

Utilización de la Terapia Floral de Bach personalizada en pacientes diabéticos con dislipidemias.

Autores: Miriam Mahia Vilas*, Arquímedes Diaz Batista**, Ana Maria Quintela Pena***, Luisa Estela Ramos Morales****, José Hernández Carretero*****, Yunier Arpajón Peña*****, Yornaika Llano González*****

Instituto Nacional de Angiología y Cirugía Vascul ar (INACV)

Calzada del Cerro 1551 esquina Domínguez. Cerro. La Habana, Cuba.

* MSc. En Investigaciones en Aterosclerosis, Investigadora Auxiliar, Profesor Asistente. INACV.

**DSc. Med. Profesor e Investigador Titular INACV

*** MSc. En Bioquímica Clínica. Investigador Auxiliar. Subdirectora de Investigaciones. INACV.

**** MSc. En bioética. Investigador Auxiliar y Profesor Asistente. INACV

*****Lic. En tecnología de la salud. Investigador Auxiliar y Profesor Asistente. INACV

***** MSc. En microbiología Profesor Facultad de Ciencias Médicas Diez de Octubre

*****Lic. En tecnología de la salud. Profesora Instructora. Metodóloga. FCM Dr. S Allende.

Correspondencia a: mmahia@infomed.sld.cu

RESUMEN

El sistema floral de Bach es un sistema complementario a la medicina convencional, considerado como una opción terapéutica, dirigido a restaurar aquellos estados emocionales negativos mantenidos, cuya presencia dificultan una buena calidad de vida. Fue realizado un estudio prospectivo aleatorizado contra grupo placebo con 200 sujetos portadores de diabetes mellitus tipo 2, ambulatorios y sin manifestaciones clínicas de pie diabético, para evaluar la efectividad de la terapia floral de Bach personalizada sobre el control glicémico y lipídico como una terapia complementaria. De ellos 147 pertenecían al sexo femenino y 53 al masculino, quienes dieron su consentimiento de participación y fueron asignados aleatoriamente a tratamiento A (floral) o B (placebo) mediante la administración de 4 gotas sublinguales 4 veces al día, durante un periodo de 8 semanas. La respuesta al tratamiento fue considerada favorable cuando hubo disminución de los niveles glucémicos y lipídicos. Ambos grupos fueron comparables en edad, sexo, tipo de diabetes y niveles patológicos de glucemia, colesterol total y triglicéridos. El porcentaje de respuestas favorables fue significativamente superior después del tratamiento A con respecto al tratamiento B. El tratamiento con terapia floral de Bach personalizada aplicado junto al tratamiento convencional para el control metabólico de la diabetes y de los niveles lipídicos durante 8 semanas, fue asociado con una disminución de los niveles patológicos de glucemia, colesterol total y triglicéridos. La respuesta favorable obtenida en el tratamiento A respecto al B fue considerada como un efecto beneficioso. El tratamiento fue bien tolerado y no fueron referidas reacciones adversas durante el tratamiento.

Palabras clave: Remedios florales de Bach, diabetes mellitus, diabéticos tipo 2, medicina personalizado, glucemia, colesterol, triglicéridos.

INTRODUCCION

El sistema floral de Bach es un sistema complementario a la medicina convencional, considerado como una opción terapéutica¹ y está dirigido a la restauración de aquellos estados emocionales negativos mantenidos, cuya presencia dificultan una buena calidad de vida y finalmente conllevan a la aparición de las enfermedades.

El Dr. Bach, quien fue su creador, en sus estudios observó que un mismo tratamiento no siempre curaba la misma enfermedad y concluyó que la personalidad de un individuo jugaba un papel fundamental en el tratamiento de la enfermedad física², de ahí la importancia de la individualización de la terapia.

En los últimos años, se ha prestado gran atención a la variabilidad biológica individual, a la respuesta reconocida para la gran mayoría de los fármacos. Esto es debido a los procesos farmacológicos que tienen lugar en cada organismo para desencadenar una respuesta³⁻⁴.

La terapia floral de Bach ha sido estudiada en diferentes afecciones relacionadas con estados emocionales negativos, en pacientes fumadores, hipertensos y diabéticos⁵⁻⁷, entre otros, encontrándose resultados beneficiosos, por lo que han sugerido que el tratamiento con este sistema floral puede ser útil como una terapia alternativa o complementaria.

Un estudio realizado en el Instituto Nacional de Angiología y Cirugía Vascular (INACV) encontró un 50% de respuesta favorable en estudios de inmunidad celular después del tratamiento floral de Bach personalizado en pacientes con DM tipo 2 (resultados no publicados)

Por otra parte, la Diabetes Mellitus (DM) es una enfermedad crónica no transmisible que engloba trastornos metabólicos causados por una deficiencia de insulina⁸, la cual crece a un ritmo alarmante en todo el mundo, afectando el estado funcional y emocional de las personas que la padecen, restando años y calidad de vida⁹. Ella representa hoy un gran problema de salud, y se ubica como cuarta causa de muerte a nivel mundial^{8,10} debido a que genera profundos impactos relacionados con las complicaciones a corto (hipoglucemia) y largo plazo (enfermedad cardiovascular, neuropatía, nefropatía y retinopatía)¹¹.

Existen factores tales como hiperglucemia, obesidad, hiperlipidemias, hipertensión y tabaquismo, que incrementan el riesgo de sufrir complicaciones clínicas severas en pacientes diabéticos^{8,12-14}, que en la mayoría de los casos requieren de amputación mayor de la extremidad¹⁵⁻¹⁶.

El empeoramiento de la calidad de vida de estos pacientes, la incapacidad laboral y el incremento de la morbi-mortalidad¹⁷⁻¹⁹, confirma la necesidad de buscar nuevas

alternativas terapéuticas²⁰ que disminuyan sus complicaciones y factores causantes de las mismas y que contribuyan a mejorar su calidad de vida.

Fue diseñado un estudio para evaluar la efectividad de la terapia floral de Bach personalizada sobre el control glicémico y lipídico en pacientes diabéticos tipo 2 como una terapia complementaria, mediante la realización de un estudio prospectivo aleatorizado contra grupo placebo.

METODOS

Fueron incluidos en este estudio 200 sujetos portadores de Diabetes Mellitus tipo 2, ambulatorios y atendidos por el servicio de Angiopatía Diabética del INACV. El número de pacientes tratados fue calculado (N= 100 por grupo de estudio)²¹ Esto fue basado en la hipótesis que al menos el 40 % de los pacientes disminuían sus niveles patológicos de glucemia, colesterol total y triglicéridos, con la asociación de la administración del tratamiento floral más el tratamiento farmacológico convencional para el control de su enfermedad. Un 80% de probabilidad de respuesta no favorable después del tratamiento placebo fue esperada de acuerdo a la experiencia del Servicio de Angiopatía Diabética. Para el cálculo del tamaño de la muestra fueron utilizados el nivel de significación $\alpha= 0,05$ y la potencia $1-\beta= 0,90$

CRITERIO DEL ESTUDIO

Los criterios diagnósticos fueron los siguientes: sujetos que sufrían de DM tipo 2 ambulatorios sin manifestaciones clínicas de pie diabético y sin historia de amputación.

Las pruebas de laboratorio que fueron evaluadas se relacionan a continuación:

Determinación de los niveles de glucemia en ayunas que fue realizado por el método enzimático de la glucosa oxidasa, mediante el juego de diagnóstico Rapi Gluco Test²²

Determinación de los niveles de colesterol total y triglicéridos para los cuales se utilizó un auto analizador automático Hitachi 705

Los criterios de inclusión fueron los siguientes: Además de los criterios diagnósticos, se seleccionaron sujetos de 60 a 80 años de edad de uno u otro sexo, con niveles patológicos de glucemia ($>6,5$ mmol/L), colesterol total ($>6,5$ mmol/L) y triglicéridos ($>1,7$ mmol/L), independientemente de los tratamientos hipoglucemiante, hipocolesterolémico e hipotrigliceridémico y que dieran su consentimiento de participación en el estudio.

Los criterios de exclusión fueron los siguientes: Presencia de lesiones en algunas de sus extremidades inferiores o infecciones, embarazo, lactancia, desórdenes siquiátricos, demencia senil, presencia de tumores.

Estrategia del estudio

Los pacientes que reunían los criterios de inclusión fueron sometidos a una prueba de personalidad para identificar las esencias que cada uno debía utilizar según su correspondencia a una tabla aleatoria a los grupos de tratamientos.

Tratamiento A

Consistió en administrar la Terapia Floral de Bach más terapia farmacológica para el control metabólico de la diabetes y de sus niveles lipídicos o dieta.

El tratamiento con hipoglucemiantes orales fue indicado según las necesidades individuales prescriptas por su médico que oscilaban entre 3 y 6 tabletas diarias de glibenclamida. Lo mismo se realizó con el tratamiento hipocolesterolémico e hipotriglicéridémico.

Metodología de preparación e indicación de las esencias florales

La fórmula floral personalizada incluyó hasta 6 esencias florales distintas en un mismo frasco de cristal y color ámbar, donde fueron diluidas 2 gotas de cada una de las esencias diagnosticadas a cada paciente, en una solución de alcohol al 15% en un volumen de 30 mL.

Fue utilizado el sistema floral de Bach obtenido de Flower Essence Service B.O. 1769 Nevada City California 95959 USA.

Tratamiento B

Incluyó el Placebo más la terapia farmacológica para el control metabólico de la diabetes y de sus niveles lipídicos.

Preparación del placebo

Los frascos solo contenían una solución de alcohol al 15% en un volumen de 30 mL.

La administración de los tratamientos A y B fue mediante 4 gotas sublinguales 4 veces al día media hora antes de ingerir alimentos.

Los esquemas terapéuticos fueron administrados durante 8 semanas. El estudio de laboratorio fue realizado antes y después de aplicados ambos tratamientos.

Criterio de efectividad

La respuesta al tratamiento fue considerada favorable cuando los niveles patológicos de glucemia y de lipídicos alcanzaran un valor normal y fue considerada no favorable cuando los niveles de glucemia y lípidos se mantenían patológicos.

Tolerabilidad y seguridad del tratamiento floral

La presencia de efectos adversos fue chequeada solo durante el periodo del tratamiento y fueron clasificados en grupos según la OMS²³:

Ausencia de reacción

Ligera: No requiere tratamiento

Moderada: Requiere tratamiento

Severa: Requiere hospitalización

Muy severa: Pone en peligro la vida.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

El estudio fue realizado de acuerdo al proyecto de investigación previamente aprobado por el Comité de Ética y del Consejo Científico del INACV. El uso de placebo fue considerado necesario para confirmar la veracidad científica de los resultados, sin que afectara desde el punto de vista ético la calidad de vida de los pacientes estudiados. Tanto el objetivo como las características del estudio fueron explicados a los pacientes, quienes posteriormente dieron su consentimiento de participación en el estudio.

Control de calidad del estudio

Las pruebas de laboratorio fueron realizadas siguiendo las regulaciones de las normas cubanas para las buenas prácticas de laboratorio clínico²⁴, verificadas por el jefe del laboratorio.

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Se conformó una base de datos en Excel 2007 con los resultados de cada prueba. El procesamiento estadístico se realizó a través de Excel 2007 y Statistical, para lo cual se fijó un nivel de significación de $p < 0,05$ para un 95% de confiabilidad. Se utilizó la determinación de media y desviación estándar y un estudio de comparación entre los grupos de tratamientos y entre antes y después dentro de cada grupo mediante la prueba T Student y Chi cuadrado (X^2), así como un análisis de varianza.

RESULTADOS

La evaluación del control de la calidad demostró una buena adherencia al proyecto de investigación.

A todas las variables se les realizaron las pruebas estadísticas para comprobar la normalidad y la homogeneidad de los grupos tratados, lo que mostró que ambos grupos de estudio eran homogéneos y comparables en cuanto a las características demográficas (Tabla 1), y procedimientos de laboratorio (tabla 2), realizados antes de la inclusión de los pacientes al estudio.

Tabla 1: Características demográficas de los pacientes estudiados.

	N Total	Tratamiento A	Tratamiento B	P
N(masculino/femenino)	53/147	25/75	28/72	0,631 ^a /0,634 ^a
Edad(años)	61,57	60,78	62,36	0,839 ^b

Análisis estadístico: Comparación entre los grupos de tratamientos A (floral) y B (placebo) realizados mediante el Chi cuadrado (X^2)^a y T Student^b

Tabla 2: Variables de laboratorio antes del tratamiento.

Variables	Tratamientos (N)		
	A (X±DS)	B (X±DS)	p
Glucemia	6,5±1,9	6,3±2,1	0,401
Colesterol Total	7,14±0,16	7,15±0,35	0,464
Triglicéridos	2,43±0,53	2,56±0,57	0,561

Análisis estadístico: Comparación de medias (X) mediante un T Student de cada variable estudiada entre los tratamientos A (floral) y B (placebo), $p > 0,05$ No significativa

Las tablas 1 y 2 muestran que no hubo diferencias significativas respecto a las variables demográficas y de laboratorio estudiadas antes del tratamiento.

La tabla 3 muestra los pacientes que presentaron valores patológicos de las variables estudiadas al inicio del tratamiento.

Tabla 3: Distribución de los pacientes según tratamiento y variables estudiadas.

Variables	N	Tratamiento A	Tratamiento B
Glucemia	96	48	48
Colesterol Total	24	13	11
Triglicéridos	135	69	66

Tabla 4: Efecto del tratamiento A y B sobre la respuesta favorable de las variables estudiadas.

Variables	Respuesta favorable				p
	Tratamiento A		Tratamiento B		
	N	(%)	N	(%)	
Glucemia	40	83,3%	21	43,7%	0,049
Colesterol Total	10	76,9%	3	27,3%	0,004
Triglicéridos	59	85,5%	18	27,3%	0,001

Análisis estadístico: Chi cuadrado (X^2) $p < 0,05$ diferencia significativa Leyenda: N= número de pacientes

Los resultados de la tabla 4 muestran las diferencias estadísticamente significativas encontradas en los grupos de tratamiento A y B con respecto a las variables estudiadas. Puede observarse un mayor porcentaje de respuesta favorable en el grupo con tratamiento A en comparación al grupo que recibió tratamiento B.

También fueron encontradas diferencias significativas dentro del grupo que recibió tratamiento A, al comparar los resultados iniciales y finales de la glucemia y de las variables lipídicas, expresados en términos del estadígrafo T y del nivel de significación p, interpretado como una respuesta favorable dentro del grupo con tratamiento A. Sin embargo, en el grupo que recibió tratamiento B, no mostró diferencias (tabla 5)

Tabla 5: Procedimiento estadístico de las variables dentro de los tratamientos A y B.

Variables	Tratamiento A (Inicial/final)		Tratamiento B (Inicial/final)	
	Valor de F	(p)	Valor de F	(p)
Glucemia	6,24	0,000478	1,402	0,238 ^{ns}
Colesterol Total	4,59	0,000624*	1,44	0,173758 ^{ns}
Triglicéridos	9,93	0,0001*	1,34	0,923678 ^{ns}

Análisis estadístico: Comparación entre los grupos y dentro de los grupos mediante el estadígrafo F del análisis de varianza (ANOVA) Leyenda: p= Nivel de significación

Los pacientes que recibieron el tratamiento A mostraron mayor porcentaje de reducción en sus niveles de glucemia (83,3%), colesterol total (76,9%) y triglicéridos (85,5%) en comparación con los pacientes que recibieron el tratamiento B (43,7%, 27,3%, 27,3% respectivamente). Estos resultados pueden ser apreciados en la tabla 6

Tabla 6: Porcentaje de reducción de cada variable en los tratamientos A y B.

VARIABLES	Tratamiento A % de reducción	Tratamiento B % de reducción	p
Glucemia	18,7	6,35	0,031
Colesterol Total	17,5	2,8	0,0028
Triglicéridos	29,9	7,8	0,001

Análisis estadístico: Prueba Chi cuadrado (X^2) $p < 0,05$ diferencia significativa, $p < 0,001$ diferencia altamente significativa

Los resultados muestran que la terapia floral de Bach personalizada combinada con el tratamiento farmacológico convencional para el control metabólico de la enfermedad y el tratamiento hipocolesterolémico e hipotrigliceridémico en pacientes diabéticos tipo 2, consiguió una disminución significativa de los lípidos sanguíneos sin influir negativamente en el tratamiento de la diabetes, sino por el contrario, que durante el tratamiento de 8 semanas se produjo también una disminución significativa de la glucemia en ayunas. La mayoría de las respuestas favorables fueron encontradas en el grupo que recibió terapia floral con un mayor porcentaje de reducción de los valores de glucemia, colesterol total y triglicéridos.

DISCUSION

Este estudio prospectivo aleatorizado contra grupo placebo con sujetos portadores de DM tipo 2, demostró que el tratamiento con terapia floral de Bach personalizada aplicado junto al tratamiento convencional para el control metabólico de la diabetes y de los niveles lipídicos durante 8 semanas, fue asociado con disminuciones significativas tanto de la glucemia en ayunas como del colesterol total y los triglicéridos. Además esta terapia fue bien tolerada y segura, evidenciada por la no referencia de efectos adversos.

La literatura reporta un trabajo realizado en pacientes diabéticos tanto tipo 1 como tipo 2 sometidos durante 3 meses a un tratamiento personalizado con Terapia Floral de Bach para valorar su efectividad en la evolución de los síntomas cardinales. Como resultado se obtuvo una disminución en el uso de los hipoglucemiantes orales y de la insulina y una mejoría notable en los niveles de glucemia, concluyendo que esta terapia favorece la evolución del paciente diabético, recuperando su equilibrio energético emocional²⁵. Sin embargo no hay reportes previos del efecto de esta terapia de Bach personalizada en pacientes diabéticos tipo 2 sobre los niveles lipídicos.

El presente trabajo suministra evidencias sobre los beneficios de la utilización de la terapia y sugiere que el porcentaje de reducción de los niveles de colesterol total y triglicéridos mediante la administración de terapia floral de Bach personalizada, combinada al tratamiento farmacológico convencional, puede ser de gran importancia para influenciar positivamente sobre el riesgo aterogénico que sufren la mayoría de los

diabéticos tipo 2, posiblemente debido a la armonización de su estado energético-emocional.

CONCLUSIONES

Los resultados sugieren que la terapia floral de Bach personalizada puede ser utilizada de forma combinada con los tratamientos farmacológicos convencionales y demostró ser una terapia eficaz, segura y cómoda para el paciente.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. -La Torre MA. Integrative perspective. Integrating Bach flower remedies into a therapeutic practice *Perspect Psychiatric Care* 2006; 42(2): 140-3.
2. -Leary B. The early work of Dr. Edward Bach. *Br Homeopath J.* 1999; 88:28-30
- Valdés M., Armas M. Utilización transpersonal de Star of Bethlehem, Vine y Oak en el tratamiento de la hipertensión arterial ligera [citado 6 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.sedibac.org/temas/tema.%20hipertensión%20arterial%20ligera.pdf>
3. -Waldo H. Belloso, Redal MA. La farmacogenómica y el camino hacia la medicina personalizada. *Medicina* 2010; 70 (3): 265-74
4. -Bates S. Progress towards personalized medicine. *Drug Discov Today* 2010;15:115-20.
5. - Pedroza E., Alba L., Rodríguez D. Terapia floral en las alteraciones anímicas en pacientes que explican la respuesta a la ansiedad. [citado 6 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.sedibac.org/temas/tema.%20ansiedad.pdf>
6. - Rivas S., Dueñas N. Tratamiento de la osteoartritis con esencias florales de Bach. [citado 6 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.sedibac.org/temas/tema.osteoartritis.pdf>
7. - Reyes M. Terapia floral y tabaquismo. [citado 6 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.sedibac.org/temas/tema.%20tabaquismo.pdf>
8. - American Diabetes Association Diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care* 2012; 35 (suppl 1): S 64-7
9. -Ledón LI. Impacto psicosocial de la Diabetes Mellitus, experiencia, significado y respuesta a la enfermedad. *Rev. Cubana Endocrinol* 2012; 23(1): 176-97
10. -Shaw J, Sicree R, Zimmet P. Global estimates of the prevalence of diabetes for 2010 and 2030. *Diabetes Res Clin Pract* 2010; 87(1):4-14.
11. -Valdés RE, Bencosme RN. Las complicaciones macrovasculares y su relación con algunas variables clínicas y bioquímicas en diabéticos tipo 2. *Rev. Cubana Endocrinol* 2010; 21(3): 256-68.
12. -Karasik A. Glycaemic control is essential for effective cardiovascular risk reduction across the type 2 diabetes continuum. *Ann Med* 2005; 37(4): 250-8.

13. -I consenso cubano de dislipoproteinemias: guía para la prevención, detección, diagnóstico y tratamiento. Rev. Cubana Endocrinol. 2006;17(4):1-31.
14. -Giorda CB, Avogaro A, Maggini M, Lombardo F, Mannucci E, Turco S, Alegiani SS, Raschetti R, Velussi M, Ferrannini E; for the DAI Study Group. Recurrence of cardiovascular events in patients with type 2 diabetes: epidemiology and risk factors. Diabetes Care [serie en Internet] 2008 [citado 5 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18782902?>
15. -Carmena R. Type 2 diabetes, dyslipidemia, and vascular risk: rationale and evidence for correcting the lipid imbalance. Am Heart J. 2005;150: 859-70
16. -Socarrás S M., Blanco A J., Vázquez V A., González H D y Licea P M. Factores de riesgo de enfermedad aterosclerótica en la diabetes mellitus tipo 2 Rev. Cubana Med [serie en Internet] 2003 [citado 4 May 2007]; 42(2): Disponible en: http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?id_revista=68&id_ejemplar=15
17. -. Vicente SB, Zerquera TG, Peraza AD, Castañeda AE, Irizar HJ, Bravo VT. Life quality of Diabetic patients Medisur 2008; 6:20-6.
18. -Boyko EJ, Ahroni JH, Smith DG, Davignon D. Increased mortality associated with diabetic foot ulcer. Diabetic medicine 1996; 13:967-72.
19. -Monteiro-Soares M, Vaz Carneiro A, Sampaio S, Dinis-Ribeiro M. Validation and comparison of currently available stratification systems for patients with diabetes by risk of foot ulcer development. Eur J Endocrinol 2012; 167:401-7.
20. -Halevy J, Harefuah. Complementary and alternative medicine--time for research and regulation 2011 Aug; 150(8):655-6, 688
21. -Garden G M, Atman G D. Statistics with confidence BMJ London: WCLH 9JR, 1994.
22. -Trinder P. Determination of glucose in blood using glucose oxidase with an alternative oxygen acceptor. Ann Clin Biochem. 1969; 6:24-5
23. -World Health Organization Alliance for patient safety forward programmed 2005 Citado: 5 Ene 2005. Disponible en: www.who.int/patientsafety
24. -Ministerio de Salud Pública de Cuba. Regulación 3/95 Buenas Prácticas de Laboratorio Clínico. Ciudad de la Habana, CEDMED, 1995
25. -Lima SA. Terapia floral en Diabetes Mellitus. [citado 6 Sept 2008]; Disponible en: <http://www.sedibac.org/temas/tema.%20diabetes%20mellitus.pdf>

Test de personalidad

Grupo I Remedio para los que sienten miedo

Flor No. 26 Rock Rose

- ¿Siente actualmente miedo o pánico en su interior?
- ¿Sufre de terror o miedo que paraliza ante algún pensamiento o situación?
- ¿Sufre de pesadillas?

Flor No. 20 Mimulus

- ¿Siente miedo de determinadas situaciones, cosas o seres de la vida cotidiana como oscuridad, enfermedad, cucarachas, etc ?
- ¿Es tímido?
- ¿Teme hablar en público?

Flor No. 6 Cherry plum

- ¿Teme perder el control de su mente, cuerpo y sentimientos?
- ¿Tiene impulso de hacer cosas que sabe son incorrectas?
- ¿Sus pensamientos le dan miedo?
- ¿Las personas se sorprenden cuando pierde el control y explota?

Flor No. 2 Aspen

- ¿Tiene sensación de miedos vagos que no sabe explicar?
- ¿Siente que algo malo a pasar pero no sabe qué?
- ¿Suele tener miedos nocturnos y extrañas pesadillas?

Flor No. 25 Red Chestnut

- ¿Tiene preocupación exagerada por el bienestar de un ser querido?
- ¿Piensa con frecuencia que les puede pasar algo malo y se angustia?

Grupo II Remedio para los que sufren de incertidumbre

Flor No. 5 Cerato

- ¿Duda que su opinión sea correcta?
- ¿Pide con frecuencia consejos a otros?
- ¿Le falta confianza para tomar decisiones?
- ¿No sabe qué hacer?

- ¿Imita el comportamiento de otros?

Flor No. 28 Scleranthus

- ¿Duda de dos posibles decisiones a tomar?
- ¿Le resulta difícil mantener su equilibrio anímico?
- ¿Duda de su propio criterio?
- ¿Experimenta cambios extremos de carácter?

Flor No. 12 Gentian

- ¿Se siente desanimado porque las cosas no resultan como Ud. había esperado?
- ¿Es pesimista?
- ¿Sufre de depresión?
- ¿Se deprime ante situaciones adversas?

Flor No. 13 Gorse

- ¿Le parece que ha perdido toda esperanza y se encuentra sin expectativas de mejora?
- ¿Se siente sin esperanza de recuperarse?
- ¿Esta resignado ante el futuro?
- ¿Ha perdido la fe y cree que lo suyo no tiene solución?

Flor No. 17 Horn beam

- ¿Le falta la fuerza anímica necesaria para enfrentarse a la vida cotidiana?
- ¿Siente fatiga, pereza mas mental que física?
- ¿Al despertar se siente cansado sin deseos de hacerlas tareas?
- ¿Siente que necesita energía para comenzar su trabajo diario?

Flor No. 36 Wild oat

- ¿Le resulta difícil tomar una decisión definitiva debido a la diversidad de ideas y planes?
- ¿Siente indefinición de metas?
- ¿Quiere cambiar su estilo de vida pero tiene dificultad para decidir que hacer?
- ¿Esta insatisfecho con su papel actual en la vida?

Grupo III Remedio para el desinterés

Flor No. 9 Clematis

- ¿Se dedica a fantasear?
- ¿Tiene fantasías para el futuro?
- ¿Le cuesta concentrarse porque pierde la atención con la mente en otro lugar?
- ¿Sueña con los ojos abiertos?

Flor No. 16 Honey Suckle

- ¿Vive añorando tiempos pasados?
- ¿Lamenta que muchas cosas ya no sean como antes?
- ¿Tienes muchos recuerdos del pasado?
- ¿Siente nostalgia de los viejos tiempos?
- ¿Su pensamiento depende de algún acontecimiento del pasado?

Flor No. 37 Wild rose

- ¿Se siente apático interiormente?
- ¿Le falta la alegría de vivir?
- ¿Se siente indiferente ante la vida?
- ¿Tiene sensación de vacío interior?

Flor No. 35 White Chestnut

- ¿Se ve continuamente atormentado por pensamientos no deseados?
- ¿Tiene dificultad para dormir debido a pensamientos torturantes?
- ¿Sufre por pensamientos que en forma repetitiva ocupan su mente?
- ¿Recuerda un pasado de sufrimiento?

Flor No. 23 Olive

- ¿Se siente sin fuerzas?
- ¿Siente cansancio real, físico y mental intenso?
- ¿Ha pasado por enfermedades o problemas que lo han dejado agotado física o mentalmente?

Flor No. 21 Mustard

- ¿Se siente melancólico sin saber porque?
- ¿A veces presenta un humor agresivo y afirma no saber la causa?

Flor No. 7 Chestnut bud

- ¿Se encuentra en la actualidad una y otra vez con las mismas dificultades?
- ¿No aprende de la experiencia?
- ¿Repite los mismos errores?
- ¿Tiene falta de observación?
- ¿Hay alguna situación que se repite en su vida?
- ¿No sabe porque determinadas cosas le fallan últimamente?
- ¿Acaba teniendo siempre las mismas dificultades?

Grupo IV Remedio para la soledad

Flor No. 34 Water Violet

- ¿Siente la necesidad de aislarse y estar solo?
- ¿En muchas ocasiones prefiere estar solo, vivir su vida sin interferir en la de otros ni que interfieran en la suya?
- ¿En el trato con las personas se esfuerza por mantener las distancias?
- ¿Le es difícil integrarse en una conversación?

Flor No. 18 Impatients

- ¿Tiene poca paciencia ?
- ¿Es impaciente por naturaleza?
- ¿Pierde la paciencia y se irrita ante personas mas lentas que UD: ?
- ¿De niño era intranquilo?
- ¿No le gusta esperar, no tolera las colas?

Flor No. 14 Heather

- ¿No soporta la soledad?
- ¿Le disgusta estar solo?
- ¿Desea la compañía de alguien que escuche sus problemas?
- ¿Siente el impulso de hablar de si mismo con cualquier persona?

Grupo V Remedio para hipersensibles

Flor No. 1 Agrimony

- ¿Busca la manera de distraerse para evitar los pensamientos que le preocupan?

- ¿Tiene necesidad de disimular una situación desagradable con amabilidad?
- ¿Sufre de tortura mental o algo físico que le resulta torturante?
- ¿Cuando tiene problemas tiende a fumar/tomar alcohol, drogas u otros estimulantes?
- ¿Guarda sus problemas baj una mascara de alegría, bromas y chistes?
- ¿Tiene cargas secretas que nadie sabe?

Flor No. 4 Centaury

- ¿Le cuesta decir NO?
- ¿Tiene la sensación que se deja influenciar por otros, que debería imponerse con mas fuerza?
- ¿Descuida sus propias necesidades porque esta resolviendo los problemas de otros?

Flor No. 15 Holly

- ¿Se siente algo celoso?
- ¿Teme ser engañado?
- ¿Los demás lo consideran una persona celosa, vengativa o envidiosa?
- ¿Sospecha con frecuencia de otras personas?
- ¿Cuando le hieren sus sentimientos tiene dificultad para superarlo?

Flor No. 33 Walnut

- ¿Permite que la opinión de otras personas le produzca inseguridad?
- Se encuentra en una etapa de transición o cambio?
- Entra en una nueva fase de su vida?
- Se encuentra atrapado y no puede romper lazos?

Grupo VI Remedio para el deslento

Flor No. 19 Larch

- ¿Se siente inferior a otros?
- ¿Piensa que otros son mejores que Ud.?
- ¿Como sabe de antemano que no conseguirá las cosas, ni siquiera las intenta?

Flor No. 24 Pine

- ¿Se reprocha no haber dado mas de si mismo?
- ¿Se siente responsable de los errores de otras personas?
- ¿Se siente insatisfecho, con un sentimiento de culpa o auto reproche, piensa que sus logros podían ser mejores?

Flor No. 11 Elm

- ¿Tiene en estos momentos mas responsabilidades de las que es capaz de soportar?
- ¿Se siente sobrecargado de trabajo?
- ¿Se siente abrumado por la responsabilidad?
- ¿Tiene mucho trabajo y no sabe por donde continuar?

Flor No. 30 Sweet Chestnut

- ¿Sufre de angustia mental extrema o desesperación?
- ¿Siente que ha llegado al limite de la resistencia?
- ¿Conoce la sensación de estar interiormente entre la espada y la pared?
- ¿Esta pasando por hachos y situaciones dolorosas (muertes, ruinas, etc)?

Flor No. 29 Star of Bethalem

- ¿Ha experimentado algo que psicológicamente no ha superado?
- ¿Persisten acontecimientos de los que aun quedan huellas?
- ¿Ha pasado por traumas mentales o físicos de los cuales no se ha podido recuperar totalmente (accidentes, cirugía, perdida de seres queridos)
- ¿Es posible que le haya dejado triste o decepcionado?
- ¿Desde entonces le cuesta reir, llorar o cantar?

Flor No. 38 Willow

- ¿Se siente tratado injustamente por el destino?
- ¿Se siente impotente o desamparado ante determinadas cosas?
- ¿El destino le ha jugado malas pasadas?
- ¿Se siente victima de circunstancias injustas?
- ¿Alguien le ha dicho que tiene amargura y resentimiento?

- ¿Dicen que no puede ver el lado bueno de las cosas?

Flor No. 22 Oak

- ¿Se encuentra en estos momentos en una situación que debe soportar hasta el final?
- ¿Se considera una persona luchadora que siempre logra sus metas?
- ¿Los demás creen que trabaja demasiado?
- ¿Es tenaz hasta el agotamiento, autoexigente?

Flor No. 10 Crap Apple

- ¿Tiene en la actualidad necesidad de reordenamiento o limpieza?
- ¿Lo sacan de quicio cosas de poca importancia?
- ¿Quisiera cambiar en su apariencia física, con la que no se siente bien?
- ¿Hay algo en Ud. que le avergüenza?
- ¿Siente Ud. Necesidad de limpieza?
- ¿Es una persona escrupulosa?
- ¿Teme a las infecciones o enfermedades contagiosas?

Grupo VII Remedio para los que sufren por otros

Flor No. 8 Chicory

- ¿Se ofende interiormente si los demás no sabe apreciar sus consejos llenos de buenas intenciones?
- ¿Siente que conoce lo que es mejor para sus seres queridos o quiere ayudarlos dirigiendo sus vidas?
- ¿Siente que los demás no aprecian todo lo que hace por ellos?
- ¿Cuando se le mete una cosa en la cabeza hace cualquier cosa para conseguirlo?

Flor No. 31 Verbain

- ¿El entusiasmo lo lleva a someter a otros a presiones?
- ¿Tolera poco la injusticia?
- ¿Exagera su dedicación y apenas puede relajarse?
- ¿Trata de convencer a otros que sus opiniones son correctas?

Flor No. 32 Vine

- ¿Siente la necesidad de imponer su voluntad?

- ¿Espera completa obediencia de los que le rodean?
- ¿Se considera líder?
- ¿Le gusta imponer su voluntad?
- ¿Le dicen que es dominante?

Flor No. 3 Beech

- ¿Es meticuloso y perfeccionista?
- ¿Le resulta difícil tolerar los fallos de los demás?
- ¿Es crítico e intolerante con aquellos que no alcanzan su estándar de exigencia?
- ¿Le molestan los hábitos y costumbres de otras personas?
- ¿Le dicen que Ud. Es crítico e intolerante?

Flor No. 27 Rock Water

- ¿Se obliga a vivir bajo determinadas reglas o principios?
- ¿Se ve obligado a reprimir cosas que para otros son necesidades vitales?
- ¿Es estricto con Ud. Mismo en su manera de pensar y vivir?
- ¿Se niega cosas que le guarían?