



Societat per a l'Estudi i la Difusió de la Teràpia del Dr. Bach de Catalunya

TRATAMIENTO DEL SÍNDROME ASTENO-DEPRESIVO CON TERAPIA FLORAL BACH

Autores:

[Dra. Evelyn Anie González Pla](#)

[Dr. Johann Perdomo Delgado](#)

[Dra. Aracelis Fernández Fernández](#)

RESUMEN

Se realizó un estudio descriptivo donde se tomó una muestra de 20 pacientes, remitidos del Servicio de Psiquiatría con Diagnóstico de Síndrome Asteno-Depresivo para tratamiento con Terapia Floral en el Servicio de Medicina Tradicional y Natural del Hospital "Mario Muñoz" de Matanzas, entre octubre del 2003 y marzo del 2004. Al total de los pacientes se les aplicó un Test desarrollado a partir de los escritos originales del Dr. Bach con fines diagnósticos, realizándose un seguimiento por tres semanas. También fueron monitoreados los síntomas de los pacientes, para evaluar su evolución. Las esencias florales más utilizadas fueron Olive, Elm y Scleranthus, aunque el tratamiento fue modificándose durante todo el tiempo del estudio según respuesta terapéutica. De un total de 9 síntomas encontrados en estos pacientes, se obtuvo una respuesta favorable en la mayoría, excepto en los trastornos del sueño que persistieron en un 35% de los enfermos. Al final del estudio un 70 % de los pacientes refirió una mejoría notable, sin que ninguno plantease falta de mejoría. Se logró reducir el consumo de Psicofármacos de 19 pacientes al comenzar el tratamiento con Terapia Floral a 7 al final de la investigación. Se concluye que la aplicación de la Terapia Floral en pacientes con diagnóstico de Síndrome Asteno-Depresivo resulta efectiva.

INTRODUCCIÓN

Los trastornos depresivos no son aquellos que acompañan normalmente experiencias específicas, particularmente pérdidas o contrariedades. Una depresión clínica es un síndrome y no una reacción normal ante los eventos de la vida. El estado de ánimo triste o depresivo es sólo uno de los muchos signos y síntomas de dicho cuadro. De hecho, este puede incluir apatía, ansiedad o irritabilidad en adición o además de la tristeza; igualmente, la capacidad o el interés del paciente por lo placentero o alegre puede estar marcadamente reducida.

El desorden depresivo mayor, algunas veces llamado depresión unipolar, se caracteriza por uno o más episodios de depresión sin episodios de manía o hipomanía. Por

definición, este dura al menos dos semanas y típicamente mucho más tiempo; reportándose en la mayoría de los pacientes elementos estresantes en su vida.

Este trastorno puede comenzar en cualquier edad, aunque usualmente ocurre entre la mitad de los veinte y los treinta años. Algunos pacientes tienen un solo episodio, retornando a su estado premórbido de funcionamiento, aunque un 50% tiene riesgo de recurrencia, convirtiéndose entonces en un cuadro de depresión mayor recurrente. Estos episodios pueden finalizar completamente o de forma parcial. La estadística muestra que la mayoría de los episodios no tratados evolucionan en un período entre 6 y 24 meses. La prolongación de estos por encima de un año es más frecuente en mujeres que en hombres ^{1, 2, 3}.

En el presente trabajo se trató a los pacientes con diagnóstico previo de Síndrome Asteno-Depresivo con Terapia Floral Bach, tomando como premisa que en la literatura se recoge que dicho trastorno es sensible de ser tratado con esta terapia ⁴.

Objetivo General:

Evaluar la efectividad del uso de la Terapia Floral Bach en el tratamiento de pacientes con diagnóstico de Síndrome Asteno-Depresivo.

Específicos:

- ◆ Determinar el diagnóstico floral individualizado en pacientes con Síndrome Asteno-Depresivo.
- ◆ Evaluar la efectividad del tratamiento floral en estos pacientes desde el punto de vista de modificación de síntomas.
- ◆ Determinar las modificaciones en el consumo de medicamentos alopáticos y grado de satisfacción de los pacientes con el tratamiento.

MATERIAL Y MÉTODO

Se realizó el estudio en pacientes afectados por Síndrome Asteno-Depresivo en el Hospital Mario Muñoz Monroy de la Ciudad de Matanzas en el período comprendido entre octubre del 2003 y marzo del 2004.

Universo:

- Pacientes portadores del diagnóstico de Síndrome Asteno-Depresivo procedentes de la consulta de Psiquiatría.

Muestra:

- Quedó compuesta por 20 pacientes. Se tomaron los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

- Pacientes con Síndrome Asteno-Depresivo.

Criterios de Exclusión:

- Pacientes con otros diagnósticos psiquiátricos asociados.
- Falta de conformidad con el tratamiento.

Criterios de Salida:

- Deseo expreso del paciente.

Tratamiento:

A todos los pacientes se les aplicó Test de Bach (Anexo 1) al inicio para tener criterio del estado individual y determinar el tratamiento siguiendo un método unitario. Para este Test el criterio de selección se establece con dos respuestas positivas o más por flor⁴. Se recogieron los síntomas fundamentales en cada paciente con el objetivo de evaluar la evolución de estos a través de la desaparición gradual de los mismos.

La fórmula floral fue preparada en el Laboratorio de Homeopatía del Hospital tomando en cuenta las normas establecidas para ello. Se implementó un método único de tratamiento (4 gotas sublinguales a cada hora el primer día y seguir con 4 gotas 6 veces por día el resto de los días). Se imprimió una copia de este para cada paciente. El tratamiento se llevó a cabo durante 21 días, realizando la evolución de los pacientes de manera semanal.

Evaluación de los resultados:

Se realizó a través de 3 métodos:

- ❖ Contabilización los síntomas referidos individualmente y seguimiento de su evolución.
- ❖ Opinión subjetiva del paciente al concluir el tratamiento a través de encuesta final:
 - Mejoría notable.
 - Mejoría parcial.
 - Falta de mejoría.
- ❖ Evaluación de la prevalencia del consumo de Psicofármacos.

A cada paciente se le explicó en la consulta inicial las características del estudio, solicitando su consentimiento para el mismo por escrito. Se llevó una Historia Clínica Individual para cada uno y en ella se fue reflejando los resultados de las variables que se planificó medir.

Análisis estadístico:

Se efectuó comparación de proporciones a través de tablas de contingencia.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Al realizar el Diagnóstico Floral específico de cada paciente se encontró que las esencias que se muestran en la Tabla 1 fueron las que con más frecuencia se diagnosticaron. No obstante éstas no fueron usadas en todos los pacientes ni durante todo el tiempo del estudio con igual esquema, sino que su aplicación varió dependiendo de la evolución del cuadro clínico individual. Estas esencias coinciden con aquellas que se plantean guardan relación con estados depresivos, algunas por sobreagotamiento (en el caso de Elm y Olive) y por indecisión (en el caso de Scleranthus); siendo estas mencionadas las más frecuentemente indicadas^{5,6}.

Tabla 1. Distribución de las Esencias Florales por pacientes.

Esencia Floral	Número de pacientes	%
Agrimony	15	75
Cherry plum.	18	90
Elm.	20	100
Gentian	12	60
Gorse	13	65
Hornbeam	9	15
Mustard	12	60
Oak	12	60
Olive	20	100
Scleranthus.	20	100
Wild Rose	8	40

Fuente: Historias Clínicas Individuales

En el interrogatorio a los pacientes se evaluó la presencia de 9 síntomas que se presentaron en el mayoría. Su evolución fue monitoreada buscando seguir su desaparición en el tiempo. Síntomas como la tristeza, la apatía, la fatiga y los dolores musculares se lograron eliminar en el 100% de los pacientes que lo presentaban, no siendo así con los trastornos del sueño, síntoma que se presentó en el 100% de los pacientes en un inicio, pero que solo se logró eliminar en el 35% de ellos (Tabla 2).

Tabla 2: Evolución en el tiempo de los Síntomas más frecuentes de los pacientes tratados con Terapia Floral Bach por Síndrome Asteno-Depresivo.

Síntomas	Inicio		Semana I		Semana II		Semana III	
	No	%	No	%	No	%	No	%
Fatiga	20	100	10	50	5	25	-	-
Dolores musculares	11	52	9	45	5	25	-	-
Cefalea	15	75	12	60	9	45	3	15
Debilidad muscular	9	45	7	35	1	5	-	-
Ansiedad	15	75	10	50	4	20	3	15
Trastornos del sueño	20	100	14	70	11	55	7	35
Labilidad emocional	20	100	7	35	5	25	4	20
Tristeza.	12	60	2	10	-	-	-	-
Apatía.	8	40	3	15	-	-	-	-

Fuente: Historias Clínicas Individuales

Al realizar la evaluación subjetiva final de los pacientes sobre los resultados del tratamiento se obtuvo que el 70% refirió una mejoría notable, 6% una mejoría parcial y no hubo criterio de falta de mejoría (Tabla 3).

Tabla 3: Evaluación subjetiva de los pacientes tratados con Terapia Floral Bach por Síndrome Asteno-Depresivo.

Criterio Subjetivo	No	%
Mejoría Notable.	14	70
Mejoría parcial.	6	30
Falta de mejoría.	-	-

Fuente: Historias Clínicas Individuales

Al analizar el consumo de Psicofármacos en los pacientes se obtuvo que al inicio el 95% de ellos consumía algún tipo de éstos y al final sólo el 35% se mantenía llevando este tipo de tratamiento (Tabla 4), lo cual confirma los reportes acerca de los beneficios de la Terapia Floral en trastornos de la esfera psíquica^{5, 6, 7, 8}.

Tabla 4: Evolución en el tiempo del consumo de Psicofármacos.

Inicio.		Final	
No	%	No	%
19	95	7	35

Fuente: Historias Clínicas Individuales

CONCLUSIONES

1. La aplicación de la Terapia Floral en pacientes con diagnóstico de Síndrome Asteno-Depresivo resulta efectiva.
2. Al realizar el diagnóstico floral se utilizaron 11 esencias florales fundamentalmente pero de manera indistinta durante todo el tratamiento, dependiendo siempre de la evolución individual, siendo siempre las más frecuentes Elm, Olive y Scleranthus.
3. Los síntomas como la tristeza, la apatía y la debilidad muscular se lograron eliminar en la totalidad de los pacientes que lo presentaban, no siendo así con los trastornos del sueño, el cual fue un síntoma que se presentó en todos ellos, pero solo se logró eliminar en una parte de los mismos.
4. La mayoría de los pacientes refirieron una mejoría notable, sin que ninguno refiriese falta de mejoría.
5. Sobre el consumo de Psicofármacos en los pacientes, se logró una importante reducción en este sentido, lo cual guarda relación con la mejoría clínica observada.

RECOMENDACIONES

- ♣ Continuar ampliando el uso de la Terapia Floral en otros tipos de afecciones psiquiátricas, evaluando su eficacia contra los tratamientos habituales.

BIBLIOGRAFÍA

1. Long PW. Depression and Primary Care. Volume 1: Detection and Diagnosis. Clinical Practice Guideline. (En línea) 2003 (Fecha de acceso: 10 de Abril de 2004). URL disponible en: <http://www.mentalhealth.com/>
2. Schnabal S. ¿Nervioso? Ciudad Habana: Científico-técnica; 1985.
3. Zaldívar Pérez DF. Conocimiento y dominio del estrés. Científico-técnica; 1996.
4. The Bourton Goldberg Group. Medicina Alternativa. California: Future Medicine; 1999.
5. Bach E. La curación por las flores. Madrid: EDAF; 1997.
6. Vennells D. Flores de Bach para principiantes. Saint Paul: Llewellyn Español; 2001.
7. Am E. Medicina Bioenergética. Ciudad Habana: Pinos Nuevos; 2000.
8. Garitty J. Treating Animals and People with Flower Essence Therapy and Homeopathy. Practitioner Profile: Kimberly Rockshaw. (En línea) 2003 (Fecha de acceso: 10 de Abril de 2004). URL disponible en: http://www.flowersociety.org/Kim_Rockshaw.htm

ANEXOS

Anexo 1: La selección de los Remedios Florales.

Advertencia: el siguiente cuestionario se desarrolló a partir de los escritos originales del Dr. Edward Bach.

2- Aspen.

¿Tiene temores vagos que no puede explicar?

¿Se siente con frecuencia triste y ansioso y no lo puede identificar su problema?

¿Se despierta con una sensación de aprehensión y con presentimientos, pero no sabe qué es?

20- Mimulus.

¿Tiene determinados temores que puede identificar y quisiera superar?

¿Es tímido y se asusta fácilmente con circunstancias y cosas particulares?

¿Ante situaciones que lo asustan se pone nervioso o demasiado paralizado como para actuar?

6- Cherry plum.

¿Teme perder el control de su mente o cuerpo?

¿Es compulsivo o tiene impulsos que sabe que están mal pero tiene dificultad para controlar sus acciones?

¿Teme perder el control y hacer daño a otros y a usted mismo?

25- Red Chestnut.

¿Se preocupa por la salud y la salud de sus amigos y familiares?

¿Teme que algo le pase a sus seres queridos?

¿Su excesivo interés y preocupación por los demás le ocasiona sufrimiento?

5- Cerato.

¿Le falta confianza en su capacidad para juzgar las cosas por sí mismo y tomar decisiones?
¿Pide la opinión de los demás aun cuando sabe lo que quiere?
¿Después de escuchar la opinión de los demás se siente confundido y cambia de dirección de acuerdo con la última recomendación?

28- Scleranthus.

¿Sufre de indecisión, incertidumbre o vacilación?
¿Tiene dificultad para elegir entre dos cosas?
¿Tiene cambios extremos de estados anímicos, o dificultad para mantener el equilibrio?

36- Wild Oat.

¿Se siente insatisfecho con su actual posición en la vida y siente que la vida lo pasa por alto?
¿Ha tenido muchos empleos diferentes pero nada para satisfacerle?
¿Quisiera cambiar su carrera o encontrar otra, pero tiene dificultad para decidir qué debe hacer?

19- Larch.

¿Le falta confianza?
¿Deja de intentar cosas por temor a fracasar?
¿Se siente inferior y piensa que los demás son más capaces y calificados que usted?
¿Deja de intentar cosas por temor a fracasar?

17- Hornbeam.

¿Al levantarse en la mañana se siente cansado, sin ganas de trabajar?
¿Siente que debe fortalecer una parte de usted mismo antes de poder emprender su trabajo?
¿Una vez que ha comenzado a trabajar se le olvida el cansancio y puede cumplir con sus tareas?

9- Clematis.

¿Es distraído, o se distrae fácilmente y esto le dificulta concentrarse?
¿Tiene falta de interés por las circunstancias actuales y quisiera estar en otra parte?
¿Dormita frecuentemente, independientemente de donde se encuentre?

16- Honeysuckle.

¿Se siente atrapado entre vivir en el presente o vivir de los recuerdos del pasado?
¿Hay cosas que hubiera querido hacer en su vida pero nunca tuvo la oportunidad de hacerlas?
¿Recuerda los tiempos pasados y desearía vivir su vida de nuevo?

37- Wild Rose.

¿Es indiferente y apático ante la vida?
¿Está resignado a su situación actual y hace poco esfuerzo por mejorar las cosas y encontrar alegría?
¿Siente que se ha dado por vencido y de cualquier manera no le importa lo que ocurra?

35- White Chestnut.

¿Se siente preocupado por pensamientos persistentes no deseados?
¿Se preocupa o tiene argumentos mentales que le dan vuelta en la mente?
¿Tiene dificultad para dormir debido a su parloteo mental y a sus preocupaciones?

23- Olive.

¿Tiene ahora o ha tenido recientemente alguna enfermedad o experiencia penosa personal que lo haya agotado física y mentalmente?
¿Se cansa fácilmente y no tiene una reserva de energía para terminar sus labores o disfrutar el día?
¿Se siente desprovisto de fuerza y vitalidad de manera que cualquier esfuerzo lo agota?

34- Water Violet.

¿Otros lo consideran reservado y en ocasiones orgulloso?
¿Se aparta de los demás y no desea ni interferir con los demás ni que estos lo hagan con usted?
¿Es independiente y prefiere pasar el tiempo a solas?

18- Impatiens.

¿Pierde la paciencia y se pone irritable con la gente o las cosas que en su opinión son demasiado lentas?

¿Hace las cosas deprisa, corriendo de un lugar o situación a otro?

¿Necesita trabajar a solas porque los demás no pueden trabajar a su paso?

14- Heather.

¿Otras personas evitan hablar con usted porque tiende a hablar demasiado?

¿Le disgusta estar a solas y buscar compañía de cualquier persona que quiera escuchar su problema?

¿Siente la necesidad de dirigir la conversación hacia sus intereses y problemas y se rehúsa a interrumpirlas incluso si su interlocutor tiene que irse?

1- Agrimony.

¿Cuándo está preocupado o sufre tiende a ocultarlo, sin tomar en serio, incluso, las circunstancias más difíciles?

¿Hace un gran esfuerzo por evitar abrumar a los demás con sus problemas, y cede ante los deseos de los demás con tal de evitar una discusión o problema?

¿Cuándo tiene problemas bebe alcohol u otra sustancia estimulante como ayuda para estar contento?

4- Centaury.

¿Abusan de usted fácilmente por su disposición para ayudar a los demás?

¿Se le dificulta decir que no cuando se le pide ayuda y ello lo convierte más bien en sirviente que en persona dispuesta a ayudar?

¿Olvida sus propias necesidades porque está ocupado en las de los demás?

33- Walnut.

¿Está involucrado en una situación en la que quisiera liberarse pero no puede hacerlo?

¿Está actualmente en una etapa de transición o de cambio?

¿En medio de un cambio tiene dificultad para romper con el pasado y comenzar cosas nuevas?

15- Holly.

¿Sospecha y desconfía de los motivos o intenciones de otras personas?

¿Los demás lo consideran rencoroso, envidioso, celoso o vengativo?

¿Siente que le falta ser más comprensivo y cálido con los demás?

24- Pine.

¿Pocas veces se siente satisfecho con sus logros y piensa que pudo haberlo hecho mejor?

¿Se culpa por los errores de los demás y siente que sus errores de alguna manera son de responsabilidad o falla suya?

¿Es duro con usted mismo cuando no está a la altura de los estándares o expectativas que usted mismo ha establecido?

11- Elm.

¿Tiende a prolongar demasiado sus compromisos de trabajo?

¿Se siente abrumado por su trabajo y siente que no está a la altura de lo que debe hacer?

¿Se desanima cuando afronta la magnitud de sus responsabilidades?

29- Star of Bethlehem.

¿Ha habido traumatismos o golpes en su vida de los que no ha logrado reponerse?

¿Siente que una cirugía o accidente son responsables de una situación actual?

¿Recientemente o en el pasado ha sufrido una pérdida personal de la que no se ha logrado recuperar?

30- Sweet chestnut.

¿Siente que ha llegado a los límites de su resistencia y que solo le espera la aniquilación?

¿Sufre de angustia mental y desesperanza profunda?

¿Siente que la carga de la vida es mayor de lo que usted puede aguantar?

13- Gorse.

¿Ha perdido la esperanza de recuperarse o de recibir ayuda para superar alguna enfermedad o dificultad?

¿Piensa que es inútil buscar ayuda adicional para resolver su problema?

¿Ha perdido la esperanza de que las cosas cambien para mejorar en alguna circunstancia o situación de la vida?

21- Mustard.

¿Alguna vez se siente triste y deprimido por alguna situación aparente?

¿Esta depresión lo envuelve y oculta como una nube oscura y oculta la alegría de la vida?

¿Siente que esta depresión se desvanece tal como llegó?

12- Gentian.

¿Se desanima fácilmente cuando las cosas no le salen como espera?

¿Cuándo se prepara para hacer algo da importancia a pequeños obstáculos lo que lo lleva a dudar de sí mismo y a deprimirse?

¿Se le dificulta volver a empezar una vez que se ha enfrentado con dificultades?

22- Oak.

¿Es de las personas que luchan a pesar de los obstáculos y retrasos?

¿Se puede depender siempre de usted para que termine lo que inició a pesar del reto?

¿Tiende a dedicarse por completo a su trabajo, soslayando sus propias necesidades, así como las de sus seres queridos?

38- Willow.

¿Siente que la vida ha sido injusta con usted?

¿Se ha vuelto resentido y mordaz hacia quienes han sido injustos con usted?

¿A pesar de todo lo que ha hecho, siente que gran parte de sus mejores esfuerzos no han sido recompensados?

10- Crab Apple.

¿Se siente sucio o avergonzado por algún acto que no debería haber realizado, o por algo o alguien que lo violara nivel personal?

¿Se preocupa por padecimientos menores como manchitas, granitos etc, y pasa por alto los padecimientos más serios?

¿Siente que hay algo mal o hay cosas que quiere cambiar de su aspecto físico?

¿Es compulsivo respecto a la limpieza, en ocasiones a niveles extremos?

8- Chicory.

¿Es posesivo con respecto a sus seres queridos, y siente que sabe que es lo mejor para ellos, corrigiendo el más mínimo detalle en sus vidas?

¿Siente que las personas que le importan a usted no lo aprecian lo suficiente?

¿Encuentra que necesita la atención y devoción de sus seres queridos y siente que ellos tienen el deber de mantenerse en estrecho vínculo con usted?

31- Vervain.

¿Tiene opiniones definitivas y trata de convencer a los demás de que tiene la razón?

¿Lo irritan frecuentemente las injusticias, y discute y defiende los principios en los que cree?

¿Es muy impresionable y en ocasiones está tenso y excesivamente entusiasmado, siempre enseñando y filosofando?

3- Beech.

¿Cuándo evalúa a las situaciones o las personas trata de encontrar sus errores?

¿Le preocupan los pequeños hábitos y la idiosincrasia de los demás?

¿Es crítico e intolerante con respecto a los que no están a la altura de sus expectativas?

27- Rock Water.

¿Siente que tiene una misión en la vida a la que debe someterse a cumplir?

¿Es estricto en su apego a una disciplina religiosa o social o a un modo de vida particular?

¿Siente que es importante convertirse en un ejemplo siendo fiel a sus ideales de manera que los demás lo sigan?

32- Vine.

¿Tiende a asumir el liderazgo en circunstancias y situaciones en las que participa?

¿Tiene fuerza de voluntad y espera obediencia completa de quienes están a su alrededor?

¿Cuando se le lleva al extremo puede volverse tirano y dominante?

Especialista de I Grado en Medicina Tradicional y Natural. Profesor Instructor. Hospital “Mario Muñoz Monroy”. Matanzas.

Especialista de I Grado en Medicina Tradicional y Natural. Diplomado en Homeopatía. Hospital “Mario Muñoz Monroy”. Matanzas.

Especialista de I Grado en Psiquiatría. Hospital “Mario Muñoz Monroy”. Matanzas.