

Perspectivas: las Flores de Bach

Autor: Jordi Vinadé

La terapia con Flores de Bach es considerada una herramienta muy efectiva para el tratamiento de estados emocionales que intenta proporcionar una salubridad mental y emocional.

En la mayoría de los centros (por no decir en todos) que instruyen en aplicar la terapia con Flores de Bach, no se suelen requerir de conocimientos previos sobre estudios, sean oficiales o no, que capaciten para gestionar una relación terapeuta – paciente en un contexto psicoterapéutico.

La cuestión de este artículo es discutir si la terapia con Flores de Bach precisa o no de un sustrato de conocimientos suficientemente amplios, en el que el profesional pueda manejar las técnicas y adoptar aptitudes que permitan la gestión de situaciones emotivamente comprometidas.

Perspectiva histórica

Entre 1928 y 1936, Edward Bach descubre y desarrolla la filosofía, junto con el método de aplicación, de la terapia con Flores de Bach. Edward Bach fue partidario de no hacer de esta terapia una técnica compleja, que conllevara una dificultad para resolver la formulación y aplicación de las diferentes esencias florales. De este modo, cualquier persona con una escasa o nula formación en técnicas psicoterapéuticas, podría hacer uso de ella. El lector mismo, puede comprobar la existencia de numerosos libros, artículos y recursos en la red, que ilustran sobre la indicación terapéutica de cada esencia floral.

Flores de Bach y psicoterapia

Bajo esta premisa se ha generalizado la difusión de esta terapia. Existen algunos autores, como la misma Claudia Stern, que han realizado aportaciones en línea con la psicoterapia, con el objetivo de profundizar sobre la terapia con Flores de Bach. Estas aportaciones se centran en mostrar las características más relevantes de cada esencia, que permiten vincular a cada remedio

floral con una acción sobre un estado emocional. Sin duda, ello también ofrece más información para identificar conductas y perfiles personales, que posteriormente se relacionan con una o varias esencias florales. También se han aportado teorías sobre la evolución de estas conductas y posibles resoluciones de conflictos psicológicos.

Una de las primeras cuestiones que nos asalta sobre este tema, es la de ver cómo en esta terapia se aúnan dos conceptos; acción psicógena del propio remedio y psicoterapia. En un análisis a priori, ello equivaldría decir que conocer la acción metabólica del ibuprofeno, nos dotaría de la capacidad para realizar un diagnóstico y tratamiento de una enfermedad sensible al efecto de este fármaco...

O bien planteándolo de otro modo: ¿conocer la indicación más o menos precisa de un remedio floral, equivale a realizar una terapia?

Por otro lado, la visión más generalizada de la terapéutica con Flores de Bach ofrece una filosofía o modo de entender el padecimiento emocional, bajo la perspectiva de cada esencia floral. De este modo, se obtiene una dimensión más amplia que la de conocer la acción concreta de un fármaco. Se trata pues, de analizar la información del paciente bajo un prisma propio de cada remedio floral.

En la medicina ortodoxa existen dos figuras que han separado este paradigma. El psicólogo basa su trabajo en el análisis de los procesos cognitivos, afectivos y del comportamiento humano. Su objetivo, en la psicología aplicada, es trabajar con las técnicas que permitan intervenir en los procesos mencionados, con el fin de lograr restablecer un estado de salud psíquica. La siguiente figura es la del psiquiatra, quien trabajará sobre los mismos procesos, pero a través de una batería de psicofármacos que ayuden a restablecer la salud. Son dos figuras que en el momento de trazar un plan terapéutico, deberían plantearse de forma conjunta. Cada una de estas ellas aborda la patología desde dos planos diferentes, siendo a veces difícil definir dónde trazar la frontera entre una y otra.

Presumiblemente el terapeuta que utiliza las flores de Bach no

tiene este obstáculo, en teoría se aventaja por peculiaridad de la propia terapia; comprendiendo las particularidad y globalidad de cada flor, le es suficiente para realizar terapia y prescripción. ¿Se trata entonces de una terapia basada en un concepto holístico?

Varios docentes en la terapia con Flores de Bach han descrito a sus alumnos los efectos desencadenados por el desbloqueo de un estado emocional concreto. Normalmente este efecto produce un nuevo estado emocional, que en un primer momento desestabiliza emocionalmente al propio paciente. Según estos mismos docentes hay que volver a formular la combinación de flores para tratar este nuevo estado. Esta técnica se irá sucediendo hasta que la persona recupere su equilibrio y salud emocional.

Recordemos el artículo "*Hacia una Filosofía para las CAM: supersistema y ciencias epimédicas*", publicado en el nº 12 de DIGITALIS. Este nos proponía el sistema de leyes que rigen las diferentes estructuras entre sus relaciones jerárquicas:

"Las leyes que rigen los niveles más bajos de la naturaleza restringen aquellas que gobiernan los niveles más altos de su jerarquía, y muchos de los fenómenos que ocurren en los niveles más altos pueden ser explicados y restringidos por las reglas que gobiernan los más bajos"

Parece razonable pensar que una visión holista puede contemplar los diferentes niveles de jerarquía y comprender las relaciones subsistentes, tanto de modo transversal entre los factores del mismo nivel, como verticalmente entre los de diferentes niveles. Se trata de una visión ecosistémica, en la que el comportamiento de cada elemento condiciona la relación con otro de su misma condición, y las relaciones con su entorno. Del mismo modo, este entorno también condiciona las relaciones entre los mismos sujetos de un mismo nivel. Se trata de un complejo sistema de continua retroalimentación, en el que cada proceso, cada elemento, puede ser objeto y/o provocar nuevas modificaciones.

En el contexto emocional encon-



Dr. Edward Bach

tramos todas estas relaciones y niveles. Realizar una terapia de un modo holístico, en el cual se trata de intervenir contemplando todo el conjunto y las relaciones existentes, más que en una intención, se convierte en un intenso proceso de aprendizaje. La Terapia con Flores de Bach tiene por objeto tratar las emociones. Nos preguntamos si conocer las emociones y las posibles modificaciones que cada esencia floral puede provocar, es suficiente para abordar el sufrimiento emocional de una persona bajo un concepto holístico?

Bajo mi punto de vista no es suficiente. Subestimar la complejidad emotiva puede dar como resultado, intervenciones terapéuticas más o menos temerarias. Por otro lado también hay que valorar el objetivo pretendido mediante la terapia. Si la intención es buscar un alivio en la situación que soporta el paciente, quizá con tan sólo conocer la acción y modo de empleo de las flores será suficiente. Pero si por el contrario, pretendemos que la persona atendida, realice un verdadero proceso de superación y resolución de su estado, será necesario que "comprenda" el modo en cómo adquiere las capacidades que le permiten superar su proceso.

Si se desestiman "las capacidades", puede resultar que la persona atendida supedita su proceso resolutivo a las esencias florales o al mismo terapeuta, y con ello también puede vetarse una de las capacidades más excelentes: lograr emplear herramientas para autogestionar la salud.

En psicoterapia pueden abordarse las capacidades desde diferentes puntos de vista: realizando un trabajo dirigido hacia **mostrarlas**, o

bien dirigido hacia **utilizar** las que ya disponemos, o realizar una psicoterapia para **desarrollar** nuevas capacidades.

Las dos primeras opciones son comunes: mostrar o despejar los obstáculos para conocer las propias capacidades, puede resolver eficazmente un bloqueo de una situación; Utilizar con una nueva intención las capacidades de las que ya disponemos, consigue acercarnos para conseguir un propósito, que a priori, puede parecer inalcanzable.

Pero desarrollar nuevas capacidades, está en consonancia con uno de los objetivos más gratificantes de cualquier terapia: proyectar nuevas condiciones que permitan liberar la percepción de aspectos limitantes-negativos, y poder situarnos en un proceso de consciencia que ofrezca los elementos necesarios para lograr un estado de salubridad emocional.

Sin duda la terapia con flores de Bach puede ser una importante herramienta para lograr potenciar cualquier capacidad, pero quizá sea necesario discutir en que área del proceso terapéutico deben quedar circunscritas.

Desde el comié editorial de *Digitalis* con frecuencia revisamos la literatura científica en busca de nuevos artículos sobre las Flores de Bach, y nos llama la atención comprobar que es una de las áreas sobre las que menos se publica, lo cual contrasta con la amplia difusión y uso de que gozan en la actualidad. Por ser un tema de tan amplio interés, le daremos cabida en este y futuros números de *Digitalis* (véase número de Octubre 2007 "¿Juegan las Flores de Bach un papel en el control del dolor?"). ●



Objetivos de cada sección

CARTAS DE LOS LECTORES

En este apartado se pretende dar cabida a las diferentes opiniones y puntos de vista que puedan aportar los lectores en relación a los temas de interés de la revista, con la finalidad de que la pluralidad de opiniones genere un debate enriquecedor para todos los lectores.

No se aceptarán para publicación aquellas cartas con finalidad publicitaria, o aquellas que ridiculicen o realicen una crítica deshonesta a una persona o a una opinión.

Cuando se considere oportuno, algunas de las cartas serán comentadas o respondidas por el comité editorial, y publicadas junto con la correspondiente respuesta.

Las cartas deberán enviarse por correo electrónico a la dirección cartaslectores@e-digitalis.com, y no deberán tener una extensión superior a 500 palabras. Deberán ir acompañadas de su correspondiente bibliografía, cuando proceda. Podrán ir firmadas con nombre y apellidos o con iniciales.

ARTÍCULOS SOBRE CAM

Existen actualmente más de 10 publicaciones científicas sobre CAM indexadas en la base de datos PubMed (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi>). Todas ellas publican sus artículos tras un proceso de revisión por pares (peer review), y aplican unos criterios de selección basados en la rigurosidad metodológica de los trabajos enviados para su publicación. Lamentablemente, la mayoría de los artículos sobre CAM indexados en PubMed están en lengua inglesa o alemana.

En esta sección se comentan artículos relevantes de actualidad que han aparecido en dichas publicaciones, así como otros artículos relacionados con las CAM que se hayan publicado en revistas de interés médico general. También se publicarán artículos de investigación (o de revisión) originales (es decir, que no se hayan publicado hasta la fecha en ninguna revista, tanto de nuestro país como extranjera). Los manuscritos serán revisados por el comité editorial de Digitalis y solo serán publicados en el caso de que cumplan con los requisitos de calidad y rigor metodológico establecidos por éste. En caso contrario, se proporcionará al autor principal del trabajo la información necesaria para realizar las correcciones pertinentes. En el caso de que el comité editorial no juzgue un trabajo como adecuado para su publicación, el trabajo podrá ser rechazado. La aceptación o no de un trabajo no depende de sus resultados o conclusiones, sino de la metodología y rigor con el que haya sido llevado a cabo.

El objetivo primordial de esta sección es, pues, aportar nuevos datos provenientes de investigación empírica, de una forma neutral y eliminando en la medida de lo posible los sesgos derivados de intereses personales, comerciales, o aspectos subjetivos o de opinión.

METODOLOGÍA

Esta sección tiene una finalidad fundamentalmente formativa. En ella se proporciona información actualizada sobre metodología de la investigación en Ciencias de la Salud.

Si bien la metodología científica utilizada para la investigación en las Ciencias de la Salud posee un carácter dinámico, en las últimas décadas existe un gran consenso en lo referente a los métodos más adecuados para estudiar las enfermedades, sus causas y sus tratamientos. Diversos comités científicos han aportado normas generales, ampliamente aceptadas y utilizadas en la comunidad científica, sobre cómo llevar a cabo los estudios de investigación.

El estudio de las CAM desde una óptica científica es desde hace algunos años objeto de debate y controversia, especialmente en lo referente a la metodología a emplear. Así, algunos autores recomiendan utilizar unos criterios metodológicos similares a los que se utilizan en el resto de Ciencias de la Salud, mientras que otros proponen una cierta modificación de algunos de estos criterios, en ocasiones bajo una óptica filosófica o epistemológica diferente. Estos aspectos y sus diferentes implicaciones serán asimismo objeto de reflexión en esta sección.

ARTÍCULOS DE INTERÉS GENERAL

Sección en la que se resumen y comentan trabajos de investigación científica general (no relacionados necesariamente con las CAM) publicados en revistas médicas internacionales de reconocido prestigio, sobre temas de interés general para la salud.

DIGITALIS

Publicación de ISMET sobre investigación en Terapias Naturales

www.e-digitalis.com



INSTITUTO SUPERIOR DE
MEDICINAS TRADICIONALES

C/Floridablanca, 18-20 - 08015 Barcelona
tel. 93 426 50 50 - info@ismet.es
www.ismet.es

Dirección: Àlex Badrena · **Editor:** Jordi Vinadé
Redactores: Ana Belén Fraile, Josep Serrano, Beatriz Lavado, Sergi Soler
Consejo Científico: Carles Bautista, Sarai De la Fuente
Diseño y maquetación: Morivati · **Publicidad:** Núria Mas