



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

## **Abordaje geronto-floral del dilema de la experiencia en la vejez.**

Eloida Pedroza Jorge<sup>1[1]</sup>

Dayamic Rodríguez Cuéllar<sup>2[2]</sup>

Desafortunadamente con no poca frecuencia los estudios sobre personas mayores, conllevan a la focalización del individuo que envejece con dolencias, reduciéndose al ámbito de una vejez deficitaria (1) concepto mas vinculado a la vejez física, que acusa el paso del tiempo y que erróneamente se extiende a otras áreas no menos importantes del desarrollo humano, matizadoras selectivas también del modo en que se envejece; normal, patológica o exitosamente.

Se atribuyen a la vejez el deterioro intelectual, la enfermedad física, la incapacidad funcional y otras muchas lacras que marcan la experiencia en esta etapa del ciclo vital y son tan fuertes que se instalan en el propio destinatario, condicionando un falso sistema de creencias, expectativas y dilemas de fuerte impacto emocional. Estos, a su vez, ejercen su influencia de retorno sobre la percepción y la comprensión, la representación, las vivencias y la efectividad de su impacto sobre el entorno próximo.

El pensar en la vejez priorizando el componente físico equivale a “privilegiar demasiado los elementos físicos del material que constituye la vida, a riesgo de alejarnos del concepto mismo de Vida y de la definición científica de lo Viviente como flujo de materia, energía e información” (2) sin embargo la mayoría de las personas se encuentran más cómodas hablando de sus problemas físicos que sobre los sentimientos, emociones o dolores del alma.

Empeñados en descifrar al máximo el código genético de los seres humanos como solución al envejecimiento y a muchos problemas y enfermedades, los científicos avalan, sin embargo, el papel de los sistemas Nervioso, Endocrino e Inmunitario, como grandes sistemas de regulación, potenciadores de la capacidad de adaptación, abriendo un espacio esperanzador a otras formas de intervención.

---

<sup>1[1]</sup> Master en Gerontología Social. Coordinadora y Profesora Principal del Diplomado de Terapia Floral del Instituto Superior de Ciencias Médicas “Serafín Ruiz de Zárate Ruiz” de Villa Clara. Miembro del Grupo Académico Nacional de Terapeutas Florales. Cuba

<sup>2[2]</sup> Licencia en Ciencias Farmacéuticas. Diplomada en Homeopatía y terapia Floral. Profesora del Diplomado de Homeopatía y Terapia Floral del Instituto Superior de Ciencias Médicas “Serafín Ruiz de Zárate Ruiz” de Villa Clara. Miembro del Grupo Académico Nacional de Terapeutas Florales. Directora de la Farmacia Homeopática. Santa Clara. Cuba.

Erróneamente se ha pensado que el envejecimiento es una puesta en práctica de lo que se fijó en la infancia y la juventud, sin embargo la etapa social de la vejez, ha sido considerada en la Gerontología Social, como una etapa en la que la persona debe rehacer y recomponer gran parte del mundo dado, tiempo conformado por rasgos que definen condiciones sociales inevitables, pero asumibles, como la propia jubilación o la pérdida de roles sociales y familiares (3)

Para asumir positivamente esta nueva etapa se requiere, ante todo, del equilibrio emocional, para resolver los *dilemas* a la hora de configurar el mundo social de forma diferente, este es el reto más grande que afronta el hombre en la vida. La salud dependerá de cómo se adapta a su realidad cambiante, porque el cambio no depende de lo que viene (sucesos vitales, situaciones de conflictos, etc.) sino de cómo se va al encuentro de los estímulos, de nuestro modelo personal de enfrentamiento.

No se trata de negar la mayor probabilidad de enfermedades, pérdidas sensoriales y acontecimientos vitales, no se niega que con la edad algunas habilidades cognitivas y motoras se ven perturbadas (muchas de las cuales pueden y deben ser prevenidas y tratadas), pero la reducción de la actividad de los órganos vitales es muy lenta y se mantiene en un nivel suficiente hasta edades muy avanzadas.

Desde todo punto de vista es evidente que el decremento o la disminución de las funciones básicas afecta la autoestima, pero nuestras ideas y prejuicios sobre este deterioro son más fuertes y subjetivadas que su realidad, los pensadores orientales aseguraron que la patología en la vejez es producto de un comportamiento, que el espíritu es también lo que conserva al cuerpo joven, o lo envejece prematuramente.

Obviamente los afectos emocionales están en la base de los grandes síndromes disfuncionales, funcionando como dispositivos adaptativos de la condición humana, de ahí que su manipulación terapéutica, en orden de expresarlos y canalizarlos adecuadamente, sea una señal inequívoca de Salud.

Se conoce que la alta intensidad del afecto, su reacción desproporcionada y duración prolongada, la repetición rígida en el tiempo, el sufrimiento alto y duradero y el grado de interferencia profundo en lo sociopersonal, lo transforma en riesgo patológico.

Muchas investigaciones estudian la afectividad en la persona mayor para desarrollar intervenciones que promuevan un envejecimiento con éxito, satisfactorio, previniendo una vejez patológica.

El rendimiento intelectual es una de las primeras áreas que se ve perturbada, mediatizada por la falta de interés y motivación, la falta de confianza en sí mismo y el incremento de la ansiedad.

Es tan consensuado y aceptado el papel de la vida afectiva sobre todas las áreas del funcionamiento humano, que se hace innecesario continuar aportando criterios al respecto, a tal punto que la exploración científica de las Actividades de Vida Diaria de los Adultos Mayores (AVD) descubre que “Los niveles de autonomía correlacionan positivamente con variables Psicológicas, Personales, Cognitivas y Emocionales” (4).

En correspondencia, el impacto de la Autonomía sobre el bienestar Emocional y la Salud física, es tan fuerte que la relación entre la ejecución real de AVD y el nivel potencial de ejecución está mediado por la intervención de Variables cognitivas relativas a expectativas, estereotipos o creencias erróneas en torno a la vejez.

Sin embargo no está suficientemente extendida y popularizada la idea de que es posible alcanzar una vejez saludable, competente o con éxito, no tanto como para que una masa cada vez más crítica de personas maduras, conozcan su papel y asuman su propia responsabilidad en la búsqueda del equilibrio entre estabilidad y cambio, entre crecimiento y declive, involucrando su deseo de continuidad, condición esencial de la adaptación y la sustitución asertiva de sus roles sociales.

Entonces, como el buen médico de los textos chinos que se ocupa de mantener a la gente sana, habrá que mostrarles la manera exitosa de envejecer, guiándolos en el buen entendimiento de sí mismos y con ello el ofrecimiento de todas las propuestas viables, desde las más antiguas a las más actuales, por el sendero del TAO de la medicina china y los saberes sutiles de la “Madre India”, de Freud a la Homeopatía de Hahnemann y a la Bioenergética actual, pasando por las modalidades terapéuticas del pensamiento científico Occidental, inductor de estilos de vida saludables, a las sutiles energías vibratorias de las flores, donde habita el suplemento anímico que muchas personas necesitan.

Si las esencias florales armonizan nuestras energías y equilibran nuestras emociones, es obvio que influyen en nuestra manera de envejecer y en la salud, se conoce que la gente feliz vive más tiempo y que la gente infeliz refiere más problemas de Salud.

La importancia de su aplicación, se expresa también en el propio juicio de expertos que desaconsejan el uso de terapias farmacológicas, en la intervención de problemas tan importantes como la Depresión en esta etapa del ciclo vital, por las contraindicaciones, por los efectos secundarios o colaterales, la dependencia, la influencia negativa sobre el estado de ánimo y la pérdida de registro de la realidad que conllevan en su mayoría y de los que están exentos estos remedios naturales (5).

Podemos entonces mediante los elixires florales convocar mejores emociones, porque no es verdad que la edad madura sea un tiempo de depresión, irascibilidad y malestar psicológico y si lo es que una genética adecuada, buena alimentación, actividad física y un buen equilibrio emocional, son los responsables de un envejecimiento saludable.

Pensar en una vejez cargada de “dilemas”, atribuyéndolos a todos los mayores, sería tan reduccionista como asegurar que el fenómeno de reminiscencia (anclaje en el pasado) es atribuible a la experiencia subjetiva del envejecimiento en general, inevitable y consustancial a la edad, cuando existen tantas diferencias en la actitud ante el pasado, de ahí que la prescripción de los elixires florales ha de ser holística.

De ahí que la Intervención con Terapia floral en la vejez, no se sustraiga de los principios generales de su aplicación para cualquier grupo de edad, “como no existe una

mayor probabilidad de experimentar con la edad un determinado tipo de afecto” (4) o emocionalidad positiva o negativa.

Terapeutas y pacientes saben ya que la Terapia floral reduce también el impacto de la enfermedad física sobre el estado de ánimo, de manera que las oscilaciones en el estado de salud cursan y se resuelven sin manifestaciones psicopatológicas y que ella aporta además de los remedios naturales para prevenir, curar o aliviar la enfermedad, una nueva manera de pensar en la salud, que lamentablemente aun muchas personas mayores desconocen, como no se habla lo suficientemente sobre el origen más bien espiritual y no “tan físico” de la enfermedad.

Entonces, ¿Podría hablarse de esencias específicas para personas mayores? Evidentemente no, lo que ocurre es que estas personas que han cursado esa maravillosa asignatura que es la vida, tienen aun lecciones pendientes, y tantas como cualquier persona, con independencia de la etapa del ciclo vital en que se encuentre y además este aprendizaje es posible porque la plasticidad de la inteligencia acompaña al hombre también en la vejez, donde aun existen amplias posibilidades de reserva.

Los propios dilemas descritos por la ciencia gerontológica brindan esta oportunidad (Desconfianza vs. Confianza, Dependencia vs. Autonomía, Pasividad vs. Iniciativa, Inferioridad vs. Suficiencia, Confusión vs. Identidad, Aislamiento vs. Apertura, Destructividad vs. Productividad, Desesperación vs. Oportunidad). Cualquier profesional iniciado en Terapia floral, anticiparía el efecto que sobre su resolución, aportan las Esencias Florales, lo que hemos dado en llamar apriorísticamente, en esta versión pre-experimental: *abordaje gerontofloral del dilema de la Experiencia en la Vejez*.

Tal aproximación implica la habilidad de traducción sensible de las emociones, que subyacen a los “dilemas” en las resonantes frecuencias vibratorias del elixir floral, venido a sustituir la cualidad negativa causante del daño, por la virtud opuesta, efecto sistematizado y sometido a la verificación científica.

En su obra (2001) “La Curación Vibracional” Richard Gerber (6), también autor del Bestseller Mundial “La Curación Energética” (7) ha expresado que “la validación científica de las esencias florales parece ir a un ritmo a la par de lento que la validación de la Homeopatía, en los círculos de la medicina Convencional”. Felizmente los terapeutas e Investigadores cubanos somos una gran excepción.

En nuestro contexto caracterizado por la Oficialización de esta modalidad terapéutica en el Sistema Nacional de Salud, ha sido probado el efecto beneficioso de la Terapia floral, en el tratamiento de las más disímiles alteraciones del equilibrio, desde una también multidisciplinariedad, en especial las autoras de este artículo y colegas, han privilegiado en su condición de Gerontólogos, Psicólogos Médicos y Farmacólogos, la Evaluación e Intervención de las esferas de preocupación de las Personas Mayores, desde una perspectiva Floral.

Por su parte la experiencia clínica en el abordaje de los potenciales y reales daños sufridos por las personas mayores, relacionados con la competencia personal, el exceso

de entrega a la familia, las tareas abrumantes que ya corresponden a hijos y nietos, la pérdida de papeles en la vida personal y sociolaboral, los trastornos de adaptación, el duelo y la culpa, la ansiedad ante el futuro que se acorta, por la conciencia del límite, la soledad, la pérdida de la autoestima y otros factores de riesgo para la salud, hace de las Esencias Florales un recurso inestimable, atenuante de los eventos conflictivos.

Esta Modalidad demostró su mérito en el tratamiento de la Depresión del Adulto Mayor (8) y su capacidad para elevar los Niveles de Satisfacción con la Vida, ha modificado variables tan importantes como la Actitud ante el Envejecimiento, la Agitación y el humor disfórico y el sentimiento mismo de Soledad.

Se realizó un diseño que respondió al modelo el "Grupo contra sí mismo", veinte adultos mayores con diagnóstico de depresión (pacientes de la Farmacia Homeopática de Santa Clara, Cuba) fueron testigos estadístico-vivenciales del impacto de la Terapia floral sobre el bienestar psicológico, a los cuales se les aplicó antes y después del tratamiento una Escala de Depresión para ancianos (GDS) (Yesavage, Brink, Rose, Huang, Adey y Leirez, 1983) especialmente construida para personas mayores (versión reducida) y un Inventario de Satisfacción con la Vida de Lawton en la Vejez, pruebas psicológicas que alcanzan un alto nivel de operacionalización de las variables/dilemas que dan título a este trabajo.

La vivencia del mundo como un lugar poco seguro del que hay que cuidarse sin bajar la guardia, sin ser un atributo especial del hombre mayor, es dilema, consecuencia de experiencias negativas que genera un sentimiento de desconfianza y temor que exploran lo ítems: *-¿Tiene miedo de muchas cosas?, -¿Teme que algo malo le pase?*

Nos hemos referido al "deseo de continuidad" como variable moduladora de la calidad con que se envejece, es un dilema a solucionar si se quiere involucrar la propia responsabilidad del individuo, los ítems: *-¿Le cuesta iniciar nuevos proyectos?, -¿Ha renunciado a muchas actividades?, -¿A menudo se siente aburrido-a?,* ofrecieron importante información acerca del diagnóstico y tratamiento de este importante problema.

El sentimiento de inferioridad versus suficiencia se evidenció en la dimensión evaluativa de la actitud ante el propio envejecimiento que indaga acerca de los niveles de autoestima: *- ¿Siente que según se va haciendo mayor, es menos útil? y -¿A medida que se hace mayor se ponen las cosas mejor, igual o peor para Vd.?*

Se ha establecido la importancia del sentimiento de soledad, en los fenómenos de degradación de la condición del anciano e incluso en el agravamiento de la Salud, el Aislamiento versus Apertura pudo ser constatado en los ítems: *-¿Se siente a menudo como abandonado? y -¿Prefiere quedarse en casa a salir?*

Entre estos y otros "dilemas" se trató de obtener información acerca del modo cómo los sujetos vivenciaban esta etapa de sus vidas, si con Desesperación o como Oportunidad, preguntando si: *- ¿La mayor parte del tiempo la vida es dura y difícil?, -¿Siente que su situación es desesperada?, -¿Tiene muchas razones para estar triste?*

Fue probada la no intervención de las variables generales: edad, sexo, estado civil y nivel escolar en la efectividad resultante (a favor de la bondad terapéutica de los remedios florales) expresada en el aumento de la Satisfacción con la Vida. Corroborándose con respecto a la primera, el supuesto teórico que desestima a la edad como variable independiente, que la descarta como magnitud psicológica y la conceptualiza como un indicador poco preciso, de lo que puede o no ocurrir en determinada etapa del curso de la vida (4).

La respuesta al tratamiento fue siempre más favorable entre las mujeres, aunque la no significación de los cambios en la variable sexo, puede estar influenciada por la pequeñez del estrato masculino. La mayor participación de mujeres confirma que éstas sufren mayor estrés por la ocurrencia de acontecimientos negativos, recibiendo un impacto más alto que los hombres, se sabe que la depresión entre ellas es dos veces más elevada que en los varones (10). Ello explica que una cifra muy mayor de féminas solicite los servicios de la Terapia Floral.

Con respecto al estado civil en el que tampoco fue posible demostrar diferencias significativas, se observa que la Depresión, la Agitación y la Actitud ante el Envejecimiento, tuvieron mejor respuesta entre los que tenían pareja, en tanto que el sentimiento de Soledad mejoró más en los viudos, esto último hasta un nivel limítrofemente significativo ( $p=0.09$ )

La depresión descendió de un nivel de depresión moderada, según la corrección de la escala (9.45) hasta un valor grupal de no depresión (3.65) evidenciando el cambio positivo de esta variable y aportando además la varianza reducida desde 8.36 hasta 3.1 el criterio de la respuesta homogénea del grupo a esta intervención.

De los 15 ítems que conforman la escala de Yesavage, 5 obtuvieron cambios significativos y 5 muy significativos, entre los que se encuentran: *-¿Teme que algo malo le pase?*, *-¿Se siente como abandonado?*, *-¿Prefiere quedarse en casa a salir?*, *-¿Le cuesta iniciar nuevos proyectos?* y *-¿Siente que su situación es desesperada?* En la variación del puntaje general mejoran los 20 pacientes, con un estadígrafo de  $z=3.91$  y  $p=0.0001$ .

Como se sabe, las personas depresivas sufren de una pérdida de disfrute disminuyendo el interés por la vida y todo lo que ella nos brinda, de ahí que podamos afirmar que en la variación significativa del puntaje de depresión desempeñaron un papel importante las esencias florales Wild Rose, Clematis y Honeysuckle, Gentian y Mustard en el sentido de superar la apatía y la resignación, orientar la búsqueda de nuevos horizontes, poner en realidad al adulto mayor y evitar la “despresentificación” que suele acompañar a este trastorno afectivo, dificultando también las conductas iniciales de memoria, la atención y la concentración.

Cuando se piensa para investigar, en lugar de investigar para pensar, suelen encontrarse resultados muy curiosos, como el de la percepción del tiempo pasado en la vejez. En nuestra investigación, anticipamos el uso de Honeysuckle en la conducta de evasión de las presentes circunstancias, dando por supuesto que ante la adversidad del presente, van a refugiarse en el pasado, sin embargo observamos que también el mayor, no feliz

con su actual situación, vive más en futuro que en presente, aunque ese futuro signifique el límite de la vida, que vivencia en este caso como liberación, algo similar a lo que la literatura gerontológica describe como "el anciano Rocking Chair"

De ahí que estimular el deseo de continuidad, es una condición esencial para el logro de la Calidad de vida en la Vejez, que aportaron las vibrantes frecuencias energéticas de Walnut, Wild Rose y Gorse.

La fatiga, muchas veces resultado del hundimiento de la fuerza vital asociada a la depresión, (11) fue referida por 15 pacientes que consideraron no disponer de "tanta energía como el año pasado", de ellos 10 evolucionaron favorablemente. El cambio ocurrido, estadísticamente muy significativo ( $p=0.004$ ) puede ser desde la perspectiva vital por la acción de Olivo, Oak, Elm y Hornbeam que contribuyeron a restablecer el equilibrio energético, indicadas teniendo en cuenta que las variables detonantes del agotamiento o la falta de energía son específicas de cada hombre.

En el Test de Satisfacción con la vida de Lawton la evaluación de la Actitud ante el Envejecimiento presenta una respuesta positiva, con un puntaje inicial de 2.85 y final de 5.65, expresando los cambios producidos como consecuencia de la intervención, que se pueden modificar situaciones especialmente críticas para el bienestar, como la percepción de que uno está envejeciendo, los cambios negativos en la autoimagen y autoestima, la sensación de desplazamiento social y otros dilemas asociados.

Sin embargo fue tan fuerte el estereotipo negativo sobre el envejecimiento en estos mayores, que al preguntar "si a medida que se hace mayor las cosas se ponen peor", 8 personas consideraron inicialmente que sí, responsabilizando a la edad con el estado negativo que les afectaba y manteniendo su criterio en el postest, afortunadamente 9 evolucionaron hacia una respuesta favorable resultando un cambio significativo ( $p=0.026$ ). Esto puede atribuirse a los efectos producidos por la terapia con Walnut (Nogal), flor de los cambios, cuyo fruto asemeja un cerebro humano con sus dos hemisferios. Desde el siglo XV se lo considera como alimento del Sistema Nervioso Central por su alto contenido de fósforo (12), favorecedor, en nuestro caso, de la comprensión del envejecimiento como un transcurrir continuo de la vida humana.

En esta misma línea de pensamiento, al explorar "si a mayor edad aumenta el sentimiento de inutilidad", evolucionaron significativamente desde una respuesta desfavorable a una favorable 9 sujetos ( $X^2=4.90$ ,  $p=0.0026$ ). Esto confirma el hallazgo científico de la necesidad del abordaje de la depresión también como una forma particular de variación de la autoestima (13) para lo cual se prescribieron holísticamente los remedios florales: Crab Apple, Pine, Larch, Centaury y Gentian.

Obviamente estos mayores sufrían una crisis de identidad, en la que se afecta la correspondencia del hombre consigo mismo, perdiendo la habilidad de establecer quiénes, cuáles son sus objetivos y perspectivas de vida, cómo es percibido por los demás y su lugar en el grupo, incrementándose las dudas y la pérdida de confianza que agrava el cuadro depresivo.

Como apoyo al diagnóstico y a la evaluación de la capacidad de las esencias florales para elevar los niveles de autoestima, se les pidió que se definieran en términos positivos. Estas personas tan especiales tuvieron serias dificultades para atribuirse cualidades positivas, se les sugirió que respondieran, una vez transcurridos 21 días de tratamiento con Larch, flor del sistema Bach para la Autoestima y la toma de conciencia de las propias posibilidades personales, a las preguntas: *-¿quién soy?, -¿qué tipo de persona soy?, -¿soy digna de aprecio?* Finalmente se registró un resultado grupal de 13 autodefiniciones asertivas como promedio expresadas en orden decreciente: decente, honesto-a, organizado-a, justo-a, sincero-a, respetuoso-a, disciplinado-a, comprensivo-a, fiel, valiente, atento-a, generoso-a.

Con su acción natural, Larch estimuló el redescubrimiento de la propia identidad aportando satisfacción con los años vividos, con su historia de metas y propósitos logrados, demostró ser la flor de elección para convocar la fortaleza personal que supone considerarse realizado, completo, escapando a los prejuicios negativos sobre el viejo.

Por otra parte entre las variables que afectan la autoestima del mayor, ocupan un lugar importante las pérdidas físicas y/o sensoriales, cabellos grises, líneas en el rostro, lentitud al andar... hacen que algunas personas se infravaloren, llegando al extremo de experimentar vergüenza y autorrechazo, Crab Apple trabajó la insatisfacción con la propia imagen. Manzano Silvestre como remedio de limpieza, contribuyó eficazmente al estado transformado que la estadística registró en esta importante dimensión en 7 pacientes que modificaron su sentimiento de insatisfacción.

Al comenzar el tratamiento un número elevado de sujetos, 17 consideraron que "la mayor parte del tiempo la vida es dura y difícil", evolucionaron positivamente 13 personas, devolviendo los estadígrafos cambios muy significativos ( $p=0.0098$ ), cabe preguntarse ¿Qué cambió en tan breve espacio de tiempo en estas vidas (9 semanas), sino su mirada del mundo, mediante una reestructuración de su sistema de creencias potenciada por la acción natural de los remedios florales?

En la variación del puntaje general de la Actitud ante el Envejecimiento, mejoran 17 personas, ninguna empeora y 3 no sufren cambios, lo que representa un resultado muy altamente significativo a favor del mejoramiento integral de esta dimensión (prueba de Wilcoxon  $z=3.62$ ,  $p=0.0003$ ).

La prueba aplicada para evaluar "la agitación" (ansiedad o humor disfórico) establece un balance de efectividad entre los cambios positivos y negativos. Los mejores resultados se obtienen en el tercer ítem que explora "tiene muchas razones para estar triste" donde evolucionaron positivamente 12 personas y arroja un  $\chi^2 = 10.08$  y  $p=0.0001$ , resultando este cambio muy altamente significativo, como reflejo de una elevación notable del estado de ánimo, resultado de la intervención dispensada.

Como todos los sentimientos y procesos estudiados son eslabones de una misma cadena, este resultado vino acompañado de un impacto importante en la disminución de la irascibilidad, evidenciado en la significación del cambio cualitativo en las respuestas a: *"¿Le molestan más ahora las cosas pequeñas que antes?"* ( $\chi^2=8.10$ ,  $p=0.0004$ ), *¿Se*



*siente más irascible que antes?* ( $x^2=4.00$ ,  $p=0.045$ ) y *¿Se altera o disgusta fácilmente?* ( $x^2=6.13$ ,  $p=0.013$ ).

A las resonantes vibraciones energéticas de los elixires de Holly, Willow e Impatiens, se pueden atribuir estos cambios (en ausencia de otra terapéutica), por su capacidad para disminuir la connotación negativa de la irascibilidad sobre la salud y el bienestar, (por su influencia en el deterioro de las relaciones interpersonales y por la relación causal con patologías en los órganos y sistemas de expresión del rencor y la ira, a saber Hígado y Vesícula biliar)

No es casual que la Irascibilidad se explique científicamente como una falta de competencia, una sensación de que los sucesos y acontecimientos nos sobrepasan y escapan a nuestro control, vivencia afectiva autoinformada por un número considerable de pacientes en esta experiencia, donde mejoran en el puntaje general 18 de 20 sujetos, 1 empeora y 1 no cambia ( $p=0.0002$ ).

El hecho mismo de que un número no despreciable de sujetos experimentara alguna manifestación de humor disfórico, podría dar lugar, como suele hacerse erróneamente, a la comprensión de la irascibilidad como un atributo especial del envejecimiento, sin embargo los resultados del postest demostraron más su condición de fenómeno psicológico vinculado a la adaptación y sensible a la intervención, en este caso con esencias florales.

El miedo como emoción subyacente a las dificultades de adaptación, se reiteró con fuerza en la evaluación inicial, 16 personas refirieron "sentir miedo de muchas cosas". La identificación de esas "muchas cosas" hizo posible el diagnóstico diferencial y la prescripción de las esencias que cubren el amplio espectro de los miedos, apreciándose como regla general que estas personas experimentaban temor por sucesos de baja probabilidad de ocurrencia y que los miedos indefinidos están vinculados a la percepción de futuro como espacio que se acorta, aumentados por la depresión relacionada con cuadros fóbicos, operándose tras la intervención, un cambio altamente significativo, ( $x^2=7.69$ ,  $p=0.005$ )

El sentimiento de Soledad puntado entre 0 y 1 se eleva desde un conservador 0.45 (más de la mitad de los pacientes en valor nulo al inicio de la intervención) hasta un prometedor 0.80, evidenciando que la gran mayoría modificó su percepción del grado de interacción social y de una forma bastante homogénea, como respuesta grupal.

Es probable que la incapacidad del entorno próximo para estimular la participación en actividades reforzantes o intrínsecamente autoreforzantes, haya condicionado en parte esta vivencia de aislamiento, antecedente primario de la Depresión (14). Sin embargo, los efectos logrados mediante la acción de los remedios florales, prescritos en correspondencia con la propia responsabilidad, en analogía con la conducta de las flores capacitadas para transformar esta emoción humana dolorosa, revelan un déficit inicial de las habilidades sociales y los estilos de logro para la consecución del apoyo social que necesitan estas personalidades.

En este punto del análisis, es ineludible hacer referencia a la posibilidad que brinda el sistema floral, para determinar puntualmente las conductas del hombre que derivan o expresan en su caso la soledad...por la Impaciencia, por no tolerar el ritmo de los otros el hombre se queda solo y somáticamente enfermo. El orgullo, el aislamiento, la distancia de la Violeta (Water Violet), son cualidades distintivas, también en la vejez, somatizadas muchas veces, con rigidez y problemas circulatorios. La sociabilidad del Brezo, que en el exceso de locuacidad y pobre escucha, intenta llenar el silencio de la soledad, "porque la temen y se sienten muy infelices si tienen que estar solos por algún período de tiempo" (15).

Queda confirmado pues que la Satisfacción con la vida de los adultos mayores y la resolución de los dilemas de la experiencia en la vejez, son procesos sensibles a la estimulación con Terapia Floral, evaluada en este caso como paquete de medidas, apto para ser juzgado a través de sus efectos o resultados finales, por lo que no se realiza análisis intermedio con respecto a la efectividad diferencial de los elixires florales, en la manipulación de diferentes dimensiones o dilemas constituidos en variables dependientes del tratamiento.

En la generalización de esta experiencia deberá tenerse en cuenta esta consideración, tanto si el propósito es investigativo, terapéutico o de autocuración, en cuyo caso es posible acceder a la bibliografía acotada, en especial "Flores de Bach" de Ricardo Orozco y Clemente Sánchez, (16) que ofrecen un verdadero "bisturí floral" para el diagnóstico diferencial, buen libro gracias al gran poder de vivencias y a la menor influencia de lecturas que contiene.

Ya Paracelso, Goethe y Steiner nos aproximaron al vegetal, descifrando su imagen viviente, en interacción con las fuerzas invisibles que actúan sobre la materia, dibujaron una cartografía del ser humano que se aleja del mapa anatómico-newtoniano del cuerpo físico, por su naturaleza multidimensional y confirmaron la necesidad de atender estas dimensiones sutiles, con la misma disciplina y rigor científico, que explora la ciencia la realidad física del hombre.

Por nuestra parte, quedaremos satisfechos, si logramos movilizar una mirada de interés de las personas mayores hacia el poder curativo de las flores porque las plantas también tienen un alma, un ser astral, manifiesto en la zona de floración, dado al hombre a través del instinto y la intuición, portador de una determinada frecuencia vibratoria, similar a determinadas emociones y cualidades humanas, con las cuales entra en resonancia vibracional, favoreciendo el equilibrio de mente, cuerpo y espíritu.

Sanadores perceptivos, científicos, pintores, escritores y poetas han sentido su llamado... como el "Olmo Viejo" de Machado, con su rama centenaria verdecida, para dar fortaleza al abrumado o el "Escaramujo" de la Rosa de Silvio Rodríguez, que transporta apatía en exploración y la tan sentida "Madreselva en Flor" que pone al alma reacia, refugiada en el pasado irreparable, los ojos de primera vez.

Con ellas se amortigua también, el desafío del contexto, con su uso se potencian los recursos adaptativos de la persona mayor, aumentando la eficacia de la apuesta

personal, por una vejez con éxito. Con las flores se convoca la combinación armónica de vitalidad, resistencia, flexibilidad, autonomía y buen ajuste al ambiente.

### **Bibliografía:**

- 1- Fernández-Ballesteros, R. Gerontología Social. Editorial Psicología Pirámide. Madrid, 2000. ISBN84-368-1437-1.pp 612
- 2- Andrea G D, Introducción a la Biogerontología, conferencia, Madrid, 2000
- 3- Corraliza, J. A., Dimensiones psicosociales de la vejez. Universidad Autónoma. Madrid, 2000
- 4- Fernández-Ballesteros, R. y Cols. Evaluación e Intervención Psicológica en la Vejez. Editorial Martínez Roca, S.A. Madrid, 1992 ISBN 84-270-1573-9. Pp 259
- 5- Stern, C. Remedios Florales de California. Ediciones Martínez Roca, SA. Barcelona, 1998.ISBN 84-270-2371-5
- 5- Gerber, R. La curación vibracional. Ediciones RobinBook, Barcelona, 2001. ISBN 84-2701579-9
- 7- Gerber, R. La curación energética, Ediciones RobinBook, Barcelona, 1993.
- 8- Pedroza, E. *et al.* Programa de satisfacción con la vida y terapia floral en la depresión del adulto mayor. Informe de Investigación Terminada. 1er Congreso de Terapeutas Florales de Cuba, La Habana, 1999
- 9- Pedroza, E. *et al.* Terapia floral en las alteraciones anímicas que explican la Respuesta de Ansiedad, Boletín SEDIBAC, Barcelona, 2001
- 10- Maguirre, P. Enfermedad Coronaria, Cáncer de mama, Osteoporosis y Depresión, editorial servicios sociales españoles. Revista 60 y más ISSN 1132-2012, Madrid, 1998.
- 11- Alonso Fernández, F. Vencer la Depresión. Editorial Temas de hoy. Madrid, ISSN 1132-2012, 1994.
- 12- Maschmann de Ringe, F. El ramo de flores de Bach. Nuevas experiencias en la terapia Floral. Editorial Kiev S.A. Buenos Aires, ISBN 95017-1241-9, 1995.
- 13- Arago, J M. Aspectos Psicosociales de la Senectud. En: M. Carretero y otros. Editorial Alianza, Madrid, 1995.
- 14- Durán M, Torrado U. Intervención Psicológica en pacientes Geriátricos. Psicología de la salud. Editorial Pirámide, Madrid, 1993.
- 15- Pastorino, M L. La Medicina Floral de Edward Bach. Editorial Club de Estudio, Buenos Aires, ISBN 950-587-031-0, 1987.
- 16- Orozco, R. Flores de Bach: manual para terapeutas avanzados. Ediciones INDIGO, Barcelona, 1996.
17. Orozco, R. y Sánchez C. Flores de Bach, diagnóstico diferencial entre esencias. Editorial Indigo. Barcelona, 1999. ISBN.84.89768-38-2.
18. Barnard, J. Obras completas del doctor Bach. Editorial Ibis SA, Barcelona, 1994. ISBN 84-8027054-3.
19. Montorio, I. La persona mayor: Guía aplicada de evaluación psicológica. Universidad Autónoma de Madrid. ISBN 84-86852-49-8