NATUGUASO 2020
VI Jornada provincial de Medicina Natural y Tradicional
VII Taller de la Cátedra de Medicina Natural y Tradicional
Universidad de Ciencias Médicas “Carlos J. Finlay”

Terapia Floral de Bach, sufrimiento psicológico y COVID-19

Bach Flower Therapy, psychological suffering and COVID-19

Dra. Ana Eugenia Vara Delgado*; Dra. Clara Sonia Alayón Recio**; Dra. Mercedes Rosa Gómez Mariño ***

* Clínica Estomatológica Provincial Docente “Ismael Clark y Mascaró” Universidad Médica “Carlos J. Finlay”. Facultad de Estomatología. Doctora en Estomatología. Especialista de Primer Grado en Estomatología General Integral. Especialista de Segundo Grado en Periodoncia. Máster en Medicina Natural y Bioenergética. Profesora Auxiliar y Consultante. Id ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6319-5496> Correo electrónico: avd.cmw@infomed.sld.cu

** Clínica Estomatológica “Independencia.” Universidad Médica “Carlos J. Finlay”. Facultad de Estomatología. Doctora en Estomatología. Especialista de Segundo Grado en Periodoncia. Máster en Atención a Urgencias Estomatológicas. Profesora Asistente. Id ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2563-1362>

*** Clínica Estomatológica Provincial Docente “Ismael Clark y Mascaró” Universidad Médica “Carlos J. Finlay”. Facultad de Estomatología. Doctora en Estomatología. Especialista de Segundo Grado en Periodoncia. Máster en Atención a Urgencias Estomatológicas. Profesora Auxiliar. Id ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3033-842x>

Resumen

Fundamento: la Organización Mundial de la Salud declaró la COVID-19 Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional donde se produce un deterioro del tejido social, la pérdida de la estructura de la vida familiar, que con las consecuencias del aislamiento social prolongado, causa consternación, niveles elevados de sufrimiento psicológico y aparición de emociones negativas. La Terapia Floral de Bach armoniza las emociones y potencia las propiedades curativas internas del organismo, es eficaz, segura, sin efectos secundarios, económica y asequible. Objetivo: determinar las esencias florales que pueden ser usadas en pacientes con sufrimiento psicológico en el marco de la COVID-19. Método: Se realizó una revisión bibliográfica de artículos originales y revisiones sistemáticas en publicaciones académicas, en inglés, portugués y español. Para ello se emplearon los servicios de Infomed, específicamente, The Cochrane Library, PubMed, Clinical Key, Hinari y SciELO, a través de los cuales se accedieron a las bases de datos: MEDLINE, Academic Search Premier, Medic Latina y Scopus. Se recopilaron artículos científicos, en los que se hace referencia

al tema del estudio. El 90% de la bibliografía consultada fue de los últimos 5 años y el 60%, de los últimos 3. Conclusiones: Las esencias florales Agrimonia, Heliantemo, Cerasifera o Cerezo, Impaciencia, Acebo y Estrella de Belén así como el Remedio de Rescate son recursos a considerar en el arsenal terapéutico para aliviar el sufrimiento psicológico de las personas en el marco de la COVID-19, utilizando recursos naturales de probada eficacia, económicos, seguros y al alcance de todos.

DeCS: terapias complementarias; infecciones por coronavirus; desastres; salud mental; aislamiento social.

Summary

Background: The World Health Organization declared COVID-19 a Public Health Emergency of International Importance where there is a deterioration of the social fabric, the loss of the structure of family life, which, with the consequences of prolonged social isolation, causes dismay, high levels of psychological suffering and the appearance of negative emotions. Bach Flower Therapy harmonizes emotions and enhances the internal healing properties of the body, it is effective, safe, without side effects, economical and affordable. Objective: to determine the flower essences that can be used in patients with psychological suffering within the framework of COVID-19. Method: A bibliographic review of original articles and systematic reviews in academic publications were carried out in English, Portuguese and Spanish. For this, the services of Infomed were used, specifically Ebsco, The Cochrane Library, PubMed, Clinical Key, Hinari and SciELO, through which the databases were accessed: MEDLINE, Academic Search Premier, Medic Latina and Scopus. Scientific articles were collected, in which the subject of the study is referenced. 90% of the bibliography consulted was from the last 5 years and 60% from the last 3. Conclusions: The flower essences Agrimonia, Heliantemo, Cherry Plum, Impatient, Holly, Star of Bethlehem as well as the Rescue Remedy are resources to consider in the therapeutic arsenal to alleviate the psychological suffering of people within the framework of COVID-19, using natural resources of proven efficacy, economic, safe and accessible to all.

DeCS: complementary therapies; coronavirus infections; disasters; mental health; social isolation.

INTRODUCCIÓN

Desde el 30 de enero de 2020, una Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional (ESPII) ocupa todos los medios informativos, redes sociales y noticias de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS): la presencia de un nuevo

coronavirus, denominado Coronavirus 2 del Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS-CoV-2), y la enfermedad que causa, enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19).⁽¹⁻³⁾ En el mundo en general y en Las Américas en particular, se reportan millones de casos con una alta letalidad que ascendía a 5,46 en esta zona del mundo, según señaló el Periódico Granma en abril de este año.^(4,5) En Cuba en ese mes se reportaban 1337 casos de COVID-19, 51 fallecidos con una tasa de letalidad del 3.36%. Estas cifras aumentan exponencialmente cada día⁽⁵⁾.

Igual que con otras infecciones respiratorias como la gripe o el resfriado común, las medidas preventivas de salud pública para reducir la repercusión del brote son fundamentales para frenar la transmisión de esta enfermedad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda entre las medidas más importantes de protección personal contra la COVID-19 el aislamiento social.^(6,7)

En Cuba se fiscaliza el cumplimiento de esta y otras medidas como parte de un robusto plan para el enfrentamiento y control de la enfermedad en función de disminuir el impacto de la COVID-19 sobre la población y la economía,⁽⁸⁾ sin embargo, no existe ninguna vacuna que pueda inmunizar a los individuos y a pesar de las disposiciones para la prevención, si no se llevan a cabo correctamente por parte de los ciudadanos, existe el riesgo de enfermar e incluso de morir, lo cual, unido a las consecuencias del necesario aislamiento social prolongado, produce consternación y niveles elevados de sufrimiento psicológico con la aparición de emociones negativas.^(9, 10)

Se define a la Medicina Natural y Tradicional (MNT), como la especialidad que incluye aquellos métodos de promoción de salud, prevención de las enfermedades, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los pacientes enfermos empleando modalidades que utilizan fundamentalmente elementos naturales. Entre sus variantes más estudiadas se encuentra terapia Floral de Bach y otros métodos que usan las propiedades curativas y sanadoras de la naturaleza.⁽¹¹⁾

Cuba se adentra cada vez más en el perfeccionamiento de la MNT y los Lineamientos del VI y VII Congreso del Partido Comunista de Cuba, así lo orientan. La Terapia Floral de Bach es una de las formas terapéuticas aprobadas; eficaz, segura, inocua, sin efectos desagradables, secundarios, y/o tóxicos, de bajo costo y asequible.⁽¹²⁾ El presente trabajo se ha realizado con el propósito de determinar las esencias florales de Bach que pueden ser usadas en pacientes con sufrimiento psicológico en el marco de la COVID-19.

DESARROLLO

Se realizó una revisión bibliográfica de artículos originales y revisiones sistemáticas en publicaciones académicas, sin limitar el ámbito geográfico y en los idiomas inglés, portugués y

español. Para ello se emplearon servicios disponibles desde la red Infomed, específicamente, The Cochrane Library, PubMed, Clinical Key, Hinari y SciELO, a través de los cuales se accedieron a las bases de datos: MEDLINE, Academic Search Premier, Medic Latina y Scopus. Se recopilaron varios artículos científicos, en los que se hace referencia al tema del presente estudio. El 90% de la bibliografía consultada fue de los últimos 5 años y el 60%, de los últimos 3 años.

La terapia floral está compuesta por remedios bioenergéticos descubiertos por Edward Bach entre los años 1926 y 1934 y es conocida también como terapia vibracional o energética, ya que usa campos energéticos con el fin de devolver el equilibrio y la armonía física, mental, emocional y espiritual a la persona. Cuando se toman esencias florales, las vibraciones de las flores entran al campo energético, con ellas es posible desbloquear, aflorar y elaborar hechos, emociones y procesos vividos. ^(13,14)

Los estados emocionales forman parte de la compleja dinámica psicológica, que orienta el comportamiento y sustenta la sintomatología en muchos trastornos psiquiátricos menores, en los cuales se precisa para un manejo terapéutico integral abordar las emociones presentes, lo cual puede ser realizado en el nivel primario de atención ⁽¹²⁻¹⁴⁾ Bach, para su mejor estudio y aplicación dividió sus esencias en 7 grupos: para los que sienten miedo(I); para la indecisión(II); la falta de interés por las circunstancias actuales (III); para la soledad (IV); la sensibilidad excesiva a influencias y opiniones ajenas(V); para los desesperados (VI) y por último para la preocupación excesiva con el bienestar de los otros (VII). ^(12,15,16)

Las esencias florales, escritas indistintamente en idioma inglés o español, se usan para tratar cada estado emocional y pueden ser escogidas a través de la llamada entrevista floral, donde se expondrán espontáneamente las emociones presentes y que serán tratadas por la esencia específica. Pero también podemos escoger las mismas a través de la transpersonalidad, que son las aplicaciones florales que no vienen dadas por la personalidad del receptor, sino por características físicas similares al estado emocional de la esencia y es el método más sencillo de usarse, existiendo fórmulas en la literatura ya recomendadas con estos fines. ^(12,16)

Veilati, en su libro Tratado Completo de Terapia Floral recomienda la Agrimonia como el ansiolítico del Sistema Floral de Bach, esencia floral utilizada por Bach desde que creó su Sistema Floral. Muy útil en la angustia, ansiedad y opresión referida en el pecho. Igualmente indicada en insomnios que precisan psicofármacos; para el llanto fácil contenido e incontrolado. Potencia la paz interior. ⁽¹⁷⁾

Otro remedio floral de utilidad es el Rock Rose o Heliantemo y se indica para el miedo paralizante y terror, tras sufrir accidentes, emergencias y contingencias y agresiones a la integridad física y emocional, incluido el estrés. Su uso trasmite coraje, confianza y ayuda a superar las crisis dando seguridad personal. Forma parte del remedio de Rescate^(12,17)

Los autores de esta revisión de la literatura, sugieren el uso de Cherry Plum , Cerasifera o Cerezo para el que tiene miedo a descontrolarse y a hacer actos desagradables, así como a enloquecer. Útil en las convulsiones y crisis de Parkinson si escasearan los remedios convencionales o alopáticos. Confiere firmeza, autocontención, comprensión y asimilación de su propia realidad y la del entorno.^(12,13, 17) La esencia floral Impaciencia o Impatient se recomienda en situaciones apremiantes con ritmo cardíaco acelerado, en la tensión y el estrés y en estadios de violencia por querer priorizar sus necesidades. También se recomienda en la depresión ansiosa e hipertensión arterial y confiere paciencia y empatía, se comprende mejor la situación posterior a su utilización. El Acebo o Holly es muy utilizada en insomnios, jaquecas, pensamientos obsesivos, hipertensión arterial y también para taquicardias con componente sicoemocional.^(12,13,17)

Otro de los remedios florales recomendados en casos de desastres o emergencias es la Estrella de Belén o Star of Bethelam, posterior a vivencias traumáticas, noticias graves, y en la depresión reactiva. También utilizado en shocks psicofísicos y es útil en la cicatrización de heridas. Por ser un excelente remedio bioenergético conecta las redes de energía afectadas por el shock. Es el “remedio del duelo“ y trasmite paz.^(12-14,17)

Los problemas no solo sicoemocionales, sino, físicos, pueden ser tratados con el Rescue Remedy o Remedio de Rescate, compuesto por 5 flores de Bach, recomendada como fórmula única y que consta de las siguientes esencias: Cherry Plum, Clematis, Impatient, Rock Rose y Star of Bethlehem. Está indicado en emergencias físicas y/o sicoemocionales, neurosis traumáticas, estupor, paralización, todo esto presente en las grandes crisis sean colectivas o individuales, como guerras, accidentes, noticias graves. Una vez utilizado resuelve la fase crítica hasta la llegada de la asistencia médica calificada.⁽¹⁷⁾

Acerca de la efectividad comprobada de la Terapia Floral de Bach, la Dra Llundu Agualongo realizó un estudio para la evaluación de la efectividad del tratamiento con esencias florales en escolares con síntomas de estrés postraumático a causa del terremoto, en la Unidad Educativa San Luis Gonzaga (Muisne-Ecuador) durante el año 2016 y concluyó que, en base a la opinión de los participantes, se puede asegurar que el 63,1% se sintió mejor al final del tratamiento.⁽¹⁸⁾Díaz Cifuentes y colaboradores en su estudio recalcaron la efectividad de la terapia floral para el

tratamiento de la depresión en pacientes adultos mayores con cáncer y Fernández Martell, en el vitíligo en niños. ⁽¹⁶⁾

A causa de la morbi-mortalidad que se presenta en la situación de emergencia de salud por la COVID-19, es bueno considerar la posibilidad de tratamiento con esta técnica, al alcance de todos en Cuba y otras latitudes, aplicada a enfermos y familiares para mejorar aspectos físicos y psicoemocionales y a la vez, brindar una mejor calidad de vida ante una enfermedad que nos pone ante nuevos retos y formas de convivencia.

Es importante compartir estos conocimientos a todo nivel, comenzando por el público y los profesionales involucrados a fin de reforzar la esperanza de alivio y preservación de la salud integral de todas las personas afectadas, incluyendo al propio personal de salud, que debido a las abrumadoras demandas físicas, mentales y espirituales pudieran llegar a experimentar enfermedad y sufrimiento psicológico. En cada provincia del país existe un botiquín de esencias florales de Bach, las cuales son preparadas en farmacias especializadas por lo que es una posibilidad real acceder a dichas formulaciones terapéuticas.

CONCLUSIONES

Las esencias florales Agrimonia, Heliantemo, Cerezo, Impaciencia, Acebo, Estrella de Belén así como el Remedio de Rescate son recursos a considerar en el arsenal terapéutico para aliviar el sufrimiento psicológico de las personas en el marco de la COVID-19. Una emergencia de salud pública provoca sufrimiento pero puede abrir también una ventana a la oportunidad de reflexionar, aprender, aliviar y crecer utilizando recursos naturales, inocuos, de probada eficacia, económicos, seguros, libres de efectos y reacciones adversas y al alcance de todos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Chang L, Yan Y, Wang L. Coronavirus Disease 2019: Coronaviruses and Blood Safety. *Transfusion Medicine Reviews* [Internet]. 2020 [citado 30/03/2020]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887796320300146?via%3Dihub>
2. WHO. ¿Qué son el Reglamento Internacional y los Comités de Emergencias? [Internet]. Ginebra: OMS; 2020 [citado 30/03/2020]. Disponible en: www.who.int/features/qa/39/es/
3. Serra Valdés MA. Infección respiratoria aguda por COVID-19: una amenaza evidente. *Rev haban cienc méd* [Internet]. 2020 [citado 30/03/2020];19(1):1-5. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3171>

4. Morales Navarro D. Acciones del personal de salud del área estomatológica en relación al COVID-19. Rev Cubana Estomatol [Internet]. 2020 [citado 14/04/2020];57(1):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revestomatologia.sld.cu/index.php/est/article/view/3245>
5. Periódico Granma. Redacción Digital. Ministerio de Salud Pública: Se reportan 50 nuevos casos de COVID-19, para un acumulado de 1285 en Cuba. [Internet]. 2020 [citado 24/04/2020]. Disponible <http://www.cubadebate.cu/noticias/2020/04/24/cuba-reporta-50-nuevos-casos-positivos-a-la-covid-19-6-fallecidos-y-51-altas-medicas/#.XqNoE2hKjIU>
6. Machida M et al. Adoption of personal protective measures by ordinary citizens during the COVID-19 outbreak in Japan. International Journal of Infectious Diseases (2020), doi:<https://doi.org/10.1016/j.ijid.2020.04.014>
7. UNICEF/WHO. Mensajes y acciones importantes para la prevención y el control del COVID-19 en las escuelas. [Internet]. New York: UNICEF/WHO; 2020 [citado 23/03/2020]. Disponible en: https://www.unicef.org/media/65851/file/Key%20Messages%20and%20Actions%20for%20COVID-19%20Prevention%20and%20Control%20in%20Schools_Spanish.pdf
8. Martínez Hernández L. Ganarle tiempo a la Covid-19. Periódico Granma [Internet]. 2020 [citado 24/04/2020]. Disponible en: <http://www.granma.cu/cuba-covid-19/2020-04-24/ganarle-tiempo-a-la-covid-19-24-04-2020-01-04-32>
9. Zulian Texeira, M. Protocolo de pesquisa clínica para avaliar a eficácia e a segurança de medicamento homeopático individualizado no tratamento e na prevenção da epidemia de COVID-19. (1ra ed.). [Internet] Brasil: Camara Brasileira do Livro; 2020. [citado 24/04/2020]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.2.26359.37281/3>
10. Ghaffari, Mohammad & Mortezapour, Alireza & Heidarimoghaddam, Rashid. Letter to Editor: Vicarious traumatization in the general public, members, and non-members of medical teams aiding in COVID-19 control. Brain, Behavior, and Immunity. [Internet] 2020 ;56(2): 85-88. [citado 23/04/2020]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.006>.
11. Organización Mundial de la Salud. Medicina tradicional: Definiciones. 2018. [Internet] [citado 14/04/2020] Disponible en: https://www.who.int/topics/traditional_medicine/definitions/es/
12. Vara-Delgado Ana, Sosa-González Rodolfo, Alayón-Recio Clara Sonia, Ayala-Sotolongo Nismely, Moreno-Capote Giselle, Alayón-Recio Virginia del Carmen. Uso de la manzanilla en el tratamiento de las enfermedades periodontales. AMC [Internet]. 2019 Jun [citado

- 13/04/2020]; 23(3): 403-414. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552019000300403&lng=es.
13. Ramos-Valverde RA. La terapia floral de Bach desde un enfoque integrativo. Rev. electron. Zoilo [Internet]. 2018 [citado 21/04/2020];43(6 Especial):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/1677>
14. Cubas-González M. Guía práctica de indicaciones de remedios florales de Bach. Medisur [revista en Internet]. 2008 [citado 22/04/2020]; 5(2):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/395>
15. Gentile Carrera E, Fernández Sosaya L. Efectividad de la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico frente al tratamiento farmacológico solo en pacientes con diagnóstico de trastorno de ansiedad generalizada. Acta Médica Orreguiana Hampi Runa. [Internet]. 2019 [citado 21/04/2020]; 19(1): 101-108 Disponible en: <http://doi.org/10.22497/ActaMéd.OrreguianaHampiRuna.191.19111>
16. Díaz Cifuentes A, Contreras Tejeda JM, Seara Cifuentes A, Morales Pérez V, Román Betan M. Efectividad de la terapia floral para el tratamiento de la depresión en pacientes adultos mayores con cáncer. Rev. electron. Zoilo [Internet]. 2014 [citado 21/04/2020];39(2):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/244>
17. Veilati S. Tratado Completo de Terapia Floral. pp 65 a 118. Editorial. EDAF. S.A. Madrid. España. ISBN 84-414-0668-5.1999
18. Llundo Agualongo N M. Evaluación de la efectividad del tratamiento con esencias florales en escolares con síntomas de estrés postraumático a causa del terremoto, en la Unidad Educativa San Luis Gonzaga (Muisne-Ecuador) durante el año 2016. [Internet]. 2017 [citado 21/04/2020]; Tesis de Licenciatura. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba. Disponible en: <http://dspace.esPOCH.edu.ec/handle/123456789/6938>