



## Uso de la terapia floral y de la homeopatía

### Use of flower therapy and homeopathy

Marina Felicia Valdés Silva <sup>1</sup>

Roilien Gutierrez Rios <sup>2</sup>

Odelis Triana Santamaria <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Estudiante de 3er año de Medicina. Facultad de Ciencias Médicas de Artemisa. Filial de Ciencias Médicas Piti Fajardo. Cuba. Artemisa. San Cristóbal. Correo: [marinavs00@nauta.cu](mailto:marinavs00@nauta.cu). Teléfono: 55860558. Autor corresponsal. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4583-3730>

<sup>2</sup> Estudiante de 3er año de Estomatología. Facultad de Ciencias Médicas de Artemisa. Cuba. Artemisa. San Cristóbal. Correo: [royrg@nauta.cu](mailto:royrg@nauta.cu). ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8348-720X>

<sup>3</sup> Estudiante de 3er año de Medicina. Facultad de Ciencias Médicas de Artemisa. Filial de Ciencias Médicas Piti Fajardo. Cuba. Artemisa. San Cristóbal. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6703-6487>

#### Tutor:

<sup>4</sup> Yadira Gamboa Díaz

<sup>4</sup> Profesora asistente, Máster en Educación Superior. Facultad de Ciencias Médicas de Artemisa. Filial de Ciencias Médicas Piti Fajardo. Cuba. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1162-7012>

## RESUMEN

**INTRODUCCIÓN:** Los procedimientos de la Medicina Natural Tradicional tienen en común el objetivo de prevenir y tratar las enfermedades. Este tipo de medicina es una mezcla de todas aquellas artes curativas que han formado parte del patrimonio

cultural de cada nación. Su empleo data desde los tiempos más remotos en los que el hombre buscaba remedio para sus males en la flora de su hábitat. **OBJETIVO:** Describir el uso de la terapia floral así como de los medicamentos homeopáticos. **MÉTODO:** Se realizó una revisión de la literatura disponible en formato digital. Para su elaboración se utilizaron los diferentes métodos teóricos como el análisis, la síntesis, la inducción y la deducción, y fueron consultadas las bases de datos nacionales como Scielo; así como los principales sistemas de indización, se revisó un total de 26 referencias, todas fueron incluidas. Los descriptores más empleados en la búsqueda fueron: flores; homeopatía; plantas medicinales; terapia. **RESULTADOS:** La terapia floral se trata de una terapia medicamentosa pero no farmacológica y que brinda un conjunto de remedios vibratoriales que no poseen principios activos ni químicos ni biológicos. Se la ha caracterizado como “holística”, porque los remedios actúan sobre la totalidad del organismo. En cierto sentido toda intervención bioquímica es holística, pues el organismo es un sistema y, como ocurre con todo sistema, la modificación de una de sus partes constituyentes gravita sobre las restantes. La confección de un medicamento homeopático se realiza a través de sustancias que en una persona sana producen síntomas de las enfermedades a tratar. De manera inicial se toma una parte de la sustancia en su estado puro y se mezcla con 99 partes de disolvente (por lo general agua). **CONCLUSIONES:** Entre los elementos fundamentales de la Medicina Natural y Tradicional juega un papel importante la terapia floral y la homeopatía; puesto que estas son eficaces, económicas e inocuas que generalmente puede producir analgesia, mejoría o curación de diversas enfermedades. Se debe fomentar el uso de estas alternativas ya que son una forma de prevenir y mejorar a muchos pacientes.

**Palabras clave:** flores; homeopatía; plantas medicinales; terapia.

## **ABSTRACT**

**INTRODUCTION:** The procedures of Traditional Natural Medicine have in common the objective of preventing and treating diseases. This type of medicine is a mixture of all those healing arts that have been part of the cultural heritage of each nation. Its

use dates from the most remote times in which man sought a remedy for his ills in the flora of his habitat. **OBJECTIVE:** To describe the use of flower therapy as well as homeopathic medicines. **METHOD:** A review of the literature available in digital format was carried out. Different theoretical methods such as analysis, synthesis, induction and deduction were used for its elaboration, and national databases such as Scielo were consulted; as well as the main indexing systems, a total of 26 references were reviewed, all were included. The most used descriptors in the search were: flowers; homeopathy; medicinal plants; therapy. **RESULTS:** Flower therapy is a drug therapy but not a pharmacological one that provides a set of vibrational remedies that do not have active, chemical or biological principles. It has been characterized as "holistic", because the remedies act on the entire body. In a certain sense, all biochemical intervention is holistic, since the organism is a system and, as with any system, the modification of one of its constituent parts gravitates on the rest. The preparation of a homeopathic medicine is done through substances that in a healthy person produce symptoms of the diseases to be treated. Initially, a part of the substance is taken in its pure state and mixed with 99 parts of solvent (usually water). **CONCLUSIONS:** Among the fundamental elements of Natural and Traditional Medicine, flower therapy and homeopathy play an important role; Since these are effective, inexpensive and harmless, they can generally produce analgesia, improvement or cure of various diseases. The use of these alternatives should be encouraged as they are a way to prevent and improve many patients.

**Keywords:** flowers; homeopathy; medicinal plants; therapy.

## **INTRODUCCIÓN**

La medicina tradicional se ha propuesto, desde sus inicios, un abordaje integral a la problemática de la salud al estudiar al hombre como un todo, y en particular al hombre enfermo, reconociendo que el mismo debe ser analizado de conjunto con la

enfermedad. De esta manera no solo se interesa por los síntomas físicos del trastorno sino también por el estilo de vida del sujeto, su forma de pensar, sus emociones o intereses, así como por sus reacciones ante el proceso morboso, lo cual es de importancia diagnóstica y terapéutica para la Medicina Tradicional <sup>1,2</sup>. Por tal razón, para referirse a ella muchos autores utilizan un término más abarcador: Medicina Bioenergética, en el que incluyen, a partir de técnicas antiguas, un conjunto de métodos no convencionales encaminados a lograr el funcionamiento armónico del organismo humano <sup>3,4</sup>.

El hombre siempre ha buscado en la flora de su hábitat la manera de curarse de las enfermedades, por lo que el uso de las plantas medicinales se remonta a orígenes de la humanidad <sup>5</sup>.

Se han encontrado documentos chinos que datan del año 3700 a.n.e en los cuales se expone que para cada enfermedad existía una planta como remedio natural, por lo que se puede afirmar que la botánica medicinal ha constituido desde siempre el principal arsenal terapéutico de muchos pueblos y civilizaciones antiguas <sup>6,3</sup>.

Desde 1976 la Organización Mundial de Salud (OMS), al igual que otras organizaciones prestigiosas que fomentan y financian planes de desarrollo, ha estado promoviendo, como parte de los programas de Atención Primaria de Salud (APS), la utilización de formas apropiadas de los sistemas tradicionales de medicina con el objetivo de fundamentar, mediante el debido rigor científico, la utilización de las plantas medicinales <sup>7,8</sup>.

En Cuba, la Medicina Natural y Tradicional que llega a la actualidad fue la desarrollada a partir del siglo XV por los españoles, y más tarde por africanos, chinos y yucatecas debido a que nuestros primeros pobladores fueron exterminados masivamente <sup>9</sup>.

Un nuevo campo terapéutico se abre paso en el mundo contemporáneo: la medicina verde. Esta constituye una vía para evadir los efectos adversos de la síntesis química, tanto en el plano médico como en el económico, y así buscar mayor acceso y aceptabilidad social. A tales efectos, se realizan las investigaciones y acciones necesarias para extender estas formas terapéuticas en el Sistema Nacional de Salud <sup>10</sup>.

Un ejemplo claro de Medicina Natural y Tradicional encontramos la terapia floral que no es más que una serie de esencias naturales extraídas de flores silvestres, cuyas propiedades curativas fueron descubiertas por el médico inglés Edward Bach. En

Cuba se viene empleando este remedio para diversas enfermedades como la hipertensión arterial, en síndromes depresivos, en adicciones, dolores reumáticos y articulares, asma bronquial y en procesos virales, fundamentalmente; además otro ejemplo de esta medicina está la homeopatía, esta es un método terapéutico que se basa en la ley de similitud que afirma que una sustancia que provoca determinados síntomas en una persona sana, en pequeñas cantidades, es capaz de curar los mismos síntomas o semejantes en una persona enferma <sup>11</sup>.

## **OBJETIVO**

Describir el uso de la terapia floral así como de los medicamentos homeopáticos.

## **MÉTODOS**

Se realizó una revisión de la literatura disponible en formato digital. Para su elaboración se utilizaron los diferentes métodos teóricos como el análisis, la síntesis, la inducción y la deducción, y fueron consultadas las bases de datos nacionales como Scielo; así como los principales sistemas de indización, se revisó un total de 26 referencias, todas fueron incluidas. Los descriptores más empleados en la búsqueda fueron: flores; homeopatía; plantas medicinales; terapia.

## **DESARROLLO**

### **Orígenes de la terapia floral**

La Terapia Floral remonta su uso a la antigüedad, en China hay menciones de ella y filósofos occidentales como Sócrates y su discípulo Platón. También la curación con pétalos de flores fue practicada por los aborígenes australianos y por Paracelso en el siglo XV <sup>12</sup>.

El médico galés Edward Bach da cuenta de esta terapia en la presente centuria. En la década del 30 testimonió haber realizado varias experiencias: al amanecer cortaba las flores más bonitas, sanas y fuertes, las que depositaba en un recipiente de cristal con agua de manantial que dejaba bajo el sol unas horas. Luego vertía el líquido en un frasco y añadía whisky, conformando "tinturas madres". Unas gotas de éstas las diluía y dinamizaba al uso homeopático, y lograba el fluido que afirmó haber probado en plantas, animales y humanos. Así definió las propiedades curativas de 38 flores y surgió lo que hoy conocemos como Sistema Floral de Bach. Luego vertía el líquido en un frasco y añadía whisky, conformando tinturas madres <sup>12</sup>.

En los '60 volvió a la luz el tema en Australia y aparecieron en el mundo otros sistemas -actualmente unos 15- como el California, el San Germán y el Mediterráneo <sup>13</sup>.

## **Edward Bach**

Edward Bach (1886 - 1936) fue un médico homeópata británico, quien desarrolló sus ideas fundamentalmente en los primeros años del siglo XX. con gran sensibilidad e intuición por las flores. A los 17 años trabajó con su padre en una latonería y creyó haberse percató de la relación entre el estrés psíquico y las enfermedades <sup>11,13</sup>.

Estudió medicina. Conoció la Teoría de Hahnemann (1755-1843) la que se fundamenta en los principios de la ley de los semejantes según la cual las enfermedades se curan con sustancias que producen efectos semejantes a los síntomas específicos de las mismas, dinamismo de las dosis infinitesimales en virtud de la cual las drogas tendrían tanto más efecto cuanto más diluidas, e individualización del enfermo y el medicamento <sup>13</sup>.

Entre 1928 y 1929 en el país de Gales, Bach "descubre" las 3 primeras esencias florales. Se dice que se basaba en la intuición de cada día, la cual, con el decursar del tiempo se hacía más fuerte: con solo tocarlas o probarlas Bach sabía para qué

estado de ánimo negativo serían potencialmente recomendables. Su concepción es de profunda raíz místico religiosa y ajena al pensamiento científico. En 1935 completa su sistema de esencias florales -que abarca exactamente 37 “esencias florales”<sup>14</sup>.

La fuente histórica más expresiva de la naturaleza mística y pseudocientífica puede hallarse en su propia obra. Concretamente: en la introducción de su tratado “La curación por las flores”, escribe textualmente un texto que revela por sí mismo la naturaleza pseudocientífica (más bien enemiga jurada de la ciencia) del pensamiento de este innovador: "Este sistema de tratamiento es el más perfecto que se le ha ofrecido a la humanidad desde tiempos inmemoriales. Tiene el poder de curar las enfermedades; y por ser sencillo, puede utilizarse en casa. Su sencillez precisamente, unida a sus efectos de curación de todo, hace que sea maravilloso. No se requiere ciencia alguna, ni conocimiento previos, aparte de los sencillos métodos que aquí se describen; y los que más beneficios conseguirán de este regalo enviado por Dios serán aquellos que lo conserven tan puro como es: libre de ciencia y de teorías, pues todo en la naturaleza es muy simple. Este sistema de curación, que se nos ha revelado por conducto divino, demuestra que nuestros temores, nuestras preocupaciones, nuestras ansiedades y demás son los que abren la puerta a la invasión de la enfermedad<sup>14</sup>."

El Dr. Bach quiso que su medicina fuera lo más sencilla posible, de tal modo, que la obtención de los remedios está también dotada de una gran simplicidad. Para preparar las esencias florales existen dos métodos: el de solarización y el de hervor. La preparación está compuesta de tres etapas: tintura madre, frasco de stock, y frasco de toma. Es mejor recolectar las flores directamente de la Naturaleza que de lugares cultivados, pues los poderes curativos dependen de la pureza del medio en que crece la flor. Existen sólo tres excepciones: Cerato, Olive y Vine son muy difíciles de encontrar en estado silvestre. Aún y así, si se decide cultivar dichas plantas, habría que intentar dotarlas de un medio lo más natural y lo más alejado de la contaminación humana posible<sup>13</sup>.

Al recolectar las plantas habrá que tener como prioridad máxima el respeto hacia la Naturaleza, y tener en cuenta que recolectar las flores en una zona donde la planta es escasa y crece con dificultades, es dificultar todavía más su frágil supervivencia, pues de la flor nace la semilla. Deberíamos recolectar flores sólo donde la planta

crezca en abundancia. Habrá que tener en cuenta también si la planta está en peligro de extinción en la zona donde recolectemos, o si se halla protegida. Sería interesante saber cuál es la legislación en la zona donde vamos a recolectar, acerca de las plantas cuyas flores deseemos usar <sup>13</sup>.

Hay que tener en cuenta que debemos usar sólo la variedad de flor que Bach indicó, y por lo tanto usar otra planta, que aún siendo muy similar y de la misma familia, no tenga la misma denominación científica, no dará los resultados esperados. Por lo tanto debemos asegurarnos que la planta que estamos usando tiene el mismo nombre en latín que la que indicó el Dr. Bach <sup>14</sup>.

Hay que tener en cuenta también, que el color, tamaño y época de floración pueden variar según el suelo, el clima y el lugar donde la planta crece. A la hora de la recolección, se deberían recoger flores de cuantas más plantas de la misma especie mejor, en lugar de recolectar todas las flores del mismo ejemplar. Otro aspecto es la hora del día en que se debe empezar el proceso: normalmente debe procederse a la recolección por la mañana, a una hora en que las flores se hayan calentado por la acción del sol, y estén ya abiertas. Así, un día nublado no nos servirá, sobre todo en el método de solarización. Por lo tanto, se prepararán las esencias (en cualquiera de los dos métodos) en días despejados <sup>15</sup>.

Las flores no se deben tocar en ningún momento. Para recogerlas deberemos usar una hoja ancha y grande, preferiblemente de la misma planta, y con ella tomaremos las flores por debajo del cáliz o la espiga, evitando el contacto directo de los dedos. Si conviene nos podemos ayudar de unas tijeras o herramienta similar, evidentemente esterilizadas. También se puede cortar la flor con unas tijeras, dejando que ésta caiga dentro del recipiente, del cual hablaremos seguidamente <sup>15</sup>.

Otra cuestión que hay que tener en cuenta es que todo el material (recipientes, tijeras, etc.) empleado en la elaboración de las esencias debe ser **esterilizado**. Se recomienda hervirlo todo durante unos 20 minutos, y secarlo con un trapo limpio una vez se haya enfriado.

Para almacenar las tinturas madre, se suelen usar frascos de vidrio marrón con cuentagotas (goteros). Lo mismo puede decirse de los frascos de stock y de toma <sup>15</sup>.

### **Equilibrio energético y elementos de las esencias florales**

La base del tratamiento con esencias florales parte de la idea de que en el organismo humano ha de prevalecer un llamado “equilibrio energético”. Se afirma

que a veces la alteración emocional mantenida o aguda rompe este equilibrio y en consecuencia aparecen afecciones. Las esencias florales mediante un tratamiento personificado llevarían al equilibrio nuevamente. Sin embargo, esta alusión a las energías que habrían de equilibrarse carece de todo rigor, ya que no se definen las energías que están en juego, ni se han podido medir, ni tampoco fundamentar los silogismos implícitos en esas ideas, que aparecen de manera voluntarista en la misma línea mística de su creador <sup>15</sup>.

En la terapia floral se utilizan esencias florales, donde <sup>16</sup>:

**Flor:** es una rama muy modificada para la función reproductiva <sup>16</sup>.

**Esencia** (del latín *essentia*): constituye el ser y la naturaleza, lo que necesariamente existe como causa de las propiedades de un cuerpo.- Nombre de unos líquidos volátiles y olorosos, abundantes en el reino vegetal y llamados también aceites esenciales o volátiles, a ellos deben las plantas su olor. Las esencias son mezclas de compuestos químicos muy diversos entre los que figuran a menudo terpenos y sus derivados, son casi insolubles en agua, solubles en cambio en el alcohol, éter, sulfuro de carbono, las grasas, se extraen generalmente por destilación en vapor de agua <sup>16</sup>.

### **Algunos rasgos de la terapia floral**

Se dice que se trata de “una psicoterapia causal”, ya que persigue modificar el origen de los síntomas y verdaderas razones y causas de las dolencias. Sin embargo, no hay prueba alguna, admitida por la ciencia, de que tal propósito se consigue <sup>17</sup>.

Se trata de una terapia medicamentosa pero no farmacológica y que brinda un conjunto de remedios vibratoriales que no poseen principios activos ni químicos ni biológicos. Tal afirmación es irracional por sí misma. Un argumento basado en la naturaleza “vibracional” de un remedio no tiene asidero lógico alguno y apela a un concepto totalmente difuso ya que no se sabe qué es lo que vibra ni que se quiere decir con ello <sup>17</sup>.

Se la ha caracterizado como “holística”, porque los remedios actúan sobre la totalidad del organismo. En cierto sentido toda intervención bioquímica (incluso

aquellas que producen efectos debido a un placebo) es holística, pues el organismo es un sistema y, como ocurre con todo sistema, la modificación de una de sus partes constituyentes gravita sobre las restantes <sup>17</sup>.

### **Cronología de su institucionalización en Cuba**

1970: Llega a América, destacándose la escuela Argentina. 1990: Llega a Cuba en esta década con la colaboración de profesores de [[México, España y Venezuela. [[1996: En septiembre se funda la Sociedad Cubana de Medicina Bioenergética y Naturalista. 1997: Psicólogos argentinos imparten un diplomado sobre esta terapia en Cuba. [[1999: Se oficializa la Terapia Floral en Cuba. Las aplicaciones se incrementaron y no sólo se utilizan las flores de Bach, sino que se creó un sistema floral llamado Arcoiris de Cuba, con 30 esencias florales. Entre las flores están el azahar, la rosa blanca, la buganvilla, el mango, la marilope, la escoba amarga, la yagruma, la guayaba, entre otros. Actualmente, existe un grupo nacional del MINSAP con un programa definido para la Terapia Floral. Esta terapia se inserta en la consultas de Medicina Natural y Tradicional de los hospitales, policlínicos y clínicas del dolor. Cuba es el único país que posee este tipo de tratamiento floral como parte de los servicios de salud pública. Existen terapeutas florales en diferentes países como: España, Venezuela, México, Argentina y EEUU. En el año 2000 entre el 27 de noviembre y el 1 de diciembre se desarrolló en La Habana la III Conferencia Internacional de Psicología de la Salud y, entre las temáticas abordadas, estuvo la Medicina Natural y Tradicional, formando parte de esta la Terapia Floral. Se presentaron allí diversos trabajos relacionados con el tema <sup>18,19</sup>.

### **Homeopatía**

La homeopatía es un sistema terapéutico mediante el cual se administran sustancias, ya sean orgánicas, minerales o vegetales y que en un sujeto sano producirán los mismos síntomas que la enfermedad a tratar. Esta disciplina tiene como antecedente el postulado hipocrático de que lo similar cura lo similar. Las dosis son infinitesimales, según lo que refieren sus defensores, estimula la defensa del organismo contra la enfermedad, se elimina la reacción química de la droga, lo que le concede al medicamento una acción dinámica, física y no química <sup>20</sup>.

Según la homeopatía, un remedio se vuelve más efectivo al diluirse, de modo que los más potentes son aquellos diluidos al punto de no contener una sola molécula de la sustancia activa. Esta es una disciplina con más de 200 años de experiencia <sup>21</sup>.

### **La teoría en la que se basa la homeopatía**

Según los defensores de la homeopatía, esta disciplina trata de forma inicial la causa de la enfermedad y no las manifestaciones clínicas en el organismo. Afirman que mejora de tal manera el sistema inmunológico que el propio organismo es más eficaz en el combate y destrucción del virus invasor <sup>21</sup>.

La homeopatía es presentada como un procedimiento holístico, económico y accesible en cualquier región geográfica. Los homeópatas, con el fin de encontrar el remedio homeopático correcto, buscan en la totalidad de los síntomas aquellos que son característicos para cada caso individual. Los principios en que se sustenta la doctrina son inmutables y transmitidos por tradición desde Hipócrates. En homeopatía, el concepto de enfermedad está dado en el desequilibrio o la perturbación de la energía vital <sup>22</sup>.

La homeopatía se basa en la concepción miasmática en la que se reconoce que en las enfermedades crónicas se trata lo constitucional del paciente por la individualización de un remedio que cubre sus diferentes manifestaciones clínicas. El término miasma proviene del griego *miainein* que significa manchar, corromper. Se le llama miasma a la predisposición genética que cada persona tiene a desarrollar y padecer cierto tipo de enfermedades y síntomas. Los homeópatas comparan a los miasmas con las emanaciones morbosas o pútridas que salen de los pantanos. En el caso de las enfermedades, la teoría en cuestión divide a los miasmas en dos, los que producen enfermedades agudas y los que producen enfermedades crónicas <sup>23</sup>.

Los miasmas agudos los dividen en dos tipos <sup>23</sup>:

Miasmas epidémicos: dados por un principio contagioso.

Miasmas no epidémicos: agudización del miasma crónico de la psora (erupción primaria pruriginosa).

Cuando una persona cae enferma, es solo la fuerza vital inmaterial y activa por sí misma y presente en todas las partes del organismo, la que sufre desde luego la desviación que determina la influencia del agente morbosos hostil a la vida. El principio vital solo, en estado anormal, es el que puede dar al organismo las

sensaciones desagradables e inclinarlo a las manifestaciones irregulares que se llaman enfermedad <sup>24</sup>.

Como es una fuerza invisible por sí misma y solo reconocible por sus efectos en el organismo, sus perturbaciones morbosas solo las da a conocer por manifestaciones anormales de las sensaciones y de las funciones de aquellas partes del cuerpo accesibles a los sentidos del observador y del médico; es decir, por los síntomas morbosos y no de otro modo puede darse a conocer <sup>24</sup>.

Los homeópatas afirman que puede existir contagio de los miasmas, lo cual debe entenderse desde el punto de vista energético como una permanente transferencia energética entre aquellos que viven en íntima relación. Los miasmas se heredan por generación en proporción no definida, o se adquieren en el transcurso de la vida <sup>25</sup>.

La confección de un medicamento homeopático se realiza a través de sustancias que en una persona sana producen síntomas de las enfermedades a tratar. De manera inicial se toma una parte de la sustancia en su estado puro y se mezcla con 99 partes de disolvente (por lo general agua) <sup>25</sup>.

### **Razones por las cuales algunas personas son escépticos ante la homeopatía**

Según los detractores de la homeopatía existen otras razones sobre la improbabilidad del funcionamiento de la medicina homeopática. En un preparado homeopático, que como se explicaba con anterioridad, la sustancia es diluida en 99 partes, no existe principio activo. En la mayoría de los casos, las diluciones empleadas son cercanas al infinito <sup>26</sup>.

La disciplina homeopática, los científicos y los filósofos tienden a tratar la superstición, la pseudociencia y la anticiencia como algo inofensivo. Sin embargo, la medicina homeopática mejora el estado de salud de los pacientes que la utilizan <sup>26</sup>.

## **CONCLUSIONES**

Entre los elementos fundamentales de la Medicina Natural y Tradicional juega un papel importante la terapia floral y la homeopatía; puesto que estas son eficaces,

económicas e inocuas que generalmente puede producir analgesia, mejoría o curación de diversas enfermedades. Se debe fomentar el uso de estas alternativas ya que son una forma de prevenir y mejorar a muchos pacientes.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1-Castellanos de los Santos G. Uso de las plantas medicinales en la Ranchería Centro Tular, 1ra Sección del Municipio de Comalcalco, Tabasco [Tesis]. Tabasco: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; 2008.14.

2-Dovale C, Rosell W. Elementos básicos de Medicina Bioenergética para estudiantes de Ciencias Médicas. La Habana: Editorial de Ciencias Médicas; 2002.

3-Licea O. Proyecto Asma. Un modelo de calidad de vida aplicado a la salud humana. Premio Relevante en Fórum de Ciencia y Técnica. La Habana; 2002.

4-Sánchez R. Uso y manejo de las plantas medicinales de cinco comunidades aledañas a la Villa de Tamulté de las Sabanas [Tesis]. Tabasco: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; 2008.

5-Hernández G. Contribución para el uso y manejo de las plantas medicinales de la Villa Tepetitán Macuspana, Tabasco [Tesis]. Tabasco: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; 2006.

6-Ulin H. Uso y manejo actual de las plantas medicinales en el poblado Iquiuapa, Jalpa de Méndez, Tabasco [Tesis]. Tabasco: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; 2006.

7-Ministerio de Salud Pública de Cuba. Programa Nacional para el desarrollo y la generalización de Medicina Tradicional y Natural. La Habana (Cuba); 1999. Disponible en: <http://aps.sld.cu/bvs/materiales/programa/otros/progmtrd.pdf>.

8-Organización Mundial de la Salud Tradicional. Complementary and alternative medicines and therapies. Washington DC. Regional de la OMS para Las Américas. OPS (Grupo de Trabajo OPS/ OMS); 1999.

9-Magaña A, Gama L, Mariaca R. El uso de las plantas medicinales en las comunidades Maya-Chontales de Nacajuca, Tabasco, México. Polibotánica. 2010; 29:213-62.

10-Estrés. [citado 29 Marz 2021]. Disponible en: <http://www.esenciasflorales.net/SINTOMAS/estres.htm>

11-Ansiedad ante los exámenes. [citado 26 Mar 2021]. Disponible en: <http://www.clinicadeansiedad.com/02/269/Ansiedad-ante-los-examenes.htm>

12-Esencias florales para el estrés, ansiedad y depresión. [citado 5 Abr 2021]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192011000100003&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192011000100003&script=sci_arttext)

13-Del Toro Añel AY, Gorguet Pi M, Pérez Infante Y, Ramos Gorguet DA. Estrés Académico en estudiantes de medicina de primer año con bajo rendimiento escolar. MEDISAN. 2011[citado 5 Abr 2021]; 15 (1). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192011000100003&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192011000100003&script=sci_arttext)

14-Rodríguez Martín BC. Efectividad de las esencias florales en el tratamiento del estrés laboral: nuevas formas de aplicación. [citado 5 Abr 2021]. Disponible en: <http://www.esenciasflorales.net/inicio/ARTICULOS/estres%20laboral.htm>

15-Pedroza Jorge E. Terapia floral en la disarmonía que anticipa el insomnio. [citado 6 Abr 2021]. Disponible en: <http://www.esenciasflorales.net/inicio/ARTICULOS/insonnio.htm>

16-Fernández Sevillano J, Rusiñol Estragués J. Economía y Psicología: costes por el bajo rendimiento académico relacionado con la ansiedad ante los exámenes y las pruebas de evaluación. [citado 5 Abr 2021]. Disponible en: <http://www.uoc.edu/dt/20128/>

17-Pedroza Jorge E, Alba Pérez L, Rodríguez Cuellar D. Terapia floral en las alteraciones anímicas que explican la respuesta de ansiedad. [citado 2 Abr 2021]. Disponible en: <http://www.esenciasflorales.net/inicio/ARTICULOS/ansiedad.htm>

18-Pantoja Prosper C, Rodríguez Sánchez VZ, Páez Ochoa Y, Rodríguez Hernández R, García Aguilar G. Efectividad del tratamiento homeopático en pacientes con trastorno del sueño. MEDISAN [Internet]. Ago 2016 [citado 5 Abr 2021];20(8):[aprox. 9 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192016000800010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000800010)

19-Espinoza Tejeda N. Inducción de analgesia con medicamentos homeopáticos, una alternativa para las exodoncias. Gac Méd Espirit [Internet]. Sep-Dic 2014 [citado 5 Abr 2021];16(3):[aprox. 4 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212014000300004](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212014000300004)

20-Young P. La farsa de la homeopatía. Rev méd Chile [Internet]. Feb 2014 [citado 1 Abr 2021];142(2):[aprox. 4 p.]. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S003498872014000200021&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S003498872014000200021&script=sci_arttext)

21-Hernández García S, Martínez Couce I, Menéndez Fadruga L, Sosa Fernández A, Rodríguez Arencibia MA. Resultados del tratamiento homeopático de la enfermedad de Sever. Rev Ciencias Médicas [Internet]. Mar-Abr 2016 [citado 5 Abr 2021];20(2):[aprox. 13 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942016000200009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942016000200009)

22-Cala Calviño L, Casas Gross S, Marín Álvarez T, Dunán Cruz LK. Efectividad del AliviHo®-reuma en pacientes con artrosis de rodilla. ME-DISAN [Internet]. May 2017 [citado 5 Abr 2021];21(5):[aprox. 12 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000500008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000500008)

23-Creagh Castillo Y, Oliveros Noriega-Roldán S, Franco Montero G. Árnica montana como trata-miento homeopático en pacientes con estomatitis subprótesis de grados I y II. MEDISAN [Internet]. Jun 2014 [citado 5 Abr 2021];18 (6):[aprox. 12 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192014000600002&script=sci\\_arttext&tln g=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192014000600002&script=sci_arttext&tln g=en)

24-Ramos Padilla K, Echeverría Cruz Y, Hernández Echevarría DC, Hidalgo Musa M. Sedación con medicamentos y homeopatía para estudio electroencefalográfico en niños. Rev Ciencias Médicas [Internet]. Sep-Oct 2015 [citado 4 Abr 2021];19(5):[aprox. 9 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S156131942015000500005&script=sci\\_arttext&tln g=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S156131942015000500005&script=sci_arttext&tln g=en)

25-Rodríguez García LR, Hechavarría Torres M, Castillo Rodríguez CC, Adis Caballero Orduño A. Algunas consideraciones sobre miasma y homeopatía. MEDISAN [Internet]. Dic 2016 [citado 4 Abr 2021]; 20(12):[aprox. 17 p]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192016001200013&script=sci\\_arttext&tln g=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192016001200013&script=sci_arttext&tln g=en)

26-Hechavarria Torres M, Benítez Rodríguez G, Pérez Reyes L. Efectividad del tratamiento ho-meopático en pacientes con síndrome depresi-vo. MEDISAN [Internet]. Mar 2014 [citado 5 Abr 2021];18(3):[aprox. 8 p]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192014000300002&script=sci\\_arttext&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192014000300002&script=sci_arttext&tlng=es)