

La terapia floral de Bach desde un enfoque integrativo

Bach flower therapy from an integrative approach

Roberto Anselmo Ramos-Valverde^{1,2}

¹Hospital Psiquiátrico Provincial Docente "Clodomira Acosta Ferrales". Las Tunas. ²Universidad de Ciencias Médicas de Las Tunas. Las Tunas, Cuba. **Correspondencia a:** Roberto Anselmo Ramos-Valverde, correo electrónico: roberto@ltu.sld.cu

RESUMEN

El sistema floral de Bach surge en la década del 30 en Inglaterra, gracias a la precisa observación que realizó su creador Edward Bach, al comprobar el poder que tenían las flores, objeto de su estudio, sobre los estados emocionales capaces de enfermar al ser humano. Sus preceptos alquímicos referentes al origen y mecanismo de acción de sus preparados contribuyeron al desarrollo de la medicina psicosomática y a la Psiconeuroendocrinoinmunología, al concebir a la mente y al cuerpo como una unidad indisoluble y proponer un sistema terapéutico holístico, que dio al traste con el dualismo cartesiano tan de moda en la medicina del siglo XX. Treinta y ocho flores y el remedio de rescate, capaces de influir en los estados emocionales básicos del ser humano, han quedado como legado cultural y científico que dejó a la humanidad este gran médico. En el trabajo se presenta el sistema floral de Bach desde un enfoque integrativo, basado en los trabajos originales del Dr. Bach y continuadores de su obra a través de la vía iniciática, sustentada en los 12 curadores, siete ayudantes y tres atributos y en la vía sanitaria destinada al tratamiento sintomático de los desórdenes mentales. Se reconocen los aportes terapéuticos de la terapia floral de Bach en el mejoramiento humano, en la medicina preventiva, en la medicina personalizada y en su aplicación contextualizada al método clínico. La terapia floral constituye un sistema terapéutico holístico, personalizado y bioenergético de la Medicina Natural y Tradicional, a considerar en el arsenal terapéutico de la medicina contemporánea.

Palabras clave: TERAPIA FLORAL; MEDICINA NATURAL Y TRADICIONAL.

Descriptor: ESENCIAS FLORALES; MEDICINA TRADICIONAL; EMOCIONES.

SUMMARY

The Bach floral system emerged in the 30s in England, thanks to the precise observation made by its creator Edward Bach, to verify the power of the flowers studied in the emotional states capable of making the human being sick. Its alchemical precepts concerning the origin and mechanism of action of its preparations, contributed to the development of psychosomatic medicine and to Psychoneuroendocrinoinmunology, by conceiving the mind and the body as an indissoluble unit and proposing a holistic therapeutic system that put an end to dualism Cartesian so fashionable in twentieth-century medicine. Thirty-eight flowers and the rescue remedy, capable of influencing the basic emotional states of the human being, have remained as a cultural and scientific legacy that left humanity to this great doctor. In the work Bach's floral system is presented from an integrative approach, based on the original works of Dr. Bach and his work's continuators through the initiatory path supported by the 12 curators, 7 assistants and 3 attributes, and, in the sanitary route destined to the symptomatic treatment of the mental disorders. The therapeutic contributions of Bach flower therapy in human improvement, in preventive medicine, in personalized medicine and in its contextualized application to the clinical method are recognized. Floral therapy constitutes a holistic, personalized and bioenergetic therapeutic system of Natural and Traditional Medicine to be considered in the therapeutic arsenal of contemporary medicine.

Key words: FLORAL THERAPY; NATURAL AND TRADITIONAL MEDICINE.

Descriptors: FLOWER ESSENCES; MEDICINE, TRADITIONAL; EMOTIONS.



INTRODUCCIÓN

La terapia floral tiene sus orígenes en Inglaterra a principio de la década de 1930, cuando un médico nombrado Edward Bach creó un sistema terapéutico de 38 remedios florales a partir de sus observaciones personales, basadas en el efecto que tenían estos preparados en personas que padecían enfermedades físicas, como resultado de estados psicológicos o emocionales negativos como el temor, la ansiedad, la inseguridad, la envidia, la timidez, la mala autoimagen, la ira y el resentimiento. (Goldberg Burton, 2016)

Es una terapia vibracional, de fundamento energético y homeopático, que actúa sobre los bloqueos energéticos desencadenantes de estados emocionales que dañan la salud, provocando manifestaciones fisiológicas y psicológicas evidentes. (Francia Reyes María Elena, 2018)

Los postulados originales del Dr. Bach, basados en un enfoque iniciático de tipo alquímico, en busca del mejoramiento humano, realizaron valiosos aportes a la Psiconeuroinmunología, rama de la medicina que estudia la relación entre las emociones y la salud. Determinó 12 esencias que tipifican la personalidad y que constituyen la piedra angular de su sistema terapéutico, al ser los armonizadores de los patrones personalológicos, aplicados hoy en la medicina preventiva, personalizada y en contexto del método clínico. (Bach E, 1998 y 1994)

El conocimiento del sistema nervioso autónomo y su importancia en la regulación funcional de varios sistemas de órganos, muy vinculado a las influencias emocionales a través del sistema límbico, llamado "cerebro emocional", porque enlaza las vivencias afectivas con la función neuroendocrina, regulando así los niveles hormonales y las funciones viscerales necesarias, como la regulación térmica, el equilibrio hídrico, las funciones defensivas y la motivación, ha validado el uso de la terapia floral como sistema terapéutico bioenergético, capaz de mejorar la salud emocional y física, quebrando el paralelismo tradicional mente cuerpo. (Chapra Depak, 1991)

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, permitiendo interpretar los síntomas y modificar actitudes a través de la psicoterapia, procedimiento en el cual se necesita movilizar los procesos emocionales para cambiar la conducta. (Chancellor Phillip 2018 y Pastorina ML, 1997)

Es válido aclarar que la terapia floral tiene un efecto terapéutico de valor limitado como monoterapia, por lo cual su potencial curativo se emplea en el contexto de una relación médico-paciente positiva, haciendo uso de los recursos psicoterapéuticos y sociales, para lograr el manejo integral del paciente. (González Menéndez Ricardo 2003 y Leverato RA, 1992) Se realiza un enfoque integrativo al presentar el sistema floral de Bach.

DESARROLLO

A continuación, expondremos el uso de cada flor, teniendo en cuenta el tipificador de la personalidad (curador), en aras de equilibrar el funcionamiento personalológico, los síntomas y los síndromes de la semiología psiquiátrica, así como las entidades nosológicas que incluyen los trastornos mentales y del comportamiento. El uso personalizado a cada sujeto constituye el principio terapéutico fundamental y el método clínico es el recurso epistemológico supremo. (Casañas Morales Bárbara, 2017)

Modo de prescripción

En cada paciente se pueden emplear hasta seis esencias considerando los elementos anteriormente mencionados, el facultativo debe escribir en la receta médica el número de las esencias empleadas. Para cumplir con el enfoque iniciático es preciso tener en cuenta la indicación del curador en cuestión.

Dosis

La dosificación se establece según el estado del paciente, atendiendo a la intensidad de los síntomas cada cuatro, seis, ocho y doce horas, se administran cuatro gotas sublingual media hora antes o después del consumo alimenticio o de otro medicamento que requiera el sujeto. En los niños y las embarazadas se tiene en cuenta los mismos criterios dosificativos del adulto.

Duración del tratamiento

Los remedios florales se indican hasta que desaparezcan los síntomas completamente y se mantienen 30 días luego del control absoluto de las manifestaciones sintomáticas, aclarando que no producen habituación. Los curadores se emplean hasta lograr un nivel aceptable de armonización personalológica. (Pastorina ML, 1997)

Curador

Es el núcleo de la personalidad, se hereda de nuestros padres, es la manera de ser y se vincula al temperamento.

Ayudante

Tipifica lo adquirido y las influencias medioambientales, están mediados por la experiencia y el aprendizaje, representan estructuras psicológicas fijas y se vincula al carácter.

Atributo

Constituye un aporte alquímico y se representa de la siguiente manera:

Wild out (sulfur): cuagula positiva.

While chesnut (mercurio): cuagula negativa.

Willow: si mismo.

Agrimony (Agrimonia), primer curador

Es el gran ansiolítico del sistema de Bach, efectiva en las manifestaciones subjetivas y objetivas del síndrome ansioso, mejora el miedo impreciso y la expectación de mala noticia, así como las manifestaciones vegetativas acompañantes del mismo.

Efectiva en los estados hipomaniacos, caracterizados por aumento ligero de la energía vital, con discreta celeridad del lenguaje, aumento del tono efectivo (alegría, jocosidad), exceso de oralidad (habla y come mucho) e insomnio vespertino.

Se emplea en el tratamiento de las adicciones para atenuar las manifestaciones de abstinencia (síndrome por retiro de la droga) y en los adictos que consumen sustancias para estimularse, porque sufren episodios depresivos recurrentes.

Aspen (Álamo temblón)

Empleada en el control del miedo de origen desconocido y en el componente subjetivo de la ansiedad. Esta esencia regula la ansiedad del pensamiento mágico, que origina los estados obsesivos compulsivos.

Útil en el tratamiento de los trastornos episódicos del sueño, en las personalidades sugestionables como la histérica, así como en el miedo originado por las grandes catástrofes.

Beech (haya)

Utilizada en individuos críticos e intolerantes con los demás, pocos empáticos, que poseen rigidez mental y están centrados en sí mismo.

Centaury (Centaura menor), segundo curador

Empleada en personas con pobre desarrollo psicológico, sumisos, indecisos, ambivalentes, necesitados de heteroaceptación, que asumen una postura de sometimiento a los demás, por el escaso desarrollo de su individualidad, visto en personalidades dependientes. Es la flor de elección en los adictos.

Cerato (Ceratostigma)

Útil en el tratamiento de individuos inmaduros, que no tienen confianza en sí mismo, que les cuesta trabajo tomar decisiones, por lo cual cuentan sus problemas a los demás y se quedan con la última

opinión. Ayuda a la introspección y se utiliza en personalidades sugestionables y dubitativas (histéricas y obsesivas).

Cherry Plum (Cerasífera), tercer curador

Esencia de elección en los estados de miedo a enloquecer, a perder el control y realizar actos horribles. Efectiva en las crisis agudas de ansiedad, en el síndrome obsesivo compulsivo, así como en sujetos con riesgo suicida inminente. Forma parte del remedio de emergencia por su eficiencia en las situaciones de crisis.

En los niños se utiliza en los trastornos del aprendizaje, cuando existe un daño orgánico cerebral, porque mejora la coordinación viso-motora. Favorece el control del esfínter vesical, por lo cual se emplea en el tratamiento de la Enuresis primaria y de regresión. Es el primer catalizador del sistema de Bach, por lo que permite definir estados emocionales imprecisos.

Chestnut Bud (Brote de castaño)

Este remedio es para aquellos sujetos que no aprovechan la observación y la experiencia o que necesitan más tiempo que los demás para asimilar los conocimientos, forma parte de la fórmula del aprendizaje.

Chicory (Achicoria), cuarto curador

Esencia destinada para aquellos que se preocupan demasiado por los demás y que tienden a excederse demasiado en los cuidados a otros, madres sobreprotectoras y posesivas, personas que se victimizan para manipular a los demás, egocéntricas. Útil en el tratamiento de los codependientes que sobreprotegen a los adictos y en las personas que se obsesionan por el cuidado de los otros.

Clematis (Clemátides), quinto curador

Recomendadas para los soñadores y los que se refugian en las fantasías. Efectiva en los estados de estrechamiento de conciencia y de evasión mental. Mejora la atención y la concentración en los trastornos del aprendizaje. Forma parte del remedio de emergencia.

Crab Apple (Manzano silvestre)

Aplicable a aquellos individuos que sienten que en ellos existe algo que no está limpio, que están avergonzados, por lo cual es útil en los conflictos de auto aceptación y en la homosexualidad egodistónica, en individuos que sienten culpa y vergüenza debido a determinados actos, en las ideas obsesivas respecto a la limpieza física y el miedo al contagio, se emplea, también, en el tratamiento de los hipocondriacos. De elección en los trastornos somatomorfos que afectan la piel y faneras y en la desintoxicación de los adictos.

Elm (Olmo)

Se utiliza en sujetos agobiados por responsabilidades, con sentimientos de incapacidad ante la tarea emprendida, que se acompaña de depresión y fatiga psíquica y física.

Gentian (Genciana), sexto curador

Esencia de elección en la depresión reactiva, de causa conocida, útil en las personas con baja tolerancia a las frustraciones y en los cuadros hipocondriacos.

Gorse (Aulaga), ayudante

Se utiliza en individuos con enfermedades crónicas, que provocan invalidez, sufrimiento, manifestaciones ansiosas y depresivas secundarias a la enfermedad orgánica. Es el colmo de la desesperanza.

Heather (brezo), ayudante

Controla el exceso de oralidad, son individuos muy locuaces que abruma a los demás con sus problemas, siempre dispuestos a buscar interlocutores. Son generalmente personas obesas.

Holly (Acebo)

Esencia recomendada en sujetos con sentimientos negativos, como los celos, el odio, la envidia. Útil en personas impulsivas con incapacidad para controlar la ira, que cometen hechos reprobables como consecuencia de ella; indicada en la agresividad característica del trastorno límite de la personalidad y en las personalidades sensitivo paranoides. Es el segundo catalizador del sistema de Bach.

Honeysuckle (Madreselva)

Para las personas que viven en el pasado, adorando épocas de gran felicidad, remedio indicado en las personas que emigran y añoran su patria, útil en la inculturación, en la depresión senil y en los duelos patológicos.

Hornbeam (Hojarazo)

Para aquellos que sienten que no tienen la suficiente fuerza mental o física para desempeñar sus tareas, individuos fatigosos, que cumplen sus responsabilidades con un esfuerzo sobrehumano.

Impatiens (Impaciencia), séptimo curador

Indicado en personas que son rápidos en pensar y actuar, que desean que las cosas se hagan sin vacilación ni demora, inconformes con los demás, no pueden relajarse porque quieren hacerlo todo a su propio ritmo, son impacientes y se irritan con facilidad.

Larch (Alerce)

Para quienes no se consideran tan aptos y capaces como los que le rodean, esperan el fracaso anticipadamente.

Mimulus (Mímolo), octavo curador

Para el miedo de causa conocida, personas con miedo escénico, inhibidos en situaciones grupales, tímidas. Es esencial en el tratamiento de las fobias.

Mustard (Mostaza)

Remedio de elección en la depresión de causa desconocida o endógena.

Oak (Roble), ayudante

Personas con gran sentido del deber y excelsa responsabilidad, que cumplen sus obligaciones a pesar de estar enfermos, sufren contracciones

musculares, sobre todo en la espalda y el cuello, continúan su labor hasta las últimas consecuencias.

Olive (Olivo), ayudante

Para el cansancio físico y mental extremo, que conlleva al paro, a diferencia de Hornbeam, está tan cansado que no hace las cosas.

Pine (Pino)

Para quienes se culpan de los fracasos de manera sobrevalorada y se reprochan por no alcanzar las metas, siendo injustos con ellos mismos, estado frecuente en deprimidos y obsesivos.

Red Chestnut (Castaño rojo)

Para aquellas personas que se angustian por lo que pueda pasarle a los demás, útiles en los padres sobre-protectores y en los codependientes, junto a Chicory y Agrimonia.

Rock Rose (Heliantemo), noveno curador

Remedio de elección en el pánico y en el terror, forma parte del remedio de emergencia, útil después de los sustos, catástrofes naturales y situaciones de alta tensión psicológica. Se emplea en el tratamiento de las fobias y los trastornos episódicos del sueño.

Rock water (Agua de roca), ayudante

Individuos muy rígidos, estrictos consigo mismos, que en ocasiones llegan al autocastigo, les cuesta trabajo aceptar opiniones de los demás, no perdonan y son misántropos.

Scleranthus (Scleranthus), décimo curador

Eficaz entre la incapacidad para decidir entre dos cosas (situación de conflicto), de elección para estabilizar el humor fluctuante y los ciclos biológicos.

Star of Bethlehem (Leche de gallina)

Se aplica en toda situación traumática tanto física como psíquica, repone al organismo luego de enfrentar situaciones de gran estrés, útil en el duelo y las disociaciones. Forma parte del remedio de emergencia.

Sweet Chestnut (Castaño dulce)

Para quienes se sienten al límite de sus capacidades por una angustia extrema, que piensan en el aniquilamiento como una única solución, tienen la sensación de estar muriéndose o volviéndose locos.

Verbain (Verbena), oncenavo curador

Para el exceso de entusiasmo y fanatismo exagerado, útil en personas con ideas fijas, que intentan convencer a los demás, es la flor de los líderes, sirve como relajante muscular.

Vine (Vid), ayudante

Para las personas dominantes e inflexibles, seguras de su propio talento, que gustan someter a los demás a sus mandatos.

Walnut (Nogal)

Ofrece protección contra las influencias externas, útil en sujetos que tienen definidos sus ideales y convicciones, pero no las concretan por las opiniones de los demás y el exceso de apego a las normas sociales. Es de elección en las situaciones de

cambio, en las personalidades inmaduras y de pobre autodeterminación y en el control de los esfínteres.

Water Violet (violeta de agua), duodécimo curador

Personas reservadas, pasibles, serenas y silenciosas, que gustan de estar solos, son capaces o seguras de sí mismos, indiferentes a las opiniones ajenas. En estado caracteropático, se manifiestan orgullosos, egoístas, rígidos, retraídos y con dificultades en las relaciones interpersonales.

While Chestnut (Castaño de india), atributo

Para aquellas personas que tienen poseído el pensamiento por ideas torturantes que les hacen sufrir, es el estado mental del disco rayado.

Wild Oat (Avena silvestre), ayudante y atributo

Para aquellas personas que presentan vocación dudosa, dificultad para orientar su perfil profesional y su orientación sexual y que sufren insatisfacción por ello. Ayuda a encontrarle sentido a la vida.

Wild Rose (Rosa silvestre)

Para las personas que han dejado de luchar por la felicidad, individuos apáticos que le han perdido el sentido a la vida, pesimista, indiferente, que consideran el destino prefijado. Útil en la recuperación del deseo sexual.

Willow (Sauce), atributo

Para las personas amargadas, resentidas, rencorosas, que han sufrido adversidades que

generan actitudes no saludables ante la vida, piensan que la vida ha sido injusta con ellos, se vuelven apáticos y culpan a otros de sus padecimientos.

Rescue Remedy (remedio de emergencia)

Fue creado por Bach para situaciones de estrés agudo por psicotraumas intensos e imprevistos, duelo, catástrofes naturales. Mejora los estados de disociación de la conciencia, el pánico y las crisis de ansiedad. Está formado por Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose, Star Of Bethlehem.

Remedios combinados

Estos remedios no constituyen la suma mecánica de las esencias constituyentes, sino una integración holística, teniendo en cuenta los síntomas, síndromes, entidades nosológicas (vía sanitaria) y patrones de personalidad (vía iniciática). No están exentos de cambios y de ajustes necesarios según las particularidades del paciente, porque la terapia floral es un sistema terapéutico abierto y adaptable a la trama personal del sujeto, no es una estructura rígida y generalizadora. (Vicenzo F, 2017)

CONCLUSIONES

La terapia floral constituye un sistema terapéutico holístico, personalizado y bioenergético de la Medicina Natural y Tradicional a considerar en el arsenal terapéutico de la Medicina contemporánea.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Bach, E. (1995). Bach por Bach. Obras completas. Escritos florales. introducción de Bárbara Espeche y Eduardo Greco. Buenos Aires: Editorial Continente.
- Bach, E. Obras completas. (1994). Uso de los remedios florales. Desarrollo de Julian Barnard. Buenos Aires: Editorial Continente.
- Casañas Morales, B. (2017) La terapia floral personalizada. Barcelona: SEDIBAC.
- Cruz Torres, M. (2000). La terapia floral de Bach. MEDISAN, 4(4), 68-74 Recuperado en 17 de diciembre de 2018, de http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol4_4_00/san12400.pdf.
- Chancellor, P. (2016) Flores de Bach, manual ilustrado. Buenos Aires: Editorial Continente.
- Chopra, D. (1991). Curación cuántica. Barcelona: Editorial Plaza.
- Francia Reyes, ME., Sandoval López, O., Hernández Martínez, Y., Suárez Llano, O., Arias Hernández, I. (2003). Aplicación de la terapia floral de Bach en niños con retardo del desarrollo psíquico. Revista Cubana de Medicina General Integral, 19(4) Recuperado en 17 de diciembre de 2018, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252003000400005&lng=es&tlng=es.
- Goldberg, B. (2010). Los remedios florales en: Medicina alternativa. California: Editotial Future Medicine Publishing.
- González Menéndez, R. (1981). El médico ante el trastorno psiquiátrico menor. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
- Leverato, RA. (1992). La medicina de Bach. Buenos Aires: Editorial Errepar.
- Pastorina, ML. (1997). La medicina floral de Edward Bach. Buenos Aires: Editorial Club de Estudios.
- Vicenzo, F. (2017). Flores de Bach. Barcelona: Editorial Reechi.

Copyright Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta. Este artículo está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento - No Comercial - Sin Obra Derivada 4.0 Internacional](#), los lectores pueden realizar copias y distribución de los contenidos por cualquier medio, siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras, ni se realice modificación de sus contenidos.