromaterapia ha logrado demostrar reducciones significativas de la ansiedad. (Vargas, 2010).

Cuando se aplica la aromaterapia influye positivamente en el aspecto físico al estimular las hormonas y el metabolismo. Lo cual es importante para que exista un equilibrio en el cuerpo. Otro aspecto que se favorece con la utilización de la aromaterapia es el estado anímico provocando que sus sentimientos y afectos sean de forma positiva. Ya que el aroma lo transforma a una situación positiva y agradable. Esto lo percibe el sistema nervioso y se logra que mejore sus niveles de estrés. (Palomo, 2010)

La presente investigación tiene un alto impacto en los usuarios psiquiátricos gracias a la ludoterapia y aromaterapia que presentaron efectos positivos en los diferentes trastornos mentales.

En el presente estudio los usuarios se encontraban con trastornos mentales distintos que les provocaban una serie de estrés que impactaba con su entorno principalmente al personal de enfermería y sus compañeros quienes

sufrían agresión y autoagresión, lo que es un verdadero problema para todos los usuarios ya que debido a sus trastornos lo usuarios sufrían una alteración en la conducta y un estrés constante debido al encierro que llevan durante toda su vida. Los usuarios hospitalizados y por su condición los fomenta a tener una vidallena de estrés ansiedad angustia, estos fenómenos se pueden ver altamente influenciados por el ambiente en el que se han encontrado ya que muchos de los usuarios llevan toda su vida en un hospital psiquiátrico.

Una vez realizado el estudio se observó en los usuarios relajación y una mejoría en su conducta y en el estado de ánimo. Sobre todo, en los pacientes que estuvieron expuestos al aroma en forma continua. Con los usuarios ya mencionados se podían observar más tranquilos, se integraban a las actividades diarias mostrando tranquilidad y, mejorando su descanso en las noches.

La vía de administración elegida fue por inhalación, constituye una vía no invasiva y pasiva lo que facilito su administración.

A pesar de la limitada cantidad de evidencia clínica, bases científicas indican que ciertos aceites esenciales se absorben rápidamente por inhalación, llevando a alteraciones de la función cerebral. A su vez esta ruta describe como la más efectiva para el manejo del estrés y la depresión. (Fernández, 2018).

A partir de los artículos revisados en este estudio, se logra identificar que la inhalación de aceites es capaz de estimular el sistema límbico generando efectos positivos en la memoria que pueden traer a la mente recuerdos gratos de situaciones vividas. Se produce la liberación de serotonina y otros neurotransmisores que pueden actuar de forma inmediata en el individuo. Los síntomas emocionales por los cuales se suele recurrir al uso terapéutico de aceites esenciales son la ansiedad, la depresión y el estrés, los cuales se están presentando en diferentes momentos del ciclo vital humano. (Fajardo, 2018).

El Dr. Sierra menciona específicamente a 10 tipos de aceites más versátiles y útiles para la familia, nos enfocaremos en el aceite de lavanda que fue el aceite que se utilizó durante la investigación.

El aceite de lavanda se prepara a base de la destilación por vapor de las flores de la planta, tiene un olor fresco, balsámico y maderoso que puede ir acompañado de otros aceites especialmente los cítricos y los florales. Sus principales propiedades son analgésicas, anticonvulsivo, antidepresivo, antiséptico, cicatrizante, diurético, sedante y tónico. Su uso principal es en la depresión, dolor de cabeza, insomnio, migraña, tensión nerviosa y desordenes relacionados con el estrés. (Sierra, 2010).

Por lo que es importante contemplar a la aromaterapia en el tratamiento con los usuarios así mismo como las investigaciones que los autores mencionan en diferentes circunstancias pero que los resultados son favorables en cualquiera de las diferentes situaciones.

Otra de las investigaciones que se realizó con los usuarios psiquiátricos fue la ludoterapia que tuvo relevancia en la vida de las personas principalmente aquellas con diferentes trastornos mentales, que se centra en la calidad de vida, la rehabilitación e integración en el medio que los rodea.

El autor Víctor Larrinaga nos menciona en una de sus investigaciones que desde tiempos remotos las actividades lúdicas ya existían y la cultura griega era una de las principales culturas que la practicaba, ya que los médicos romanos recomendaban paseos, juegos, teatro y lectura a aquellas personas que padecían trastornos mentales.

A finales del siglo XVIII se producen grandes cambios en la psiquiatría ya que en Inglaterra surge la propuesta de utilizar música, libros, descanso, actividad física como terapia.

Hoy en día la mayoría de los hospitales psiquiátricos cuentan con una serie de diversos servicios o programas de rehabilitación que pretenden mejorar el

estado de salud de los usuarios psiquiátricos principalmente para ayudarle a mantener el mejor nivel de funcionamiento y calidad de vida posibles. Actualmente los profesionales desarrollan diversos modelos y programas de rehabilitación para la ocupación del tiempo libre en las actividades lúdicas que provocan la satisfacción y disfruten de actividades que son libremente elegidas de acuerdo con los usuarios psiquiátricos. (Larrinaga, 2010).

La autora Susana Gorbeña hace referencia a los trastornos mentales como una enfermedad grave que causa un impacto en todos los ámbitos de la vida de la persona que lo padece expresando sufrimiento, pérdida de control de la propia vida el extrañamiento de uno mismo y la respuesta social ante la enfermedad mental que desencadena importantes cambios.

La experiencia de la hospitalización psiquiátrica deja en suspenso su vida debido al aislamiento, el deterioro de actividades, el abandono de la propia familia. Por lo que las actividades lúdicas han demostrado que ayudan a mejorar la calidad de vida.

En un grupo de hombres adultos con trastornos mentales se realizó una serie de actividades lúdicas que ellos eligieron libremente, se observó que aumentaban de forma significativa su satisfacción vital que favorecía a las actividades de la vida diaria y la integración grupal de los usuarios (Gorbeña, 2010).

En las investigaciones que se presentaron demuestran cambios favorables gracias a las actividades lúdicas que se realizaron a los usuarios, así mismo también la autora María Marín hace mención a la ludoterapia como una alternativa para disminuir la agresividad en niños ya que se puede canalizar en diferentes formas, el juego es un canal directo para establecer una relación, un vínculo. El juego favorece el desarrollo de múltiples funciones en el desarrollo de los niños en lo cognitivo, social, motriz y emocional. La terapia del juego ayuda a los niños a buscar habilidades para expresar sus propios sentimientos.

La ludoterapia reconoce que el juego puede realzar el crecimiento emocional en los niños e incluso en los adultos. El juego brinda placer ayuda a romper la rutina diaria que es una oportunidad para aliviar el estrés y la tensión que trae la vida. (Marin, 2007).

Se evidencia que el juego permite cierto distanciamiento de los problemas de la vida cotidiana; coherente con la literatura al respecto, que identifica en ello la contribución de la actitud lúdica a la adaptación y sentido de vida en la medida que este puede incorporarse a lo cotidiano. La actitud lúdica, que brinda principalmente alegría, emociones, diversión, permite enfrentar las dificultades, superar la frustración, facilita la expresión de emociones y resolución de conflictos especialmente en adultos mayores. (Muñoz, 2016).

El adulto mayor principalmente aquel que sufre de trastornos mentales necesita una atención especializada de profesionales para contribuir en su calidad de vida, así como lo es el personal de enfermería es promocionar, ejecutar y realizar actividades lúdicas como la música, baile arte, pintura, deporte el trabajo y la integración cuerpo y mente. (Tapia, 2014).

Los adultos mayores al realizar una serie de actividades lúdica como lo son las actividades físicas y recreativas con frecuencia, los beneficios de salud que dichas actividades representan y las relaciones que se pueden establecer con otras personas, las cuales favorecen su vida social evitando el aislamiento. (Farías, 2016).

A través de las actividades propuestas, El adulto mayor mejora su vida, gracias a las diversas actividades mencionadas, ya que adquieren mayor confianza en sus labores y como tratamiento, ya que despiertan gran interés en el adulto mayor, incorporando a una vida activa fomentando una vida de calidad. (Goyes, 2015).

Durante la investigación realizada en el hospital psiquiátrico Samuel Ramírez Moreno a través de diferentes alternativas como lo fue la aromaterapia y ludoterapia se puede concluir que las actividades ya mencionadas y gracias a diferentes investigaciones ayudan al fortalecimiento de habilidades motrices que ayudan a que los usuarios sean más dinámicos, participativos y felices. Se puede afirmar que las actividades lúdicas como la aromaterapia promueven el mejoramiento en el sistema funcional, en el estrés, la agresión, siendo un eje primordial en la calidad de vida de los mismos, por lo cual es de suma importancia la constancia de cada una de ellas en los usuarios psiquiátricos.

VI.REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Casanova, R,(2019).Aceites esenciales en el estado de ánimo,Fisioterapia,18(2).101-136.Consultado el 1 de Abril del 2021 en <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/159478/1/697665.pdf>

Farías., D, (2016). Ludoterapia en el adulto mayor.educ.1 (1).10-130 Consultado el 28 de junio del 2021 en https://isfd86-bue.infed.edu.ar/sitio-investigacion-en-ef/upload/LUDOTERAPIA_EN_EL_ADULTO_MAYORpdf

Fajardo, L. (2018). Efectos de los aceites esenciales en los síntomas emocionales de la ansiedad, depresión y estrés, Salud,2(1).15-56. Consultado el 10 de mayo del 2021 en <https://www.edu.co/bistraen/hunde/11158/920/Zuluaga%20Ramirez.pdf;sesionad=451E6FA539B4613E9C897CAB7357C6D>

Fernández, E, (2018). Aromaterapia, Medicina,3(2).80-90. Consultado el 26 de junio del 2021 en <https://www.medic.org/pdf/09374847/.pdf>

Gorbeña, S, (2010) Practica del ocio de las personas con trastornos mentales crónicos, Salud mental1 (1).77-113.Consultado el 22 de junio del 2021 en http://www.deusto-.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio14.pdf

Goyes., A. (2015). Actividad física recreativa en el adulto mayor. Educación Física y Deporte, 34 (1), 239-267. Consultado el 20 deJunio2021. <http://doi.org/10.17533/udea.efyd.v34n1a>

- Larrinaga, V.,(2010).El ocio en los Hospitales Psiquiatricos.Salud.2(1).37-69 Consultado el 19 de Junio del 2021 en http://www.publicaciones.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio14.pdf
- Marín, M, (2007).Aplicación de la ludoterapia para la reducción de la agresividad 30 en niños.Ludoterapia1 (1)56-70.Consultado en 20 de Julio del 2021 en <http://pace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1080/1/06255.pdf>
- Muñoz, C, (2016) El juego como recurso terapéutico en la intervención comunitaria con personas mayores. Educación y deporte 16(1):84-97. Consultado en 30 de Julio del 2021 en <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v16n1/hmc06116.pdf>
- Palomo, M., (2010). Aromaterapia. Salud. 2(1).6-29. Consultado el 12 de Mayo del 2021 en http://biblioteca.usac.edu.gt/07/07_1776.pdf
- Rosales, L, (2019). Composición química y efecto de los aceites, Arnaldoa, 26(1).381-390.Consultado el: 18 de mayo del 2021 en <http://www.scielo.org.pe/pdf/arnal/v26n1/a19v261.pdf>
- Soto, M, (2019). Aromaterapia en la salud mental, Medicina Naturista,1(3).20-26. Consultado el: 21 de Marzo del 2021 en https://www.researchgate.net/publication/330184922_Aromaterapia_en_la_salud_mental
- Sierra, H. (2010). Manual de aromaterapia. nacional1 (1).2-26. Consultado el 1 de Junio del 2021 en <https://musicalrecursos.files.wordpress.com/2012/11/manual-aromaterapia.pdf>
- Tapia. M, (2014). Impacto de la ludoterapia en el adulto mayor. Salud.2 (1).33-90 Consultado el 30 de Junio del 2021 en <https://Space.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20978/1/Tesis%20Prgrado.pdf>

Vargas, P, (2010). Efectos de la aromaterapia en el servicio Medicina del Hospital, *Blacpma*, 5(4).84-91. Consultado el 14 de febrero del 2021 en <https://www.redalyc.org/pdf/856/85650406.pdf>

VII.ANEXOS

REVIEW RESULTS



EUROPEAN - AMERICAN JOURNALS

European Centre for Research, Training and Development (EEBD)

13 Duncan Rd, Gillingham Kent, ME7 4L, United Kingdom (UK). Tel: ++44(0)1634 56071

Email: Info.ea-journals.org, Website: www.ea-journals.org

Maribel Gonzalez Carrion, Juan Manuel Sánchez-Soto², Cristina Juárez Landín³, Monica Celis Guzman

TITLE: ESTUDIO DE CASO SOBRE LA LUDOTERAPIA Y AROMATERAPIA EN APOYO DEL TRATAMIENTO EN PACIENTES PSIQUIATRICOS

Manuscript ID: EJBMSR-445

Thank you for your interest in our journal. Your manuscript has been reviewed by two reviewers in this area. Please find the reviewers' comments and suggestions as attached with this letter. The Editorial Board has decided to publish your paper without any corrections. Please feel free to contact the Editor via email for any query. I look forward to hearing from you.

Note: These journals are affiliated to British Research Institute, UK, European Research Institute of Recognition

Good news!

- ✓ **2021C BEST PAPER AWARD IS NOW OPEN! YOUR PAPER WILL BE ENTERED FOR THE AWARD DATE OF THE AWARD: MARCH 2022**
- ✓ **Recently, a number of libraries in the UK have requested copies of our journals. This increases readership of our authors' articles and recognition. These libraries include: The Bodleian Library Oxford University, the Cambridge University Library, National Library of Scotland, National Library of Wales and Trinity College Dublin.**

The banner features three award categories at the top: Best Global Impact Award (orange), Global Research Award (purple), and Global Visibility Award (dark blue). The main text reads 'Best of 2022' in large white font on a purple background. Below this, it says 'The results are coming in for the best articles of 2022. Be part of it by submitting original papers'. The banner is decorated with horizontal bars in red, green, and orange at the bottom.

Thank you
(Editor-in-Chief)
13 Duncan Rd Gillingham Kent, ME7 4LA, United Kingdom

REVIEW RESULTS

Attachments:

1. Terms and Conditions (Page 2),
2. Reports of Reviewers (Page 3 & 4)
3. Payment Instructions (Page 5)

Terms and conditions

Publication Fee

The usual publication fee is **£146 (British pounds) for one hard copy and online publication**. £100 is charged for each additional author due to the supply of additional copy of the printed journal. If you don't want to get more than 1 copy of the printed journal, you will have to pay the usual publication fee of (£146) **excluding bank charges**. No waiver policy is applicable. Please inform the Editor when the payment is made.

Schedule for publication

Your paper will be published in the next edition if you satisfy the payment and modification (if any) within 1 week.

Additional information

1. You will get one copy of the printed journal (free of charge). The copy will be sent to your address by post. It takes generally two weeks after the hard copies have been printed. Please confirm the email address via e-mail.
2. You can pay for online publication only at £100 if you do not want the hard copy
2. You can also get additional copy of the printed journal by paying £100.
3. You can request from the Editor to publish your paper in future dates
3. You can download your published paper online free of charge.
4. You can pay the equivalent of the publication fee in Dollars using the same payment details here (your bank should be able to help out on this)
5. **ECRTD Member Certificate is issued free of charge. As a member, you may be invited to the UK from time to time for conferences and seminar presentations**

REVIEW RESULTS

Double-blind review form (First reviewer)

Thank you for agreeing to be a reviewer. We are keen to ensuring a high standard of articles published in European –American Journals, and the manuscript that is being sent to you has been submitted after a first selection process based on the agreement of the Associate Editors. In general, the standard of manuscripts forwarded to me after the vetting is good. To this end, we would be grateful if you would, wherever possible, provide constructive feedback to enable the author(s) improve the manuscript before publication.

Please complete the table below and rate the article on the issues described. As with all double-blind reviewing, any comments you make will be passed to the authors on an anonymous basis. As we strive to provide feedback/comments to authors within 2 weeks of submission, please try to complete the review within that time.

| | Please rate the following (5=excellent, 1= poor) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Relevant to the themes of the journal | * | | | | |
| 2 | Contribution to academic debate | | | * | | |
| 3 | Structure of the paper | | * | | | |
| 4 | Standard of English | | * | | | |
| 5 | Appropriateness of the research/study method | | * | | | |
| 6 | Relevance and clarity of drawing, graphs and tables | * | | | | |
| 7 | Appropriateness of the abstract as a description of paper | * | | | | |
| 8 | Appropriateness/ number of keywords | | * | | | |
| 9 | Discussion and conclusion | | * | | | |
| 10 | Reference list, adequate and correctly cited | * | | | | |
| 11 | Appropriateness of the contribution to knowledge | | | * | | |

Decision regarding the paper

(*) Accept the paper in its current format

() Accept the paper with minor changes

() Resubmit with the major changes

() Decline the submission

Comments

This paper is well organized and followed the manuscript guidelines of the journal to a large extent. The introduction section is good and shows the importance of the study. Literature review is adequate. Outcomes of the study are consistent with the findings. The approach used is praiseworthy. In my opinion, it should be published with no revision although implication to the research needs to be explicit.

REVIEW RESULTS

Please only pay using the bank details below:

Payment instructions -1-(Bank Transfer)

Beneficiary Name: European Centre for Research Training and Development UK

Beneficiary Bank Name: Lloyds Bank, United Kingdom

Beneficiary Bank Address: 106-108 High Street Gillingham Kent ME7 1AX

Beneficiary Bank Account No: 87487368

Beneficiary Sort Code: 77-95-08

Beneficiary BIC/ Swift code: LOYDGB21J93

Beneficiary IBAN: GB63LOYD77950887487368

Payment Reference: Please indicate the journal title, author(s) name and manuscript ID in the payment slip before sending us a copy

Payment Instruction 2-(Credit or Debit Card)

You can also pay the publication fee via credit or Debit Card through the link below:

<http://www.eajournals.org/misc-payments/>

Use this email: "info@ea-journals.org" for payment

Note: For you to be able to make the online payment, you must have a Pay Pal account.

*Note: This account is for British Pounds. You can also pay the equivalent of the publication fee in Dollars using the same details (Contact your bank for help). You can also request for Western Union Payment details from us if you wish to make your payment using this method. Revise your paper (if any): make the payment and request for **acceptance letter**. Please contact us via email at: info.ea-journals.org if you are experiencing difficulties in making your payments.*

Please ensure you include your postal address on the revised paper (if any) before forwarding it to us!

**CASE STUDY ON LUDOTHERAPY AND AROMATHERAPY IN SUPPORT
OF TREATMENT IN PSYCHIATRIC PATIENTS**

**Maribel Gonzalez Carreon, Juan Manuel Sánchez-Soto², Cristina Juárez Landín²,
Monica Celis Guzman³**

¹ PLEN del Centro UAEM Universitario Valle de Chalco

² Profesores de Tiempo Completo del Centro UAEM Universitario Valle de Chalco

³ Profesores de Medio Tiempo del Centro UAEM Universitario Valle de Chalco

Maribel Gonzalez Carreon, Juan Manuel Sánchez-Soto, Cristina Juárez Landín, Monica Celis Guzman
(2022) Case Study on Ludotherapy and Aromatherapy in Support of Treatment in Psychiatric Patients,
European Journal of Biology and Medical Science Research, Vol.10, No.1, pp.15-25

ABSTRACT: *The present research was carried out at the Samuel Ramirez Moreno psychiatric hospital, which aimed to describe the importance of recreational activities and aromatherapy for the treatment of psychiatric patients, the longitudinal qualitative study method a qualitative longitudinal cut study, involving 75% of patients with mental health. It is important to improve the quality of life of the patient, the activities aimed at stimulating their functionability, as well as to reduce the violence and stress that users constantly present during their hospital stay. The results showed that the recreational activities and aromatherapy produce cognitive stimulation, which is a set of pathways, forms, methods, and techniques that are effective in the functioning of capacities such as memory, language, and reasoning these functions are important to maintain intellectual skills in order to restore autonomy to the user. Its main benefits are physical and physiological: Expanding your body expression, stimulating concentration and mental agility, improving balance, increasing blood circulation This helps to release serotonin and endorphins. Recreational activities and aromatherapy are of utmost importance in the elderly, mainly in users with mental disorders so games are learning tools and cognitive activity as they stimulate the mind by forcing it to think and activate different skills in their daily life. Aromatherapy improves mood for relaxation, in situations of stress or anxiety has a soothing effect that facilitates relaxation and mental peace because essential oils can serve the balance between the right and left hemispheres.*

KEY WORDS: psychiatric diseases, aromatics, Ludoterapia.

INTRODUCTION

This alteration is a manifestation primarily of reasoning, behavior and the loss of reality and of adapting to the conditions of life that generate social isolation a disorder of basic daily activities and problems to adapt to the environment. Most of these mental disorders are observable by the people around them, including the main physical symptoms are: Sleep disorders, sadness, fear and anxiety, difficulty thinking clearly, abnormal beliefs, memory disturbances, aggressive behavior due to visual or auditory disturbances. It is of the utmost importance to mention that these mental disorders are classified and arise most

of them due to biological, genetic, neurological, environmental or psychological factors that have an impact on the affective and cognitive procedures of development which causes difficulties in reasoning. Alterations of thought and loss of reality (Falcó, 2015). The classification of mental disorders are: schizotypic symptomatic and organic, neurotic, behavioral and personality, behavior in childhood and adolescence, disorders due to consumption of psychotropic, mood or affective, mental disorders produced by physiological dysfunctions and mental retardation. From which derive disorders with high incidence in Mexico, 17% of people have at least one mental disorder, and one in four will suffer at least once in their lives. The people affected are currently the elderly and families in situations of violence (Rodríguez, 2008).

Delirium according to DSM-V, is defined as an alteration of consciousness and change in cognition that develops over a period of time, for its diagnosis the following criteria are required, alteration of consciousness difficulty in directing attention, change in cognitive functions. Delirium symptoms are common in the elderly and even more so in hospitalized patients, which is associated with an extended hospital stay (American Psychiatric Association, 2014).

Schizophrenia is a set of psychotic disorders, characterized by the presence of positive and negative psychotic symptoms. Its manifestations consist of a mixture of characteristic signs and symptoms. Symptoms affect multiple psychological processes, such as perception, hallucinations, ideation, reality check, delusions, catatonia behavior, concentration disorganization, motivation, and judgment (Clinical Practice Guide on Schizophrenia, 2009).

Mental delay is the difficulty of learning and the limitations in the activities of daily life. The author Alonso states that mental retardation manifests before the age of 18, which is when any individual is able to attribute to society and assumes adult roles. For a timely diagnosis it is basic to take the person's adaptive skills such as: Spoken word communication, writing, and language. Self-care, hygiene and physical appearance. Household skills and social skills. These should be evaluated and evaluated by specialist staff based on patient information obtained by different means such as interviews, direct observation, standardized tests duly adapted to each user (Alonso, 2006).

Epilepsy is one of the most common disorders within psychiatric hospitals that represents mainly cognitive problems that are derived from it and is a problem that requires a thorough clinical study. It is a chronic condition characterized by the presence of seizures or not, which are caused by an excessive discharge of brain neurones, associated with the various clinical and paraclinic manifestations (Duarte, 2004).

It is therefore of the utmost importance that the nurse in the area of psychiatry can offer treatments that favor and protect the health and well-being of each user, since the main objective of psychiatric hospitals is to enhance the skills and skills necessary for the user to learn to live within the hospital unit with his mental disorder by offering various

treatments not only to resort to psychopharmaceuticals seek help with support of alternative therapy (Martinez, 2018).

Alternative therapies are healing resources based on practice, theories, beliefs, and experiences of the various cultures that are used in the maintenance of physical and mental health. It brings many health benefits: It reduces stress and anxiety levels, promotes the immune system to function properly, reduces stress and anxiety, decreases pain levels, and improves blood circulation.

Therefore, alternative therapy must be applied by the multidisciplinary staff of the hospital, covering various activities in which natural resources such as water, land, plants, exercise, the patient's own mind and energy are used. Some of the alternative therapies are, music therapy, aromatherapy, dance therapy, massage, reiki (Suarez, 2010).

These practices generate great impact on society because of their effectiveness not only pathological but also at the psychological level, taking into account the above points it is of the utmost importance that nursing knows and applies the therapies especially in vulnerable groups such as older adults with mental disorders, Nightingale tells us that it is essential that patient care be used methods that favor early recovery through modifications of the environment, always focusing on the humanitarian to compassionate skills, conscious that help patients to achieve a good physical and mental being.

One of these alternative therapies that offers great benefits to patients with mental disorders is aromatherapy which is considered as a therapeutic method that uses essences and oils that produce aromas to help users with their sufferings, achieving meditation and inner harmony (Palomo,2005).

Aromatherapy is considered an alternative therapy because it mainly helps in physical, mental, and emotional disorders. Since the brain registers twice as fast the aroma as the pain so inhaling different aromas are able to change the emotions. Due to the permeability of the oils and their high lipophilicity penetrate the skin and mucous membranes, therefore it can be applied by dermal or respiratory route, therefore through the olfactory organ the macroparticles come into contact with the central nervous system if the olfactory stimuli reach the deeper parts of the brain, the aroma passes through numerous nerve fibers and reaches the hypothalamus and thalamus that is the most important center of sensory stimuli. These glands are the set of the limbic system where emotional behavior, impulses, functioning for learning and memorization capacity are coordinated (Saz, 2010).

Aromatherapy currently seeks an anxiolytic effect in certain essences such as lavender, rose, lemon and mint have an effect ,equilibrate, purifying, harmonizing and sedative improving the mood, other studies emphasize that these essential oils act on dopamine that helps generate an anxiolytic effect so that the essential oils already mentioned can be used in the different psychiatric disorders besides that their application can be through the following method:

Inhalation: A very easy method as essential oils are applied directly or indirectly, by inhaling the oils, drops may be placed on a tissue and the patient breathes it gently or places essential oils on the skin or as a steam treatment.

Massage: Applied directly to skin, arms, back with circular massages. **Aromatic Bath:** A bath with warm water containing essential oils has a relaxing effect. **Internal use:** Some essential oils can be consumed in the form of infusions for the treatment of certain symptoms (Damian, 2013).

Another therapy used in psychiatric patients is Ludotherapy which is defined as a means of communication and expression through play dealing with major emotional problems. In the therapy we work a series of skills with the users who are able to enjoy the game, they immediately demonstrate happiness, joy, communication and companionship (Gaspar, 2018).

The author Pedro Gaspar mentions that the participation in the game is of the highest that in any other therapy and concentration, as well as the attention, getting many users to put interest that at other times would not put. Examples of some recreational therapies that can be performed with users are described below: Recreational therapy, sport, art, music therapy, group therapy and board games (Naples, 2017).

Recreational activities play a very important role in users' lives and can influence physical, mental, cognitive, and improve behavior for users who are aggressive with nurses and their own peers. improve the skills of everyday life. Playful skills are supportive networks with their unit partners and nursing staff, strengthens the social bond in their hospital life, respecting rules of coexistence with activities that can be very basic and simple, but that over time have a great cognitive impact.

Training in social skills with the psychiatric patient has become a common element within a large number of rehabilitation programs, and this seems to be justified for a number of empirically documented reasons (Almir del Prette, 2002). It is therefore essential that basic tools for the development of the skills of the user's life be put in place in this vulnerable population.

Endorphins are produced by our body producing joy and happiness, decreasing physical pain, improving emotional state, rest and sleep. Serotonin regulates mood, reduces stress, increases peace of mind by avoiding anxiety and aggressive or violent behavior. Oxytocin is a neurotransmitter that is associated with love, produces greater confidence and affection. Therefore, the development of this project is important as they are a great option, providing pleasant benefits of comfort that benefits in emotions, skills, group adaptation and personal security (Casanova, 2019).

Being able to control anxiety, aggression, and self-aggression that are one of the main problems in hospital stay due to the time that many of the users take. The importance of research lies mainly in alternative medicine specifically aromatherapy and Ludotherapy,

as they can be applied quickly, are quite economical options and guarantee an effective and safe treatment. Patients are the direct beneficiaries by improving mental health. The following work will analyze behavioral changes in support of treatment in psychiatric patients using Ludotherapy and aromatherapy as an alternative therapy.

The greater our social skills and the greater the consistency of our behaviors with what we think and feel, and with the values we advocate, the better the external assessment we will receive regarding our social competence (Almir del Prette, 2002).

METHODOLOGY

The present research is a longitudinal qualitative study, the study was carried out in the long-stay psychiatric hospital, with a total of 20 users and the participation of 15 users was achieved, due to the mental disorders they suffer from. Where you analyze the behavior and behavior of users of the psychiatric hospital, in which their behavior is established, before and after the above-mentioned alternative therapies, with which they worked and analyzed day by day their own behavior and toward their peers. A log of work was carried out to carry out behavioral and behavioral changes in the evolutionary process of patients with aromatherapy and ludotherapy. The study was carried out with the principles of respect and equity for the rights of users and the non-violence of their integrity, due to the vulnerability that users present.

RESULTS

In the psychiatric hospital in the Long Stay Therapeutic Unit, with 20 users where the main diagnoses are Profound mental retardation, moderate mental retardation, epilepsy, behavioral problems, self-aggression and hetero aggression. Most of the patients were found in a street situation and reported to the authorities because of the aggression they presented to the people who were traveling and these were transfers to different psychiatric hospitals. other users had been in hospital facilities for their entire life since they were children and at the age of majority they were admitted to hospital. Especially 5 patients who will name Juan Carlos, Aron, Napoleon, José Luis and Margarito, who presented aggression behaviors and it was very difficult to work with them and integrate them into the activities that were carried out in daily life within the psychiatric hospital. Juan Carlos A mutista user who continually suffered from self-aggression problems. The user most of the days presented crying without any control, sadness, anxiety and aggression mainly in the head whipping on the limbs of the bars of the unit presenting crying and desperate cries for hours. A user isolated from other colleagues because the crowds of people caused him crying and stress, every day the user kept in his hands two plastic tubes because they were the ones that gave him a little security to not self-attack, there were occasions that the nursing staff he intervened verbally, with psychopharmaceuticals and restraint where the user finally sought to damage his lower and upper extremities with the friction that he caused, so it was extremely important to intervene with the user with different alternatives.

Aron One of the users of aggressive robust complexion with staff and their colleagues, nurses report that the time it has taken in the psychiatric hospital has presented problems of self-aggression for no reason. I was able to observe his behavior and fixation with some of his companions who were wandering around the unit and for no reason were pushed or beaten by Aron, unfortunately in a psychiatric hospital you should always be alert and in the first months Aron had fixation against me, on many occasions i tried to push myself and flaunt my wrists so it was difficult for me to work in the unit and so it was necessary to work with him and observe his behavior very closely and also to know what made him have fixation with certain patients and nurses.

Napoleon was one of the users who apparently was very quiet and liked to participate in the daily activities that were carried out within the unit. A user who constantly changed his mood and feelings, in the slightest carelessness the user was only hitting his head on walls and windows of the window so it was important to keep his attention in certain activities to avoid his aggression.

José Luis A wheelchair user with whom I had the first nurse patient contact and since I met him I was able to perceive his rude and pessimistic attitude to any situation since he addressed any colleague or nurse with bad words and he beat blows everywhere, it was excellent food if not to his liking and could be out of eating so it was very difficult to integrate with colleagues and do activities together.

Margarito A time-active, unparticipatory user was aggressive with his peers to remove their belongings mainly if it was food, the user was heading with his peers and in a sudden manner removed the belongings or foods he chose. sometimes he screamed and tried to beat the staff.

Once patients were identified within a month, they were integrated into recreational activities and alternative therapies that favor the lives of psychiatric users, their integration was difficult because at first the patients mentioned did not allow them to be so close to them, so it became difficult to work with them. over the days, users watched the participation of other colleagues and gradually integrated. With Juan Carlos it was different because we headed to his bed and carried out a series of activities that are mentioned below recreational activities: therapeutic walk, physical activation, dancing with users, dominoes game, memorama game, motor skill toys, body therapy, painting, coloring and drawing, decorating the unit, break the piñata and karaoke.

Most users were involved in recreational activities and aromatherapy so it was easy to integrate and great changes were observed in each user since most of them followed basic orders of daily life so their participation in the recreational activities were enjoyable and they enjoyed the different activities that the users carried out day by day.

In the second month, 10 patients were integrated into the recreational activities and aromatherapy, the users who were the most aggressive and self-agreddared were integrated in the third month due to the mistrust and fear they presented. Because he was

a new member of the unit, the users mentioned above were suspicious, but looking at the integration of the other colleagues, they were gradually interested mainly in aromatherapy, which is to apply small drops of lavender oil to wrists and ear lobe later there was incense of smells and relaxing music and for the best comfort of the user the mattress of the camels were placed on the floor to be able to have better contact with the users.

The daily recreational activities were carried out alternating each one, where 15 users were involved. The therapeutic walk was carried out daily at 5 in the afternoon with a duration of one hour in the company of the interns with music of their liking, who enjoyed quite leaving the unit, the users followed the orders and never showed any perence. The games that were played with the users were lottery, memorama, jenga, coloring and drawing the activities were carried out within the unit with a duration of one hour where his faction showed his joy and the fun that they presented when carrying out the activities mentioned above. The change in the 5 users mentioned above was evident. Juan Carlos on aromatherapy remained calm in his bed for the rest of the afternoon, observed more participative diminished his anxiety and fear of being with his companions, when music therapy was performed, the user was able to listen and integrate with it without having to go through it, he began to wander within the unit and to perform basic activities such as going to the bathroom for it, the changes in Juan Carlos were evident mainly in his face showing joy and tranquility, due to the constancy with which the activities already mentioned were carried out.

Aron greatly diminished his aggression with colleagues and with me, so he integrated himself into all the activities carried out, was participative, cooperative, his attitude was different at the end of each activity. Napoleon performed most of the activities, showing tranquility, emotion when performing the recreational activities mainly in the games and when singing or dancing, so the user no longer showed sadness or adinamia.

José Luis the most angry and rude user of the unit became a completely different user showing different attitudes at lunchtime, became kinder to the staff and his colleagues showed a face full of joy, emotion and when performing the aromatherapy he enjoyed it quite a lot most of the times the user fell asleep showing tranquility during the afternoon. Another of the activities I enjoyed to the fullest was listening to music, singing and dancing.

Margarito saw changes that slowed her aggressive and disturbing behavior toward her peers primarily in stripping her colleagues of their belongings. It was achieved to incorporate users in more complex activities within the unit in activities that were carried out each year as was Day of Death.

The users participated in decorating the unit and the emotion they presented was evident. The users were registered to the contest that took place every year inside the hospital where most of the users participated, their faces were painted and disguised a user who won the 3^o place and shared his prize with the other colleagues.

In December the unit was embellished with lights, frost, spheres and a tree, the users were very happy when entering the unit especially Juan Carlos was one of the users who enjoyed the colors and the lights. so i decided to focus mainly on the area of her bedroom where she was watching and wandering around. They also made convivios with all the users, where they broke piñatas, sang, listened to music and danced, the users showed an integration and participation that they enjoyed all the time.

Psychiatric users are vulnerable, isolated, sad people who carry with themselves a rather difficult emotional burden because of the different circumstances of their lives they suffered, most of them abandoned, abused and abused. So it is extremely important to focus on users, since psychiatry is not just a diagnosis and treatment. it is working day by day without forgetting the humanitarian side and above all being empathic and aware that the life that users carry is difficult and hard, that most of them carry a whole life enclosed in four walls, that their life is not beyond the dining room, corridors and a garden.

So you decide to make an emphasis on the users, leave their life so routine and give them a little joy, tranquility, fun, emotion and laughter with the playful activities that focus on a series of games and activities that certainly enjoyed enough and had an impact on their emotional state as well as aromatherapy since the changes were favorable, was managed to integrate those users that were difficult to handle but finally there is nothing impossible, as i mentioned earlier i had difficulties , fear , heteroaggression but nothing made me change my mind and i made great changes in the life of each user.

DISCUSSION

Once the investigation was completed, the changes that users of the Samuel Ramirez Moreno Psychiatric Hospital presented during the application of aromatherapy and Ludotherapy, with which a decrease in anxiety levels was achieved, aggressiveness and behavior so it can be said that aromatherapy and ludotherapy is effective in psychiatric patients.

Dr. Soto (2019) conducted research on aromatherapy used in mental health, describing evidence in favor of aromatherapy, mainly in lavender oil which attributes great benefits in stress, anxiety, depression, sleep disorders, cognitive disorders. So aromatherapy is a great option, simple and low-cost, which can be used as a complement to treatments aimed at restoring mental health and associated disorders. These effects result from the perception of the odor and components of essential oils on specific areas of the brain, lavender oils have beneficial effects on stress, anxiety and depression either by mouth or by inhalation. The most effective oil is lavender oil that is compared as anti-anxiety drugs. The essential oil already mentioned can be a therapeutic resource to consider for the treatment of stress and anxiety, it is economical and safe and more economical than most psychodrugs Dr. Casanova says (Casanova 2019). The author Rosales mentioned in his research that, in the hospital setting, lavender essential oils were found to decrease preoperative stress levels (Rosales,2019).

So it is important to find answers in natural sources such as strategies, already mentioned in the research, where it was possible to observe the behavioral changes and the coping with stress that psychiatric users presented with alternative medicine as was the use of aromatherapy where the evidence mentions stress and anxiety as one of the main variants that aromatherapy provides benefits in response to stress and anxiety mainly.

Author Vargas mentions different disorders that are mentioned below generalized anxiety disorder, panic disorder, depression, anxiety are associated with a number of physical symptoms such as nervousness, restlessness, impatience, fatigue, irritability, muscle tension, tremor, headache, sleep disturbances, sweating, and tachycardia with many more symptoms focusing mainly on psychiatry, the study mentions that aromatherapy has been able to demonstrate significant reductions in anxiety (Vargas,2010).

When aromatherapy is applied it positively influences the physical appearance by stimulating hormones and metabolism. This is important for a balance in the body. Another aspect that favors the use of aromatherapy is the mood causing their feelings and affections to be positive, since the aroma transforms it to a positive and pleasant situation, this is perceived by the nervous system and it is achieved to improve its stress levels (Palomo, 2010).

Despite the limited amount of clinical evidence, scientific basis indicates that certain essential oils are rapidly absorbed by inhalation, leading to alterations in brain function. In turn, this route is described as the most effective for managing stress and depression (Fernandez, 2018). From the articles reviewed in this study, it is possible to identify that the inhalation of oils is able to stimulate the limbic system generating positive effects on memory that can bring to mind pleasant memories of lived situations. serotonin and other neurotransmitters are released and can act immediately on the individual. The emotional symptoms for which the therapeutic use of essential oils is often used are anxiety, depression and stress, which are occurring at different times in the human life cycle(Fajardo,2018). Specifically mentions 10 types of oils that are more versatile and useful for the family, we will focus on the wash oil that was used during the investigation. Lavender oil is prepared by steam distillation of the flowers of the plant, has a fresh, balsamic and wood odor that can be accompanied by other oils especially citrus and floral. Its main properties are analgesic, anticonvulsant, antidepressant, antiseptic, healing, diuretic, sedative and tonic. Its main use is in depression, headache, insomnia, migraine, nervous tension and stress-related disorders.

So it is important to contemplate aromatherapy in the treatment with users as well as the research that the authors mention in different circumstances but that the results are favorable in any of the different situations.

Another research that was carried out with psychiatric users was the Ludotherapy that had relevance in the lives of people mainly those with different mental disorders, which focuses on quality of life, rehabilitation and integration in the environment around them. Today most psychiatric hospitals have a number of rehabilitation services or programs that aim to improve the health status of psychiatric users primarily to help them maintain

the best possible standard of functioning and quality of life. At present, professionals develop various models and rehabilitation programs for the occupation of leisure in recreational activities that cause satisfaction and enjoy activities that are freely chosen according to psychiatric users (Larrinaga, 2010).

The experience of psychiatric hospitalization puts his life on hold due to isolation, deterioration of activities, abandonment of his own family. So recreational activities have shown that they help improve the quality of life. In a group of adult men with mental disorders, a series of recreational activities were carried out that they freely chose, and they were observed to significantly increase their vital satisfaction that favored daily life activities and the group integration of users (Gorbeña, 2010).

In the research presented, favorable changes have been demonstrated thanks to the recreational activities carried out to the users, and also the author Maria Marin mentions the didotherapy as an alternative to decrease the aggressiveness of children since it can be channeled in different ways. the game is a direct channel to establish a relationship, a link. Play promotes the development of multiple roles in children's development in cognitive, social, motor and emotional terms. Play therapy helps children seek skills to express their own feelings. Ludotherapy recognizes that play can enhance emotional growth in children and even adults. The game provides pleasure helps break the daily routine which is an opportunity to relieve the stress and stress that life brings (Marin, 2007).

It is evident that the game allows some distancing from the problems of daily life; consistent with the literature in this respect, which identifies in it the contribution of the playful attitude to the adaptation and sense of life to the extent that it can be incorporated into the everyday. The playful attitude, which provides mainly joy, emotions, fun, allows to face difficulties, overcome frustration, facilitates the expression of emotions and conflict resolution especially in older adults (Muñoz, 2016).

The elderly mainly those suffering from mental disorders need specialized care from professionals to contribute to their quality of life, just as the nursing staff is to promote, execute and perform recreational activities such as music, art dance, painting, sport work and integration body and mind (Tapia, 2014). Older adults perform a variety of recreational activities such as physical and recreational activities often, the health benefits that these activities represent, and the relationships that can be established with others, which favor their social life by avoiding isolation (Farias, 2016). Through the proposed activities, the elderly improve their life, thanks to the various activities mentioned, since they acquire greater confidence in their work and as a treatment, since they arouse great interest in the elderly, incorporating an active life promoting a quality life (Goyes, 2015).

Referencias

- Casanova, R.,(2019).Aceites esenciales en el estado de ánimo,Fisioterapia,18(2).101-136.Consultado el 1 de Abril del 2021 en <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/159478/1/697665.pdf>

- Fariás, D. (2016). Ludoterapia en el adulto mayor. *educ.1(1)*.10-130 Consultado el 28 de junio del 2021 en https://isfd86-bue.infod.edu.ar/sitio/-investigacion-en-ef/upload/LUDOTERAPIA_EN_EL_ADULTO_MAYOR.pdf
- Fajardo, L. (2018). Efectos de los aceites esenciales en los síntomas emocionales de la ansiedad, depresión y estrés, *Salud,2(1)*.15-56. Consultado el 10 de Mayo del 2021 en <https://www.edu.co/bistraen/hunde/11158/920/Zuluaga%20Ramirez.pdf;sesionad=451E6FA539B4613E9C897CAB7357C6D>
- Fernández, E. (2018). Aromaterapia, *Medicina,3(2)*.80-90. Consultado el 26 de junio del 2021 en <https://www.medic.org/pdf/09374847/.pdf>
- Gorbeña, S. (2010) Practica del ocio de las personas con trastornos mentales crónicos, *Salud mental1(1)*.77-113.Consultado el 22 de junio del 2021 en http://www.deusto.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio14.pdf
- Goyes, A. (2015). Actividad física recreativa en el adulto mayor. *Educación Física y Deporte, 34 (1)*, 239-267. Consultado el 20 de Junio 2021. <http://doi.org/10.17533/udea.efyd.v34n1a>
- Larrinaga, V. (2010).El ocio en los Hospitales Psiquiatricos. *Salud.2(1)*.37-69 Consultado el 19 de Junio del 2021 en http://www.publicaciones.es/ud/openaccess/ocio/pdfs_ocio/ocio14.pdf
- Marín, M. (2007).Aplicación de la ludoterapia para la reducción de la agresividad en niños. *Ludoterapia1(1)*56-70.Consultado en 20 de Julio del 2021 en <http://pace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1080/1/06255.pdf>
- Muñoz, C. (2016) El juego como recurso terapéutico en la intervención comunitaria con personas mayores. *Educación y deporte 16(1)*:84-97. Consultado en 30 de Julio del 2021 en <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v16n1/hmc06116.pdf>
- Palomo, M., (2010). Aromaterapia. *Salud. 2(1)*.6-29. Consultado el 12 de Mayo del 2021 en http://biblioteca.usac.edu.gt/07/07_1776.pdf
- Rosales, L. (2019). Composición química y efecto de los aceites, *Arnaldoa,26(1)*.381-390.Consultado el: 18 de mayo del 2021 en <http://www.scielo.org.pe/pdf/arnal/v26n1/a19v261.pdf>
- Soto, M. (2019). Aromaterapia en la salud mental, *Medicina Naturista,1(3)*.20-26. Consultado el: 21 de Marzo del 2021 en https://www.researchgate.net/publication/330184922_Aromaterapia_en_la_salud_mental
- Sierra, H. (2010). Manual de aromaterapia. *nacional1(1)*.2-26. Consultado el 1 de Junio del 2021 en <https://musicalrecursos.files.wordpress.com/2012/11/manual-aromaterapia.pdf>
- Tapia, M. (2014). Impacto de la ludoterapia en el adulto mayor. *Salud.2(1)*.33-90 Consultado el 30 de Junio del 2021 en <https://Space.ucuena.edu.ec/bitstream/123456789/20978/1/Tesis%20Pregrado.pdf>
- Vargas, P. (2010). Efectos de la aromaterapia en el servicio Medicina del Hospital, *Blaepma,5(4)*.84-91. Consultado el 14 de febrero del 2021 en <https://www.redalyc.org/pdf/856/85650406.pdf>