

CARTA AL DIRECTOR

Placebo vs. esencias florales de Bach: una discusión en desarrollo

Placebo vs. Bach flower remedies: an ongoing discussion

Estimado Director:

La revista que usted dirige publicó en el año 2009 el artículo "Ausencia de efectos de la terapia floral aplicada a adultos jóvenes con el fin de mejorar su memoria", del doctor *Jorge A. Bergado Rosado* y otros. En dicho artículo se pretende brindar evidencia sobre el efecto de las esencias florales (EF) valiéndose de su comparación contra placebo a través de la estimulación de la memoria de estudiantes de bioquímica en un período de 10 días.

Los resultados están pautados desde el propio título que revela su intencionalidad. Contrariamente a lo que pudiera pensarse, la evidencia que sustenta la opinión de que las EF son placebo es bien escasa y viceversa. En la última revisión crítica,¹ solo pueden referenciarse 7 ensayos clínicos a doble ciegas placebo, realizados desde 1995 hasta la fecha citada, de los cuales 6 evalúan el efecto del *rescue remedy* (RR) en contextos específicos y la mitad lo utilizan para tratar la ansiedad ante situaciones de examen en estudiantes.

En realidad, ese no es el objetivo del RR, ni tampoco lo es para los casos de estrés experimental o del trastorno por déficit de atención con hiperactividad. Para estos existen esencias más específicas que fueron desestimadas o fórmulas comercializadas como la "fórmula de examen". ¿Por qué si se va a evaluar la ansiedad ante situaciones de examen se prefiere el RR antes que esta fórmula? Aun así, en el estudio de *Halberstein* y otros,² se encontraron claras diferencias con el placebo y un tamaño de efecto de mediano a grande [$F(1, 119)=4,98$, $p<.05$ y $\eta^2_{\text{parcial}}=0,12$], en aquellos participantes que reportaron niveles elevados de ansiedad situacional (17 con RR y 22 con placebo). En este sentido, se confirmó la hipótesis de que este compuesto fue efectivo para aquellas personas para cuales el examen constituyía una verdadera situación de emergencia.

Otros argumentos que deberían hacer reflexionar a los investigadores sobre el "efecto placebo" de las EF, lo aportan 3 estudios que las utilizan asumiéndolas como placebo, para explicar, los mecanismos de este último. En el primero, los investigadores llegaron a la conclusión de que, sus resultados, eran inconsistentes con las explicaciones convencionales para el efecto placebo.³ En el segundo, aún controlando nuevamente los resultados de las EF contra otra terapia placebo (TP), se arribó a la conclusión de que, si bien con la TP las expectativas podían predecir el resultado, no ocurría lo mismo para las EF. Aunque se observó que la

espiritualidad resultó el predictor más fuerte para esta última y reconocieron que el 98 % de la varianza de su resultado permanecía sin explicar.⁴

En el tercer estudio se asignaron diferentes instrucciones (rituales) a 3 grupos que recibieron tratamientos con esencias florales. Sería lógico suponer que si el efecto de las esencias se debe al ritual que se ejecuta, aquellos participantes que recibieron la "instrucción espiritual" debían obtener resultados significativamente mayores al resto. No solo no se observaron tales diferencias sino que, curiosamente, el grupo que obtuvo una media ligeramente superior en resultados fue aquel que no recibió instrucción alguna.⁵

Esto denota, que existen un grupo de factores que no se toman en cuenta para dar una explicación verdaderamente científica sobre el efecto de las EF, lo cual se agrava por el misticismo con el que, muchas veces, se asume esta terapia.

Es cierto que *Bach* renunció a lo que la ciencia le brindaba en su tiempo como fuente para entender sus postulados, pues esta no le permitía explicar el mecanismo de acción de las EF, ni la relación entre el cerebro y el sistema inmune, de la que él se percató, y que hoy es perfectamente explicable desde la psiconeuroinmunología. Nótese que *Bach* muere en el 1936 y que justamente sobre ese año, ya *Selye* comienza a esbozar el concepto de *estrés*. *Bach* elige centrarse en los aspectos positivos y potencialidades de las personas como recurso terapéutico fundamental, y no es hasta 1998 que esta rama de la psicología es oficialmente creada (psicología positiva). Observemos nada más la tabla de virtudes propuestas por *Bach* y la que muchos años más tarde propusiera *Martin Seligman*⁶ para entender las razones por las cuales los conocimientos de la época eran insuficientes para sus descubrimientos.

Lo que vio *Bach* debe haber sido similar a lo que vio *Paracelso*, cuando imaginó los "espíritus" -archaei- que gobernaban los órganos internos [...] *Paracelso* ocupa un lugar indiscutible en la fundación de la química moderna. Sus *archaei* han vuelto a presentarse, en número muy superior a lo que imaginaba, en la forma de enzimas de la moderna bioquímica.⁷ De manera similar, *Kandell*⁸ ha pretendido desmitificar el psicoanálisis acercándolo a la biología y se apoya en una frase que dijo *Freud*, donde resumía que la biología no había avanzado lo suficiente para ayudar al psicoanálisis a alcanzar sus metas. Plantea *Kandell* que, 100 años después, los psicoanalistas todavía siguen creyendo que la biología no es relevante, y que ello es el principal error teórico, metodológico y estratégico que condenará al psicoanálisis a ser una ciencia hermenéutica.

Como esbozaba anteriormente, el problema con las EF es el misticismo que sigue envolviendo a sus practicantes y que lamentablemente, ha invadido a muchos profesionales en nuestro país. La mayoría de ellos vinculados con entusiastas "usos placebo", asociados con "creativos" métodos de diagnóstico como la elección visual desde una lámina o las botellitas del *stock*, de aquellas EF con las que más simpatice el paciente. Los que así operan, olvidan que el efecto placebo es un recurso terapéutico legítimo y con importantes resultados.⁹ Las EF, como cualquier terapia que se prescriba de forma aleatoria y halle resonancia motivacional en el paciente, podría producir un alivio ajeno a su efecto original.¹⁰

Es innegable que existen muchos aspectos sin esclarecer en relación con las EF, pero como todo conocimiento en desarrollo, el mismo explora y busca un lenguaje que no tiene que estar necesariamente reñido con el de la ciencia, tomando en cuenta, a su vez, cuánto ha avanzado esta, pese a que las investigaciones en dicha área pudieran ubicarse en lo que se ha dado en llamar la etapa *nocturna* de la

ciencia.⁸ Por todo ello, según estas condiciones de desarrollo, solo la evidencia nos dejará claro el camino a seguir.

Todas estas consideraciones son asumidas por el autor principal desde los inicios de estos estudios; solo se ha esperado contar con la evidencia que sustente nuestras discusiones y diatribas científicas, con la intención de que las mismas sean puntos de polémica en pos del desarrollo de la comunidad científica cubana, y que permitan, en la medida de su valor, aportar nuevos elementos al ya conocido debate efecto placebo vs. EF.

Abriendo las puertas de la discusión, se despedie,

MS. Boris C. Rodríguez Martín

Facultad de Psicología. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Villa Clara, Cuba.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ernst E. Bach flower remedies: a systematic review of randomised clinical trials. Swiss Medical Weekly. 2010;140:w13079.
2. Halberstein R, DeSantis L, Sirkin A, Padrón-Fajardo V, Ojeda-Vaz M. Healing with Bach® flower essences: testing a complementary therapy. Complementary Health Practice Review. 2007;12:3-14.
3. Hyland ME, Geraghty AWA, Joy OET, Turner SI. Spirituality predicts outcome independently of expectancy following flower essence self-treatment. J Psychosomatic Res. 2006;60:53-8.
4. Hyland ME, Whalley B, Geraghty AWA. Dispositional predictors of placebo responding: a motivational interpretation of flower essence and gratitude therapy. J Psychosomatic Res. 2007;62:331-40.
5. Hyland ME, Whalley B. Motivational concordance: an important mechanism in self-help therapeutic rituals involving inert (placebo) substances. J Psychosomatic Res. 2008;65:405-13.
6. Rodríguez B. Edward Bach's system of diagnosis and therapy. Notes for a much-needed systematization. Hereford: Twelve Healers Trust; 2009.
7. Bernall J. La Ciencia en la Historia. La Habana: Científico-Técnica; 2007.
8. Kandell ER. En busca de la memoria. Buenos Aires: Katz Editores; 2007.
9. Rodríguez BC, Rodríguez L. Esencias florales, efecto placebo y psicoterapia. En: GC-Bach, editor. Cuadernos de Investigación II. Hacia una práctica basada en la evidencia. Santa Clara: Feijóo; 2010. p. 7-29.

10. Whalley B, Hyland ME. One size does not fit all: motivational predictors of contextual benefits of therapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory Res Pract.* 2009;82:291303.

Recibido: 30 de marzo del 2012.

Aprobado: 1 de junio del 2012.

MSc. Boris C. Rodríguez Martín. Facultad de Psicología. Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Villa Clara, Cuba.