



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

La Terapia Floral Personalizada. Una solución para el tratamiento de los miedos.

Autoras:

Lic. Bárbara Casañas Morales^{1[1]}

Lic. Elsa Olgueira Martell^{2[2]}

Dra. C. Nerely de Armas Ramírez^{3[3]}

Introducción

A nivel internacional la terapia floral va ganando mayor reconocimiento en el campo de la salud y el bienestar humano por sus efectos terapéuticos en la recuperación de la armonía psicofísica. Así, se aprecia un notable desarrollo en el empleo de la terapia floral en los países de Ibero América tales como: España, Argentina, Colombia, México, Venezuela, Perú y Brasil. En Estados Unidos han proliferado los sistemas florales, surgidos a partir de la década de los 70. Es notable el auge adquirido por esta noble terapia en países de Europa como Inglaterra, Alemania, Francia, Suiza, entre otros. Existe un gran desarrollo floral también en otros países como: Australia, Nueva Zelanda y Sudáfrica.

En Cuba se inicia su desarrollo a partir de 1990, estimulado por los intercambios que se establecen con terapeutas de España, Argentina, Venezuela y México, su práctica se ha ido extendiendo en las distintas provincias. En general, se puede afirmar que la aceptación de la terapia floral por parte de la población y de los profesionales de la salud ha sido rápida. Esto lo demuestra la asistencia y demanda que tienen el diplomado y cursos de terapia floral que se imparten en el Instituto de Superior de Ciencias Médicas de la ciudad de Santa Clara, así como el incremento de la venta de los remedios en farmacias especializadas, indicados mediante recetas de terapeutas capacitados en terapia floral, principalmente médicos, psicólogos, farmacéuticos, estomatólogos y personal de enfermería.

La Terapia Floral es un sistema médico-terapéutico que utiliza esencias de flores silvestres. Se constituye como una de las terapias prototípicas de la medicina vibracional y es capaz de actuar holísticamente en enfermedades tanto psíquicas como orgánicas. A la serie de 38 esencias naturales extraídas de flores silvestres descubiertas por el médico inglés Edward Bach, se les conoce como “las flores de Bach”. Este sistema floral fue reconocido por la Organización Mundial de la Salud en 1976 y, en

^{1[1]} Psicóloga y Diplomada en Terapia Floral

^{2[2]} Psicóloga y Diplomada en Terapia Floral

^{3[3]} Doctora en Psicología y Diplomada en Terapia Floral

1999 el Ministerio de Salud Pública Cubano la oficializó dentro de su Dirección Nacional de Medicina Natural y Tradicional.

Los remedios florales son medicamentos completamente inofensivos para el organismo. Se pueden aplicar como único tratamiento o combinados con otras terapéuticas en niños, adultos, mujeres embarazadas, ancianos, animales o plantas.

Este tratamiento ha demostrado gran eficacia en los trastornos psíquicos: desequilibrio de emociones, voliciones, actividad intelectual y espiritual en el ámbito de la personalidad del individuo. A la hora de abordar la terapéutica de las interrelaciones de lo psíquico y lo físico: lo que piense o sienta cada persona influye en las funciones neurológicas, endocrinas e inmunológicas de su organismo y por ende en su salud.

Las esencias florales pueden ayudar a las personas a manejar las situaciones conflictivas y a que puedan encontrar las posibles soluciones o adaptarse a las nuevas circunstancias, ya que son capaces de equilibrar o restituir los niveles energéticos.

Los conocimientos de física cuántica aplicados a la biofísica y bioquímica celular, comprueban que existen energías que no se habían cuantificado y que por lo tanto, no se habían considerado, pero que son determinantes en el funcionamiento de los seres vivos. En la actualidad existen grupos de investigadores que estudian el mecanismo de acción de los medicamentos que sólo aportan energía, éste es el caso de las esencias florales.

Muchos médicos alópatas se niegan a reconocer los avances de la neurofisiología y la psiconeuroinmunología y, como no tienen armas terapéuticas, consideran que las emociones son campo de la psicología, que a ellos sólo les corresponden los diagnósticos orgánicos.

Actualmente se utilizan, cada vez más, aparatos sofisticados con excelentes resultados en el diagnósticos de lesiones orgánicas, pero en la medicina alopática no hay recursos terapéuticos específicos para contrarrestar el substrato emocional que ha producido o puede producir esa patología. Sin embargo, las esencias florales de Bach ofrecen la posibilidad de equilibrar las emociones que alteran a la persona, a fin de que pueda afrontar o resolver de alguna forma, su problema.

Los 38 remedios de Bach están agrupados de acuerdo con sus efectos sobre estados de ánimos que conforman 7 grupos emocionales, entre los que se encuentra el grupo de los *miedos*. En este grupo se ubican flores para todas las gamas del miedo. Toda persona ha experimentado alguna vez esta emoción, incluyendo aquellos que lo niegan y esconden en lo profundo del inconsciente.

El hacer consciente y procesar los miedos nos hace más fuerte, nos da coraje frente a la vida y nos permite desarrollarnos mejor como personas adultas. En este empeño ayudan las siguientes flores: Rock Rose, Mimulus, Cherry Plum, Aspen y Red Chestnut.

La influencia de las emociones

Las respuestas afectivas de la personalidad ante los estímulos que le impresionan se expresan en sentimientos, emociones y pasiones.

Las emociones son vivencias afectivas que se producen bruscamente y alcanzan gran intensidad, pero tienen corta duración y las acompañan cambios somáticos. Las emociones se clasifican en **primarias** entre las que se encuentran la IRA, el MIEDO y el AMOR y en **secundarias** como: la ALEGRÍA, la TRISTEZA y la ANSIEDAD.

Las emociones ocupan una posición central y determinante en la vida psíquica y en su equilibrio, están estrechamente ligadas a las necesidades y tendencias. En el origen de la emoción de tonalidad agradable se encuentra un estado de satisfacción, en la desagradable casi siempre hay una frustración.

En la personalidad la emoción constituye una poderosa fuerza movilizadora y los aprendizajes emocionales, que son la base de las tendencias del adulto, derivan de ella. Algunos desordenes corporales se adscriben a la patología de las emociones, tanto si son consecuencia directa, en el caso de los trastornos psicósomáticos, como si derivan indirectamente de ellas, como ocurre en las manifestaciones de la histeria de conversión.

La integración equilibrada de las emociones de forma adecuada depende de varios factores: el más evidente es el de la maduración. El control progresivo de las emociones depende de factores biológicos (maduración de sistema nervioso) y de factores psicológicos (desarrollo de proceso de la inhibición). El control de las emociones es una función esencial del Yo y la calidad del control emocional es uno de los aspectos de la fuerza del Yo. Así, cada persona tiene una estructura de respuesta emocional particular: un individuo determinado se caracteriza por presentar fácilmente reacciones de cólera, otros de miedo.

Entre las alteraciones cualitativas de la afectividad se encuentra el miedo. Cuando la persona siente miedo, siente que a él o a otras personas les puede ocurrir algo que les dañe o puede serles nocivo. Ya sean circunstancias que lo ponen en peligro o que representan posibles amenazas. En estos casos la persona manifiesta conductas de evitación, protección y huida.

A nuestra consulta acuden gran cantidad de pacientes que sufren de miedos. Ésta ha sido la razón por la cual hemos seleccionado este tema, planteándonos el siguiente problema:

- **¿Cómo dar tratamiento efectivo a los miedos teniendo en cuenta las particularidades de personalidad de los pacientes?**

La reacción de miedo y la angustia patológica más simple, se encuentra en el *pánico* que se evidencia cuando la intensidad afectiva del estímulo es superior a la capacidad de reacción del organismo y aparecen comportamientos que serán patológicos en la medida de su inadaptación.

Cuando esta vivencia llega al punto extremo, alcanza la dimensión de *fobia*.

Se designa con el nombre de *angustia* a un miedo sin objeto aparente, o cuando existe un factor desencadenante, un miedo causado por un estímulo que no provocaría la misma reacción en un sujeto normal.

La terapia floral en el tratamiento de los miedos.

Las flores nos llevan a aprender lecciones por el camino del amor y la comprensión. Todas tienen que ver con el aprendizaje, ya que corrigen defectos u obstáculos que impiden el desenvolvimiento adecuado del individuo.

A través de las esencias florales se logra que llegue a nuestra personalidad la información que procede de nuestras estructuras superiores, y se vence el estado de bloqueo que puede conducir a la enfermedad. Esta última es la que nos avisa de que algo no funciona bien en el organismo. Esto significa que la causa de la enfermedad no hay que buscarla en el campo donde aparece. Bach afirma que lo que nosotros conocemos por enfermedad, es el último resultado producido en el cuerpo, el producto final de fuerzas profundas y duraderas. Las enfermedades son defectos como lo es el *orgullo*, la *crueldad*, el *odio*, el *egoísmo*, la *ignorancia*, la *inestabilidad* y la *codicia*. Detrás de cualquier síntoma físico y psíquico que el hombre pueda sufrir, se encuentran algunos de estos defectos que son su causa subyacente.

Las flores logran fijar el aprendizaje de las lecciones y evitar el sufrimiento de la enfermedad. Las esencias florales corrigen estados negativos y llegan hasta donde se necesitan.

En el tratamiento con esencias florales es importante partir de que venimos a este mundo a aprender lecciones, a desarrollar cualidades o virtudes.

Nuestra personalidad primaria contiene también el defecto a superar y cuando tomamos la flor tipo correspondiente nos ayuda a cumplir nuestra misión en la vida. La cualidad o virtud a desarrollar está dada por la personalidad adjudicada. El aspecto positivo de la flor tipo es diferente al defecto a superar, que es el aspecto negativo con el cual venimos predispuestos al nacer.

Cuando existe un conflicto entre la estructura sutil y la personalidad, la frecuencia de vibración en el campo energético se distorsiona de una manera no armónica. Esta distorsión influye en el campo energético humano y se produce un estado de ánimo afectivo negativo. Estos estados negativos anímicos no se combaten como si fueran síntomas, pues de esa forma se mantendrían energéticamente, al contrario se les inunda de vibraciones energéticas armónicas superiores y como dice el doctor Bach: “se derriten como nieve al sol”.

La esencia de flores vibra en la misma frecuencia energética armónica que el correspondiente al dictado del alma humana. Y ante su distorsión no armónica y su retardación, la esencia de flores puede hacer retornar la armonía a través de la resonancia de vibración. La esencia restablece, como un catalizador, el contacto bloqueado entre el alma y la personalidad, transforma los estados de ánimo negativos en positivos, contribuyendo a recuperar la relación con el Yo superior. Se logra descubrir lo que falla en nosotros, erradicamos el defecto, desarrollando la virtud que la ha de sustituir.

Cuando el paciente llega a tener tanto miedo, es necesario lograr colocarlo en una situación que facilite su tratamiento y le permita salir de su estado. Para ello se le administran los remedios de Bach del *grupo de los miedos* (Aspen, Mimulus, Red

Chestnut, Cherry Plum y Rock Rose) que ejercen la acción de potenciar la energía del “coraje” en la conciencia del paciente.

Posteriormente, para lograr trabajar sobre el psicotrauma de base que se presenta en estos casos, se utiliza Star of Bethlehem. Se administran también las flores caracterológicas propias del caso.

En definitiva, como expresara el doctor Ricardo Orozco, parece que todo el sistema de Bach gira en torno a los miedos. Tomamos por ejemplo la angustia de Agrimony, ¿acaso en ella no está presente el miedo a enfrentar nuestros conflictos más profundos? Tenemos también otros miedos a los que la persona se enfrenta y que no están incluidos en el primer grupo: en Heather a la soledad, en Centaury a perder el aprecio de los demás, en Crab Apple al contagio, en Vine a la debilidad, etc.

De esta forma, tomando como base teórica los fundamentos anteriores nos proponemos el siguiente objetivo general:

- **Valorar la efectividad de las esencias florales de Bach del grupo No.1, seleccionadas para el tratamiento de los miedos y las que correspondan, teniendo en cuenta las particularidades de personalidad del caso.**

La siguiente hipótesis nos ha servido de guía en el proceso investigativo:

- **Las esencias florales que resultan más efectivas para la remisión de los casos, en el tratamiento de los miedos son las del Grupo No. 1 del Sistema de Bach, asociadas a otras que corresponden a las particularidades del caso.**

Desarrollo

Tareas Científicas

1. Análisis bibliográfico de los fundamentos teóricos que sustenten la investigación referente a la terapia floral, la emoción de miedo y el estudio de la personalidad de los sujetos.
2. Aplicación de métodos y técnicas para el estudio individual de la muestra seleccionada.
3. Diagnóstico y tratamiento de cada uno de los casos estudiados.
4. Valoración de la efectividad de los tratamientos indicados a cada sujeto.

Para la realización de estas tareas se utilizaron los siguientes *métodos y técnicas*:

- **Métodos Teóricos:**
 - a) Análisis y Síntesis
 - b) Inducción y Deducción
 - c) Hipotético Deductivo.
- **Métodos Empíricos:**
 - a) Cuestionario de Bach
 - b) Entrevista en Profundidad
 - c) Anamnesis
 - d) Observación

Pre experimento o Experimento Secuencial proyectado.

Selección de la Muestra

De una población de 340 pacientes que asistieron a la Consulta de Psicología del Policlínico “Chiqui Gómez” del mes de febrero a mayo del 2004, se seleccionaron intencionalmente los pacientes que presentaron síntomas de miedo. En total la muestra quedó conformada por 25 casos. De ellos 9 son niños en las edades comprendidas entre 6 y 11 años (5 varones y 4 hembras). Del grupo de 16 adultos, 8 pertenecen al sexo masculino y 9 al femenino con edades comprendidas entre 18 y 60 años.

Se inició el proceso investigativo con una exploración inicial para determinar las particularidades personales de cada sujeto, para lo que se utilizó la Entrevista en Profundidad, el Cuestionario (modificado) de Bach, la Anamnesis y las observaciones

Análisis de los Resultados.

Al realizar el diagnóstico de los tipos de miedos presentes en los menores (tabla1), puede apreciarse que el mayor porcentaje de niños presenta miedos a lo conocido, seguido por miedos a lo desconocido y en menor escala el terror o pánico. Es interesante señalar que en la muestra estudiada predomina el sexo masculino y que el miedo por los otros y a perder el control no está presente en ningún caso.

Fórmula Utilizada: Se indican las esencias del grupo de los miedos Mimulus, Aspen y Rock Rose, según corresponda. Además se adicionan para todos los casos Agrimony, por la angustia manifiesta; Walnut, como protector de las influencias externas y potenciador del cambio; por último Star of Bethlehem, para sellar los psicotraumas presentes.

TABLA 1. TIPOS DE MIEDO ATENDIDO EN NIÑOS.

Tipos de miedo	Sx. Fem.	Sx. Masc.	Total	%
Miedo a lo conocido	3	2	5	55
Miedo a lo desconocido	1	2	3	33
Terror –Pánico	0	1	1	11
	4	5	9	

Al analizar los tipos de miedo presente en los adultos (tabla2), se observa que en los casos estudiados el miedo mas frecuente es a lo desconocido, seguido por miedo a lo conocido y miedo por los otros, le siguen en orden descendente el miedo a perder el control y el terror o pánico. Es interesante señalar que en el caso de los adultos predomina el sexo femenino.

Fórmula Utilizada: Se indican las esencias del grupo de los miedos atendiendo al tipo de miedo presente. Atendiendo a los mismos criterios que en los menores, se adicionan para todos los casos Agrimony, Walnut y Star of Bethlehem. Por último, se toman las características individuales del caso para hacer el tratamiento más personalizado.

TABLA 2. TIPOS DE MIEDO ATENDIDO EN ADULTOS.

Tipos de miedo	Sx. Fem.	Sx. Masc.	Total	%
Miedo a lo conocido	1	4	5	31
Miedo a lo desconocido	2	2	4	25
Terror –Pánico	3	-	3	18
Miedo a perder el control	1	1	2	12
Miedo por los otros	-	2	2	12
	9	7	16	

En la siguiente tabla se puede observar la evolución de los niños atendidos, en tres momentos diferentes del tratamiento. Se aprecia claramente cómo, en cada momento del tratamiento, resulta mayor el número de casos que remiten los síntomas por lo que acudieron a consulta que aquellos que presentan mejoría o los mantienen, quedando como resultado final la remisión total de síntomas por el 88% de la muestra estudiada.

TABLA 3. EVOLUCION DE NIÑOS ATENDIDOS.

	MANTIENEN	MEJORAN	REMITEN	TOTAL (%)
21 DIAS	1	2	6	66
45 DIAS	1	1	7	77
60 DIAS	1	-	8	88

La última tabla muestra la evolución de los adultos atendidos, también en tres momentos del tratamiento. En ella se observa que la relación de los casos que remiten los síntomas es superior a aquellos que los mejoran o mantienen en todos los momentos de su evolución; lográndose un aumento paulatino en aquellos casos que logran eliminar completamente los síntomas resultando estos el 81% de la muestra.

TABLA 4. EVOLUCION DE ADULTOS ATENDIDOS.

	MANTIENEN	MEJORAN	REMITEN	TOTAL (%)
21 DIAS	3	5	8	50
45 DIAS	2	2	12	75
60 DIAS	1	2	13	81

Tomando de base los resultados que se derivan de este estudio, puede afirmarse que las flores de Bach poseen una gran efectividad para el tratamiento de los miedos en los casos atendidos. Este aspecto nos motiva a seguir profundizando en el tema, mediante la aplicación de esta terapia a un mayor número de pacientes que presenten iguales alteraciones.

Conclusiones

- Los pacientes de la muestra que padecen de miedos, en general vienen acompañados de otras manifestaciones asociadas, fundamentalmente la ansiedad.
- En el caso de los niños, la terapia floral se prescribe de manera más centrada en los síntomas y en el estado emocional predominante, menos puntual en cuanto a las características de personalidad, ya que aun se encuentran en formación

- En los casos de adultos, la terapia floral se puede aplicar más personalizada, usando la flor tipológica o la flor del estado emocional predominante según las particularidades del caso.
- A las esencias florales del grupo de los miedos se les añadió Agrimony, Walnut y Star of Bethlehem para todos los casos. Esto se justifica por la presencia de angustia, necesidad de cambio y psicotrauma, presentes en la totalidad de los casos estudiados.

Recomendaciones

- Ampliar la muestra para confirmar los resultados obtenidos.
- Que se utilice el esquema propuesta de Agrimony, Walnut y Star of Bethlehem en los casos en los que los sujetos presenten manifestaciones de miedo y que el tratamiento sea complementado por la flor caracterológica así como por aquella que se corresponda con el estado emocional predominante.
- Modificar la fórmula propuesta en el caso de no obtener ningún cambio en el estado emocional del paciente a partir del tercer encuentro con el mismo.

Bibliografía

- _Bach, Edward: Bach por Bach. Obras Completas. Escritos Florales. Continente. Buenos Aires, 1993.
- _Bach, Edward: Los Remedios Florales. Escritos y Conferencias. EDA F. Madrid, 1995.
- _Bach, Edward: Conferencias Masónicas sobre Principios Curativos. EDAF. Madrid, 1995.
- _Blome, Gotz: El nuevo manual de curación por las flores. Ediciones Robin Boock 1995.
- _Burton Golelberg Group: Los remedios florales. En: Medicina Alternativa. California. Future Medicine Publishing, inc. 1999.
- _Burton Golelberg Group: En: La Medicina Metal Corporal. En: Medicina Alternativa. California. Future Medicine Publishing, inc 1999.
- _Gerber, Richard: La curación energética. Robin Book, Barcelona, 1993.
- _Orozco, Ricardo: Flores de Bach. Manual práctico para terapeutas avanzados. Ediciones Indigo. Barcelona, 1993.
- _Orozco Ricardo y Sánchez Clemente. Flores de Bach. Diagnóstico Diferencial entre esencias. Ediciones Indigo, Barcelona, 1999.
- _Posada Rojas Santiago: Esencias Florales. Un camino. Editorial Promeco Natural Bioenergética. Campo Energético Humano. 1995.
- _Rodríguez, Boris. Terapia Floral y Estimulación Psicosensoial en el niño con deficiencia psíquica. Índigo, Barcelona, 2001.