

EFFECTIVIDAD DE LA TERAPIA FLORAL DE BACH ASOCIADA AL TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO FRENTE AL TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO SOLO EN PACIENTES CON DIAGNÓSTICO DE TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA

EFFECTIVENESS OF BACH FLORAL THERAPY ASSOCIATED WITH PHARMACOLOGICAL TREATMENT VERSUS PHARMACOLOGICAL TREATMENT ALONE IN PATIENTS WITH A DIAGNOSIS OF GENERALIZED ANXIETY DISORDER

Elisabet Gentile Carrera¹
Luís Fernández Sosaya²

Recibido: 01 de mayo del 2019
Aceptado: 05 de mayo del 2019

RESUMEN

Objetivo: Determinar la efectividad de la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico frente al tratamiento farmacológico solo en pacientes con diagnóstico de trastorno de ansiedad generalizada

Material y Métodos: Se llevó a cabo un estudio de tipo analítico, observacional, de cohortes prospectivas. La población de estudio estuvo constituida por 40 pacientes con trastorno de ansiedad generalizada, según criterios de inclusión y exclusión establecidos distribuidos en dos grupos: 24 usuarios de terapia floral de Bach y 16 no usuarios de terapia floral de Bach. Se calculó el riesgo relativo y la prueba chi cuadrado en el Centro de Medicina Complementaria EsSalud Trujillo julio 2017 – junio 2018.

Resultados: La efectividad de la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico en trastorno de ansiedad generalizada fue de 37%. La efectividad del tratamiento farmacológico en el trastorno de ansiedad generalizada fue de 12%. La terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico tiene mayor efectividad frente al tratamiento farmacológico solo en el trastorno de ansiedad generalizada. Los usuarios de la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico alcanzaron promedios en el test Zung de ansiedad significativamente menores que los usuarios de tratamiento farmacológico solo en el trastorno de ansiedad generalizada.

Conclusiones: La terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico es más efectiva frente al tratamiento farmacológico solo en pacientes con diagnóstico de trastorno de ansiedad generalizada.

Palabras claves: Terapia floral de Bach, trastorno de ansiedad generalizada, tratamiento farmacológico.

1 Escuela de Medicina, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.

2 Centro de Medicina Complementaria EsSalud Trujillo.

ABSTRACT

Objective: To determine the effectiveness of Bach floral therapy associated with pharmacological treatment versus pharmacological treatment only in patients diagnosed with generalized anxiety disorder.

Material and Methods: An analytical, observational, prospective cohort study was carried out. The study population consisted of 40 patients with generalized anxiety disorder, according to established inclusion and exclusion criteria divided into two groups: 24 users of floral therapy and 16 non-users of floral therapy, the relative risk and the chi-square test were calculated in the Center of Complementary Medicine EsSalud Trujillo period July 2017-June 2018.

Results: The effectiveness of Bach floral therapy associated with pharmacological treatment in generalized anxiety disorder was 37%. The effectiveness of pharmacological treatment in generalized anxiety disorder was 12%. Bach floral therapy associated with pharmacological treatment is more effective than pharmacological treatment alone in generalized anxiety disorder. The users of the Bach flower therapy associated to the pharmacological treatment reached averages in the anxiety test significantly lower than the users of pharmacological treatment only in generalized anxiety disorder.

Conclusions: Bach floral therapy associated with pharmacological treatment is more effective against pharmacological treatment only in patients diagnosed with Trujillo-Peru generalized anxiety disorder.

Keywords: Bach floral therapy; generalized anxiety disorder; Pharmacotherapy.

INTRODUCCIÓN

El trastorno de ansiedad generalizada (TAG) es uno de los trastornos mentales más comunes.⁽¹⁾ La prevalencia, a pesar de que varía de acuerdo a cada país, es muy elevada. En Estados Unidos representa el 12.1% de la población adulta, y en el Reino Unido el 4.4% de la población adulta, que equivale a un tercio de todos los pacientes con trastornos de ansiedad⁽²⁾. En Perú, los datos más recientes son los obtenidos en un estudio realizado durante el periodo 2002-2006 en el que la prevalencia anual fue del 4.9%.⁽³⁾

Actualmente el TAG es uno de los trastornos de ansiedad con menos tasas de éxito en el tratamiento, se asocia con síntomas físicos: tensión muscular, molestias gastrointestinales y cefaleas crónicas que ocasionan importantes problemas económicos tanto al sistema sanitario como al paciente. Para el médico supone un reto a la hora de proporcionar calidad de vida a estos pacientes debido a la tendencia a la cronicidad de este trastorno⁽⁴⁾.

El tratamiento farmacológico está indicado en pacientes que no responden a la TCC o en combinación con ésta.⁽⁵⁾ Los fármacos más utilizados son los antidepresivos inhibidores selectivos de la recaptación de la serotonina (ISRS), los inhibidores de la recaptación de la serotonina y de la noradrenalina (IRSN) y los ansiolíticos benzodiazepinas (BZD).⁽⁶⁾

Paralela a las distintas formas de tratamiento convencionales, también se dispone de las terapias alternativas y complementarias.⁽⁷⁾ Las flores de Bach se clasifican en 7 grupos de acuerdo a las manifestaciones que tratan: temores, incertidumbre, desinterés por lo actual, soledad, susceptibilidad a influencia y opiniones, abatimiento o desesperación y sufrimiento por los demás.⁽⁸⁾ Existe evidencia, aunque no del todo consistente y en poblaciones distintas a la nuestra, respecto a la utilidad de la terapia floral de Bach en el contexto del tratamiento de trastorno de ansiedad generalizada.^(9,10)

Este estudio se realiza con el fin de demostrar la mejora de la respuesta terapéutica al asociar la terapia floral de Bach con el tratamiento farmacológico, en comparación con el tratamiento farmacológico solo, en la reducción de la sintomatología del trastorno de ansiedad generalizada. Los resultados del estudio permitirían realizar otros con una muestra mayor e indagar en la eficacia terapéutica al utilizar solamente la terapia floral de Bach, lo que conseguiría disminuir costos y efectos adversos derivados del consumo de fármacos.

MATERIAL Y MÉTODOS

Área del estudio

El estudio se realizó en el Centro de Medicina Complementaria de EsSalud de Trujillo, ubicado el local en la casona Bracamonte, Jr. Independencia N° 441 -Trujillo. El estudio se llevó a cabo durante el periodo comprendido entre julio de 2017 y junio de 2018.

Población y muestra

Corresponde a un estudio analítico, longitudinal, observacional, prospectivo tipo cohortes.

Durante el periodo comprendido entre julio de 2017 y junio de 2018. Conformado por 24 pacientes expuestos a terapia floral y 16 pacientes no expuestos a terapia floral. La muestra fue no probabilista. El criterio de inclusión fue ser adulto, hombre o mujer, entre 18 y 65 años, con diagnóstico de trastorno de ansiedad generalizada.

Definiciones - mediciones

La definición de efectividad se considera cuando después de haber aplicado la terapia correspondiente se obtiene una disminución del grado de trastorno de ansiedad generalizada a través del test Zung de Ansiedad. El trastorno de ansiedad generalizada se mide a través de la presencia de las distintas variables en el Test Zung de ansiedad y se considera presente cuando se obtiene una puntuación ≥ 45 . La terapia floral de Bach se define como conjunto de esencias florales administradas en gotas vía sublingual; se sabe si lo toma a través de los datos obtenidos en la historia clínica. El tratamiento farmacológico se define como el tratamiento basado en benzodiazepinas y/o antidepresivos; se sabe si continúa el tratamiento a través de los datos obtenidos en la historia clínica.

Procedimientos

Se solicitó al coordinador de Medicina Complementaria de EsSalud la autorización para la ejecución del trabajo de investigación. Se invitó a participar a los pacientes que cumplían los criterios de inclusión y fueron atendidos en el área de psicología del Centro de Medicina Complementaria. Una vez que se obtuvo la firma del consentimiento informado, se inició la encuesta. La recolección de datos para el estudio se realizó mediante la aplicación del Test Zung de Ansiedad. Cuando el paciente tuvo dificultades para el llenado de las encuestas, el equipo investigador le leyó las preguntas y cubrieron los cuestionarios. La terapia floral de Bach se aplicó vía sublingual en dosis de 4 gotas, 6 veces al día, pudiendo echarse las gotas en un vaso de agua u otro líquido y evitando las tomas 1 hora antes o después de las comidas. Se aplicó el Test de Zung de ansiedad antes del inicio del tratamiento, al mes de haber iniciado el mismo y a los 2 meses; de tal manera que al terminar el estudio cada paciente tuvo 3 puntajes del Test de Zung para 3 momentos diferentes de valoración. Se inició la evaluación de la efectividad de la terapia floral de Bach en el segundo momento. Se consideró la efectividad del tratamiento farmacológico y/o terapia floral de Bach una vez que el paciente alcanzó una disminución de su grado de ansiedad reflejado en el test de Zung.

Aspectos éticos

La presente investigación contó con la autorización del comité de investigación y de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Análisis de datos

El procesamiento de la información fue automático y se utilizó una laptop Hp Pavilion G6 Core i7 con Windows 8.1 Home Premium y el paquete estadístico SPSS-23, previa elaboración de los datos en el programa Excel. Los resultados fueron presentados en cuadros y variantes de contingencia con el número de casos que corresponde a c/u de las categorías de las variables. El estadígrafo de Chi cuadrado (χ^2) y T de student se utilizaron en el análisis estadístico para las variables cualitativas y cuantitativas, respectivamente. La significancia se midió según cada estadígrafo para p menor o igual a 0.05. La fuerza de asociación se determinó con el cálculo de razón riesgo relativo para el 95% de seguridad. Si RR es >1 se consideró un factor de riesgo, si es < 1 se consideró factor protector, y si es igual a 1 o lo incluye, no hubo significancia.

RESULTADOS

En la tabla 1 se compara la información general de los pacientes que podría ser considerada como variables intervinientes, en tal sentido se comparan las variables edad, género, grado de instrucción, estado civil, ocupación, comorbilidades orgánicas y tipo de tratamiento farmacológico; sin verificar diferencias significativas respecto a estas características entre los pacientes de uno u otro grupo de estudio.

En la tabla 2 se verifica el impacto de la administración de la terapia floral de Bach en relación con el grado de efectividad en el control del trastorno de ansiedad generalizada, reconociendo un riesgo relativo de 3 verificado a través de la prueba chi cuadrado para extrapolar esta conclusión a la población; siendo el valor alcanzado suficiente para poder afirmar que la misma tiene significancia estadística ($p < 0.05$). Esto permite concluir que el empleo de esta estrategia terapéutica es suficiente como para considerarse un tratamiento efectivo del trastorno de ansiedad generalizada.

DISCUSIÓN

Para Bach, la terapia floral constituye un sistema terapéutico compuesto de 38 esencias de flores, es decir, 38 esencias para 38 estados emocionales negativos, más una fórmula envasada de origen compuesta de 5 flores del sistema: Impatiens, Star of Bethlehem, Rack Rose, Clematis y Cherry Plum. El mecanismo de acción de la terapia floral de Bach es a través de la vibración, produciendo una interacción entre las reacciones bioquímicas y moleculares lo que explica la transferencia de energía entre dos cuerpos a través de vibraciones con frecuencias semejantes⁽⁸⁾.

Se compara la información general de los pacientes que podrían considerarse como variables intervinientes, en tal sentido se comparan las variables edad, género, grado de instrucción, estado civil, ocupación, comorbilidades orgánicas y tipo de tratamiento farmacológico; sin verificar diferencias significativas respecto a estas características entre los pacientes de uno u otro grupo de estudio. Estos hallazgos son coincidentes con lo descrito por Pancieri A. et al⁽¹⁰⁾ en Brasil en el 2018; Armstrong N et al⁽¹¹⁾ en Norte America, quienes tampoco registran diferencia respecto a las variables edad, género y grado de instrucción entre los pacientes expuestos o no a terapia floral de Bach. Cabe precisar que en la muestra evaluada predominó el grado de instrucción primaria y secundaria, lo cual resulta concordante con un estrato socioeconómico de medio a inferior; En los estudios de referencia se verifica que la muestra era predominantemente del nivel socioeconómico más elevado.

En cuanto a los trabajos previos observados se puede considerar al estudio de Silva M et al en Brasil, en el 2012, que llevaron a cabo un estudio para verificar la utilidad de la terapia floral de Bach en el tratamiento de ansiedad generalizada por medio de un estudio cuantitativo, ensayo clínico randomizado, doble ciego en 34 trabajadores. La ansiedad fue evaluada por medio del Inventario de Diagnóstico de la Ansiedad Traço – Estado. Se observó que el grupo que hizo uso de las esencias florales tuvo una disminución mayor y estadísticamente significativa en el nivel de ansiedad en comparación al grupo placebo ($p < 0.05$)⁽⁹⁾.

Al verificar el impacto de la administración de terapia floral de Bach en relación con el grado de efectividad en el control de la ansiedad generalizada, se reconoció un riesgo relativo de 3, verificado a través de la prueba chi cuadrado para extrapolar esta conclusión a la población; siendo el valor alcanzado suficiente para poder afirmar que la misma tiene significancia estadística ($p < 0.05$), lo que permite concluir que el empleo de esta estrategia terapéutica es suficiente como para considerarse un tratamiento efectivo del trastorno de ansiedad generalizada.

En los antecedentes encontrados tenemos el estudio de Pancieri A. et al en Brasil en el 2018 que llevaron a cabo una investigación para comprender la experiencia desde la perspectiva del participante de una investigación clínica, que tuvo como intervención la terapia floral para ansiedad de individuos con sobrepeso y obesidad en un estudio cualitativo, desarrollado por entrevista semiestructurada en 42 participantes de una investigación clínica que reconocieron la terapia floral como fuente de tranquilidad y autoconocimiento, percibieron cambios en la calidad del sueño, adquirieron autocontrol y direccionamiento en las necesidades alimentarias y relacionales ($p < 0.05$)⁽¹⁰⁾.

Armstrong N et al en Norteamérica llevaron a cabo un estudio de tipo ensayo clínico randomizado, a fin de evaluar la efectividad de la terapia floral de Bach en el tratamiento de la ansiedad generalizada. Se incluyeron a 45 estudiantes universitarios mayores de 18 años empleando el inventario de ansiedad como cuestionario evaluador; no se llegó a verificar diferencias significativas en relación con los promedios del cuestionario entre uno u otro grupo de estudio al final de la intervención ($p > 0.05$)⁽¹¹⁾.

Conclusiones: No se apreciaron diferencias significativas para las variables edad, género, grado de instrucción, estado civil, ocupación, comorbilidad y agente farmacológico entre los pacientes usuarios o no usuarios de terapia floral. La efectividad de la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico en trastorno de ansiedad generalizada fue de 37%. La efectividad del tratamiento farmacológico solo en el trastorno de ansiedad generalizada fue de 12%. Por lo tanto, la terapia floral de Bach asociada al tratamiento farmacológico tiene mayor efectividad frente al tratamiento farmacológico solo en trastorno de ansiedad generalizada.

LIMITACIONES

La falta de antecedentes previos a nivel nacional, así como la exclusión de varios pacientes en nuestro estudio debido a la asociación de otros trastornos psiquiátricos con el trastorno de ansiedad generalizada conllevaron a una muestra más pequeña a lo que se esperaba.

Financiamiento: No hubo fondos para esta investigación. Todos los costos de recolección y análisis de datos fueron cubiertos por los autores.

Conflicto de intereses: Esta investigación no tiene ninguna declaración de intereses financieros de ninguna persona u organización, o intereses no financieros como políticos, personales, religiosos, ideológicos, académicos, intelectuales, comerciales o de cualquier otro tipo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Chóllet J, Saragoussi D, Clay E, François C. A Clinical Research Practice Datalink Analysis of Antidepressant Treatment Patterns and Health Care Costs in Generalized Anxiety Disorder. *Value Health*. diciembre de 2013;16(8):1133-9.
2. Instituto Mental Honorio Delgado. Prevalencia anual de ansiedad generalizada [Internet]. Disponible en: <http://www.insm.gob.pe/oficinas/epidemiologia/sssm/Web%20noguchi/8%20PA%20Ansiedad%20Generalizada.PNG>
3. Bandelow B, Michaelis S. Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues Clin Neurosci*. septiembre de 2015;17(3):327-35.
4. ERI. Diagnosis and management of generalized anxiety disorder and panic disorder in adults. *Am Fam Physician*. 2015;91(9):617-624.
5. Donner NC, Lowry CA. Sex differences in anxiety and emotional behavior. *Pflogers Arch - Eur J Physiol*. mayo de 2013;465(5):601-26.
6. Rosnick CB, Wetherell JL, White KS, Andreescu C, Dixon D, Lenze EJ. Cognitive-Behavioral Therapy Augmentation of SSRI Reduces Cortisol Levels in Older Adults with Generalized Anxiety Disorder: A Randomized Clinical Trial. *J Consult Clin Psychol*. abril de 2016;84(4):345-52.
7. Murrrough JW, Yaqubi S, Sayed S, Charney DS. Emerging Drugs for the Treatment of Anxiety. *Expert Opin Emerg Drugs*. septiembre de 2015;20(3):393-406.
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.
9. Silva M. Effect of flower essences in anxious individuals. *Acta Paulista de Enfermagem* 2012; 25(2): 238-242.
10. Pancieri A. Meanings of flower therapy for anxiety in people with overweight or obesity. *Rev Bras Enferm [Internet]*. 2018;71(Suppl 5):2310-5.
11. Armstrong N. A randomized, double-blind, placebo-controlled trial of a Bach Flower Remedy. *Complementary Therapies in Nursing and midwifery* 2001; 7(4), 215-221.

TABLAS Y ANEXOS

Tabla 1: Características de los pacientes incluidos en el estudio en el centro de medicina complementaria de salud de Trujillo. Julio 2017- Junio 2018

Características sociodemográficas	Terapia floral de Bach		OR (C 95%)	Valor p
	Si (n=24)	No terapia floral (n=16)		
Edad (años)	54.2 ± 8.5	52.7 ± 9.3	NA	0.065
Género:				
- Femenino	23(96%)	15(93%)	1.7 (0.9 – 2.9)	0.068
- Masculino	1(4%)	1 (7%)		
Grado de instrucción:				
- Primaria	3(13%)	2(13%)	NA	0.071
- Secundaria	16(67%)	10(63%)		
- Superior	5(20%)	4(24%)		
Estado civil:				
- Conviviente	20(83%)	14(87%)	1.6 (0.8 – 2.7)	0.076
- No conviviente	4(17%)	2(13%)		
Ocupación:				
- Ama de casa	18(75%)	12(75%)	1.3 (0.7 – 2.4)	0.065
- Profesional	6(25%)	4(25%)		
Comorbilidad:				
- Osteoarticular	17(71%)	11(69%)	NA	0.078
- Metabólica cardiovas.	2(8%)	2(12%)		
- Otros	5(21%)	3(19%)		
Agente farmacológico:				
- Alprazolam	17(71%)	13(81%)	1.4 (0.8 – 2.2)	0.074
- Clonazepam	7(29%)	3(19%)		

FUENTE: Centro de Medicina Complementaria de EsSalud de Trujillo –Fichas de recolección: 2017-2018

Tabla 2: Comparación de la efectividad entre pacientes usuarios de terapia floral de bach asociada al tratamiento farmacológico frente al tratamiento farmacológico solo en trastorno de ansiedad generalizada en el centro de medicina complementaria de esSalud. Julio 2017- Junio 2018:

Terapia floral	Efectividad		Total
	Si	No	
Si	9 (37%)	15 (63%)	24 (100%)
No	2 (12%)	14 (88%)	16 (100%)
Total	11	29	40

FUENTE: Centro de Medicina Complementaria de EsSalud de Trujillo –Fichas de recolección: 2017-2018

- Chi cuadrado: 4.3
- $p < 0.05$.
- Riesgo relativo: 3
- Intervalo de confianza al 95%: (1.56 –5.78)

En el análisis se observa que la terapia floral de Bach expresa asociación con efectividad a nivel muestral, lo que se traduce en un riesgo relativo >1 . Este mismo riesgo se expresa a nivel poblacional, lo que se traduce en un intervalo de confianza al 95% > 1 y, finalmente, expresa significancia de esta tendencia al verificar que la influencia del azar -es decir el valor de p es inferior al 5% -permite afirmar que la terapia floral de Bach tiene mayor efectividad que en no usuarios de esta terapia.