



MISAEAL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

**“TERAPIA FLORAL (FLORES DE BACH) COMO
ACOMPañAMIENTO EMOCIONAL EN PACIENTES
CON DIABETES TIPO 2”**

Trabajo de Titulación Previo a la Obtención del Título de
Tecnólogo en Naturopatía Mención Masaje Terapéutico

Autor:

ANGEL BENIGNO QUIZHPI SANGURIMA

Tutora:

DRA. MARÍA ALBA ACOSTA ACOSTA

RIOBAMBA, 2024



DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Angel Benigno Quizhpi Sangurima, Autor de la presente investigación, con cédula de ciudadanía N° 0103121646, libre y voluntariamente declaro que el trabajo de titulación: “TERAPIA FLORAL (FLORES DE BACH) COMO ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL EN PACIENTES CON DIABETES TIPO 2” es de mi plena AUTORÍA, original y no es producto de plagio o copia alguna, constituyéndose en documento único, de acuerdo a los principios de la investigación científica. El patrimonio intelectual del trabajo investigativo pertenece al Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad.

Riobamba, 3 de agosto de 2024

Angel Benigno Quizhpi Sangurima
C.C. 0103121646
AUTOR



ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Riobamba, ____ de _____ de _____

Yo, MARÍA ALBA ACOSTA ACOSTA, en mi calidad de tutora, certifico que el estudiante Angel Benigno Quizhpi Sangurima, del año lectivo 2023-2024, ha trabajado conmigo en el desarrollo del Trabajo de Titulación: “TERAPIA FLORAL (FLORES DE BACH) COMO ACOMPAÑAMIENTO EMOCIONAL EN PACIENTES CON DIABETES TIPO II”, certifico que el mencionado trabajo cumple con todos los requisitos legales y tecnológicos; en virtud de ello le asigno la calificación de ____/10, con ____% de plagio, revisado a través del sistema de anti plagio que maneja la institución, particular que pongo a consideración para los fines pertinentes.

Atentamente,

Dra. María Alba Acosta Acosta

CI:0602050742



ACTA DE EVALUACIÓN

Riobamba, ____ de _____ de _____.

El tribunal de Evaluación del Trabajo de Titulación, previa la obtención del título de
TECNÓLOGO EN NATUROPATÍA MENCIÓN MASAJES TERAPÉUTICOS

POR CONSENSO ADJUNTA LA CALIFICACIÓN DE:

.....

**Al Trabajo de Titulación: “TERAPIA FLORAL (FLORES DE BACH) COMO
ACOMPañAMIENTO EMOCIONAL EN PACIENTES CON DIABETES TIPO
2”**

AUTOR: ANGEL BENIGNO QUIZHPI SANGURIMA

TUTORA: DRA. MARÍA ALBA ACOSTA ACOSTA

Código de proyecto N.º

Por el TRIBUNAL.

f.....

Por el DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN.

f.....

DEDICATORIA

A Dios, por la vida y la salud, a él dedico mis logros y actividades diarias.

A la memoria de mi querido padre (+), como homenaje de amor y admiración permanente, a mí querida madre por su infinito amor, sabiduría y ejemplo para seguir adelante. A mis hermanos por estar conmigo y por su valioso apoyo.

A mis hijos Walter Andrés, Jaqueline Nicole, Ariana Gisselle. Seres infinitos que me impulsan mi vida con su amor y paciencia, me han enseñado la constancia, tenacidad de seguir a pesar de las circunstancias que se presentan en la vida.

Y a cada una de los seres maravillosos que me ofrendaron su apoyo incondicional, en especial a Johanna por su apoyo activo en esta etapa de mi formación profesional.

Angel B. Quizhpi Sangurima

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincero e imperecedero agradecimiento al Instituto Universitario Dr. Misael Acosta Solís, por brindarme la oportunidad de complementar mi formación integral en Naturopatía mención Masajes Terapéuticos. A los distinguidos maestros quienes con su sabiduría, dedicación, tiempo y paciencia han sido guías y motivadores de mis éxitos.

A mis pacientes participantes de este estudio por ser protagonistas de su autocuidado, a quienes me apoyaron en la planificación y ejecución de este trabajo investigativo.

Un agradecimiento muy especial para la Dra. María Alba Acosta Acosta, quien, en su calidad de TUTORA DE TESIS, me brindó la orientación oportuna, motivación y perseverancia para el desarrollo y culminación de este trabajo, demostrando siempre su gran capacidad y don de gente.

Además, mi profunda gratitud a mis familiares y amigos por su apoyo durante el desarrollo y culminación de este trabajo. Con quienes comparto mi alegría, en este momento trascendental en mi vida, de ver cumplida una más de mis metas.

Angel B. Quizhpi Sangurima

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA	I
ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	II
ACTA DE EVALUACIÓN.....	III
ÍNDICE DE CONTENIDOS	VI
ÍNDICE DE TABLAS	IX
ÍNDICE DE FIGURAS.....	X
ÍNDICE DE ANEXOS.....	X
RESUMEN	XI
PALABRAS CLAVE:	XI
ABSTRACT	XII
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	1
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2 JUSTIFICACIÓN	2
1.3 HIPÓTESIS	3
1.4 OBJETIVOS.....	3
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	4
2.1 DIABETES:	4
2.1.2 Tipos de diabetes	4
2.1.2.1 Diabetes de tipo 1.....	4
2.1.2.2 Diabetes de tipo 2.....	4
2.1.2.2.1 Síntomas de la diabetes de tipo 2	5
▪ Sensación de mucha sed, (Polidipsia).....	5
2.1.2.2.2 Principales causas de la diabetes tipo 2:	6

▪ Resistencia a la insulina	7
▪ Genes y antecedentes familiares	7
2.1.2.3 Diabetes gestacional:	7
2.2 GLUCOSA EN SANGRE	8
2.3 LA INSULINA:	8
2.4 ¿CÓMO INFLUYEN LAS EMOCIONES EN NUESTRA SALUD?.....	8
2.4.1 Breve descripción de las principales emociones:	10
2.5 FLORES DE BACH.....	12
2.5.1 Los siete grupos florales.....	14
2.5.1.1 Remedios para los que sienten miedo:	14
2.5.1.2 Remedios para la soledad y el aislamiento:	16
2.5.1.3 Remedios para la falta de interés por sus actuales circunstancias (Evasión):	17
2.5.1.4 Remedios para quienes sufren de hipersensibilidad a influencias y opiniones.	18
2.5.1.5 Remedios para el abatimiento o la desesperación:	19
2.5.1.6 Remedios para quienes se preocupan en exceso por el bienestar de los demás son Fuenteitarios.....	21
2.5.1.7 Remedios para quienes sufren de incertidumbre:	22
2.6 OTROS REMEDIOS FLORALES	24
2.7 OTRAS TERAPIAS BENEFICIOSAS PARA PACIENTES CON DIABETES TIPO2:	24
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	26
3.1 DISEÑO METODOLÓGICO	26
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	26
3.3 VARIABLES E INDICADORES.....	27

3.4 RECOLECCIÓN DE DATOS.....	27
3.5 INSTRUMENTOS:	28
3.6 PROCEDIMIENTO A REALIZAR:	35
3.7 VARIABLE INDEPENDIENTE.....	35
3.8 VARIABLE DEPENDIENTE	35
3.9 CONSIDERACIONES ÉTICAS	35
CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	36
4.1 DATOS RECOPIADOS ANTES:	36
4.2 DATOS RECOPIADOS DESPUÉS DE TRATAMIENTO.....	37
4.3 ANÁLISIS DE ÍNDICES DE PESO	38
4.4 COMPARACIÓN DE DATOS DE ÍNDICE DE MASA CORPORAL	39
4.5 PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL	40
4.6 EVALUACIÓN MASA MUSCULAR	42
4.7 ANÁLISIS DE LA GRASA VISCERAL	44
4.8 ANÁLISIS EDAD BIOLÓGICA	45
4.9 ANÁLISIS DE ÍNDICES GLUCOSA	47
4.10 ANÁLISIS ASPECTO EMOCIONAL	48
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	50
5.1 CONCLUSIONES:	50
5.1.1 ASPECTOS RELEVANTES:.....	50
5.2 RECOMENDACIONES:.....	51
BIBLIOGRAFÍA	0
ANEXOS	3

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Herramienta para la toma de datos	34
Tabla 2: Recopilación de información inicial.....	36
Tabla 3: Recopilación de información final	37
Tabla 4: Comparativo peso Antes VS. Después	38
Tabla 5: Comparativo índice de Masa corporal.....	39
Tabla 6: Índice de Masa Corporal	40
Tabla 7: Comparativo porcentaje de gras en general.....	41
Tabla 8: Referencia porcentajes de grasa corporal	42
Tabla 9: Comparativo masa muscular	43
Tabla 10: Comparativo Grasa Visceral	44
Tabla 11: Edad biológica (Edad de órganos).....	46
Tabla 12: Comparación de Glucosa	47
Tabla 13: Comparación de aspecto Emocional	49

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Balanza OMROM.....	28
Figura 2: Glucómetro General Electric 100	29
Figura 3: Test Flores de Bach	30
Figura 4: Set Flores de Bach.....	31
Figura 5: Preparación Flores de Bach Para el Paciente	32
Figura 6: Test de las Emociones	33

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXOS 1: Modela de Historia clínica Utilizada Proporcionada por Instituto Universitario Misael Acosta Solís	3
ANEXOS 2: Historia clínica llena.....	6
ANEXOS 3: Evidencia Fotográfica	17
ANEXOS 4: Ejemplo solución de casos.....	24
ANEXOS 5: Test emocional (Flores de Bach).....	27
ANEXOS 6: Proceso de borrado emocional.....	37

RESUMEN

Si bien la diabetes tipo 2 es una enfermedad metabólica, las emociones también pueden desempeñar un papel importante en su desarrollo y manejo. El estrés, la ansiedad, la depresión y otras emociones pueden afectar los niveles de glucosa en sangre y dificultar el control de la enfermedad.

La terapia floral de Bach es un sistema de medicina natural desarrollado por el Dr. Edward Bach en la década de 1930. Que utiliza 38 esencias florales diferentes para tratar una amplia gama de emociones y promover el bienestar emocional.

La terapéutica floral, junto con otras terapias complementarias que trabajan en las emociones, han resultado ser una forma efectiva y favorable para acompañar, al paciente diagnosticado con Diabetes tipo 2, a sobrellevar esa enfermedad y las distintas emociones que al no ser tratadas se vuelven perjudiciales haciendo menos fácil la recuperación o el tratamiento médico, que puede tener un resultado valioso si tenemos un acompañamiento como nos la proporciona las flores de Bach, aunado con la terapéutica de la familia, pueden hacer que la diabetes tipo 2, no sea del todo una carga tan pesada para aquel que lo sufre.

Las floral de Bach, puede ser una terapia valiosa en el tratamiento de la Diabetes tipo 2. Al abordar las emociones y patrones negativos que pueden estar influyendo en la enfermedad, estas terapias pueden contribuir a mejorar el control glucémico, el control de peso, el estado de ánimo, la calidad del sueño y mejorar la calidad de vida en general de los pacientes.

PALABRAS CLAVE: Diabetes tipo 2, Flores de Bach, Depresión, Ansiedad, terapia emocional.

ABSTRACT

While type 2 diabetes is a metabolic disease, emotions can also play an important role in its development and management. Stress, anxiety, depression and other emotions can affect blood glucose levels and make it difficult to control the disease.

Bach flower therapy is a system of natural medicine developed by Dr. Edward Bach in the 1930s. It uses 38 different flower essences to treat a wide range of emotions and promote emotional well-being.

Floral therapy, along with other complementary therapies that work on emotions, have turned out to be an effective and favorable way to accompany the patient diagnosed with type 2 Diabetes to cope with this disease and the different emotions that, if not treated, become harmful. making recovery or medical treatment less easy, which can have a valuable result if we have support such as Bach flowers, combined with family therapy, can make type 2 diabetes not completely a problem. such a heavy burden for those who suffer from it.

Bach flower remedies can be a valuable therapy in the treatment of type 2 Diabetes. By addressing the negative emotions and patterns that may be influencing the disease, these therapies can contribute to improving glycemic control, weight control, mood, sleep quality and improve patients' overall quality of life.

KEYWORDS: Type 2 diabetes, Bach flowers, Depression, Anxiety, Emotional therapy.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La vida moderna, donde el ritmo acelerado y las demandas constantes de bienes industrializados y tecnológicos, parecen ser la norma, donde también el estrés, la ansiedad y la depresión se han convertido en sinónimos de prosperidad no deseados para muchos. Estas afecciones, que otros momentos se consideraban debilidades personales, hoy en día son el menú de la vida, reconocidas como problemas de salud pública que afectan a millones de personas en todo el mundo.

Cuando los seres humanos experimentamos emociones intensas, o negativas, como un pico de estrés, ansiedad, angustia, miedo o inestabilidad emocional, otro. Ante estas situaciones nuestro organismo desencadena una serie de reacciones fisiológicas con el propósito de preparar al cuerpo para enfrentar la aparente amenaza, como respuesta, las distintas glándulas producen sustancias bio químicas como la adrenalina y cortisol, que son sustancias que estimulan especialmente las glándulas suprarrenales y el páncreas aumentando el nivel de funcionamiento. Y cuando nuestro organismo experimenta esta situación, puede interpretar, que necesitaremos más energía, por lo que libera más glucosa en sangre, lo mismo ocurre tanto en personas que tengan o no tengan diabetes.

En el caso de las personas que no tienen diabetes, este efecto colateral del estrés y la ansiedad no tiene mayor repercusión en su organismo, porque logra regular los niveles de glucosa y mantenerlos en valores normales sin que la subida sea notable. Es decir, las personas que no tienen diabetes no perciben la subida de glucosa, porque su organismo la metaboliza según se produce.

Sin embargo, el organismo de las personas con diabetes tipo II, no logra regular esta subida de glucosa en sangre, y pese a que su origen no tiene que ver con la alimentación, experimentan los mismos síntomas que si la hubieran ingerido, pues los riesgos de tener los niveles elevados de azúcar en sangre son los mismos.

Las personas con diabetes tipo 2, tienen entre 2 y 3 veces más probabilidades, de presentar

depresión, angustia, miedo, tristeza, estrés, ansiedad, inquietud o inestabilidad emocional, que las personas sin diabetes. De este grupo de personas solamente entre el 25 y el 50 % de las personas con diabetes que tienen este tipo de emociones reciben el diagnóstico y tratamiento.

Desde este punto de vista entonces, los factores emocionales constituyen un componente más de la ecuación en el abordaje de la diabetes tipo 2. En este sentido nuestra atención terapéutica debe cubrir además el acompañamiento emocional de nuestros pacientes, basada en la empatía, en la escucha, la atención de sus miedos y dudas, poniendo énfasis en el valor terapéutico que tiene una actitud positiva como el optimismo, la esperanza, a las cuales añadiremos el uso de esencias florales que ayuden a nuestros pacientes a gestionar su mundo emocional de una mejor manera, y por ende permitiéndoles disfrutar de una mejor calidad de vida a pesar de ser diagnosticados con diabetes tipo 2.

1.2 JUSTIFICACIÓN

El impacto emocional al ser diagnosticado con diabetes tipo II, o cualquier otra enfermedad para luego tener que someterse a una serie de tratamientos encaminados en recuperar la salud, afecta de una manera integral en la vida de las personas diagnosticadas con diabetes tipo II, además de las personas con las que comparte socialmente, ya sean estas niños, adolescentes o adultos, desatando un sin número de emociones que provocan reacciones internas, sean estas químicas, físicas, mentales y psicológicas, aspectos que en su gran mayoría de estos casos no son tomados en consideración y peor aún tratados o acompañados de una manera terapéutica.

Razón por lo cual se ha considera necesario guiar en la identificación y gestión de estos resultados y sus emociones a través de la terapia (Flores de Bach) que ha sido reconocida como un tratamiento de ayuda emocional complementario para la vida de las personas.

1.3 HIPÓTESIS:

Los tratamientos con terapias emocionales además de la terapia floral (flores de Bach) facilitará la estabilidad emocional del paciente diabético, disminuyendo los signos y síntomas ya que recuperará el equilibrio energético y emocional del mismo

1.4 OBJETIVOS

Identificar y cualificar el tipo de emociones que se presenta frecuentemente en personas que han sido diagnosticadas con diabetes tipo 2 o pre diabetes.

Identificar y aplicar el consumo de flores de Bach de acuerdo al tipo de emociones identificadas en los pacientes voluntarios que tienen diabetes.

Evaluar la eficacia que representan las esencias florales mediante la diferenciación registradas luego del tratamiento.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 DIABETES:

“La diabetes es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre (o azúcar en sangre), que con el tiempo conduce a daños graves en el corazón, los vasos sanguíneos, los ojos, los riñones y los nervios” (1).

“La diabetes es un grupo de enfermedades metabólicas caracterizadas por hiperglucemia resultante de defectos en la secreción de insulina, en la acción de la insulina o en ambas. La hiperglucemia crónica de la diabetes se asocia con daño, disfunción y falla a largo plazo de diferentes órganos, especialmente los ojos, los riñones, los nervios, el corazón y los vasos sanguíneos” (2).

2.1.2 Tipos de diabetes

Existen varios tipos de diabetes, cada uno con sus propias características y causas. Los más comunes son:

2.1.2.1 Diabetes de tipo 1

“La diabetes de tipo 1 (denominada anteriormente diabetes insulino dependiente, juvenil o de inicio en la infancia) se caracteriza por una producción deficiente de insulina y requiere la administración diaria de esta hormona. En 2017 había 9 millones de personas con diabetes de tipo 1, la mayoría de ellas en países de ingresos altos. Todavía no se conoce la causa de este tipo de diabetes ni se sabe cómo prevenirla” (4).

2.1.2.2 Diabetes de tipo 2

“La diabetes de tipo 2 afecta a la forma en que el cuerpo usa el azúcar (glucosa) para obtener energía, impidiendo que use la insulina adecuadamente, lo que puede aumentar las concentraciones de azúcar en la sangre si no se trata” (4).

“La diabetes tipo 2 (diabetes mellitus) es una enfermedad crónica que se presenta cuando el páncreas no secreta suficiente insulina o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. Un efecto común de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (es

decir, la glucemia elevada) que, con el tiempo daña gravemente muchos órganos y sistemas del organismo, sobre todo los nervios y los vasos sanguíneos” (5).

Hay factores que contribuyen a la aparición de la diabetes tipo 2, algunos de ellos son: el sobrepeso, desórdenes alimenticios, no hacer suficiente ejercicio y la herencia genética.

El diagnóstico a tiempo es importante para prevenir la diabetes de tipo 2. Junto con la alimentación saludable, el ejercicio físico regular, el mantenimiento de un peso normal y el evitar el consumo de tabaco, la realización periódica de pruebas, previenen la diabetes de tipo 2 o retrasan su aparición. Y la mejor forma de detectarla temprano es acudir a un especialista de la salud para hacerse exámenes y análisis de sangre regularmente.

2.1.2.2.1 Síntomas de la diabetes de tipo 2:

En muchos casos son leves y tardar varios años en manifestarse. Y pueden ser:

- **Sensación de mucha sed, (Polidipsia)**

Necesidad de orinar con más frecuencia de lo habitual, (Poliuria). “La poliuria es definida como una excreción anormalmente elevada de orina diluida (más de 3 litros en 24 horas), asociado a diversas patologías, las cuales en resumen se denominan síndrome poliuria-polidipsia” (6)

Visión borrosa; o perdida permanente de la visión por daño de los vasos sanguíneos de los ojos.

- **Fatiga y Cansancio físico;** Son síntomas comunes de la diabetes y puede darse debido a niveles altos de azúcar en la sangre, La fatiga y el cansancio físico podrían aparecer cuando las células no obtienen suficiente glucosa.

“Según la Sociedad de Diabetes de Estados Unidos (ADA, por sus siglas en inglés), un estudio demostró que el 61 por ciento de las personas con diabetes tipo 2, diagnosticada recientemente, reportó la fatiga como un síntoma. El mismo estudio determinó que la fatiga es el segundo síntoma más común en este grupo” (7).

- **Perder peso sin querer;** “La pérdida de peso es un síntoma común de la Diabetes, causado por la incapacidad del organismo para utilizar o crear insulina. La insulina ayuda al organismo a convertir los alimentos en energía. Cuando una persona con Diabetes no puede producir suficiente insulina, sus células no obtienen la glucosa que necesitan, por lo que pasan a quemar la grasa almacenada como combustible” (8).

Con el tiempo, la diabetes puede dañar los vasos sanguíneos del corazón, los ojos, los riñones y los nervios, provocando infartos de miocardio, derrames cerebrales e insuficiencia renal.

Muchos pacientes diagnosticados con diabetes tipo 2 presentan problemas en las extremidades inferiores debido al daño ocasionado a los nervios, venas y arterias que afecta al flujo sanguíneo, llegando a ser insuficiente. Esto puede dar paso a la formación de úlceras en las extremidades y llevar muchas veces a tener que amputar dichos miembros.

Anteriormente este tipo de diabetes solo se observaba en personas adultas. Sin embargo, en la actualidad los niños también, van mostrando este tipo de afecciones y pueden observarse con mayor frecuencia cuadros crecientes de esta enfermedad.

“El número de personas con diabetes pasó de 108 millones en 1980 a 422 millones en 2014. La prevalencia de esta enfermedad ha venido aumentando más rápidamente en los países de ingresos bajos y medianos que en los de renta elevada” (9).

“Entre 2000 y 2019, las tasas de mortalidad por diabetes normalizadas por edades aumentaron en un 3%. En los países ingresos medianos o bajos, la tasa de mortalidad por diabetes aumentó en un 13%” (10).

2.1.2.2.2 Principales causas de la diabetes tipo 2:

El estilo de vida acelerado, la herencia genética, el sobrepeso y el sedentarismo pueden ser algunos de los factores causantes de la diabetes tipo 2.

- **Sobrepeso, obesidad e inactividad física**

Si una persona se mantiene físicamente sedentaria y tiene sobrepeso u obesidad tiene mayor posibilidad de tener diabetes tipo 2, por una acumulación excesiva de grasa corporal, lo que

altera el equilibrio metabólico del organismo. Cuando las células se vuelven resistentes a la insulina, una hormona esencial para regular los niveles de glucosa en sangre. La grasa acumulada, especialmente en el abdomen, produce sustancias inflamatorias que interfieren con la acción de la insulina, lo que conduce a un aumento de los niveles de glucosa en sangre, resistencia a la insulina, provocando además enfermedades del corazón y obstrucción de los vasos sanguíneos.

▪ **Resistencia a la insulina**

La diabetes tipo 2 suele comenzar con resistencia a la insulina, en la que el músculo, el hígado y las células grasas no usan adecuadamente la insulina para que la glucosa pueda ingresar en las células. Al principio, el páncreas puede producir más de la hormona insulina para cubrir la demanda de las células, pero poco a poco deja de producir suficiente insulina y como resultado de esto se puede dar el incremento de azúcar en la sangre.

▪ **Genes y antecedentes familiares**

Existen muchos factores como la dieta y el ejercicio pueden determinar si los genes se expresan y se desarrolla la diabetes.

La Herencia genética pueden hacer que una persona sea más propensa a tener diabetes tipo 2, ya que la enfermedad tiene una relación fuerte con los antecedentes familiares, los genes también pueden aumentar su influencia en la enfermedad al aumentar la tendencia de la persona al sobrepeso u obesidad (9).

2.1.2.3 Diabetes gestacional:

“La diabetes gestacional aparece durante el embarazo y se caracteriza por una hiperglucemia con valores que, pese a ser superiores a los normales, son inferiores a los establecidos para diagnosticar diabetes” (4).

Las mujeres que ya la presentan tienen más posibilidad de sufrir complicaciones durante el embarazo y el parto. Corriendo el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, tanto la madre como los hijos.

2.2 GLUCOSA EN SANGRE

“La glucosa en sangre, o azúcar en la sangre, es el azúcar principal que se encuentra en la sangre. Es la principal fuente de energía de su cuerpo. Proviene de los alimentos que consume. Su cuerpo descompone la mayor parte de los alimentos en glucosa y la libera en el torrente sanguíneo. Cuando su glucosa en sangre sube, le indica a su páncreas que libere insulina” (3).

La liberación de glucosa en sangre, es un componente importante de la respuesta de lucha o huida. La glucosa proporciona la energía necesaria para que el cuerpo pueda luchar o huir de la aparente amenaza percibida.

2.3 LA INSULINA:

La insulina es una hormona producida por el páncreas que ayuda a que la glucosa entre en las células para ser utilizada como energía

2.4 ¿CÓMO INFLUYEN LAS EMOCIONES EN NUESTRA SALUD?

Las emociones son reacciones psicológicas naturales que todos los seres humanos experimentamos todos los días al percibir algún suceso, persona, lugar, aunque no siempre seamos conscientes de lo que está pasando internamente. Sin embargo, estas generan cambios en las relaciones afectivas, en el funcionamiento fisiológico y en la conducta.

Las emociones aparecen ante situaciones no comunes que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad... y nos predispone para poder dar una respuesta que permita adaptarse a esa situación. Y gracias a las emociones y a la memoria corporal que hemos ido acumulando a lo largo del proceso de evolución del ser humano, se ha podido responder acertadamente ante aquellos estímulos que la mente lo identifica como una amenaza para nuestro bienestar físico o psicológico, garantizando de esta forma nuestra supervivencia.

En un primer lugar, las emociones pueden permitir adaptarse a la situación dependiendo de la evaluación que el individuo haga del estímulo, y del significado que le dé a este. Luego

tendríamos estímulos emocionales perturbadores o negativos que no dejan secuelas, y, al contrario, tenemos estímulos emocionales aparentemente inofensivos que pueden llegar a ocasionar un daño más o menos importante. La diferencia entre las dos posibilidades puede radicar en la forma de percibir, evaluar y asociación que cada persona tiene de esos distintos estímulos emocionales.

Muchas personas podemos permanecer indiferentes a ciertos estímulos emocionales, y en otras puede surgir una respuesta de intranquilidad o desarmonía, llevándole a permanecer indefinidamente enfadados, tristes, ansiosos o aterrados, a pesar de haber desaparecido el estímulo inicial; con el consiguiente sobre esfuerzo físico y mental, insostenible en el tiempo, y un notable resultado en forma de trastorno de la salud, física y mental.

Al sostener de manera intensa ira, tristeza, ansiedad o depresión, desconsuelo, otro. tienden a producirse cambios conductuales que hace que abandonemos hábitos de vida saludables como la alimentación equilibrada, el ejercicio físico o la vida social y permitamos que prevalezcan otras actividades como el sedentarismo, las adicciones (tabaco, alcohol), o también recurrimos al aislamiento social, para contrarrestar o eliminar estas experiencias emocionales.

El mantenimiento prolongado de las reacciones emocionales, provocan niveles de activación fisiológica intensos que pueden deteriorar nuestra salud si se hacen crónicas, ya que existe una estrecha relación entre la actividad del sistema nervioso autónomo (SNA) y el sistema inmunológico. La activación del SNA, tal como la describes, con aumento de la frecuencia cardíaca, presión arterial, tensión muscular, alteraciones en la neurotransmisión, activación del eje HPA y disrupción del ritmo circadiano de cortisol, puede generar un estado de inmunosupresión, volviéndonos más susceptibles a enfermedades infecciosas y autoinmunes.

En definitiva, se puede manifestar que existe una relación estrecha entre emociones y salud. Recalcando que la reacción ante determinadas situaciones y las emociones son diferentes en cada persona, por tanto, hay una señal de alarma diferente para cada persona.

Con la habilidad y estrategias que posee cada persona para hacer frente a situaciones que generan fuertes cargas emocionales, es probable que no causen daño a este individuo, sin

embargo, en ausencia de estas habilidades y estrategias, un individuo puede verse desbordado por una situación emocional que probablemente desde su propio punto de vista, es insuperable.

El diagnóstico de la diabetes tipo 2 o prediabetes como lo denominan la ciencia médica puede provocar una alteración emocional no solamente en la vida del paciente que la padece, sino también influye drásticamente en la vida diaria de quienes rodean a la persona.

El diagnóstico en muchos casos suele suponer un evento traumático, manifestándose con crisis de enojo, culpa, ansiedad y preocupaciones, ya que la enfermedad generará una modificación de su sistema de vida que además afectará a todos los miembros de la familia.

2.4.1 Breve descripción de las principales emociones:

- **Incertidumbre:** “La palabra incertidumbre proviene del latín *incertitudine*, compuesto por las voces *in-* (un prefijo de negación), *certus* (“cierto”) y *-tud* (un sufijo usual de cualidad). Por lo tanto, la incertidumbre se puede perfectamente comprender como la cualidad de aquello que es incierto, o sea, que no podemos determinar a ciencia cierta” (11).

La incertidumbre se asocia con sensaciones de fragilidad, peligro o extravío, lo que puede provocar momentos de crisis emocionales en las personas.

- **Miedo:** “La palabra “miedo” proviene del latín *metus*, con el mismo significado, y es más o menos equivalente a pavor, espanto, susto o temor. Desde tiempos antiguos, el miedo ha estado presente en las consideraciones culturales de tipo ético y moral, o en los códigos de conducta y los valores fomentados tradicionalmente” (11).

El miedo está presente en todos los seres humanos, como un principio de sobrevivencia ha servido para el desarrollo y evolución de la especie, sin embargo, el miedo no gestionado de una manera adecuada puede convertirse en una emoción patológica que llevaría al ser humano a posibles enfermedades fisiológicas producido por los excesos de químicos corporales segregados por las diferentes glándulas que le preparan al cuerpo para la huida o el ataque.

- **Ansiedad:** “Hablar de ansiedad se refiere a una anticipación involuntaria o respuesta desproporcionada del organismo frente a estímulos (internos o externos) que sean percibidos como peligrosos, estresantes o retadores, que provocan reacciones corporales de tensión, como la secreción de adrenalina o el agarrotamiento muscular, así como un sentimiento desagradable de inquietud, urgencia o dispersión” (11).

Entonces encontramos dos tipos de Ansiedad:

- **Ansiedad adaptativa.** Se trata de una respuesta del organismo ante una situación estresante, y que tiene como objetivo mantenernos alerta, preparados, listos para la acción. Luego de lo cual desaparece sin dejar repercusiones en él organismo.

- **Ansiedad patológica:** Aquella que es persistente en el tiempo, no tiene una explicación, o que resulta desproporcionada frente a su estímulo, se considera patológica ya que deja evidencia en algún trastorno psicológico, emocional u hormonal.

- **Estrés:** El estrés es la reacción del cuerpo ante un desafío o demanda. En pequeños episodios (agudo) el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando los niveles de estrés elevados se prolongan por mucho tiempo (Crónico), puede alterar su salud ocasionando diversas patologías.

El cuerpo reacciona ante el estrés liberando hormonas, lo que hace que el cerebro esté más alerta, provoca que los músculos se tensionen y aumente el pulso. Cuando se manifiesta estrés por tiempos prolongados, el cuerpo se condiciona manteniéndose alerta incluso cuando no hay peligro, esto le pone en riesgo de problemas de salud, incluyendo:

Problemas cardiovasculares: Presión arterial alta, insuficiencia cardíaca, ataque cardíaco, accidente cerebrovascular.

Problemas metabólicos: obesidad.

Problemas del sistema inmunológico: Debilitamiento del sistema inmunológico, aumento de la susceptibilidad a enfermedades.

Problemas de salud mental: Ansiedad, depresión, insomnio, problemas de concentración, irritabilidad.

Problemas de la piel, como acné o eczema.

Otros problemas como: Dolores de cabeza, problemas digestivos, disfunción sexual, caída del cabello.

Si ya se tiene una condición de salud mencionada anteriormente, el estrés crónico puede hacer que sea peor.

Nuestro enfoque terapéutico, entonces debe cubrir las necesidades emocionales de nuestros pacientes, basada en la empatía, y en la escucha activa, desarrollando la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los pacientes, sin juzgarlos, siendo fundamental para crear un vínculo terapéutico sólido y una atmósfera segura donde ellos se sientan cómodos para expresarse abiertamente.

Atención de sus miedos y dudas: donde se aborden las preocupaciones y temores de sus pacientes de manera honesta y empática es crucial para ayudarlos a procesar sus emociones difíciles y desarrollar estrategias para afrontarlas. Poniendo énfasis en el valor terapéutico que tiene una actitud positiva, Ayudar a nuestros pacientes a gestionar su vida emocional para conseguir mejores resultados en la recuperación del equilibrio emocional lo que significa trabajar en el bienestar integral del paciente y contribuir a que éstos tengan mejor calidad de vida a pesar de tener diagnósticos no muy alentadores.

2.5 FLORES DE BACH

¿Qué son las flores de Bach?

Se le conoce como Flores de Bach, a las 38 esencias naturales extraídas de flores silvestres de los campos de la región de Gales (Inglaterra), que se les atribuyen la capacidad de armonizar los estados emocionales del ser humano, y que fueron estudiadas por el Dr. Edward Bach, estudio que lo realizó entre los años 1926 a 1936.

Esta concepción terapéutica se basa en la idea de que los conflictos emocionales, si se mantienen por largo tiempo, producen bloqueos, interferencias, alteraciones en nuestro sistema energético vital, dando lugar a la aparición de diferentes patologías físicas. Por tanto,

para conseguir la sanación, es necesario armonizar estos estados emocionales que se encuentran en desequilibrio.

El Dr. Edward Bach, médico alópata y homeópata, así como bacteriólogo, conocedor de la relación entre las emociones y la salud de sus pacientes identificó 38 estados emocionales en desequilibrio, y así mismo, relaciono las 38 esencias florales que tienen la capacidad de armonizar dichos desequilibrios potenciando, por la ley de polaridad, la virtud opuesta al desequilibrio emocional, estos remedios con flores ayudaban a eliminar las emociones negativas que impedían la sanación de los enfermos

Las esencias florales (flores de Bach) son preparados que absorben la energética vibracional de una determinada flor, que, en su estado de plena floración, es la manifestación máxima de la energía de la planta, que vendría a ser la vibración sanadora que se extrae de la flor.

La función de una esencia floral, es la de entrar en resonancia con el sistema vital de la persona, con el fin de restablecer el flujo energético allí donde se alteró, como consecuencia de un conflicto emocional.

Para obtener la esencia (vibración) de las diferentes flores, Bach empleo varios métodos, siendo el más común el método de solarización, para lo cual necesitamos sensibilidad, respeto y acercamiento hacia la naturaleza, empleándose flores recién cortadas que se colocan en un recipiente de cristal que hemos llenado con agua de manantial, y se deja al sol durante 3 horas aproximadamente (Hasta que veamos que las flores gracias a la influencia de la energía solar, han pasado su energía al agua). Luego filtramos esta agua, y añadimos brandy al 50 %. Introducimos este preparado en un frasco de cristal de color ámbar así tenemos la tintura madre de una flor.

▪ Preparación de la fórmula para el consumo del Paciente

Lo primero y necesario es identificar el conflicto emocional a través de una entrevista con el paciente, donde detectamos las emociones que están provocando un desequilibrio, y elegimos del set de las 38 esencias estudiadas por el Dr. Bach, aquellas que ayuden a equilibrar los aspectos emocionales que hemos detectado. Preparamos un frasco de cristal color ámbar de 30 ml, donde ponemos agua mineral, 20 gotas de Coñac o Brandy como conservante, y de 2

a 7 gotas de las esencias elegidas. tomando en cuenta que, es preferible no poner en un frasquito más de 7 esencias diferentes. Ya que, a menor número de esencias en una fórmula, mayor intensidad de acción

El sistema de funcionamiento de las esencias florales es muy sencillo, las esencias son inofensivas, no interfieren con ningún medicamento que la persona necesite tomar, no existe la posibilidad de sobre dosificarse, no tienen ninguna contraindicación, ni efectos secundarios negativos. Se pueden administrar a embarazadas, niños, lactantes, ancianos..., Están recomendadas por la OMS desde el año 1977.

El Dr. Bach describía la vida como una escuela, a donde venimos aprender ciertas lecciones en particular, y para ello, el alma encarnaba en una determinada personalidad, que en sí contiene los errores a superar y los potenciales a ser desarrollados.

“En este proceso hacia la perfección final, existen obstáculos que desvían nuestra personalidad (entendida ésta como la dualidad cuerpo/mente), de la dirección marcada por nuestra alma o Yo Superior, que se comunica con la personalidad a través de la intuición. Estos obstáculos no son más que el cúmulo de causas y efectos (karma) creados por la sucesión de pensamientos, palabras y acciones provenientes de las ilusiones del ego” (12).

2.5.1 Los siete grupos florales

Edward Bach hizo una clasificación de estas esencias en siete grupos que a continuación daremos a conocer mediante una breve descripción del del grupo al que pertenece, el número que corresponde a cada flor, el nombre con el cual se le conoce y una descripción de su uso, respectivamente

2.5.1.1 Remedios para los que sienten miedo:

“Bach identificó a este grupo como, remedios para los que sienten temor. El miedo es la perturbación angustiosa del ánimo por un riesgo real o imaginario. Es una emoción caracterizada por un intenso sentimiento desagradable debido a un peligro real o supuesto,

presente o futuro. Es una emoción primaria, por la aversión natural al riesgo o a la amenaza” (13).

- **Rock Rose (*Helianthemo*):** Esencia floral que se recomienda tomar a personas con el sistema nervioso muy sensible, cuando se presentan situaciones de pánico y terror que usualmente llegan a paralizar, la persona siente un temor a la muerte, cuando se presentan estados de angustia luego de vivir o presenciar un accidente, robo, esta flor es ideal para luego de catástrofe, ataques violentos, cuando se reciben noticias o diagnósticos de enfermedad inesperada y cuando se presentan emergencias donde el factor principal es el terror/pánico y el miedo.

Tomarlo esta esencia aporta calma al estado de ánimo, y lo más importante nos da la capacidad para valorar la situación desde una perspectiva diferente, ayudando a tener valor y coraje.

- **Mímulus (*Mimulus*):** La descripción del Dr. Bach, “El miedo a las cosas mundanas, enfermedad, dolor, accidentes, la pobreza, de la oscuridad, a estar solo, de la desgracia. Los temores de la vida cotidiana. Estas personas llevan en silencio y en secreto su temor, no hablan abiertamente sobre ello con los demás.” La persona suele ser poco comunicativa, reservada, generalmente se angustia ante un obstáculo.

Tomarlo ayuda a tener fe en Dios, sentirse más seguro consigo mismo, nos aporta valor, confianza para enfrentarse a los desafíos, te permite ser más comunicativo con los demás y te permite avanzar por el mundo y disfrutar de la vida libre de temores.

- **Cherry Plum (*Cerasífera*):** Miedo a la pérdida de control de sus actos, enloquecer o hacer acciones que luego sean irreparables, se usa cuando hay cargas emocionales muy grandes como estrés, ira, o exceso de responsabilidades. Se puede usar también en crisis nerviosas, en niños con enuresis.

Tomarlo te aportará cordura, más control, calma, serenidad, equilibrio, compostura, fuerza y tranquilidad mental.

- **Aspen (*Álamo temblón*):** Miedo a lo desconocido, a lo inexplicable, irracional, inesperado, miedo a lo sobrenatural, miedo que no se puede definir que a veces está en relación con la muerte, la religión o el inconsciente colectivo.

Tomarlo te dará el sentimiento de estar protegido por el poder divino, fortalece la confianza y te da mayor comprensión de algunos conceptos religiosos, esotéricos, espirituales.

- **Red Chestnut (*Castaño de Indias rojo*):** Temor o preocupación excesiva por los demás olvidándose muchas veces de sí mismo. Se anticipa temerosamente a los problemas esperando siempre lo peor, Te enseña a no temer por el resto, a no preocuparte por la seguridad de otros, te da paz interior y confianza en el porvenir.

2.5.1.2 Remedios para la soledad y el aislamiento:

La soledad si lo vemos desde el lado positivo nos permite realizar una introspección, un auto análisis necesario para tomar conciencia de la vida, no obstante, también puede darse el aislamiento social lo que traería un obstáculo en el proceso de desarrollo personal, y un deterioro en las relaciones sociales.

“El aislamiento se caracteriza por la pérdida de interés de compartir con otras personas, la pérdida de conexión con el entorno, la dificultad para relacionarse, la falta de comunicación, la sensación de no pertenecer a un grupo, lo que conlleva sentimientos de desvalorización, miedo, depresión, dificultad para el contacto físico, temor a ser rechazados, inadaptación social” (13).

- **Water Violet- Pluma Acuática:** Para personas con sentimientos superioridad y orgullo, tendencia al aislamiento, distancia afectiva procura evitar las relaciones sociales, se siente incapaz de comprender a los demás, analítico mental. Tomarlo ayudara a, “Entender que todos formamos parte de la Unidad, ayuda a ser más empático, a desenvolverse a nivel emocional ayuda acercarse a los demás para transmitir sus conocimientos, comprender y experimentar más de la vida”

- **Impatiens - Hierba de Santa Catalina:** Impaciencia, aceleración, irritación, intolerancia ante la lentitud de los demás, personas que tienen dificultad para relajarse y falta de flexibilidad, son muy rápidos en su hablar y actuar, tienen mucha tensión mental.

Tomarla ayuda a soltar la presión, promueve la paciencia, a fluir con el ritmo de la vida y de los demás, ayuda aprender a trabajar más astutamente y no más duramente, te da comprensión y paz interior.

- **Heather- Brecina:** Centrado y preocupado en sí mismo. Excesiva locuacidad y pobre escucha, se autocompadecen ya que se sienten víctimas, miedo a la soledad y egocéntricos. Te ayuda a compartir a ser más altruista, aprender a escuchar a los demás, tranquilidad y autosuficiencia emocional, te ayuda a ser más empático.

2.5.1.3 Remedios para la falta de interés por sus actuales circunstancias (Evasión):

“Bach nombró a este grupo como “para quienes no tienen interés por las actuales circunstancias. La evasión se refiere a desconectarse de las vivencias presentes ante una inconformidad con las circunstancias que se experimenta, a no estar en el aquí y el ahora. En este estado, las personas rechazan su realidad, y pueden desarrollar depresión, apatía o cansancio” (13).

- **Clematis - Clemátide:** Ensoñación, evasión de la realidad, poca memoria y falta de atención, necesidad de dormir.

Tomarlo te ayuda a estar en el aquí y ahora, para poner los pies en la tierra, al dominio de ideas, poner atención e interés en el presente.

- **Honeysuckle – Madre selva:** Nostalgia del pasado, añoranza de los viejos y buenos tiempos, pérdidas que no se pueden olvidar como separaciones afectivas, cambios de domicilio, frecuentemente hay melancolía, soledad, depresión, especialmente indicado para personas de la tercera edad.

Te ayuda volver al presente al aquí y ahora, salirse del pasado, ver las posibilidades y oportunidades que le esperan en el presente.

- **Wild Rose – Rosa Silvestre:** Desinterés, Apatía, falta de motivación. Conformismo, se conforman sin hacer ningún esfuerzo para cambiar nada, se rinden fácilmente sin luchar. Tomarlo te da vital interés, alegría, motivación, entusiasmo en la vida, para resolver la apatía, para resolver la actitud del porque molestarse, te da voluntad fe y esperanza en el vivir.

- **White Chestnut - Castaño de Indias:** Dialogo interno torturante, no se puede de ideas pensamientos e imágenes repetitivas, no deseadas que dan la vuelta en la cabeza, obsesión. Esta flor te ayuda desprender de pensamientos ideas e imágenes a ganar conocimiento sabiduría de cada experiencia, observación de los errores, atención al presente.

- **Olive - Olivo:** Agotamiento extremo por esfuerzo o enfermedad sin fuerzas ni reservas de energía, desinterés por todo. Esta flor te da energía fuerza, restaura el vigor, da interés por la vida, resuelve el agotamiento.

- **Chestnut Bud - Brote de Castaño:** Diálogo interno obsesivo, incapacidad de aprender de los errores o experiencias propias y ajenas, poco observadores de la situación actual, frecuentemente están acelerados, falta de atención, impaciencia falta de interés. Lentos en el aprendizaje.

Tomarlo favorece el aprendizaje desde las circunstancias de la vida, te da paz mental, quietud, te ayuda a vivir el presente con atención.

2.5.1.4 Remedios para quienes sufren de hipersensibilidad a influencias y opiniones.

- **Agrimony - Agrimonia:** un tipo agrimony presenta aparente despreocupación, ansiedad y tormento que se oculta sutilmente bajo una máscara de alegría, negación y evasión del dolor emocional, evitan discusiones y buscan la armonía.

Tomarla ayudará a dar paz, promueve la autoaceptación y la auténtica alegría interior “Ser consciente de que el dolor existe como parte de la vida, y aceptarlo”.

- **Centaury – Centaura:** Se recomienda en casos de sometimiento, servilismo, a personas que les cuesta decir "no", personas que se dejan persuadir y hacer cosas que no desean con tal de agradar y ser aceptados sacrificando sus necesidades para quedar bien.

Tomar Centaury, ayudará a, ser más independiente para expresar y defender sus propios puntos de vista, te ayuda a “Aprender a poner límites para poder vivir la propia vida”.

- **Walnut – Nogal:** Se utiliza en épocas de cambio vital: dentición, pubertad, embarazo, menopausia, divorcio, mudanzas, cambio de trabajo o escuela, jubilación, nacimiento, inseguridad, facilidad para dejarse influenciar por los demás.

Te aporta protección y adaptación ante las influencias y los cambios externos, confiere bordes energéticos.

- **Holly - Acebo:** Carencia afectiva manifestada en envidia, desconfianza, ira, menosprecio Celos, deseo interior de venganza, se cargan de rabia hasta explotar con agresividad verbal o física.

Tomarlo te ayudara con el amor incondicional abre el corazón dejando que el resto tome su lugar, te enseña a soltarse.

2.5.1.5 Remedios para el abatimiento o la desesperación:

“Se refiere a estados en que impera la melancolía, aflicción, desvalorización y angustia. La persona se enfrenta a sus propios límites y carencias. El futuro se percibe cerrado, como un callejón sin salida, perdiendo el sentido de la propia vida. Están caracterizados por la resistencia a enfrentar situaciones que deben ser resueltas, al apego a eventos negativos a las que se ha acostumbrado, al sentimiento de lucha constante con un enemigo que está en el propio interior, con el inútil deseo de escapar. Hay crisis, sensación de ahogo, shock, dedicando la energía a pelear y resistirse” (13).

- **Larch – Alerce:** Sentimiento de inferioridad, inseguridad, baja autoestima, se sienten inútiles e impotentes, no intentan convencidos de que fracasaran.

Tomarlo te da autoconfianza y fe en las propias aptitudes y capacidades, seguridad personal, certeza y convicción, ayuda a encarar los hechos con un sentido realista borrando la frase no puedo

- **Pine – Pino silvestre:** Sentimiento de culpa y reproches a sí mismos, siempre creen que podían haberlo hecho mejor, se responsabilizan de las faltas de otros, cargos de conciencia.

Te mejora la auto estima, para aflojarse y no ser tan duro con uno mismo, auto perdón, auto aceptación, cura la culpa y el auto reproche.

- **Elm – Olmo:** Abatimiento repentino, abrumado por las responsabilidades, agotamiento, depresión, duda de su propia capacidad, trabajan en exceso y son perfeccionistas.

Te permite soltarte, aflojar la presión y el abrumamiento, permite retomar la fe y la confianza para llevar a término las tareas, capacidad para delegar.

- **Sweet Chestnut - Castaño dulce:** Para aquellos que sienten angustia y desesperación profunda, Estado transitorio que coloca a la persona al límite del sufrimiento y de la resistencia mental o física, debido a una pérdida, separación, momentos de intensa transformación interior, otro.

Tomarlo te da paz, alivio, apoyo, calma la angustia mental y el sufrimiento, aceptación del destino y posterior sentimiento de renacimiento. Optimismo y paz, para poder ver la luz al fondo del túnel. Te devuelve la fe y el coraje para empezar de nuevo.

- **Star of Bethlehem – Leche de Gallina:** Se usa cuando hay un trauma físico o psíquico, impacto psicológico, mental, espiritual. Sin importar si el trauma es reciente o pasado.

Resolución de la pena, confort y alivio en tiempos de trauma, para ver la mano divina trabajar en el trauma, perdida o tristeza, te da paz y consuelo, calma y cura el estado emocional después de un shock emocional o trauma.

- **Willow - Sauce:** se administra cuando existen sentimientos de amargura, autocompasión, resentimiento, injusticia y rencor, las personas se sienten víctimas del destino, tienen la sensación de haber sido engañados por la vida, disfrutan contagiando su tristeza a los demás.

Tomarlo te ayuda a perdonar interiormente, te da capacidad de aceptar y perdonar injusticias y disfrutar de la vida y a no culpar a los otros de sus dificultades.

- **Crab Apple – *Manzano Silvestre*:** Se siente imperfecto, sucio, impuro tanto física, espiritual como energéticamente, obsesión por la limpieza, vergüenza por las imperfecciones de su cuerpo. Depurativo.

Te ayuda a resolver el sentimiento de sentirte con suciedad, impureza, toxicidad, a ver las cosas en su perspectiva correcta, limpiador físico y emocional, desintoxicador y depurativo.

- **Oak – *Roble Carvalho*:** Gran sentido del deber, cumplidores en exceso trabajan demasiado, luchan pese a las dificultades hasta límites insospechados, no se quejan ni permiten sentirse débiles.

Ayuda a tomar más tiempo para la auto nutrición, fuerza, estabilidad poniendo límites a las obligaciones, permite disfrutar del descanso y de los seres queridos.

2.5.1.6 Remedios para quienes se preocupan en exceso por el bienestar de los demás son Fuenteitarios.

“El Fuenteitarismo está relacionado con el egoísmo y la codicia. Quien lo ejerce, se vale de artimañas para ganar la voluntad del otro a través de la explotación de sus debilidades y necesidades; Esto puede darse a través de la palabra, la crítica, la manipulación del afecto, el miedo, el halago, la mentira, la información falsa disfrazada de verdad; Es una forma de robo de energía” (13).

- **Chicory - *Achicoria*:** Exceso de apego. Comportamiento posesivo y egoístas con tal de atraer la atención pueden ser chantajistas, controladores, manipuladores.

Tomarlo ayudará “Amar como elección del ser libre, sin apegos y respetando la libertad del otro”

- **Verbain - *Verbena*:** Fanatismo. exceso de entusiasmo, ideas fijas, están seguras de tener la razón y no suelen cambiar, son aceleradas impulsivas y super activas.

Ayuda a reducir el estrés pone en contacto y activa el niño interior, resuelve la tensión, enseña a ser en vez de hacer, Permite su energía apasionada y carismática, e ideales y convicciones fuertes, pero con elasticidad

- **Vine - Vid-(parra):** se utiliza en el Fuenteitarismo, personas muy eficientes, seguras de sí mismo, pueden llegar a ser déspotas, duras, dominantes, Fuenteitarias, tiránicas, codiciosas y crueles.

Tomarlo, te ayuda a dejar ir la necesidad de controlar, abre el corazón, activa el niño interior, humildad, tolerancia, te enseña a ser más empático y compasivo a través del reconocimiento de la propia debilidad. Enseñándote a utilizar la fuerza y el talento de una forma positiva para ayudar a los demás.

- **Beech - Haya:** Intolerancia, critica, juzgan sin sensibilidad ni comprensión, se irritan fácilmente por los defectos o costumbres de los demás, se expresan a menudo a través de la ironía, arrogancia.

Ayuda a ver más belleza y bien en lo que te rodea, a ser más tolerante, más indulgente, y compasivo.

- **Rock Water - Agua de Roca:** Para personas rígidas, viven constantemente en auto represión, muy estrictos consigo mismos y los demás, frecuentemente se imponen elevadas metas.

Ayuda a aflojarse, divertirse más y no ser tan duro consigo mismo, para abrir el corazón al niño interior, auto perdón, para aprender a no ser tan auto crítico, reduce el estrés, para aprender a divertirse, promueve a flexibilidad física y mental.

2.5.1.7 Remedios para quienes sufren de incertidumbre:

“Bach mencionó a este grupo como remedios para hipersensibles. A este grupo pertenecen las esencias florales para casos de personas que son muy sensibles a influencias ajenas. No muestran su verdadera personalidad, sino que la esconden, la maquillan, y despliegan diferentes mecanismos para defenderse del exterior. Esto dificulta sus relaciones. Tienen la necesidad de quedar bien, necesitan la aprobación exterior, y se dejan llevar por el entorno. Son incapaces de confrontar con racionalidad” (13).

- **Cerato - *Ceratostigma*:** Es para personas que tienen falta de confianza en su propio juicio. Buscan de consejo ajeno.

Tomar esta esencia dará firmeza de carácter, seguridad y fe en la propia intuición a “Dejar de preguntar al otro y confiar en la intuición que es propia porque está vivida y experimentada”, elimina la desorientación y aporta independencia en las decisiones.

- **Scleranthus - *Escleranto*:** Para la indecisión. Inestabilidad, confusión, falta de equilibrio interior, vaivenes emocionales extremos, cambios inesperados de criterio y de humor, vértigo, mareo, fiebres recurrentes.

Tomarlo te ayuda dándote capacidad de tomar decisiones rápidas seguras y firmeza de carácter, estabilidad, balance y autoconfianza.

- **Gentian – *Genciana Amarga*:** Para las personas pesimistas que se desaniman fácilmente ante los obstáculos, anticipan el fracaso, Depresión leve por causas conocidas, falta de fe y confianza, en convalecencias.

Esta flor te da fe, ánimo y optimismo, impulso para intentarlo de nuevo, ayuda a entender que cada retraso tiene en si a semilla de un beneficio equivalente.

- **Gorse – *Aulaga*:** Para personas que han perdido la esperanza y fe, claudicación, resignación y abandono de la lucha, sufrimiento, miedo o tortura física o psíquica.

Te da certeza de que las cosas funcionaran, te devuelve la fe para el triunfo y la victoria, disposición para intentar nuevos caminos con tal de conseguir lo que se desea.

- **Hornbeam - *Hojaranzo*:** Para personas con falta de ánimo e interés, fatiga mental, dudas sobre la capacidad para cumplir con las tareas del día, pereza, laxitud mental.

Te da fuerza, vitalidad, entusiasmo e interés por la vida, te ayuda realizar tu trabajo diario con energía y una mentalidad fresca y clara.

- **Wild oat -** Para la insatisfacción, búsqueda del propósito vital, dudan y se encuentran en una encrucijada sin saber qué hacer, No se comprometen a nada en concreto, incluso en las relaciones.

Te ayuda a encontrar el verdadero propósito y misión en la vida para liberar más tiempo creativo, para sintonizarse con el alma, obtener guía y dirección, permitiendo que los dones y las capacidades sean utilizadas de manera constructiva.

Cada una de estas flores posee una vibración por lo que se considera medicina vibracional, que actúa a nivel energético, y al entrar en contacto con un ser vivo ingresan a sus meridianos energéticos y restauran las deficiencias armónicas en un flujo de energía.

2.6 OTROS REMEDIOS FLORALES

Luego del doctor Bach otros investigadores desarrollaron distintos remedios florales propios, con distintas flores de otras regiones del mundo como: California, Australia, los Himalayas, Chile, Ecuador, otro. Sin, embargo todos se basan en los mismos principios del doctor Bach, y son útiles para una extensa variedad de problemas psico - emocionales.

2.7 OTRAS TERAPIAS BENEFICIOSAS PARA PACIENTES CON DIABETES TIPO2:

Beneficios del grounding para pacientes con diabetes; El grounding, también conocido como earthing o conexión a tierra, es una práctica que implica poner los pies descalzos en contacto con la tierra. Se cree que puede tener diversos beneficios para la salud, incluyendo:

Reducción del estrés, mejora de la calidad del sueño, disminución del dolor, disminuir la inflamación y aumentar la liberación de endorfinas, los analgésicos naturales del cuerpo, mejora del estado de ánimo al aumentar la producción de serotonina, la hormona del bienestar.

Si bien la investigación sobre los beneficios del grounding aún está en curso, existen algunas pruebas que sugieren que puede ser beneficioso para las personas con diabetes. Por ejemplo, un estudio encontró que el estar en contacto con la tierra redujo los niveles de estrés y mejoró el control del azúcar en sangre en personas con diabetes tipo 2.

Aquí hay algunos consejos para practicar grounding de manera segura:

Encuentre un lugar seguro y limpio para conectarse a tierra: Busque un área al aire libre donde la tierra esté desnuda y libre de contaminantes. Evite áreas con pesticidas, herbicidas o líneas eléctricas.

Conéctese a tierra descalzo: Quítese los zapatos y los calcetines para permitir que sus pies hagan contacto directo con la tierra, relájese y concéntrese en su respiración: Pase al menos 30 minutos descalzo en la tierra. Cierre los ojos y concéntrese en su respiración. Preste atención a la sensación de la tierra debajo de sus pies.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 DISEÑO METODOLÓGICO

Esta investigación está enfocada en evaluar los distintos cambios emocionales de ansiedad, depresión, miedo, culpa, estrés, angustia, en personas que han sido diagnosticadas con diabetes mellitus o pre diabetes, También abarca la comparación de las diferentes variables en signos vitales como: índice glucémico, su estado emocional, su peso, índice de masa corporal, presión arterial, además de evaluar los datos recogidos de antes y después de la toma de las diferentes esencias florales (flores de Bach), en un grupo de personas independiente de la edad de los participantes en el estudio.

Investigación aplicada cuasi experimental: Debido a que se propone determinar las respuestas emocionales de las personas que llegaron a tomar las esencias florales. Al evaluar dichas respuestas, se espera obtener datos para que los terapeutas tengan alternativas para tratar los aspectos emocionales además de las otras terapias que se pueden realizar para ayudar a personas diagnosticadas con diabetes tipo II, reduciendo considerablemente el efecto de las distintas emociones que a la larga se pueden convertirse en patológicas disminuyendo así la calidad de vida del paciente.

Investigación documental: la información registrada de esta investigación será tomada directamente del paciente mediante la evaluación y comparación de las distintas variables: evaluará su índice glucémico, su estado emocional, su peso, masa corporal, usando flores de Bach.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

El diseño y realización del presente proyecto fue experimental donde participan un grupo de 18 personas voluntarias que acudieron a la publicación realizada ente Amigos y clientes del centro de terapias El toque de un Angel, que a su vez fueron diagnosticados previamente con diabetes tipo 2, por parte de su especialista médico, estas personas voluntarias que acudieron

al centro de terapias, ubicado en la Ciudad de Cuenca, parroquia San Sebastián, Barrio Gran Cove. En este muestreo se evaluará su índice glucémico, su estado emocional, su peso, masa corporal.

3.3 VARIABLES E INDICADORES

Por lo general, se considera que una persona tiene diabetes tipo 2 luego que el médico ha realizado una serie de pruebas de hemoglobina glucosilada A1c. Este tipo de análisis de sangre indica tu nivel promedio de glucosa en la sangre, para este estudio se considerará un tiempo de ocho semanas, contados a partir del inicio de la investigación.

Además, se considerará como variable de estudio, su estado emocional, el índice glucémico, su peso, masa corporal, edad biológica.

3.4 RECOLECCIÓN DE DATOS

Con la presencia individual de los participantes se procedió a tomar los datos necesarios por la evaluación del proyecto con la ayuda de personal auxiliar se tomó los debidos datos signos vitales como la presión arterial, temperatura, frecuencia cardiaca, a estos datos se considera necesario también incluir algunos datos, como el IMC. % grasa, %Músculo, % de grasa visceral, edad biológica y glucosa en sangre. (**Tabla 2**)

Luego de la cual se les realizo una encuesta por parte del estudiante (investigador) que realizo el estudio procediendo a la valoración de las emociones y además activación energética, trabajando además en un barrido de traumas y Emociones.

Apoyado por un conversatorio de concientización acerca de la afección de las emociones, en la enfermedad de la diabetes y de la importancia que es para la salud del ser humano, el hecho de saber alimentarse de forma saludable, así como la importancia del realizar una rutina de ejercicios que se puede hacer todos los días y el consumo de agua por lo menos 1lt diariamente para que el organismo este en buen estado de salud, apoyamos con información referentes a estos temas.

Para mejorar el aspecto emocional en los participantes diabéticos se les suministro de terapia Floral (Flores de Bach) de acuerdo a las emociones resultantes del test realizado (

ANEXOS 5). Y tratamiento emocional con el código de las emociones, (**ANEXOS 6**), en un periodo de 8 semanas, con evaluaciones cada 15 días, dentro de este periodo se procuró mantener la comunicación activa para que los participantes tengan la seguridad de sentirse acompañados durante la terapia, permitiéndoles además hacer cualquier pregunta en caso de presentarse alguna reacción desconocida para ellos, como alergia o algún cambio drástico en sus emociones y con la finalidad que el paciente no abandone la terapia.

3.5 INSTRUMENTOS:

Los instrumentos de evaluación que se empleó una báscula OMROM,

Figura 1: Balanza OMROM



Fuente: Angel Quizhpi

Glucómetro General Electric de 100 utilizado en el proyecto

Figura 2: Glucómetro General Electric 100



Fuente: Angel Quizhpi

Test emocional Flores de Bach

Figura 3: Test Flores de Bach

LOS 12 CURADORES
MINULUS (MINULO) C No. 20

PREGUNTAS

¿Se suborita con facilidad cuando trata con la gente?

¿Necesita siempre de alguien quien le acompañe, para realizar su diligencias?

¿Tiene miedo viajar en un avión, a tener cáncer, a salir a la calle?

¿Tiene miedo a enfermarse, a una operación, a tener un accidente, a hablar por teléfono, a estar con la gente que no conoce?

¿Tiene fobias a las arañas o a las alturas, o a subirse en un ascensor?

IMPATIENS (IMPACIENCIA) C No. 15

PREGUNTAS

¿Prefiere trabajar solo antes de esperar de otra persona y pierde la paciencia con personas lentas?

¿Cuando esta nervioso o inquieto tiene gestos o hace cosas como: rascarse la cabeza, hace sonar los dedos, balancea sillas, golpea sus dedos en la mesa y siempre esta pendiente del reloj?

¿De niño era intranquilo y no se podía estar quieto un rato?

¿Suelen terminar la frase que otra persona comenzó a decir?

¿Sufron de calambres, trastornos digestivos, gastritis, diarreas, torticolis, contracturas musculares, úlceras, se tira los cabellos o se comen las uñas?

CLEMATIS (CLEFATIDE) C No. 9

PREGUNTAS

¿Generalmente tiene el cuerpo pesado, esta ojeroso, pálido somnoliento, es sonámbulo de día y de noche?

¿Poco o nada le interesa lo que otros pudieran contarle?

¿Es Ud. de las personas que hacen castillos en el aire?

¿Le molesta mucho los ruidos y le cuesta mucho concentrarse?

¿En caso de enfermedad pone poco interés en cuidarse o curarse?

ACRIMONY C No. 1

PREGUNTAS

¿Tiene una opresión en el pecho, garganta o en la boca del estomago o se queda callado con tal de evitar peleas y discusiones?

¿Cuando tiene problemas necesita relajarse tomando alcohol, pastillas o algo que le haga sentir mejor, como levantarse por la noche a comer algo?

¿Tiene necesidad de disimular una situación desagradable con amabilidad?

¿Sufrir de tortura interior mental o algo físico le resulta torturante?

¿Guarda sus problemas bajo una máscara de alegría, bromas, chistes?

CHICORY (ACHICORIA) C No. 8

PREGUNTAS

¿Somete a otra persona o se hace la víctima?

¿Hace sentir culpables a sus seres queridos si no los obedecen?

¿Piensa que los demás son malagradecidos y no aprecian las cosas que hace por ellos?

¿Es usted muy demandante, que se aferra a ideas, objetos, sentimientos y personas?

¿Dirige y corrige la vida de sus hijos, siempre esta en todo?

VERVAIN (VERBENA) C No. 31

PREGUNTAS

¿Es impulsivo e idealista, fatiga a los demás con su exceso de energía?

¿Siempre están diciendo a los demás como deben hacer las cosas, e intenta actuar por ellos?

¿Se pasa enseñando y filosofando, es exagerado para todo?

¿Impone su felicidad, atropella a los demás con su entusiasmo?

¿Trata de convencer a los demás de que sus ideas son las correctas?

1

Fuente: Angel Quizhpi

Set de Flores de Bach usados para la preparación de las sinergias elegidas para el paciente.

Figura 4: Set Flores de Bach



Fuente: Angel Quizhpi

Implementos para la preparación de las esencias florales para de paciente.

Figura 5: Preparación Flores de Bach Para el Paciente



Fuente: Angel Quizhpi

Test emocional con el código de las emociones

Figura 6: Test de las Emociones

CUADRO EMOCIONES ATRAPADAS

	COLUMNA A	COLUMNA B
Fila 1	Abandono Traición Desamparo Perdido Amor no recibido	Esfuerzo no recibido Pena en el corazón Inseguridad Demasiada alegría Vulnerabilidad
Fila 2	Ansiedad Desesperación Asco Nerviosismo Preocupación	Fracaso Impotencia Desesperanza Falta de control Baja Autoestima
Fila 3	Llanto Desánimo Rechazo Tristeza Pesar	Confusión Desprotección Pena Profunda Autolesión Testarudez
Fila 4	Ira Amargura Culpa Odio Resentimiento	Depresión Frustración Indecisión Pánico No valorado
Fila 5	Censura Pavor Miedo Horror Fastidio	Conflicto Inseguridad Creativa Terror Sin apoyo Falta de personalidad
Fila 6	Humillación Celos Nostalgia Lujuria Agobio	Soberbia Vergüenza Choque Indignidad Desprecio

Fuente: Tomado Del libro Código de las Emociones

Tabla 1: Herramienta para la toma de datos

Nombre: Estatura: Edad: TELF: T P.R.

Dirección: F. de nacimiento Pers. de referencia

Fecha	Peso	BMI	%grasa	Músculo	Body Age	Vísceral Fat	%Agua	Masa ósea	Presión Arterial	K/calorías	Ind.Gluc
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		
									/		

Fuente: Angel Quizhpi

Los resultados se interpretan de la siguiente manera:

Un examen aleatorio de glucosa en la sangre. El nivel de glucosa en la sangre se expresa en miligramos de azúcar por decilitro (mg/dl) o milimoles de azúcar por litro (mmol/l) de sangre. Independientemente de cuándo haya sido la última vez que comió el paciente, entonces:

Menos de 100 mg/dl (5,6 mmol/l): se considera un nivel normal.

Entre 100 y 125 mg/dl (de 5,6 a 6,9 mmol/l): se diagnostica prediabetes.

Un nivel de 126 mg/dl (7 mmol/l) o más en dos pruebas distintas: se diagnostica diabetes, especialmente si también tienes síntomas asociados, como micción frecuente (Poliuria), mucha sed (polidipsia), aumento de apetito (polifagia) (14).

Se evaluará estado emocional mejoría que presenta luego del consumo de las esencias florales correspondiente

La evaluación inicial y la toma de datos personales para la elaboración de su respectiva ficha clínica y determinamos si la persona esta apta para el proyecto de Investigación, luego de la explicación.

3.6 PROCEDIMIENTO A REALIZAR: se procedió a la firma del consentimiento informado para la investigación donde además se les comprometió a los participantes asistir para las evaluaciones cada 15 días durante el periodo que dure la investigación. (

ANEXOS 3)

Entregando Material informativo a cerca de la terapia de las esencias florales y las terapias Alternativas.

3.7 VARIABLE INDEPENDIENTE

Aplicación de tratamiento con Flores de Bach de acuerdo a la interpretación emocional.

3.8 VARIABLE DEPENDIENTE

Estado de ánimo, Frecuencia cardiaca Frecuencia respiratoria, Temperatura, actividad, Escala de estrés.

- Métodos para obtención de datos y cumplimiento de objetivos

La obtención de información vendrá de la observación y comparación directa de datos obtenidos mediante el control periódico, que se realizará como mínimo cuatro evaluaciones en un espacio de 15 días entre cada una de ellas. (

ANEXOS 3)

- Métodos para análisis de resultados

Los métodos de análisis serán de tipo cuantitativo en cuanto a la comparación de las variables numéricas. (**Tabla 3**)

También serán de tipo cualitativo en cuanto al evaluación de estado de ánimo y mejoría.

3.9 CONSIDERACIONES ÉTICAS

La investigación se desarrolló respetando las Normas de confidencialidad de resultados entre los participantes y las normas éticas entregando los productos necesarios y las cantidades que sean necesarias para obtener un excelente resultado.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 DATOS RECOPIADOS ANTES:

Los presentes datos que hemos obtenido durante el estudio nos permiten hacer el siguiente análisis:

Tabla 2: Recopilación de información inicial

Paci ent e	Peso Ki los	I MC	%G asa	%Múscul o	asa Ví cera	G ucosa	Edad	Edad bi ol.	Emoci ona
1	60, 30	30, 80	49, 10	19, 70	13	145	67	78	8, 0
2	77, 10	29, 00	31, 30	29, 70	17	140	68	59	7, 0
3	64, 80	27, 00	42, 20	23, 90	8	154	50	57	7, 0
4	72, 90	30, 30	42, 50	25, 00	13	239	79	85	8, 0
5	56, 80	27, 00	41, 20	24, 00	11	145	77	77	6, 0
6	58, 20	25, 90	41, 00	23, 60	9	250	57	59	7, 0
7	61, 70	27, 20	41, 20	24, 30	13	145	76	74	7, 0
8	80, 00	38, 00	40, 00	21, 00	11	200	64	75	8, 0
9	55, 00	24, 40	35, 40	27, 20	7	170	44	49	5, 0
10	57, 90	27, 50	39, 80	25, 80	9	140	58	65	5, 0
11	99, 40	35, 20	26, 00	34, 32	20	200	60	70	8, 0
12	62, 00	23, 30	32, 30	28, 60	7	143	59	49	7, 0
13	78, 30	37, 20	53, 60	19, 90	14	174	56	79	8, 0
14	66, 10	26, 10	38, 30	26, 30	8	160	54	55	5, 0
15	73, 30	32, 60	49, 70	21, 40	8	135	33	60	5, 0
16	74, 50	28, 00	42, 70	24, 60	8	135	38	50	7, 0
17	74, 70	26, 80	38, 70	26, 70	7	160	38	40	7, 0
18	106, 50	36, 00	34, 50	29, 90	20	140	50	75	8, 0

Fuente: Angel Quizhpi

4.2 DATOS RECOPIADOS DESPUÉS DE TRATAMIENTO

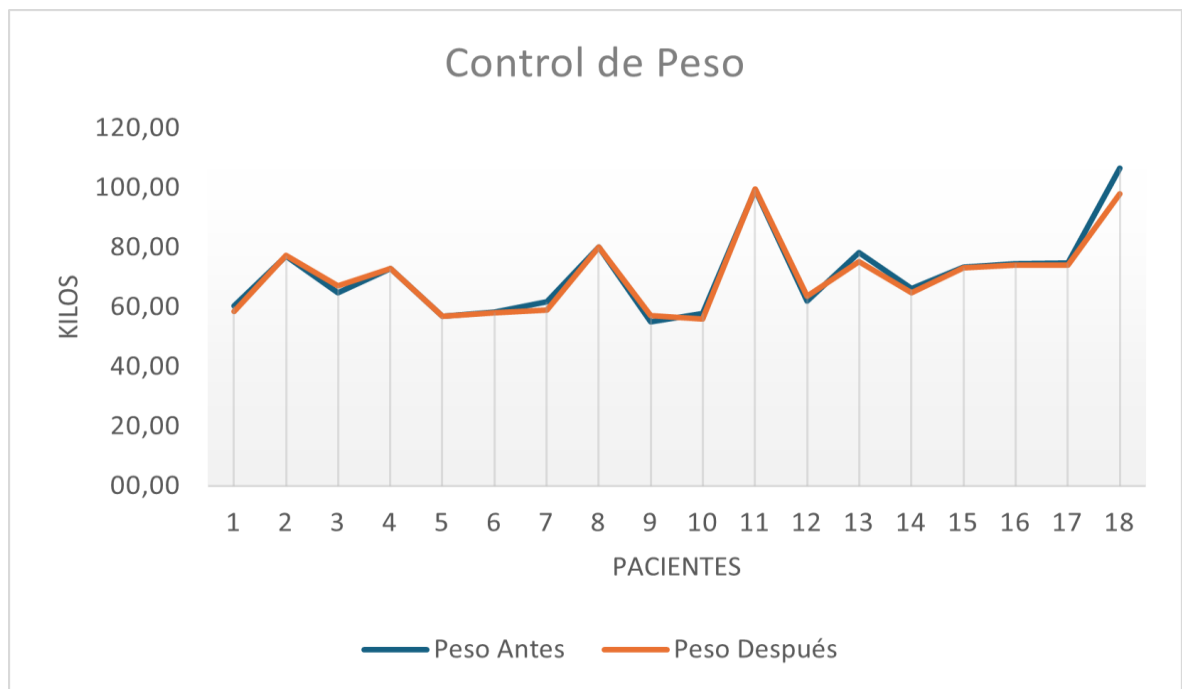
Tabla 3: Recopilación de información final

Paci ent e	Peso	I MC	%Gr asa	%Muscul o	G. Ví cer al	Gl ucosa	Edad	E. bi ol og.	Emoci ona
1	58, 40	30, 50	48, 60	20, 20	12	120	67	76	5
2	77, 20	29, 10	28, 90	31, 10	17	115	68	59	4
3	67, 10	27, 90	41, 90	24, 80	8	110	50	59	3
4	72, 90	30, 30	42, 50	25, 00	13	239	79	85	8
5	56, 80	27, 00	41, 20	24, 00	11	145	77	77	6
6	58, 00	25, 00	41, 00	23, 60	8	200	57	57	4
7	59, 00	25, 00	39, 00	25, 00	12	120	76	74	4
8	80, 00	37, 00	39, 00	20, 00	11	190	64	75	7
9	57, 00	24, 00	35, 00	28, 00	7	150	44	47	3
10	56, 00	26, 00	39, 00	25, 70	8	125	58	63	3
11	99, 45	35, 00	26, 00	34, 00	18	200	60	70	7
12	63, 60	23, 40	29, 30	30, 70	7	138	59	47	3
13	75, 20	36, 80	51, 80	20, 00	12	159	56	79	4
14	64, 70	26, 00	37, 10	26, 40	7	145	54	54	3
15	73, 00	32, 00	49, 30	21, 00	8	135	33	60	5
16	74, 00	28, 00	42, 00	24, 20	7	130	38	48	5
17	74, 10	25, 60	35, 30	28, 40	6	140	38	41	3
18	98, 00	33, 10	32, 80	31, 20	18	140	50	58	6

Fuente: Angel Quizhpi

4.3 ANÁLISIS DE ÍNDICES DE PESO

Tabla 4: Comparativo peso Antes VS. Después



Fuente: Angel Quizhpi

Con este cuadro podemos determinar que en cierta forma la diabetes tipo 2 tiene una relación directa con el sobre peso y sus respectivo Índice de Masa Corporal (IMC), datos que han disminuido levemente luego del tratamiento de flores de Bach y las terapias emocionales.

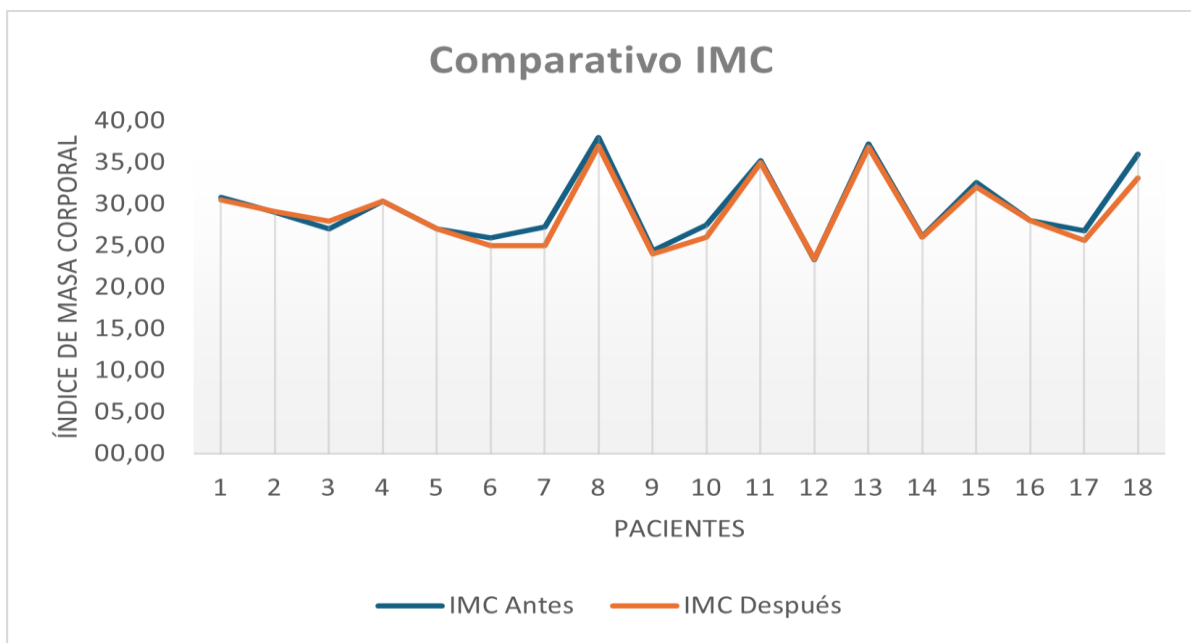
4.4 COMPARACIÓN DE DATOS DE ÍNDICE DE MASA CORPORAL

Para este estudio se ha considerado el índice de masa corporal (IMC) como una variable importante para evaluar el peso en relación con la talla y gracias a la tecnología de bio impedancia se pueda considerar, además, la edad, y la actividad física del paciente y determinar si tiene sobrepeso u obesidad. Aunque el IMC es una herramienta útil, es

importante reconocer que no es una medida única y que existen otras variables que también influyen en el desarrollo de enfermedades como la diabetes tipo 2.

Numerosos estudios epidemiológicos han demostrado una fuerte asociación entre el aumento del IMC y el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Tabla 5: Comparativo índice de Masa corporal



Fuente: Angel Quizhpi

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido los siguientes rangos de IMC para adultos:

Tabla 6: Índice de Masa Corporal

Índice de Masa Corporal
Menos de 18,5: Bajo peso
De 18,5 a 24,9: Peso normal
De 25 a 29,9: Sobrepeso

De 30 o más: Obesidad

Fuente: Organización Mundial de la Salud

Del cuadro anterior podemos observar que los participantes están realmente sobre los porcentajes mínimos requeridos, además nos permite ver una leve disminución luego del uso de las distintas terapias naturales como las florales Bach.

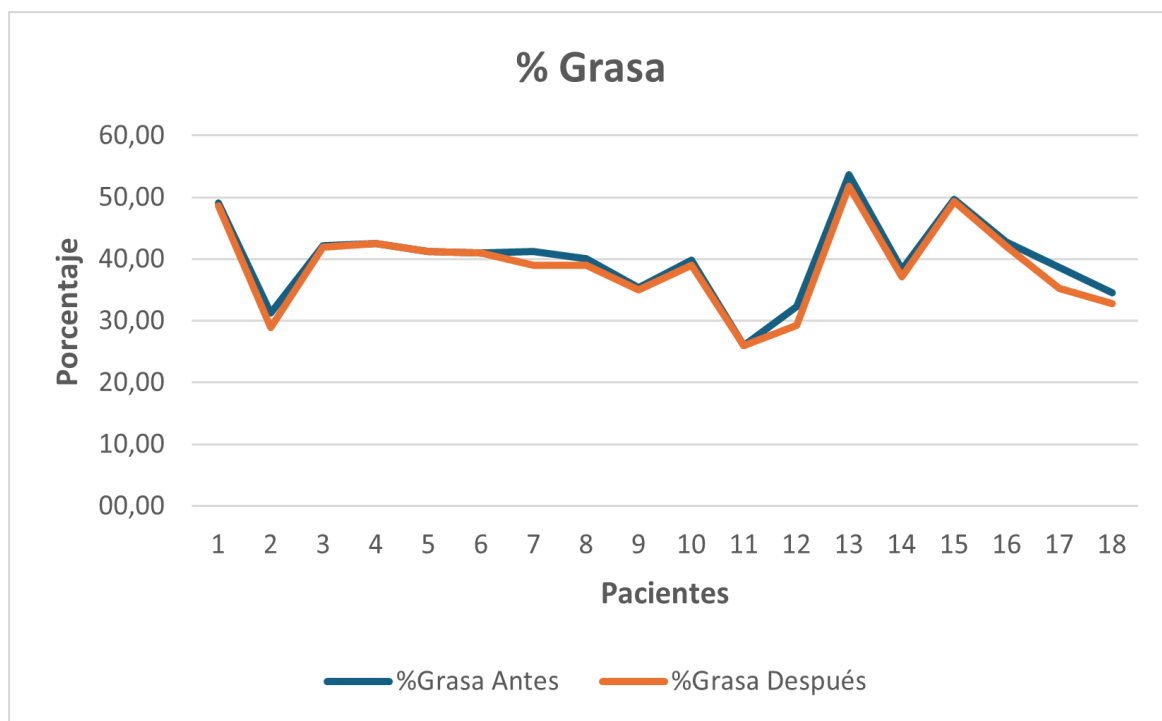
4.5 PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL

El porcentaje de grasa corporal es un indicador clave del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, incluso si la persona observa que su IMC se encuentra dentro de los rangos considerados normales.

Al comprender la relación entre la grasa corporal y la resistencia a la insulina de los participantes pudimos adoptar medidas correctivas, preventivas y terapéuticas más efectivas, realistas y personalizadas. Como una combinación de dieta saludable, ejercicio regular y control del peso puede ayudar a reducir el porcentaje de grasa corporal y mejorar la salud metabólica en general.

El tejido adiposo, o grasa corporal, desempeña un papel crucial en la regulación de la glucosa en sangre. Cuando se acumula en exceso, especialmente en la región abdominal, altera el equilibrio hormonal y la sensibilidad a la insulina.

Tabla 7: Comparativo porcentaje de gras en general



Fuente: Angel Quizhpi

El porcentaje de grasa corporal utilizado en este proyecto fue que mide la báscula Omron, es una estimación de la cantidad de grasa que hay en el cuerpo en relación con el peso total. Se calcula utilizando un método llamado bioimpedancia eléctrica, que mide la resistencia del cuerpo al paso de una corriente eléctrica. La cantidad de grasa en el cuerpo afecta la resistencia de la corriente eléctrica, por lo que la báscula puede usar esta información para estimar el porcentaje de grasa corporal.

El porcentaje de grasa corporal se clasifica en diferentes rangos para hombres y mujeres, y considera la edad del usuario para proporcionar una evaluación más precisa. Los rangos generales son los siguientes:

Tabla 8: Referencia porcentajes de grasa corporal

Hombres:	Mujeres:
Menos del 10%: Muy bajo	Menos del 16%: Muy bajo
Del 10% al 19%: Bajo	Del 16% al 24%: Bajo
Del 20% al 25%: Normal	Del 25% al 31%: Normal
Del 26% al 31%: Moderadamente alto	Del 32% al 38%: Moderadamente alto
Más del 31%: Alto	Más del 38%: Alto

Fuente: Angel Quizhpi

Podemos entonces observar también en estos datos una ligera disminución luego del periodo de tratamiento de la terapia floral (flores de Bach) y las otras terapias emocionales complementarias.

4.6 EVALUACIÓN MASA MUSCULAR

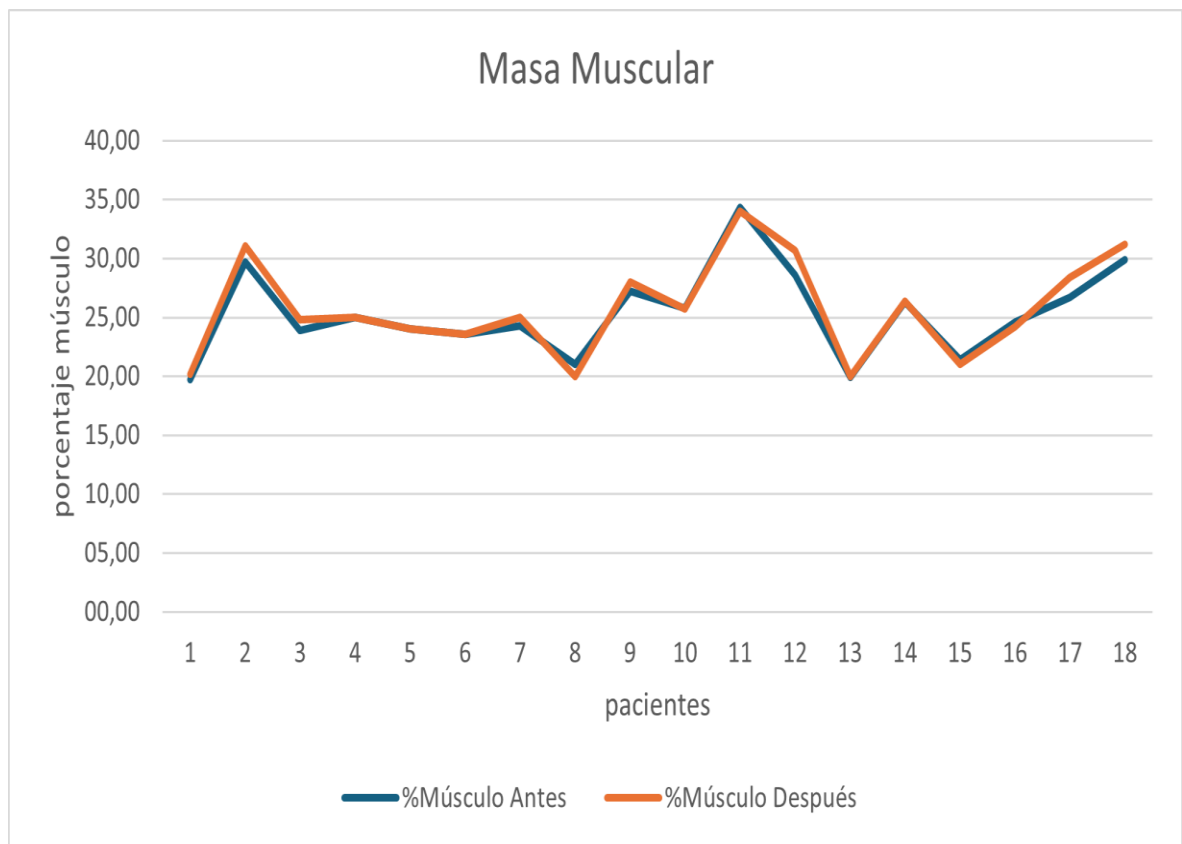
La masa muscular no es solo un indicador estético, sino un tejido metabólicamente activo que desempeña un papel fundamental en el control de la glucosa. A diferencia del tejido adiposo, el músculo es capaz de captar la glucosa de la sangre de forma independiente de la insulina, lo que ayuda a regular los niveles de azúcar en sangre.

Además, el músculo es un gran consumidor de glucosa durante el ejercicio, lo que contribuye a mejorar la sensibilidad a la insulina.

Aumentar el gasto energético ya que el músculo en reposo consume más calorías que el tejido adiposo, lo que facilita el control del peso y la pérdida de grasa, factores de riesgo para la diabetes.

Reducir la inflamación crónica que está asociada con la resistencia a la insulina y la diabetes tipo 2. El ejercicio físico, que ayuda a aumentar la masa muscular, tiene efectos antiinflamatorios.

Tabla 9: Comparativo masa muscular

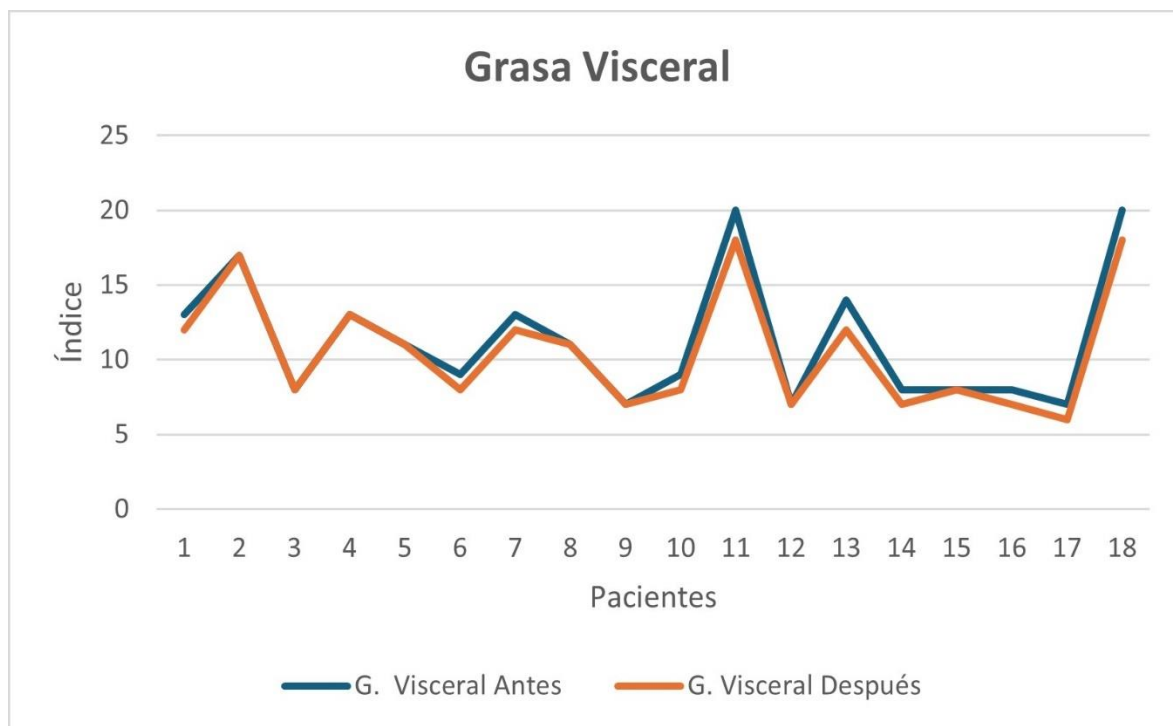


Fuente: Angel Quizhpi

La tecnología de bioimpedancia utilizada para estimar el porcentaje de masa muscular en los participantes del proyecto nos ha permitido obtener datos importantes para la comparación de antes y después del proceso terapéutico emocional realizado a los pacientes con diabetes tipo 2. Donde podemos determinar que, existe una ganancia significativa en el porcentaje de masa muscular luego de las terapias.

4.7 ANÁLISIS DE LA GRASA VISCERAL

Tabla 10: Comparativo Grasa Visceral



Fuente: Angel Quizhpi

El porcentaje de grasa visceral nos indica la cantidad de grasa que se acumula alrededor de los órganos internos, principalmente en el abdomen. Esta grasa, a diferencia de la grasa subcutánea (que se encuentra debajo de la piel), es metabólicamente activa y se asocia con un mayor riesgo de problemas de salud, como:

Enfermedad cardíaca donde La grasa visceral libera sustancias químicas que pueden inflamar las arterias y aumentar la presión arterial, lo que aumenta el riesgo de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares.

La grasa visceral dificulta que el cuerpo responda a la insulina, lo que puede conducir a la diabetes tipo 2.

La grasa visceral se ha relacionado con un mayor riesgo de cáncer de colon, mama y endometrio.

La grasa visceral puede acumularse en el hígado y provocar hígado graso, que puede dañar el hígado y aumentar el riesgo de cirrosis y cáncer de hígado.

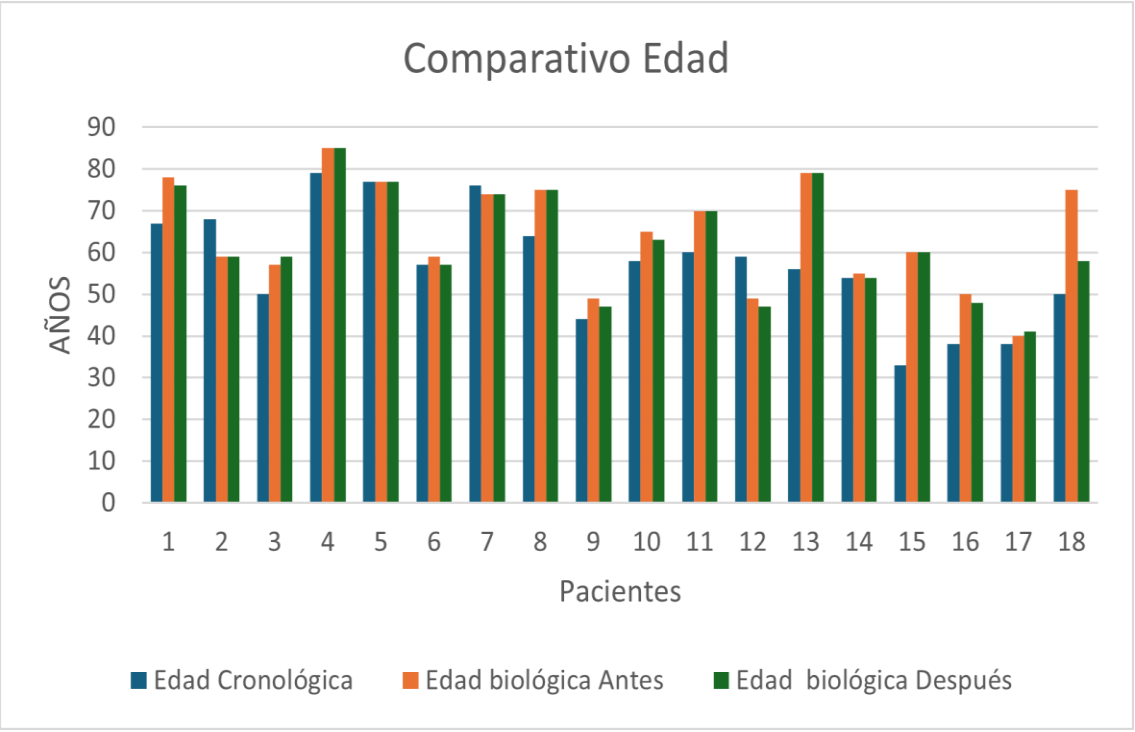
4.8 ANÁLISIS EDAD BIOLÓGICA

La edad biológica es una medida dinámica que refleja el desgaste acumulado en nuestro organismo a lo largo del tiempo. Al proporcionarnos una medida más precisa del envejecimiento que la edad cronológica, la edad biológica nos permitió ayudar a identificar a las personas en mayor riesgo de desarrollar agravamiento con la diabetes tipo 2.

Comprender los factores que influyen en la edad biológica como la genética, el estilo de vida, la dieta, el nivel de actividad física, la calidad de sueño, las enfermedades crónicas, el medio ambiente y su relación con la diabetes tipo 2, nos permitió desarrollar estrategias de prevención y tratamiento más efectivas para los participantes en el proyecto.

Además, el seguimiento de la edad biológica a lo largo del proyecto sirvió como un indicador de la eficacia de las intervenciones terapéuticas en las personas participantes.

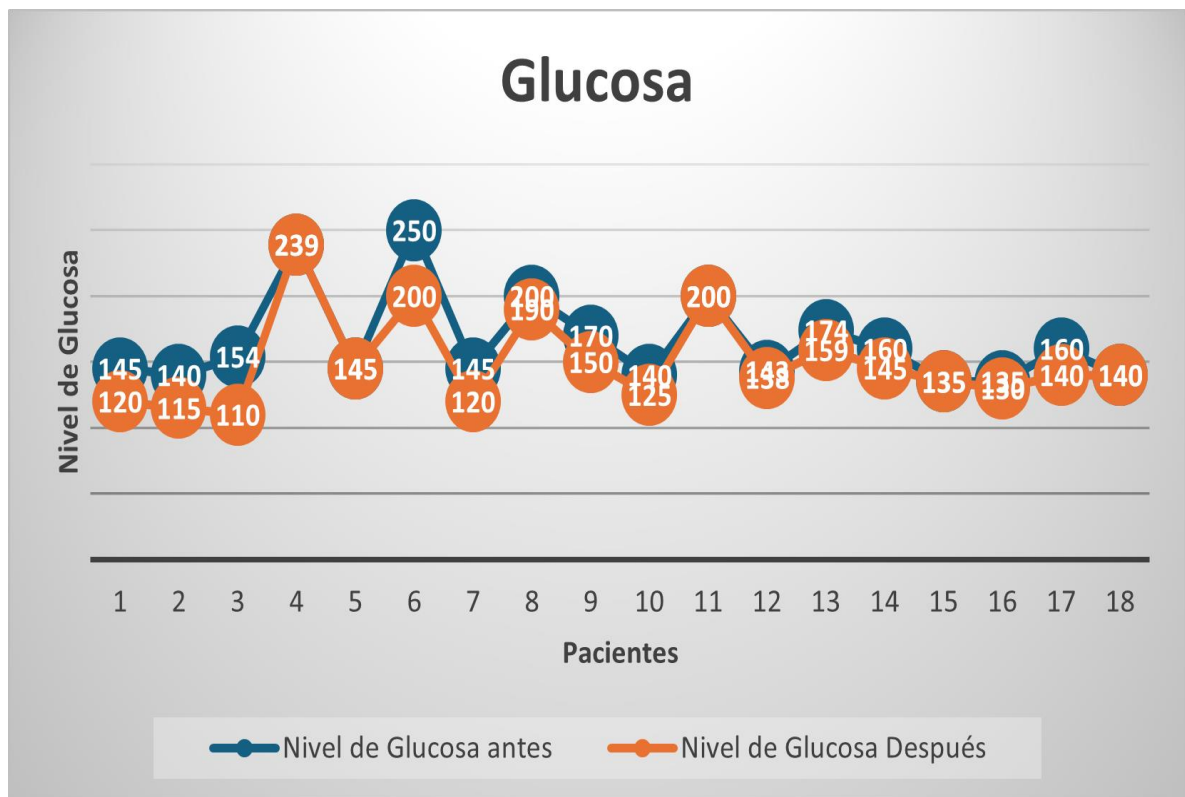
Tabla 11: Edad biológica (Edad de órganos)



Fuente: Angel Quizhpi

4.9 ANÁLISIS DE ÍNDICES GLUCOSA

Tabla 12: Comparación de Glucosa



Fuente: Angel Quizhpi

Como ya pudimos analizar, los niveles de glucosa en sangre, o azúcar en sangre, representan la cantidad de glucosa disuelta en el torrente sanguíneo, que en el caso de las personas diabéticas tipo 2, es necesario tener una observación periódica para procurar mantenerlo en los rangos aceptables para evitar que esta enfermedad vaya deteriorando más la salud del diabético. Lo que justamente ha sido objeto de este estudio, colaborando con las esencias florales (Flores de Bach) y las terapias emocionales, para así permitirle dar una manera de alivio al diabético, liberando las emociones que le estresan y permitiendo que el cuerpo pueda funcionar de una mejor manera.

4.10 ANÁLISIS ASPECTO EMOCIONAL

Vivir con una enfermedad crónica como la diabetes tipo 2 puede ser un desafío emocional. La persona con diabetes tipo 2 Puede experimentar una variedad de emociones, como:

La depresión que es una complicación común de la persona con diabetes. Puede causarle tristeza, pérdida de interés en actividades, cambios en el apetito y dificultad para dormir.

El negarse a creer que tiene diabetes o no querer aceptar los cambios en el estilo de vida que necesita hacer para controlar su enfermedad.

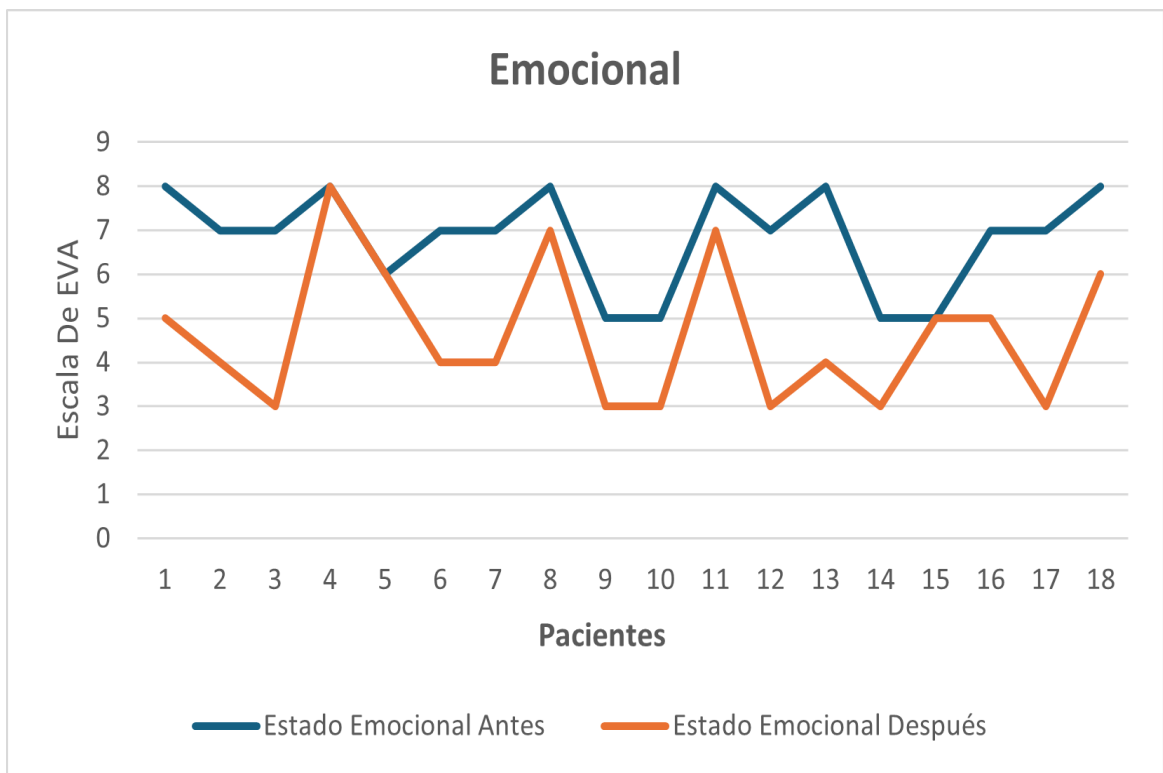
Puede sentirse enojado por su diagnóstico o por las dificultades de controlar la enfermedad

Además de sentirse frustrado por los altibajos del control de su azúcar en la sangre o las limitaciones que la diabetes impone en su vida.

Y tener miedo junto con la culpabilidad por sus hábitos alimenticios o por no controlar mejor su diabetes, además de realizar la evaluación de emociones (**ANEXOS 6:Proceso de borrado emocional**)

Por todas las razones anteriores hemos optado por ayudar a estas personas con una alternativa para sobrellevar la enfermedad con menos cargas emocionales, mediante los tratamientos con las terapias florales y hemos visto en la necesidad de implementar algunas terapias adicionales que nos permitan conseguir nuestros objetivos, el de ser una ayuda a las personas con diabetes tipo 2, permitiéndonos obtener resultados que validan el uso de las terapias florales. (ver siguiente cuadro)

Tabla 13: Comparación de aspecto Emocional



Fuente: Angel Quizhpi

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES:

Con este estudio hemos podido dar como valida la hipótesis “Los tratamientos con terapias emocionales además de la terapia floral (flores de Bach) facilitará la estabilidad emocional del paciente diabético, disminuyendo los signos y síntomas ya que recuperará el equilibrio energético y emocional del mismo”

Ya que las esencias florales, junto con el trabajo emocional, resultaron ser un acompañamiento útil para mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes tipo 2, sin reemplazar los respectivos tratamientos médicos.

El presente estudio ha permitido identificar mejor los signos emocionales que influyen en la calidad de vida de los participantes, además se pudo encontrar algunas deficiencias en cuanto a llevar y mejorar problemas de diabetes, como el desconocimiento de las distintas actividades que se pueden complementar con los tratamientos médicos que lleva al paciente. Ya que tanto las esencias florales (Flores de Bach), así, como las terapias naturales son aspectos complementarios a realizar para la recuperación de su estado de ánimo y de su salud emocional en general.

Se encontraron evidencias que sugieren que las esencias florales pueden ayudar a manejar y mejorar algunos aspectos de la diabetes.

Es importante destacar que las esencias florales y el trabajo emocional no reemplazan los tratamientos médicos, sino que son complementos para mejorar el estado de ánimo y la salud emocional en general de los pacientes.

5.1.1 ASPECTOS RELEVANTES:

El estudio no indujo a los participantes a abandonar sus tratamientos médicos, sino que enfatizó el carácter complementario de las esencias florales y el trabajo emocional realizado.

Se destaca además la importancia de desarrollar mayor investigación para comprender mejor los mecanismos por los cuales las esencias florales pueden influir en la mejora de los pacientes con diabetes.

Sin embargo, los resultados del estudio ofrecen una perspectiva esperanzadora para el uso de las esencias florales como complemento en el manejo de la diabetes tipo 2 y el bienestar emocional de las personas que la padecen.

Por tratarse de una patología que tiene diversos orígenes se ha incluido la colaboración familiar en la participación más activa con el paciente, dándole más atención y comprensión para que el paciente no se sienta solo en esta lucha con la enfermedad de la diabetes.

Es importante entonces, que los familiares comprendan lo básico de la diabetes, como los tipos de diabetes, los síntomas, el tratamiento y las complicaciones. Esto les permitirá comprender mejor las necesidades del paciente, ayudando con el manejo de la dieta y el ejercicio que son componentes cruciales del tratamiento.

Los familiares pueden ofrecer apoyo emocional al paciente, escuchar sus inquietudes y motivar al paciente a seguir su plan de tratamiento, alentarlos a alcanzar sus metas y celebrar sus éxitos.

Los resultados de este proyecto han sido muy satisfactorios para los pacientes y el investigador; además, en lo personal, he conseguido ampliar mi visión de las terapias complementarias que se pueden aplicar no solamente en el tratamiento de la diabetes sino también en las diversas patologías que presenta los consultantes.

5.2 RECOMENDACIONES:

La terapia floral de Bach, en conjunto con otras terapias complementarias, puede ser un aliado valioso en el tratamiento de la Diabetes tipo 2. Al abordar las emociones y patrones negativos que pueden estar influyendo en la enfermedad, estas terapias pueden contribuir a mejorar el control glucémico, el estado de ánimo, la calidad del sueño y la calidad de vida en general de los pacientes.

- Se resalta la necesidad de realizar más investigaciones para comprender mejor los mecanismos de acción de las esencias florales en la diabetes.
- Se sugiere explorar la aplicación de las esencias florales en otras patologías.

BIBLIOGRAFÍA

1. (OPS) OPdIS. Organización Panamericana de la Salud. [Online].; 2023. Acceso 27 de MAYO de 2020. Disponible en:
<https://www.paho.org/es/temas/diabetes#:~:text=La%20diabetes%20es%20una%20enfermedad,los%20ri%C3%B1ones%20y%20los%20nervios.>
2. Association AD. Association, American Diabetes. [Online]; 2010. Acceso 28 de MAYO de 2024. Disponible en:
[https://diabetesjournals.org/care/article/33/Supplement_1/S62/25777/Diagnosis-and-Classification-of-Diabetes-Mellitus.](https://diabetesjournals.org/care/article/33/Supplement_1/S62/25777/Diagnosis-and-Classification-of-Diabetes-Mellitus)
3. Organizacion Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2023. Acceso 11 de 06 de 2024. Disponible en: [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes.](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes)
4. Unidas N. Día mundial de la diabetes. [Online]; 2021. Acceso 11 de 07 de 2024. Disponible en:
[https://www.un.org/es/observances/diabetes-day#:~:text=La%20diabetes%20es%20una%20enfermedad,del%20az%C3%BAcar%20en%20la%20sangre\).](https://www.un.org/es/observances/diabetes-day#:~:text=La%20diabetes%20es%20una%20enfermedad,del%20az%C3%BAcar%20en%20la%20sangre).)
5. Paz Ibarra JL. Síndrome poliuria - polidipsia de causa autoinmune en el posparto de una mujer de 27 años. [Online].; 2021. Acceso 18 de 06 de 2024. Disponible en:
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_serial&pid=2304-5132&lng=es&nrm=iso.](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_serial&pid=2304-5132&lng=es&nrm=iso)
6. Fletcher J. Fatiga por diabetes: Causas, cómo controlarla y cuándo ir al doctor. [Online]; 2019. Acceso 20 de 06 de 2024. Disponible en:
[https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/fatiga-por-diabetes.](https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/fatiga-por-diabetes)

7. Figueroa López. LA NUEVA FORMA DE TRATAR LA DIABETES Y OBESIDAD. [Online]; 2024.
Acceso 20 de 06de 2024. Disponible en: <https://www.clivi.com.mx/blog/perdida-de-peso-por-diabetes>.
8. Bermello García MI, Raffo Babici V, Calderón Cisneros JT. Conocimiento, Actitudes y Prácticas: Riesgos que Inciden al Desarrollo de Diabetes en Adultos Mayores. [Online]; 2014. Acceso 18 de 06de 2024. Disponible en: <https://doi.org/10.47606/ACVEN/ACLIB0012>.
9. Ortega Amaro, MA, Azuara Pugliese V, Sánchez M, Armando y Echeverria S. Evolución y perspectivas de la gestión organizacional ante los. Primera edición, febrero de 2024. Salinas de Hidalgo, San Luis Potosí. 2024; 1(ISBN: 978-607-535-387-6).
- 1 Digestivas INdIDyE. MedlinePlus en español. [Online]; 2024. Acceso 6 de juniode 2024.
0. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/bloodglucose.html>.
- 1 Equipo editorial, Etecé. De: Argentina. Concepto.de. [Online]; 2021. Acceso 19 de 06de 2024.
1. Disponible en: <https://concepto.de/incertidumbre/>.
- 1 <https://www.yoganisha.org/yoganisha/>. YOGANESHA. [Online].; 2024. Acceso 12 de 06 de
2. 2024. Disponible en: <https://www.yoganisha.org/el-yo-superior-y-las-causas-reales-de-las-enfermedades/>.
- 1 Contero B F. Grupos emocionales y esencias florales de Bach. En Solis IST"MA, editor. Modulo
3. de Flores de Bach. Riobamba: Instituto Superior Tecnológico "Dr Misael Acosta Solis; 2020. p.
2011.
- 1 Clinic, Mayo. Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales.
4. [Online].; 2023. Acceso 17 de 06 de 2024. Disponible en:
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/type-2-diabetes/diagnosis-treatment/drc-20351199>.

- 1 National Institutes of Health. Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y
5. Renales. [Online]; 2024. Acceso 17 de 06de 2024. Disponible en:
<https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/sintomas-causas#type2>.

ANEXOS

ANEXO 1: Modelo de Historia clínica Utilizada Proporcionada por Instituto Universitario Misael Acosta Solís.

 MISAEAL ACOSTA INSTITUTO UNIVERSITARIO	
Fecha: _____	Historia N°: _____
DATOS DE IDENTIFICACIÓN:	
Nombre y Apellido: _____	Edad: _____ Cédula: _____
Fecha de nacimiento: _____	Nivel de instrucción: _____ Ocupación: _____
Dirección: _____	Teléfono: _____
Estado civil: _____	Religión: _____ Autoidentificación Étnica: _____
Persona de referencia: _____	Teléfono: _____
ANAMNESIS:	
Motivo de consulta: _____	
Historia de la enfermedad actual: _____ _____ _____	
Antecedentes patológicos personales: _____ _____ _____	
Antecedentes patológicos familiares: _____ _____ _____	
Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio-laboral) _____ _____ _____	
Gineco-obstétrica: _____ _____ _____	
Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias) _____ _____ _____	
Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros) _____ _____ _____	
REVISIÓN POR APARATOS Y SISTEMAS (lo referido en la enfermedad actual)	
1. S. Tegumentario: _____	
2. S. Cardiovascular: _____	
3. S. Respiratorio: _____	
4. S. Digestivo: _____	
5. S. Genitourinario: _____	
6. SOMA: _____	
7. S. Linfático: _____	
8. S. Nervioso: _____	
EXAMEN FÍSICO GENERAL	
Signos vitales: Peso: _____ Talla: _____ IMC: _____	
F.C.: _____ /min F.R.: _____ /min T.A.: _____ /mmHg T°: _____ Sat.O2: _____ %	
Paciente _____	



Biotipo:

Facies:

Actitud y postura:

Piel y mucosa:

Pelo y uñas:

Cabeza:

Cuello:

Ojos:

Nariz:

Boca:

Orofaringe:

.....

Corazón:

.....

Pulmones:

.....

Abdomen:

.....

Región inguinogenital:

Región lumbar:

Extremidades Superiores:

Extremidades Inferiores:

VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Radiestesia, Floral, Medicina Oriental, Pre-test, Iridología)

.....

.....

.....

VALORACIÓN PRESUNTIVA NATUROPÁTICA:

.....

VALORACIÓN DEFINITIVA:

.....

PLAN TERAPÉUTICO:

.....

.....

.....

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud que me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sido informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de autorizar dicho procedimiento.

Nombre del paciente: Cédula de ciudadanía: Firma del paciente:

Nombre del terapeuta: _____

[illegible]

ANEXOS 2: Historia clínica llena.

Fecha: 27/05/2024

Historia N°: 1

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Nombre y Apellido: NN

Edad: 68

Cédula: 030058XXX-1

Fecha de nacimiento: 20/12/1955 Nivel de instrucción: Primaria Ocupación: Ama de Casa

Dirección: Biblián Cochaguico

Teléfono: 0231xx7

Estado civil: Casado

Religión: Católica

Autoidentificación Étnica: Mestizo

Persona de referencia: NN (esposo).

Teléfono: 09870085xx

ANAMNESIS:

Motivo de consulta: mucha sed y deseos frecuentes de ir al baño.

Historia de la enfermedad actual: Paciente femenina de 68 años, refiere que desde hace aproximadamente hace 5 años presenta mareos de cabeza, dolor de rodillas, cabeza y articulaciones con una intensidad de 8/10 en la escala de EVA, como causa aparente que hace 6 años su hija viajó al exterior lo cual le provocó mucha tristeza y soledad y poco a poco fue perdiendo la fuerza física, está acompañado con cansancio corporal, paciente refiere que toma medicación: Glucofex toma para la diabetes, viendo que no existe cambios con lo que está haciendo, acude al consulta llamada por el proyecto de investigación.

Antecedentes patológicos personales:

APP: Hipotiroidismo

APX: No refiere

Alergias: No refiere

Antecedentes patológicos familiares:

APF: Mamá tiene Osteoporosis, hermanos tiene diabetes.

Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio laboral)

Paciente vive con su esposo, y manifiesta que él es muy de mal carácter y refiere que hay mucha tensión por su parte ella tiene muchas iras, ansiedad, tristeza, siente que no valoran lo que ella hace.

Gineco-obstétrica:

Menarquia: 13 años, FUM: 05/08/2001 hace 23 años se cortó su ciclo menstrual,

E:7 A:0 PN:7 C:0 HV:7 HM:3

Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias)

Sueño de 5 horas, Micción: 6v/d, Defecación: 2v/d, Ejercicio: No refiere, Tabaco: No refiere:

Alcohol: No refiere, medicación: glucofer y tiroidea, terapias: no refiere

Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros)

Come 3 veces al día su comida es variada y se hidrata con 2 o más lts. de agua diariamente.

REVISIÓN POR APARATOS Y SISTEMAS (lo referido en la enfermedad actual)

1. S. Tegumentario:
2. S. Cardiovascular:
3. S. Respiratorio:
4. S. Digestivo: Polidipsia,
5. S. Genitourinario: Poliuria
6. SOMA: Artrosis, Artritis.
7. S. Linfático:
8. S. Nervioso: Sistema Nervioso Alterado.

EXAMEN FÍSICO GENERAL

Signos vitales: Peso: 63 kg Talla: 140 cm IMC: 32.14

F.C.: 75 /min F.R.: 16 /min T.A.: 130/ 74 mmHg T°: 35 Sat.O2 90 %

Paciente consciente, despierta, orientada en tiempo, espacio y persona

Biotipo: Endomorfo

Facies: Depresiva

Actitud y postura: bipedestación sedente

Piel y mucosa: Piel elástica y turgencia conservada, mucosas húmedas rosadas

Pelo y uñas: cabello de implementación normal de acorde a la edad y sexo, llenado capilar insuficiente

Cabeza: Normo encefálica

Cuello: no presencia de adenopatías

Ojos: pupilas normo isocóricas, normo reactivas a la luz y acomodación.

Nariz: no se evidencia secreción, mucosas rosadas.

Boca: mucosas orales hidratadas, prótesis en buen estado.

Orofaringe: no congestiva, no eritematosa, no hiperémica

Corazón: R1 y R2 rítmicos con el pulso, no presencia de ruidos sobreañadidos

Pulmones: murmullo vesicular conservado, no ruidos sobreañadidos.

Abdomen: Dolor a la palpación superficial profunda a nivel de hipogástrico presentes, positivos (+) con ruidos y presencia de pirosis

Región inguinogenital: No valorada

Región lumbar: puño percusión negativa izq.(+) der (+) puntos ureterales izq (+) der (+) prueba de lassege positiva.

Extremidades Superiores: tono y fuerza no conservada, no presencia de edemas.

Extremidades Inferiores: tono y fuerza no conservada, no presencia de edemas.

VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Radiestesia, Floral, Medicina Oriental, Pre-test, Iridología)

Reflexología: dolor a nivel de puntos reflejos de rodillas, con presencia de masas y arenillas

Pre test: desequilibrio en el plano estructural y en el plano psicológico.

VALORACIÓN PRESUNTIVA NATUROPÁTICA:

Diabetes tipo 2

Desequilibrio emocional

VALORACIÓN DEFINITIVA:

Diabetes Tipo 2, inicio de artritis

PLAN TERAPÉUTICO:

1. Medidas Generales: Alimentarse preferentemente con más proteína, hacer ejercicio de fuerza, hacer grounding, respiración consciente.
2. Masaje tonificante 6 secciones 1 sesión semanal ó, según evolución
3. Terapia Floral: Una sinergia de: Sweet Chesnut, Pine, Mimulus, Willow, Vine, Aspen, Larch, Star of Bethlehem. Ó según resultado de test emocional
4. Control cada 8 días
5. Terapia Emocional (Código de Emociones)
6. Biomagnetismo

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud que me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sido informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de Fuenteizar dicho procedimiento.

Nombre del paciente:

Cédula de ciudadanía:

Firma del paciente:

Nombre del terapeuta: _____

Historia Clínica

HOJA DE EVOLUCIÓN CLÍNICA

FECHA			EVOLUCIÓN	INDICACIONES
D	M	A		
27	05	2024	Paciente femenina de 68 años, refiere que desde hace aproximadamente hace 5 años presenta mareos de cabeza, dolor de rodillas y articulaciones con una intensidad de 8/10 en la escala de EVA, siente tristeza y soledad y poco a poco fue perdiendo la fuerza física, acompañado de cansancio corporal, paciente refiere que le diagnosticaron diabetes tipo 2 y toma Glucofex, para la diabetes. Peso: 63 kg, Talla: 140 cm, IMC: 32.14, F.C.: 75 /min, F.R.: 16 /min, T.A.: 130/74 mmHg, T°: 35, Sat.O2 90 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 46.3, % Músculo: 22.1, Edad Corporal: 76 años, % Grasa Visceral 13, Glucosa: 145. Próxima cita: 01/06/2024	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 8 semanas. 2. Flores de Bach, se elaboró una sinergia de Sweet Chesnut, Pine, Mimulus, Willow: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: utilizar una Alimentación rica en proteínas como carne de pollo y granos maduros que aportan más proteínas al cuerpo. 4. Grounding: caminar descalza sobre el llano o la tierra durante 15 min diarios. 5. Borrar Emociones Atrapadas de la Tristeza y la Culpa. Angel Quizphi Terapeuta.
03	06	2024	Paciente refiere encontrarse más tranquila, ha realizado cambios en su alimentación, pero le cuesta acostumbrarse a los cambios, en cuanto al dolor de articulaciones	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 6 semanas. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Sweet Chesnut, Pine, Mimulus, Willow: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual.

			refiere sentirse mejor en la escala de EVA 6/10, Peso: 60 kg, Talla: 140 cm, IMC: 30.01, F.C.: 75 /min, F.R.: 16 /min, T.A.: 130/74 mmHg, T°: 35, Sat.O2 92 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 43, % Músculo: 22, Edad Corporal: 76 años, % Grasa Visceral 11, Glucosa: 140. Próxima Cita: 10/06/2024	3. Trofología: utilizar una suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 15 min diarios. 5. Borrar Emociones Atrapadas del Miedo y la Angustia. Angel Quizphi Terapeuta.
10	06	2024	Paciente refiere encontrarse más tranquila, ha realizado cambios en su alimentación, pero le cuesta acostumbrarse a los cambios, en cuanto al dolor de articulaciones refiere sentirse mejor en la escala de EVA 6/10, Peso: 58 kg, Talla: 140 cm, IMC: 29.59, F.C.: 75 /min, F.R.: 16 /min, T.A.: 130/74 mmHg, T°: 35, Sat.O2 92 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 40, % Músculo: 22.7, Edad Corporal: 74 años, % Grasa Visceral 11, Glucosa: 142 Próxima Cita: 18/06/2024	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 5 semanas. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Sweet Chesnut, Pine, Mimulus, Vine, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 20 min diarios. 5. Borrar Emociones Atrapadas de Soledad y Desesperanza. Angel Quizphi Terapeuta.

18	06	2024	Paciente refiere encontrarse mejor con los cambios, en sus articulaciones refiere sentirse mejor en la escala de EVA 4/10, Peso: 56 kg, Talla: 140 cm, IMC: 28.57, F.C.: 75 /min, F.R.: 16 /min, T.A.: 130/74 mmHg, T°: 36, Sat.O2 93 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 38, % Músculo: 23, Edad Corporal: 70 años, % Grasa Visceral 10, Glucosa: 138 Próxima Cita: 26/06/2024	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 4 semanas más. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Sweet Chesnut, Pine, Mimulus, Vine, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 20 min diarios. 5. Borrar Emociones Atrapadas de Rechazo y abandono. Angel Quizphi Terapeuta.
26	06	2024	Paciente refiere encontrarse mejor con los cambios, en sus articulaciones refiere sentirse mejor en la escala de EVA 4/10, Peso: 56 kg, Talla: 140 cm, IMC: 28.57, F.C.: 75 /min, F.R.: 16 /min, T.A.: 130/74 mmHg, T°: 36, Sat.O2 93 %, Datos antropométricos adicionales:	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 3 semanas más. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Larch, Star of Bethlehem, Mimulus, Vine, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica

			% Grasa: 38, % Músculo: 23, Edad Corporal: 70 años, % Grasa visceral 10, Glucosa: 138 Próxima Cita: 03/07/2024	en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 20 min diarios, incrementar el trabajo muscular levantando pesos de 1lb en cada brazo, además de realizar ejercicios respiratorios abdominales tal cual se indicó 10 min. 5. Borrar Emociones Atrapadas de Rechazo y abandono. Angel Quizphi Terapeuta.
03	07	2024	Paciente refiere encontrarse mejor manifiesta que controla su temperamento y que ha decidido vivir su vida dejando de controlar a su familia, sus articulaciones están mucho mejor refiere sentirse mejor en la escala de EVA 3/10, y refiere que le gusta venir a la terapia, su vida está más en calma. Peso: 53 kg, Talla: 140 cm, IMC: 27.04, F.C.: 76 /min, F.R.: 17 /min, T.A.: 130/80 mmHg, T°: 36, Sat.O2 95 %, Datos antropométricos adicionales:	1. Masaje Relajante repetir 1 vez por semana durante 2 semanas más. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Larch, Star of Bethlehem, Mimulus, Vine, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano

			% Grasa: 38, % Músculo: 24, Edad Corporal: 68 años, % Grasa visceral 9, Glucosa: 120 próxima Cita: 12/07/2024	o la tierra durante 20 min diarios, incrementar el trabajo muscular levantando pesos de 1lb en cada brazo, además de realizar ejercicios respiratorios abdominales tal cual se indicó. 5. Borrar Emociones Atrapadas de rechazo y abandono. Angel Quizphi Terapeuta.
r12	07	2024	Paciente refiere encontrarse mejor, manifiesta que controla su temperamento y que ha decidido vivir su vida dejando de controlar a su familia, sus articulaciones están mucho mejor refiere sentirse mejor en la escala de EVA 3/10, y refiere que le gusta venir a la terapia, su vida está más en calma. Peso: 53 kg, Talla: 140 cm, IMC: 27.04, F.C.: 76 /min, F.R.: 17 /min, T.A.: 130/80 mmHg, T°: 36, Sat.O2 95 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 38, % Músculo: 24, Edad Corporal: 68 años, % Grasa visceral 9, Glucosa: 120 Próxima Cita: 22/07/2024	1. Masaje Relajante repetir 1 ves por semana durante 1 semana más. 2. Flores de Bach, continuar con indicaciones: Larch, Star of Bethlehem. Walnut, Centaury, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 20 min diarios, incrementar el trabajo muscular levantando pesos de 2lb en cada brazo, además de realizar ejercicios respiratorios abdominales tal cual se indicó.

				5. Activación Energética, Biomagnetismo. Angel Quizphi Terapeuta.
22	07	2024	Paciente viene acompañada de su familia refiere encontrarse mucho mejor manifiesta que controla su temperamento y que ha decidido vivir su vida dejando de controlar a su familia, tanto la sed excesiva ha disminuido además que ya puede viajar sin dificultad ya que sus ganas de orinar han disminuido y al mismo tiempo se encuentra feliz porque su médico le manifestó que su índice de azúcar ha disminuido de una forma significativa y le pregunto qué está haciendo y se siente agradecida por la invitación al proyecto. Peso: 50 kg, Talla: 140 cm, IMC: 25.51, F.C.: 76 /min, F.R.: 17 /min, T.A.: 125/80 mmHg, T°: 36, Sat.O2 95 %, Datos antropométricos adicionales: % Grasa: 36, % Músculo: 26, Edad Corporal: 67 años, % Grasa visceral 8, Glucosa: 95 Alta Terapéutica. Volver para control en 1 mes.	1. Flores de Bach, continuar con indicaciones y dosis referidas de: Larch, Star of Bethlehem. Walnut, Centaury, Aspen: Tomar 6 gotas cada 4 horas, sublingual y regresar en 1 mes para realizar el test y determinar que flores es conveniente. 3. Trofología: Continuar con la suplementación alimenticia rica en proteínas, además del consumo de carne de pollo y granos maduros y verduras. Consumir jugos verdes para mantener los niveles de azúcar estables. 4. Grounding: Continuar con la caminata descalza sobre el llano o la tierra durante 30 min diarios, incrementar el trabajo muscular levantando pesos de 2lb en cada brazo, además de realizar ejercicios respiratorios abdominales tal cual se indicó 15 min. Social: Compartir más tiempo con la familia ya que la diabetes

[illegible]

ANEXOS 3:Evidencia Fotográfica



Fuente: Angel Quizhpi, Invitación para el proyecto



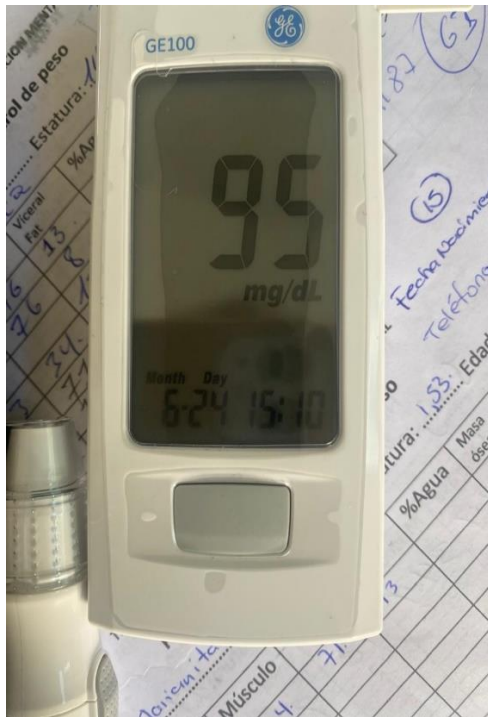
Paciente: N.N. : Toma de signos vitales



Paciente: N.N. : Firma de consentimiento Informado



Fuente: Angel Quizhpi



Fuente: Angel Quizhpi



Fuente: Angel Quizhpi

Medición de Glucosa

"EL TOQUE DE UN ANGEL"
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS Y REPROGRAMACION MENTAL

(10) Teléfono 096 31

Ficha de evaluación y Control de peso

Nombre: Fernán Leonardo Hualpa Estatura: 1.72 Edad: 52

Fecha	Peso	BMI	%grasa	Músculo	Body Age	Visceral Fat	%Agua	Masa ósea	Presión Arterial
4/01/22	106.5	36.0	34.5	29.4	75	20	49	4.2	138/8
24/01/22	100.8	34.1	34.9	29.6	71	20	46.5	2.9	1
9/02/22	99.6	33.1	37.6	27.5	58	11	47	3.0	1
21/02/22	98	33.1	37.8	20.5	58	18	47.4	3	1
3/04/22	101.1	34.2	31.8	31.2	71	20			1
14/04/22	100.7	34	32.2	29.5	72	19			1

"EL TOQUE DE UN ANGEL"
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS Y REPROGRAMACION MENTAL

(11) Teléfono 09

Ficha de evaluación y Control de peso

Nombre: Dabrosky Sgarado Estatura: 1.58 Edad: 31

Fecha	Peso	BMI	%grasa	Músculo	Body Age	Visceral Fat	%Agua	Masa ósea	Presión Arterial
3/01/22	69.8	28.0	35.8	28.9	46	7			1
16/2									1

Fuente: Angel Quizhpi, Registro de datos 1

"EL TOQUE DE UN ANGEL"
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS Y REPROGRAMACION MENTAL

(14) 20/12/1965

Ficha de evaluación y Control de peso

Nombre: Elvia Hermelinda Días Livichowicz Estatura: 1.40 Edad: 67

Teléfono 1180

Fecha	Peso	BMI	%grasa	Músculo	Body Age	Visceral Fat	%Agua	Masa ósea	Presión Arterial
19/05/23	58.9	30.1	46.3	22.1	76	13	50.4	4.7	1
	59.4	30.3	46.6	22	76	8		4.1	1
						13			1
08/05/23	51.7	23.9	25	31.3	34	6	50.6	4.1	1
27/05/23	60.3	30.8	49.9	19.9	71	13			1
10/06/23	61.9	31.8	50.8	18.9	72	13			1
	59.7	30.5	48.6	20.2	76	12			1

(15) 1182

"EL TOQUE DE UN ANGEL"
TERAPIAS COMPLEMENTARIAS Y REPROGRAMACION MENTAL

Ficha de evaluación y Control de peso

Nombre: S.A. 86 Estatura: 1.58 Edad: 95

Teléfono: 1180

Fuente: Angel Quizhpi, Registro de datos 2



Fuente: Angel Quizhpi, Selección de flores de Bach (Preparación)



Fuente: Angel Quizhpi, Asistesncia para Evaluación



Fuente: Angel Quizhpi, Control de datos



Fuente: Angel Quizhpi, Acompañamiento con flores de Bach

ANEXOS 4: Ejemplo solución de casos

Caso : junio 2024: Paciente E.H. Sexo Femenino, 69 años.

ANTECEDENTES

Paciente refiere tener migrañas constantes, dolor de rodillas, dolor de articulaciones, manifiesta que le hace mal los cambios de clima, en especial el frio

Hace 5 años su hija menor (con la cual tenía más empatía) migro al exterior, lo cual representa para ella mucha pena y sufrimiento, además de los malos hábitos alimenticios por desconocimiento se siente cansada.

ESTADO ACTUAL

Se encuentra con bajos índices de masa muscular, no así los índices de masa corporal y grasa visceral, aparente estado de tristeza y ansiedad, y recibió de parte de su médico un diagnóstico de diabetes tipo 2, lo que en teoría ocasiono cuadros de depresión y angustia.

DIAGNÓSTICO

Su estado depresivo, el hecho de vivir en el pasado y la ausencia de interés en el presente, indican Honey suckle, Wild Rose, Clematis. Mimulos, Sweet Chestnut

DOSIFICACIÓN

1 de junio. Tres tomas (sublingual) durante 15 días.

15 de junio. Tomar 6 gotas de la sinergia de flores de Bach en forma sublingual, cada 4horas, durante 15 días.

1 de julio. Tomar 6 gotas de la sinergia de flores de Bach en forma sublingual, cada 4horas, durante 15 días.

EVOLUCIÓN

Paciente reporta, junto con su familia, sentirse mejor, Hay un completo retorno del interés por la vida, se empeña por reponerse y mejorar su nutrición. Los recuerdos tristes del pasado

han disminuido. Hay menos dolor en las articulaciones con movimientos más naturales y fáciles; la paciente ha caminado largos trechos sin fatigarse excesivamente. En el brazo y la mano derechos vuelven a aparecer signos de fuerza (Masa muscular).

Se muestra llena de felicidad y de un alegre entusiasmo con cada pequeña mejoría, y se encuentran notables cambios en su evaluación de índices corporales (ver cuadro 2, paciente numero1).

Caso 3, junio del 2024 Paciente S.G. Sexo femenino, 50 años, casada.

ANTECEDENTES

Acude a terapia motivada por el anuncio, Paciente refiere haber sido diagnosticada con diabetes tipo 2, a partir de los 45 años se sometió a una isterectomía total, y una colecistectomía y varios lipomas, paciente madre de familia que vive con su esposo y sus dos hijos, que constantemente tiene encuentros (peleas) con su hija. Refiere que siente que no le comprenden.

ESTADO ACTUAL

Siempre soñolienta, dificultad en despertarse por las mañanas; sintiendo que había perdido la confianza, la capacidad y el don de mando. Pérdida de la capacidad de concentración y memorizar a largo plazo. Totalmente preocupada por los demás miembros de su familia, su mente está preocupada por cuestiones ajenas a su salud.

DIAGNÓSTICO

La total preocupación por los demás, depresión generada por sentirse sola cuidando a su familia, lo cual el cuerpo lo va manifestando en sus diversas operaciones y ahora con el diagnóstico de la diabetes (El cuerpo Grita lo que la boca calla)

Recomendación

Mímulos, Red chesnut, Clematis

2024 7 de Junio. Tres tomas diarias (Sublingual) durante 15 días.

2024 29 de Junio. Dos dosis durante dos días.

2024. 15 de Julio Dos dosis durante un día.

Recomendamos además, realizar ejercicios musculares, grounding, consumir un promedio de 1 a 2 litros de agua durante el día, además de procurar en lo posible ir cambiando su alimentación donde se de mas preferencia a las ensaladas que a los carbohidratos o harinas refinadas.

EVOLUCIÓN

Paciente reporta mejoría, estabilidad emocional, y la paciente ha sido capaz de permitir que cada quien haga su vida, retomar su trabajo (negocio propio) con más eficacia, considera, que ahora se encuentra emocionalmente, mucho mejor. Las últimas semanas ha logrado ganar masa muscular y mejorar sustancialmente los demás índices tomados inicialmente (ver cuadro numero 2 paciente 3) y bajar su índice glucémico casi a valores normales.

ANEXOS 5: Test emocional (Flores de Bach)

LOS 12 CURADORES MIMULUS (MINULO) C No. 20

PREGUNTAS	R
¿Se ruboriza con facilidad cuando trata con la gente?	
¿Necesita siempre de alguien quien le acompañe, para realizar su diligencias?	
¿Tiene miedo viajar en un avión, a tener cáncer, a salir a la calle?	
¿Tiene miedo a enfermarse, a una operación, a tener un accidente, a hablar por teléfono, a estar con la gente que no conoce?	
¿Tiene fobias a las arañas o a las alturas, o a subirse en un ascensor?	

IMPATIENS (IMPACIENCIA) C No. 18

PREGUNTAS	R
¿Prefiere trabajar solo antes de esperar de otra persona y pierde la paciencia con personas lentas?	
¿Cuándo esta nervioso o inquieto tiene gestos o hace cosas como: rascarse la cabeza, hace sonar los dedos, balancea sillas, golpea sus dedos en la mesa y siempre esta pendiente del reloj?	
¿De niño era intranquilo y no se podía estar quieto un rato?	
¿Suelen terminar la frase que otra persona comenzó a decir?	
¿Sufren de calambres, trastornos digestivos, gastritis, diarreas, tortícolis, contracturas musculares, úlceras, se tira los cabellos o se comen las uñas?	

CLEMATIS (CLEMATIDE) C No. 9

PREGUNTAS	R
¿Generalmente tiene el cuerpo pesado, esta ojoso, pálido somnoliento, es sonámbulo de día y de noche?	
¿Poco o nada le interesa lo que otros pudieran contarle?	
¿Es Ud., de las personas que hacen castillos en el aire?	
¿Le molesta mucho los ruidos y le cuesta mucho concentrarse?	
¿En caso de enfermedad pone poco interés en cuidarse o curarse?	

AGRIMONY C No. 1

PREGUNTAS	R
¿Tiene una opresión en el pecho, garganta o en la boca del estomago o se queda callado con tal de evitar peleas y discusiones,?	
¿Cuando tiene problemas necesita relajarse tomando alcohol, pastillas o algo que le haga sentir mejor, como levantarse por la noche a comer algo?	
¿Tiene necesidad de disimular una situación desagradable con amabilidad?	
¿Sufre de tortura interior mental o algo físico le resulta torturante?	
¿Guarda sus problemas bajo una mascara de alegría, bromas, chistes?	

CHICORY (ACHICORIA) C No. 8

PREGUNTAS	R
¿Somete a otra persona o se hace la víctima?	
¿Hace sentir culpables a sus seres queridos si no los obedecen?	
¿Piensa que los demás son malagradecidos y no aprecian las cosas que hace por ellos?	
¿Es usted muy demandante, que se aferra a ideas, objetos, sentimientos y personas?	
¿Dirige y corrige la vida de sus hijos, siempre esta en todo?	

VERVAIN (VERBENA) C No. 31

PREGUNTAS	R
¿Es impulsivo e idealista, fatiga a los demás con su exceso de energía?	
¿Siempre están diciendo a los demás como deben hacer las cosas, e intenta actuar por ellos?	
¿Se pasa enseñando y filosofando, es exagerado para todo?	
¿Impone su felicidad, atropella a los demás con su entusiasmo?	
¿Trata de convencer a los demás de que sus ideas son las correctas?	

CENTAURY C No. 4

PREGUNTAS:	R
¿Haces lo que dicen los demás, pierdes mucha energía, por servir a los demás?	
¿Dejas de hacer tus cosas para hacer las de los demás, le cuesta decir "NO"?	✓
¿Descuida sus necesidades por los problemas de los demás?	
¿Se deja influenciar por otras personas cuando debería imponerse, siempre esta necesitando de la aprobación de los demás ?	
¿Siente que esta rodeado por gente que lo pisotea y abusa de excesiva amabilidad?	✓

CERATO (CERATOSTIGMA) C No. 5

PREGUNTAS	R
¿Constantemente esta pidiendo consejo a otras personas, e irrita a los demás interrumpiendo con sus interminables preguntas?	
¿Siente que tiene falta de confianza cuando tiene que tomar sus propias decisiones?	✓
¿Revisa sus decisiones frente a la de los demás, aunque sepa que decisiones debe tomar?	
¿Duda enseguida de una decisión que acaba de tomar, valora más el juicio de otras personas ?	✓
¿Tiende a imitar formas de comportamiento de otras personas?	

SCLERANTHUS (ESCLERANTO) C No. 28

PREGUNTAS	R
¿En un momento esta totalmente feliz, ríe y en un instante se sume en una mortal tristeza?	
¿Sufre de indecisión e incertidumbre, sus pensamientos saltan de aquí para allá ?	✓
¿Inspira poca confianza en los demás por su continuos cambios de opinión, le cuesta tomar decisiones entre dos cosas?	
¿Tiene crisis nerviosas, pasa de una extrema glotonería a la inapetencia?	✓
¿No se concentra en una conversación, se salta de un tema al otro?	✓

WATER VIOLET (VIOLETA DE AGUA) C No. 34

PREGUNTAS	R
¿Prefiere aislarse de las demás personas y prefiere trabajar solo?	
¿Le gusta vivir su vida sin que nadie interfiera, habla muy poco, incluso con su familia?	✓
¿Le cuesta relacionarse con los demás, cuando conoce a alguien se esfuerza en mantener distancia ?	
¿Prefiere no meterse en la vida de nadie, así como que nadie se meta en la suya?	✓
¿No pide ayuda a nadie, siempre se las arregla solo, se mantiene al margen de toda situación ?	✓

GENTIAN (GENCIANA) C No. 12

PREGUNTAS	R
¿Se siente deprimido y no sabe por qué?	✓
¿Es Ud. una persona muy pesimista, siempre esta dudando de todo?	
¿Tiene inseguridad por falta de fe y confianza, es escéptico?	
¿Cuándo algo no le sale bien, le cuesta volver a empezar sobre todo cuando hay dificultades, las dificultades imprevistas lo desalientan y decepcionan?	✓
¿Cualquier demora en la recuperación de una enfermedad lo desalienta y descorazona fácilmente?	

ROCK ROSE (HELIANTEMO) C No. 26

PREGUNTAS	R
¿Cuando tiene pánico tiene como un ataque de nervios?	✓
¿Cuándo tiene una pesadilla se levanta con taquicardia y con gran ansiedad?	✓
¿Con frecuencia llega al pánico y se le pone las manos húmedas?	
¿Cuándo siente terror o pánico tiene taquicardias?	
¿Cuándo ha tenido un susto a llegado a paralizarse?	

LOS 7 AYUDANTES O AUXILIARES

GORSE A No. 13

PREGUNAS	R
¿Tiene una enfermedad grave y a perdido la esperanza de sanarse piensa que no tiene sentido luchar?	
¿Siente que las cosas ya no van a cambiar?	/
¿A perdido la esperanza y le resulta difícil no pensar así, siente que todos los días son iguales?	/
¿Todo lo ve oscuro y piensa que lo ha perdido todo?	/
¿Piensa que lo que le sucede es porque ya le toco vivir?	/

OAK (ROBLE) A No. 22

PREGUNTAS	R
¿Le admiran porque no se rinde jamás y los demás cree que Ud. trabaja mucho?	
¿Se esfuerza mucho para no dejar ver su cansancio?	
¿Siente que debe llevar la carga de los demás?	
¿Se considera una persona infatigable y muy perseverante y nunca se da por vencida?	/
¿Se considera una persona tenaz y fiel a sus deberes y hace gala de una resistencia y paciencia casi sobrehumana?	/

HEATHER (BREZO) A No. 14

PREGUNTAS	R
¿Siente que lo peor que le puede pasar es estar solo?	/
¿Siempre está buscando o necesita que le escuchen sus problemas?	
¿Disfruta al hacer colas, porque le da la oportunidad de hablar con la gente?	
¿Sus amigos le dicen que habla siempre de ud., mismo?	
¿Siente que la gente le huye cada vez que lo ven llegar?	/

ROCK WATER A No. 27

PREGUNTAS	R
¿Es usted una persona muy perfeccionista?	
¿Se propone metas muy altas en la vida y se obliga hasta el sacrificio para cumplirlas?	/
¿No reconoce las presiones a las que uno se somete día a día?	
¿Es usted vegetariano o vegano?	
¿Tiene muchas somatizaciones debido a un alto grado de estrés?	/

WILD OAT A No. 36

PREGUNAS	R
¿Elige una profesión solamente porque sabe que va aganar más dinero?	
¿Siente que no es feliz con la profesión que eligió y es el eterno estudiante?	
¿No se compromete con nada ni con nadie?	
¿No sabe como orientar sus aptitudes y que su vocación no esta bien definida?	
¿Siente que no puede echar raíces, que nada le satisface, nada le llena en esta vida?	/

OLIVE (OLIVO) A No.23

PREGUNTAS	R
¿Siente que no puede emprender nada?	/
¿Se cansa mas fácilmente que otras personas?	
¿No tiene ganas de absolutamente de nada?	
¿A menudo siente un extremo agotamiento y que necesita dormir mucho?	
¿Tiene un profundo cansancio interior después de épocas de intensas luchas y cambios?	/

VINE (VID) A No. 32

PREGUNTAS	R
¿Se considera un líder y espera obediencia de los que lo rodean?	
¿Se considera muy capaz, en extremo seguro de sí mismo?	/
¿Impone su voluntad aun que no tenga razón?	
¿Tiene el carácter muy duro, despiadado hasta la crueldad y no tiene cargo de conciencia, es el tirano de la casa, el dictador?	
¿Golpea con brutalidad a sus compañeros de juego?	

DE LOS 19 RESTANTES
CHERRY PLUM R No. 6

PREGUNTAS:	R
¿En momentos de mayor tensión a intentado suicidarse?	
¿Tiene impulsos de hacer cosas que sabe son incorrectas?	/
¿A menudo sus propios pensamientos le dan miedo?	/
¿Las personas se sorprenden cuando pierde el control?	
¿Teme a volverse loco o a perder la razón?	/

ELM R No. 11

PREGUNTAS	R
¿ Tiene tanto trabajo y no sabe por donde empezar ?	
¿ A pesar de su carácter fuerte, se siente agotado y que ha perdido la confianza de si mismo y siente que ya no puede más?	/
¿Sabe lo que tiene que hacer, pero duda de su capacidad?	/
¿Siente que ya no tiene la fuerza suficiente para hacer frente a todo lo que debe y quiere hacer?	/
¿Siente tanta responsabilidad, que ya no puede hacerse cargo de nada más?	/

LOS 7 AYUDANTES O AUXILIARES

GORSE A No. 13

PREGUNTAS	R
¿Tiene una enfermedad grave y a perdido la esperanza de sanarse piensa que no tiene sentido luchar?	
¿Siente que las cosas ya no van a cambiar?	✓
¿A perdido la esperanza y le resulta difícil no pensar así, siente que todos los días son iguales?	✓
¿Todo lo ve oscuro y piensa que lo ha perdido todo?	✓
¿Piensa que lo que le sucede es porque ya le toco vivir?	✓

OAK (ROBLE) A No. 22

PREGUNTAS	R
¿Le admiran porque no se rinde jamás y los demás cree que Ud. trabaja mucho?	
¿Se esfuerza mucho para no dejar ver su cansancio?	
¿Siente que debe llevar la carga de los demás?	
¿Se considera una persona infatigable y muy perseverante y nunca se da por vencida?	✓
¿Se considera una persona tenaz y fiel a sus deberes y hace gala de una resistencia y paciencia casi sobrehumana?	✓

HEATHER (BREZO) A No. 14

PREGUNTAS	R
¿Siente que lo peor que le puede pasar es estar solo?	✓
¿Siempre está buscando o necesita que le escuchen sus problemas?	
¿Disfruta al hacer colas, porque le da la oportunidad de hablar con la gente?	
¿Sus amigos le dicen que habla siempre de ud., mismo?	
¿Siente que la gente le huye cada vez que lo ven llegar?	✓

ROCK WATER A No. 27

PREGUNTAS	R
¿Es usted una persona muy perfeccionista?	
¿Se propone metas muy altas en la vida y se obliga hasta el sacrificio para cumplirlas?	✓
¿No reconoce las presiones a las que uno se somete día a día?	
¿Es usted vegetariano o vegano?	
¿Tiene muchas somatizaciones debido a un alto grado de estrés?	✓

WILD OAT A No. 36

PREGUNTAS	R
¿Elige una profesión solamente porque sabe que va aganar más dinero?	
¿Siente que no es feliz con la profesión que eligió y es el eterno estudiante?	
¿No se compromete con nada ni con nadie?	
¿No sabe como orientar sus aptitudes y que su vocación no esta bien definida?	
¿Siente que no puede echar raíces, que nada le satisface, nada le llena en esta vida?	✓

PINE (PINO) R No. 24

PREGUNTAS	R
¿Interiormente se niega el derecho a vivir y piensa que no se ha ganado el amor, es poco generoso consigo mismo?	✓
¿Se culpa de todo, hasta por estar enfermo, agotado o deprimido?	✓
¿Le cuesta aceptar algo, porque cree que no merece nada?	✓
¿Se siente culpable cuando pone las cosas claras a otra persona?	✓
¿Se siente responsable por las cosas de otros y pide disculpas por todo?	✓

LARCH O ALERCE R No.19

PREGUNTAS	R
¿No se arriesga, porque piensa que nunca tendrá éxito, así que ni lo prueba hacerlo, no se anima a hacer lo que admira de otra persona ?	
¿Se desalienta frente al mínimo error que comete, titubea y es muy pasiva ?	✓
¿En relación a otras personas, ud se siente inferior a ellas?	
¿Se ha sentido inútil e impotente, se siente fracasado?	✓
¿Pone pretextos, para no tener que emprender alguna acción ?	

ASPEN (ALAMO TEMBLON) R No.2

PREGUNTAS	R
¿Tiene insomnio y no sabe porque?	
¿Deja la puerta abierta o duerme con la luz encendida porque tiene miedo a los fantasmas o a los malos espíritus o a tener pesadillas?	✓
¿Hay momentos que te invaden miedos inexplicables?	✓
¿Cuándo tiene mucho miedo, llega al punto de sudar excesivamente, de temblar o se le pone los pelos de punta?	
¿Tiene fuertes temores a lo sobrenatural, a las brujas, al mal de ojo, al ocultismo, eres de las personas que hablan con los muertos ?	

WILLOW - SAUCE LLORON R No. 38

PREGUNTAS	R
¿Se siente víctima de las circunstancias y tiende a echar a perder el buen humor y optimismo de otras personas?	
¿Siente que la vida ha sido injusta con ud.?	/
¿Hay personas que le han hecho la vida imposible?	/
¿Cuando sana de un enfermedad, admite con mala gana que se sienten mejor?	
¿Interiormente envidia la suerte o la salud de los demás, tiene pensamientos venenosos, debido al encono interior?	

HORBEAM R No. 17

PREGUNTAS	R
¿La rutina lo mata, siente que su vida es una rutina?	/
¿Siente que no soporta lo que hace, pero igual al final logra hacerlo?	
¿Cuándo se despierta no le da gana de hacer nada, le falta creatividad para comenzar un nuevo día?	
¿Es el gruñón de todas las mañanas?	
¿Niños que no quieren ir al colegio y les cuesta levantarse cada mañana?	

SWEET CHESTNUT R No. 30

PREGUNTAS	R
¿Ante una situación difícil se desespera y no sabe como seguir y no puede soportar la desesperación?	/
¿Se siente entre la espada y la pared, siente que a perdido toda esperanza,?	/
¿Siente que ninguna persona le puede ayudar y que hasta Dios lo ha abandonado a su suerte?	
¿Se siente perdido y al límite de una situación?	/
¿Le parece imposible que pueda soportar tanto, se siente desprotegido y sin posibilidad de ser ayudado?	

BEECH (HAYA) de los 19 restantes R No.3

PREGUNTAS	R
¿Le molesta los actos y costumbres de otras personas y ve fácilmente los errores en ellos?	
¿Le fastidia mucho la estupidez de otra persona, no lo tolera?	
¿En determinados momentos reacciona con mezquindad e inflexibilidad?	
¿Se aísla de los demás debido a su postura crítica exagerada?	
¿Es de las personas que siempre están objetando una situación?	

CRAB APPLE O MANZANA SILVESTRE R No.10

PREGUNTAS	R
¿ Hay algo en su físico que quisiera cambiar?	
¿ Si no esta todo ordenado se enoja, valorar demasiado los detalles ?	
¿ Tiene obsesión por la limpieza, para ud., todo ha de estar siempre impecable?	
¿ Se lava las manos con mucha frecuencia al día?	
¿ Tiene mucho miedo de contraer enfermedades, virus o bacterias, teme ser víctima de intoxicación por comidas presuntamente en mal estado?	

WALNUT (NOGAL) R No.33

PREGUNTAS	R
¿ Es Ud. Muy sensible y cree que una "mala energía" lo tiene atrapado?	
¿ Le cuesta cortar situaciones del pasado y se encuentra atrapado/a y no puede romper lazos?	X
¿ Entra en una nueva fase de su vida o se encuentra en una etapa de transición o cambio?	
¿ Tiene alguna situación o relación de la cual quiere liberarse y no sabe como?	/
¿ Le falta carácter, fuerza o voluntad suficiente para emprender proyectos?	

CHESTNUT BUD (BROTE DE CASTAÑO DE INDIAS) R No.7

PREGUNTAS	R
¿ Tiene dificultad para memorizar las cosas, le resulta difícil aprender cosas nuevas y repite con frecuencia los mismos errores?	
¿ Nunca se da cuenta que siempre compra su ropa del mismo color?	
¿ Tubo dificultad en aprender en la primaria?	
¿ Es ud., de las personas que nunca se da cuenta en que se equivoco, realiza las cosas muy acelerada y nunca reflexiona de lo que ha hecho?	
¿ Olvida demasiado rápido las experiencias desagradables?	

WHITE CHESTNUT (CASTAÑO BLANCO) R No.35

PREGUNTAS	R
¿ No puede concentrarse en las cosas que tiene que hacer?	/
¿ Le cuesta dormir porque tiene pensamientos que lo torturan, sufre de insomnio ?	
¿ Sus pensamientos se repiten una y otra vez y siente su cabeza sobreexcitada ?	/
¿ Se despierta de madrugada y le vienen imágenes a su mente y no puede apartarlos?	
¿ Se tortura repitiendo mentalmente los problemas que tuvieron y Sufre de frecuentes dolores de cabeza ?	

RED CHESNUT CASTAÑO ROJO R No.25

PREGUNTAS:	R
¿ Se preocupa excesivamente por el bienestar y seguridad de sus seres queridos?	
¿ Con frecuencia anticipa desgracias que puede ocurrirle a una persona muy querida?	
¿ Cree que todavía no ha conseguido superar una relación de dependencia con una persona muy próxima a usted?	
¿ Es posible que aún no haya cortado "el cordón umbilical" con padres, hijos o abuelos?	
¿ Ha dejado de preocuparse por si mismo?	

HOLLY (ACEBO) R No. 15

PREGUNTAS	R
¿Cuándo le hacen algo malo no para hasta vengarse, siente como se va poniendo agresivo interiormente?	
¿Es celoso vengativo, envidioso, le dicen que tiene una piedra en vez de corazón?	
¿Siente que lo aíslan de los grupo?	
¿Si lo ofenden se vuelve muy furioso lleno de rabia y odio?	
¿Le viene arrebatos de furia, se pone rabioso y rompe o destroza cosas?	

STAR OF BETHLEHEM ESTRELLA DE BELEN R No. 29 (1

PREGUNTAS	R
¿ Ha tenido traumas físicos, mentales, de los cuales no se ha recuperado ?	/
¿Le cuesta olvidar las experiencias pasadas?	✓
¿Ha tenido una pérdida importante últimamente?	✓
¿Las vivencias afectivas desagradables repercuten por largo tiempo en ud..?	
¿Siente que aún existen secuelas de shock físico, mental o psíquico, independientemente de que sean recientes o se hayan producido hace mucho tiempo.?	

MUSTARD (o mostaza silvestre) R No.21

PREGUNTAS	R
¿Se deprime con facilidad, sin causa aparente siente que una nube negra no le permite disfrutar de la vida?	
¿Hay situaciones en las que ve todo oscuro y luego desaparece, igual que como vino?	
¿Hay personas en su familia que son o han sido depresivas?	
¿De repente se presentan periodos de profunda melancolía sin causa aparente y tal como vino se va?	✓
¿ Se siente prisionero de una situación hasta que desaparece de súbito?	

HONEYSUCKLE (MADRE SELVA) R No.16

PREGUNTAS	R
¿Es de las personas que no pueden superar lo que ha perdido?	
¿Tiene muchos recuerdos del pasado y le cuesta desprenderse de objetos que le recuerdan épocas pasadas?	
¿Siente nostalgia de los viejos tiempos, pensando revivirlos, le gusta mucho mirar fotos y recordar tiempos idos?	✓
¿Siente que el presente es demasiado pesado, y se refugia en el pasado?	
¿Es de las personas que disfrutan coleccionando antigüedades?	

PREGUNTAS	R
¿Siente que es un fracasado y no hace nada por cambiar , se siente sin alegría de vivir, aunque todo este bien?	/
¿Se siente aburrido, indiferente e interiormente muy vacío?	/
¿Habla con una voz monótona y apagada?	/
¿Siente una tristeza subliminar?	/
¿Se considera ser una persona conformista y fatalista?	

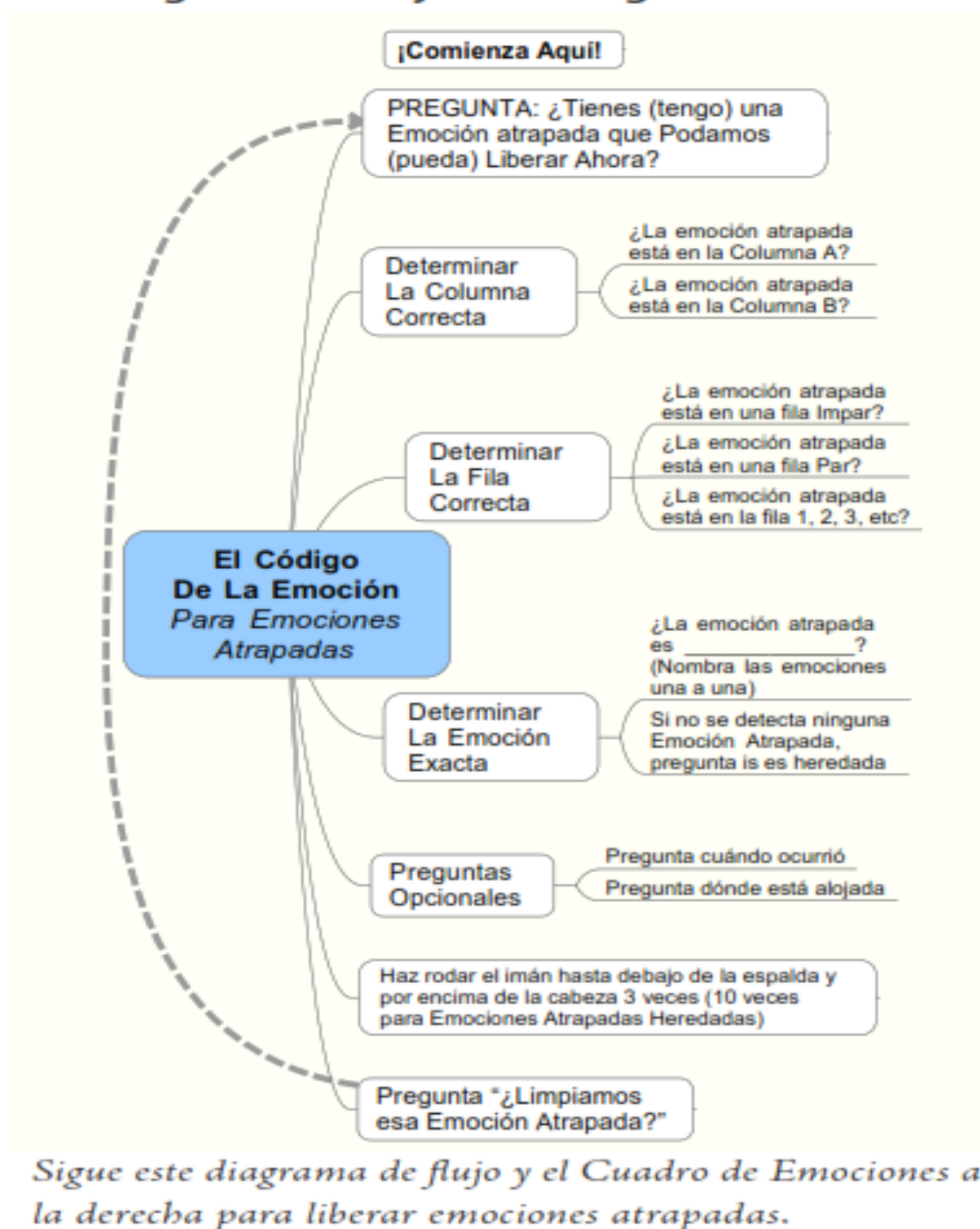
12 C: _____

7 A: _____

19 R: _____

ANEXOS 6:Proceso de borrado emocional

El Diagrama de Flujo del Código de la Emoción



Fuente: Libro El código de las Emociones Dr. Bradley Nelson