TERAPIA FLORAL EN TRASTORNO DE ANSIEDAD

Q.F. Karla Giovanna Ríos León
Subdirección de Medicina Complementaria
Centro Nacional de Investigación Social e Interculturalidad en Salud

I. INTRODUCCIÓN

La Terapia Floral se originó en Inglaterra a principios del siglo XX, es un método terapéutico que utiliza esencias florales para ayudar a restablecer el equilibrio mental y emocional de individuos (1). Se prepara una infusión solar de flores silvestres intactas o flores de jardín en un recipiente con agua pura, de la fuente y sin tratar, que luego se diluye y se conserva en coñac(2). El principio de esta terapia se basa en que, mediante dicho preparado se transfiere la frecuencia energética al paciente, con el fin de producir la biorregulación de aspectos emocionales y de conducta asociados o no a patologías funcionales o psicosomáticas(3).

La ansiedad es una reacción normal e incluso justificada del organismo, que nos protege del peligro; sin embargo, el trastorno de ansiedad se presenta en situaciones donde el peligro se encuentra ausencia. Desde un punto de vista meramente racional, la ansiedad en los casos patológicos carece de fundamento, pero aun así afecta profundamente a los pacientes (4).

La Terapia Floral que forma parte de un campo emergente de las terapias vibracionales, poseería características no invasivas y tendría la cualidad de armonizar lo etéreo, lo emocional y lo mental, por ello sería utilizado en pacientes con trastorno de ansiedad (5).

En el contexto de la pandemia por COVID-19, los desórdenes emocionales como la ansiedad se incrementaron en 25% en todo el mundo(6). En el Perú, la ansiedad tuvo una prevalencia de 36,4%(7). Este incremento de casos junto al colapso de los centros de salud, impulsó a la población hacia la búsqueda de nuevas opciones terapéuticas; sin embargo, cabe precisar que no todos los tratamientos ofrecidos para aliviar el trastorno de ansiedad cuentan con eficacia y seguridad comprobada.

II. METODOLOGÍA

2.1. Estrategia de búsqueda

Se realizó una búsqueda sistemática de la literatura, tomando en cuenta lo siguiente: población, intervención, comparador, desenlace y diseño, orientadas a encontrarla en el

titulo o resumen. La búsqueda bibliográfica se realizó hasta enero del año 2023. La población fue definida como las personas adultas con dolor crónico, la intervención: "terapia neural", el comparador es el placebo, el desenlace "disminución del dolor", el diseño de los estudios (*Guía de práctica clínica, evaluación de tecnologías sanitarias, revisiones sistemáticas con o sin meta análisis y ensayos clínicos*). Se realizó la búsqueda de acuerdo a la pirámide de evidencia científica, cuyo nivel más alto son las Revisiones sistemáticas con meta-análisis. La búsqueda se realizó en las bases de datos Cochrane Library (https://www.cochranelibrary.com), *Pubmed (*https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed*), epistemonikos (*https://www.epistemonikos.org*), Systematic Review Data Repository (SRDR) (*https://www.srdr.ahrq.gov/*), Health Systems Evidence (*https://www.healthsystemsevidence.org),*, adicionalmente se realizó la búsqueda manual en la base de datos Google Scholar.

2.2 Términos de búsqueda

La búsqueda incluyó los términos *: "flower essences", "anxiety" , "anxious", "nervousness*", utilizando operadores booleanos, acorde a cada una de la base de datos elegida.

2.3 Criterios de elegibilidad y evaluación

La búsqueda bibliográfica inició con el nivel más alto de evidencia, Revisiones Sistemáticas, limitando la búsqueda de encontrarse artículos en este nivel.

La estrategia de búsqueda utilizada arrojó 9 revisiones sistemáticas, de las cuales se seleccionaron 4, acorde a la respuesta de la pregunta PICO. Para la evaluación de dichas revisiones sistemáticas, se utilizó como herramienta *Ameasurement Tool to Assess Systematic Reviews* **(AMSTAR II)**, herramienta de evaluación crítica de revisiones sistemáticas de estudios de ensayos aleatorizados y no aleatorizados, permitiendo ampliar de esta manera la evaluación del número de intervenciones sanitarias. La herramienta AMSTAR 2, contiene 16 items, y 7 dominios críticos que son: 1. Protocolo registrado, 2. Adecuada búsqueda de los estudios, 3. Justificación y listado de los estudios excluidos, 4. Riesgo de sesgo de los estudios individuales incluidos, 5. Métodos meta-analíticos apropiados, 6. Consideración del riesgo de sesgo en la interpretación de los resultados de la revisión, 7. Evaluación de la presencia y el impacto probable del sesgo de publicación.

En base a estos criterios se realizó la evaluación de la revisión sistemática que se describe a continuación.

III. RESULTADOS

3.1 Revisiones Sistemáticas

3.1.1 Bach Flower Remedies for psychological problems and pain: a systematic review (8)

Se realizó la búsqueda de ensayos clínicos en MEDLINE®, Embase, AMED y la Biblioteca Cochrane hasta junio de 2008, además de una búsqueda manual, incluyendo después de la selección cuatro ensayos clínicos aleatorizados y dos estudios observacionales. De los seis artículos incluidos, tres de ellos tuvieron a la ansiedad como diagnóstico para lo cual se indicó terapia con flores de Bach y como el desenlace el alivio de la ansiedad (prueba SAI)

Los artículos fueron extraídos por dos revisores capacitados, quienes resumieron los datos de cada estudio y asignaron una calificación de calidad. Un revisor senior leyó cada artículo resumido, evaluó la integridad de la extracción de datos y confirmó la calificación de calidad. Los investigadores resolvieron cualquier desacuerdo mediante discusión y consenso o consultando a una parte independiente.

Se evaluó la evidencia de BFR mediante la metodología estándar de la medicina basada en la evidencia (EBM). Por lo tanto, cinco de los seis ensayos incluidos se calificaron como de alto riesgo de sesgo. No contiene un meta-análisis y concluye argumentando que es el la revisión sistemática de terapia floral de Bach que cumple con los criterios de QUORUM (Quality of Reporting of Meta-analyses) y recomienda que los ensayos futuros empleen métodos que minimicen el sesgo y la confusión, como la asignación al azar y el cegamiento; además de contar con un tamaño de muestra adecuado para poder detectar efectos con significación estadística y se analicen los parámetros de desenlace relevantes para el paciente

IV. ANÁLISIS

La revisión sistemática fue sometida a evaluación mediante la herramienta AMSTAR 2, mediante la cual se determinó que la revisión *"Bach Flower Remedies for physchological problems and pain: A systematic review"* **es una revisión de baja calidad.**

La terapia floral no ha demostrado ser eficaz (otorgar mayor beneficio clínico que el placebo), para el manejo de la ansiedad (ni para ningún otro tratamiento)

Respecto al perfil de seguridad, este no no es claro, aunque impresiona no tener efectos adversos graves

V.CONCLUSIÓN

Después de la búsqueda científica y la evaluación realizada, no existe evidencia científica contundente respecto a la eficacia y seguridad de la terapia floral en el tratamiento de la ansiedad.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Bach Edward. Cura-te a ti mesmo. Uma explicação da causa real a da cura da doença. 1.ed. Sao Paulo. Flower Remedy Programme, 2014.

2. Kaminski, P; Katz, R. Repertório das Essências Florais. Um Guia Abrangente das Essências Florais Norte-Americanas e Inglesas, para o Bemestar Emocional e Espiritual. 3ª Edición. Sao Paulo, 2003.

3. Yanes Calderón M, Alfonso Orta I. Terapia floral: una alternativa de tratamiento para la mujer de edad mediana. Rev Cuba Med Gen Integral. abril de 2005;21(1-2):0-0.

4. Fernandez O et al. Manual para diagnóstico y tratamiento de trastornos ansiosos. [Internet] 2012 [citado 02 de abril del 2023]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2012000500019.

5. Salles L, F. Silva M. Efeito das essências florais em indivíduos ansiosos. Acta Paulista de Enfermería. Vol 25, n 2, p. 238-42, 2012.

6. The Burden of Mental Disorders - PAHO/WHO | Pan American Health Organization [Internet]. [citado 3 de abril de 2023]. Disponible en: https://www.paho.org/en/enlace/burden-mental-disorders

7. Mejía-Zambrano H, Ramos-Calsín L, Mejía-Zambrano H, Ramos-Calsín L. Prevalencia de los principales trastornos mentales durante la pandemia por COVID-19. Rev Neuro-Psiquiatr. enero de 2022;85(1):72-82.

8. Thaler K, Kaminski A, Chapman A, Langley T, Gartlehner G. Bach Flower Remedies for psychological problems and pain: a systematic review. BMC Complement Altern Med. 26 de mayo de 2009;9:16.