



Tratamiento con terapia floral de Bach y homeopatía a fumadores del Policlínico Norte de Morón.

Treatment with Bach floral therapy and homeopathy in smoker patients from Morón North polyclinic.

María Dolores Mondéjar Barrios (1), Tania Zamora Ramírez (2), Eduardo Pérez Román (3).

#### RESUMEN

Se realizó un estudio de intervención antes y después de aplicar el tratamiento con terapia floral de Bach y homeopatía a un grupo de fumadores del Policlínico Norte de Morón, en el período de septiembre del 2009 a febrero del 2010 con el objetivo de determinar la efectividad de la terapia floral combinada con la homeopatía, en el tratamiento del hábito de fumar. El universo estuvo constituido por 20 fumadores. Los datos se recolectaron a través de la encuesta. La mayoría de los fumadores tenían entre 40-49 años, del sexo masculino, fumadores moderados a severos, estilo de fumar adictivo, iniciaron su hábito antes de los 16 años; el padecimiento relacionado con la adicción tabáquica, más relevante correspondió a la hipertensión arterial y un gran por ciento intentaron dejar de fumar anteriormente. Se utilizaron como esencias florales: agrimony, cherry plum, crab apple y larch y como remedio homeopático el nicotinum a la 30 CH. El 70% de los fumadores atendidos disminuyeron el consumo del cigarro considerablemente y el 30%, lo abandonó. A pesar de que no todos eliminaron por completo este nocivo hábito, se lograron buenos resultados con el empleo de la terapia floral de Bach y la homeopatía.

Palabras clave: EFECTIVIDAD, TERAPIA FLORAL, HOMEOPATÍA, TABAQUISMO.

1. Especialista de 1er Grado en Medicina Interna. Máster en Urgencias Médicas. Investigadora Agregada. Profesora Asistente.
2. Licenciada en Enfermería.
3. Estudiante de 3er Año de Medicina.

## INTRODUCCIÓN

El fumar es considerado como una de las principales epidemias del siglo XX y una de las causas evitables de enfermedad y muerte prematura en los seres humanos. A pesar de la divulgación actual acerca de los efectos negativos y el peligro que el fumar representa para la salud, millones de seres se empeñan en desafiar la suerte y sencillamente ignoran el riesgo.

Entre los factores sociales generales que favorecen el hábito están: el consumo social permitido, existencia de personalidades de todo tipo y autoridad que muestran públicamente su adicción al cigarro, deficiente estimulación en cuanto a motivar a los individuos a considerar la salud como uno de los bienes máspreciados del ser humano, imagen social existente en relación con el fumar referente a programas televisivos donde vinculan este comportamiento con determinadas situaciones placenteras o para enfrentar momentos penosos, o vía de relajarse; inciden además factores personales como curiosidad, sensación de pertenencia a un grupo o la necesidad de ser aceptado por este, en el cual una de sus normas es el fumar, expresar independencia o deseo de ser o parecer adulto, tener experiencias nuevas, emocionantes o peligrosas para enfrentar situaciones riesgosas.

Existen diferentes procedimientos para tratar la dependencia a la nicotina entre los cuales están los no conductuales se incluyó en este grupo la terapia floral de Bach y la homeopatía que son terapias alternativas que tuvieron sus inicios en Europa y Asia.

La terapia floral de Bach fue descubierta por el médico inglés Edward Bach que en el año 1930 extrajo esencias de 38 flores de hierbas, arbustos y árboles no venenosos, y los probó para estudiar sus efectos sobre el estado de ánimo; esta terapia fue reconocida desde 1976 por la OMS, como un sistema útil, sencillo, económico. Ha sido empleado desde su creación hasta nuestros días en Inglaterra, España, Francia, Alemania y Polonia. A América llega en 1970; en Cuba se comienza a aplicar a principios de la década de 1990 y en 1999 se oficializa por las autoridades de salud como medicina complementaria (1).

Las esencias florales son elaboradas mediante solarización o cocción, cuya acción no se basa en las propiedades químicas activas de los elementos que componen cada planta, sino en la transmisión de un patrón de información que se almacena en el agua (2).

La homeopatía, fue descubierta por el médico alemán Samuel Hahnemann, publicada en 1796; que estudia al individuo de forma integral y utiliza sustancias de origen animal, vegetal o mineral que, diluidas en alcohol que es el solvente apropiado en dosis infinitesimales y con previa dinamización, dichas sustancias son capaces de curar diferentes patologías a un individuo enfermo y provocar síntomas parecidos a una enfermedad a un individuo sano a dosis más elevadas o sea en su forma natural sin el proceso de dilución ni dinamización y se conocen como remedios homeopáticos que prestan una información a un nivel que pone en funcionamiento los mecanismos autocurativos del organismo; se absorben por vía sublingual y pasan al cerebro quien envía señales hacia los órganos energéticos o Chacras lo que aumenta los mecanismos defensivos y está basado en el principio de Hipócrates de que lo semejante debe ser tratado con lo semejante (3-5). La homeopatía fue introducida en Cuba en 1992 por profesores extranjeros que ofrecieron conferencias informativas, lo que desperta el interés de los profesionales del Sistema de Salud. En 1993, tras un curso de dos años comienza la preparación de especialistas en este campo, se graduaron los primeros en el año 1995 cuando se celebra en Cuba el 54 Congreso Panamericano de Homeopatía.

Sin embargo dejar de fumar requiere de la necesaria conciencia del riesgo y de un nivel suficiente de motivación, y conocer las distintas estrategias a emplear para lograr la abstinencia, manejar las posibles recaídas, persistir hasta el final y adoptar un estilo de vida sano sin tabaco (6).

Todo lo anteriormente expuesto, motivó a encaminar este estudio a aplicar la terapia floral y la homeopatía en fumadores del Policlínico norte, del municipio Morón con el objetivo de determinar la efectividad de estas terapias alternativas para lograr una disminución significativa en el consumo de cigarrillos o la cesación tabáquica.

## MÉTODO

Se realizó un estudio de intervención antes y después de aplicar el tratamiento con terapia floral de Bach y homeopatía a un grupo de fumadores del Policlínico Norte de Morón, en el período comprendido de septiembre del 2009 a febrero del 2010 con el objetivo de determinar la efectividad de la terapia floral combinada con la homeopatía, en el tratamiento del hábito de fumar en función de la disminución del consumo de cigarrillos o la cesación. El universo estuvo constituido por 20 fumadores que asistieron a la consulta de desintoxicación tabáquica.

Las esencias florales utilizadas fueron: Agrimony, Cherry plum, Crab apple y Larch.

Previamente se realizó un interrogatorio individualizado a cada paciente; primeramente se indicó la dosis de impregnación a razón de 4 gotas sublinguales c/15 minuto por una hora y c/30 minutos por dos horas, posteriormente a ello la dosis de mantenimiento de 4 gotas sublingual 4 veces al día por seis semanas. Los pacientes se resesultaron cada 15 días.

La metodología utilizada fue: realizar 10 movimientos con el frasco en forma de lazo de armonización antes de usarlo, colocar 4 gotas sublingual y mantenerlas un minuto y tragar la saliva, no tener sabor a otra sustancia en la boca y si se ingirió alimento o se cepillaron los dientes aplicar el medicamento treinta minutos después, no guardar el frasco cerca de equipos eléctricos, la luz, vibraciones o lugares con olores fuertes, no exponerlo a altas temperaturas y evitar la manipulación excesiva.

El remedio homeopático utilizado fue el nicotinum a la 30 CH. Dosis: 5 gotas sublingual cada vez que el paciente sienta deseos de fumar c/ 5 min hasta 10 dosis.

Precauciones: a cada paciente se le orientó que no debían tener sabor a otra sustancia en la boca y si se ingirieran alimentos o se cepillaran los dientes aplicar el remedio 30 minutos antes o 30 minutos después. Dar 10 golpes al frasco en la palma de la mano antes de su uso. No guardar el remedio homeopático cerca de equipos eléctricos, la luz, vibraciones o lugares u olores fuertes.

Los datos fueron recogidos de las encuestas que se les confeccionaron a estos pacientes. La técnica de recolección de la información fue la encuesta, la que fue redactada de acuerdo con los objetivos propuestos. La técnica de procesamiento de la información fue manual y se realizó la revisión, validación y computación de la misma. Como medida de resumen de la información se utilizó el porcentaje (%). Los resultados se presentaron en tablas, las que se analizaron para emitir las conclusiones, en correspondencia con los objetivos de la investigación.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la consulta de desintoxicación tabáquica del Policlínico Norte de Morón se aplicó tratamiento homeopático y con terapia floral de Bach a 20 pacientes fumadores en el período entre septiembre del año 2009 a febrero del 2010. Los remedios homeopáticos utilizados fueron: nicotinum para inhibir el deseo de fumar, precisamente derivado de la nicotina que, en pequeñas dosis, es capaz de sustituir las necesidades de éstas sin experimentar el consumo a través de las vías respiratorias (5). Dosis: 5 gotas sublinguales cada vez que el paciente sienta deseos de fumar. Además se utilizó el Sulphur para desintoxicar el cuerpo de nicotina. Dosis: 5 gotas sublingual, una vez al día. Posteriormente se hace el seguimiento de la evolución del paciente, cada 15 días, al mes y al año.

Las esencias florales utilizadas fueron: Agrimony, Cherry plum, Crab apple y Larch a razón de 4 gotas sublingual 4 veces al día.

En este estudio, se distribuyeron en la Tabla No. 1, según los datos recogidos en las encuestas, los sujetos de acuerdo al grupo de edades, donde prevaleció el de 40–49 años, para un 50%; similares resultados se obtuvieron en una encuesta realizada en el año 2001 en Ciudad de La Habana, por la licenciada en Psicología Nerys Suárez Lugo (6).

Con respecto al sexo, la Tabla No. 2 muestra que un 60% de los hombres fuman más que las mujeres, ello se corresponde con la bibliografía examinada. En una encuesta nacional en el año 2002 por Varona Pérez Conde la proporción hombre-mujer se mantuvo de 4 a 2 (6).

En la Tabla No. 3 se aprecia que el 85% estuvo clasificado como fumadores moderado a severo, y en la Tabla No. 4 se observa que el estilo de fumar adictivo se presentó con más frecuencia en un 50% propio de estos fumadores, por la gran dependencia a la nicotina (6).

La Tabla No. 5 refleja que el 95% de los fumadores comenzó a fumar antes de los 16 años de edad, o sea en la adolescencia. La edad de inicio mantiene una tendencia similar desde hace dos décadas, como se muestra en bibliografía del año 2001, que fue consultada (7-9).

En la Tabla No. 6 se observa que dentro de los padecimientos asociados al cigarro, la hipertensión arterial predominó en un 65% y la Tabla No. 7 hace referencia a que el 85% de los fumadores intentaron dejar de fumar alguna vez en la vida.

La Tabla No. 8 muestra que de los 20 fumadores que fueron sometidos a tratamiento homeopático y floral un 70.0% disminuyeron considerablemente el consumo del número de cigarrillos y sólo un 30% logró la cesación. Varios estudios han demostrado que muy pocos sujetos logran dejar de fumar en un solo intento y que este empeño en muchos casos requiere de 2 ó más ensayos (10-19). Las investigaciones indican que la habilidad y el éxito para dejar de fumar dependen en gran medida de la fuerza de convicción y la confianza en sí mismo (20).

No obstante, a pesar de que no todos los pacientes eliminaron el tabaquismo, se logró en forma significativa disminuir el consumo del mismo, por lo que se recomienda la incorporación de los fumadores a la consulta de ayuda al fumador, que se generalicen los conocimientos de homeopatía y terapia floral de Bach mediante diplomados, maestrías, etc., entre los profesionales de la salud.

## CONCLUSIONES

El grupo de edad con mayor prevalencia de fumadores fue de 40–49 años. Hubo un mayor por ciento de hombres que fuman con respecto a las mujeres. La mayor proporción de pacientes resultaron ser fumadores moderados y severos, con estilo de fumar adictivo. La mayoría de los fumadores comenzaron a fumar antes de los 16 años de edad. Casi todos los encuestados identificaron padecimientos relacionados con la adicción tabáquica, siendo las más relevantes los síntomas respiratorios y la hipertensión arterial. Casi la totalidad de los fumadores intentaron en alguna ocasión abandonar el cigarro. Los resultados del tratamiento homeopático y floral revelaron que el 70% de los fumadores disminuyeron considerablemente el consumo de cigarrillos y una menor proporción lograron la cesación definitiva, para un 30%.

## ABSTRACT

An intervention study was carried out before and after the treatment with bach floral therapy and homeopathy to a smoker group of Morón north polyclinic, from September 2009 to February 2010 with the aim to determine the effectiveness of floral therapy combined with the homeopathy, in the smoking habit treatment, the universe was composed by 20 smokers. data were collected through the survey. Most of the smokers were between 40-49 years, of masculine sex, moderate smokers to severe, an addictive style of smoking, they initiated their habit before 16 years; the more relevant suffering related to the tobacco addition corresponded to the arterial hypertension and a great percent tried to stop smoking previously. They were used as floral essences: agrimony, cherry plum, crab apple and larch and nicotinum to the 30 ch as homeopathic remedy. 70% of smokers seen decreased significantly the cigarette consumption and the 30% gave up it. In spite of the fact that not all of them eliminate completely this harmful habit, good results were achieved with the use of bach floral therapy and the homeopathy.

**Key words:** EFFECTIVENESS, FLORAL THERAPY, HOMEOPATHY, SMOKING

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Berdonces Serra JL. El gran libro de la salud. Barcelona: Editorial Océano; 2007.
2. Agustín P. Homeopatía. Edimat Libros; 1999.
3. Zaldívar F D. Cómo dejar de fumar. Medellín: Liber; 2007.
4. Dejar de fumar. Tabaquismo [Internet]. La Habana: Infomed; 2010 [actualizada 10 jun 2010; citada 23 jul 2010]. [aprox. 3 pantallas]. Disponible en: <http://www.tuotromedico.com/temas>
5. Vannier L. Materia médica homeopática. México: Editorial Grijalbo; 2000.
6. Suárez Lugo N. Marketing y salud. Una perspectiva teórico práctica. Ciudad de La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2001.
7. Acosta Cabrera OS. El tabaquismo como problema de salud, prueba daños del tabaco, Beneficios al dejar de fumar [Internet]. La Habana: Infomed; 2006 [actualizada 5 jun 2010; citada 6 jul 2010]. [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <http://www.sld.cu/saludvida/temas.php?idu>
8. Lances Cotilla L. Encuesta mundial sobre tabaquismo en jóvenes. informe investigación. La Habana: MINSAP; 2001.
9. Tabaquismo [Internet]. Atlanta: CDC; 2010 [actualizada 13 Feb 2010; citada 25 Abr 2010]. [aprox. 3 pantallas]. Disponible en: <http://www.cdc.gov/spanish/especialesCDC/CampanaTabaquismo/>
10. Matarama Peñate M. Medicina interna. Diagnóstico y tratamiento. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2005.
11. Peñalver Hernández E, Cardona P. Influencia de los factores de riesgo coronario en la incidencia de la cardiopatía isquémica. Rev Cubana Med Gen Integr.1999; 15(4):368-371.
12. Suárez Lugo N. Tabaco y salud: Una decisión social. Rev Cubana Salud Públ. 2008; 34(3): 12-15.
13. Suárez Lugo N. Estudios sobre consumo, proceso y comercialización de los productos manufacturados del tabaco en Cuba. Año 2000 al 2003. Rev Cubana Salud Públ. 2006; 32(2):11-14.
14. Organización Panamericana de la Salud. Tabaco y pobreza. Un círculo vicioso [Internet]. Washington: OPS; 2004 [actualizada 21 may 2008, citado 4 Abr 2008]. [aprox. 3 pantallas]. Disponible en: <http://www.ops.org.bo/servicios/?DB>
15. Organización Panamericana de la Salud. Tabaco: lo que todos debemos saber. Guía actualizada para educadores [Internet]. Washington: OPS; 2002 [actualizada 4 ene 2008; citada 15 feb 2008]. [aprox. 6 pantallas]. Disponible en: <http://www.ops.org.bo/textocompleto/Ita18505.pdf>
16. Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud. La epidemia del tabaquismo. Los gobiernos y los aspectos económicos del control del tabaco. Washington: OPS/OMS; 1999.

17. Esper Andrés L. Tabaco contra salud. Colombia: Editorial Colombia; 1995.
18. Jiménez CA. Tabaquismo. Manual SEPAR. Madrid: Grupo Aula Médica; 2005.
19. OPS. Tabaquismo: una amenaza constante para la salud [Internet]. Washington: OPS; 1997 [actualizada 3 abr 2008; citada 10 jun 2008]. [aprox. 5 pantallas]. Disponible en: <http://www.paho.org/spanish/pubtopiclist.asp>
20. Tabaquismo [Internet]. Madrid: Fundación del Corazón; 2008 [actualizada 11 May 2008; citada 23 jul 2008] [aprox. 4 pantallas]. Disponible en: <http://www.fundaciondelcorazon.com/prevencion>

## ANEXOS

Tabla No. 1. Fumadores según grupos de edad.

Grupos de edad	No.	%
20-29	0	0.0
30-39	2	10.0
40-49	10	50.0
50-59	5	25.0
60-69	3	15.0
70 y más	0	0.0
Total	20	100.0

Tabla No. 2. Relación de fumadores según sexo.

Sexo	No.	%
Masculino	12	60.0
Femenino	8	40.0
Total	20	100.0

Tabla No. 3. Distribución de pacientes con respecto a la clasificación del fumador.

Clasificación	No.	%
Fumador ligero	3	15.0
Fumador moderado a severo	17	85.0
Total	20	100.0

Tabla No. 4. Fumadores referente al estilo de fumar.

Estilo de fumar	No.	%
Psicosocial	2	10.0
Sensorio motor	1	5.0
Indulgente	1	5.0
Sedante	3	15.0
Estimulante	2	10.0
Addictivo	10	50.0
Automático	1	5.0

Tabla No. 5. Fumadores en cuanto a la edad de comienzo del hábito de fumar.

Edad de comienzo	No.	%
Menos de 16 años	12	60.0
16 o más años	8	40.0
Total	20	100.0

Tabla No. 6. Pacientes con padecimientos asociados al cigarro.

Padecimientos	No.	%
Tos	4	20.0
Ronquera	3	15.0
Falta de aire	4	20.0
HTA	13	65.0
Arritmias	2	10.0
Insomnio	2	10.0
Leucoplasia	1	5.0

Tabla No. 7. Distribución de fumadores por los intentos de abandonar el cigarro anteriormente.

Intentos de abandono	No.	%
Sí	16	80.0
No	4	20.0
Total	20	100.0

Tabla No. 8. Resultados del tratamiento floral y homeopático.

Resultados	No.	%
Cesación tabáquica	6	30.0
Disminución del consumo	14	70.0
No respuesta al tratamiento	0	0.0
Total	20	100.0