

Medicina Antroposófica



No darle antipiréticos a un niño aunque tenga fiebre alta, controlar la hiperactividad quitándoles el azúcar y la tele, tratar la otitis sin antibióticos, el asma sin corticoides. Esos son algunos de los postulados de la medicina antroposófica que cada vez gana más pacientes en Chile. Carina Vaca Zeller, pediatra antroposófica y residente de pediatría de la Clínica de la Universidad Católica explica de qué se trata todo esto.

Cuando Carina Vaca Zeller tenía 10 años, su madre enfermó de cáncer de mama. Enfrentada a la posibilidad de una mastectomía, prefirió tratarse con un médico naturista. Enemas, baños de vapor, cataplasmas de barro y una dieta estricta fueron algunas de las indicaciones. "Mi mamá hizo todo el tratamiento y se sanó sin operarse", cuenta Carina. Ahí nació el interés de esta mujer por buscar formas diferentes de sanar.

"De adolescente me metí en las disciplinas orientales –yoga, meditación, cuanta cosa encontré–, pero mi búsqueda profunda era cómo combinar el impulso científico con el espiritual. Eran mundos que no se tocaban. Hasta que llegó a mis manos un libro sobre medicina antroposófica: de sólo leer la primera página supe que eso lo aunaba todo".

Eso fue cuando Carina recién había cumplido 18 años. Hoy tiene 36 y una carrera de médico tradicional –trabaja en la Clínica de la Universidad Católica y es graduada por la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina–, la que combinó con sus estudios de Medicina Antroposófica. Como pediatra, su consulta está abarrotada de pacientes cuyas dolencias más frecuentes son la hiperactividad, el déficit atencional y las infecciones frecuentes –faringitis, otitis, bronquitis–, pero que no deja fuera a niños con alteraciones genéticas, trastornos comportamentales o tendencia al autismo. También tiene a su cargo un grupo de estudio sobre la medicina antroposófica al que cada día se le suman más médicos alópatas, y pronto abrirá un centro totalmente dedicado al tema en el que

habrá seis médicos –para adultos y niños– y un especialista en adolescentes; además de varios expertos en las terapias que tienen que ver con esta disciplina, como eurytmistas, terapeutas de baños y aplicaciones externas (cataplasmas) y una sicopedagoga antroposófica.

ZANAHORIAS Y MCDONALD'S

Nacida a principios del siglo XX de la mano del filósofo y educador austriaco **Rudolf Steiner**, la antroposofía es una ciencia que considera al hombre no sólo en su vertiente física sino también en la espiritual. "Por eso la antroposofía ha incursionado en la pedagogía, la medicina, la agricultura, la economía y las artes", dice. "De todos estos movimientos, el más extendido es el de pedagogía Waldorf, que hace seis años sumaba más de 500 colegios en el mundo y una cifra mucho mayor de jardines infantiles". En Chile, buenos ejemplos son los colegios San Cristóbal, Giordano Bruno y Rudolf Steiner.

Si bien en nuestro país la medicina antroposófica está poco extendida, tiene años de antigüedad en el mundo. Partió en 1920 y la primera clínica se fundó un año después en Suiza. Hoy, existen muchísimos centros en Suiza, Alemania, Holanda y países centroeuropeos y nórdicos, además de estar bastante desarrollada en Estados Unidos.

–¿Qué es lo que más frecuentemente ves en tu consulta?

–Una de las consultas más frecuentes son por hiperactividad y déficit atencional. Niños que ya no encuentran más respuesta que el ritalín o el aradix, pero cuyas mamás no quieren tenerlos dopados todo el día.

–¿Y cuál es el tratamiento antroposófico para esto?

–De partida, algo que le recomiendo a todos los niños: nada de televisión. La tele genera adicción al estímulo. Es puro estímulo neurosensorial...

–Pero con lo único que se quedan tranquilos es con la tele...

–Ésa es la demostración más clara de que la televisión actúa como una droga. A un niño con hiperactividad y déficit atencional, si le sacas la fuente de estímulo –la tele, el computador, el nintendo o el play station– busca algo que intente reproducir la misma experiencia que le da la tele, y empieza a moverse como loco: estímulo, estímulo, estímulo. Y eso desvitaliza. A los niños con hiperactividad y déficit atencional les va muy bien con la medicina antroposófica siempre y cuando la mamá lo acompañe en todo el proceso, que es muy difícil... ojo.

–¿Por qué tanto?

–Ya sacarle la tele es muy difícil, pero las mamás que lo logran o que la disminuyen al mínimo, avanzan mucho. Además, hay que cuidar sus ritmos: que coman y se acuesten a una determinada hora. Y, por supuesto, establecer una dieta especial en la que se suprima el azúcar y los químicos...

–¿También hiperactivizan?

–Sí, sobre todo los colorantes. Además, desvitalizan. El azúcar produce mucha labilidad anímica y, muchas veces, un proceso de hipoglicemia reactiva que se traduce en falta de control de impulsos... Por eso, generalmente, estos niños son adictos al azúcar.

–Ya es bien difícil sacarle a un niño la televisión. Quitarle, además, el azúcar resulta casi imposible. Los yogurts, los postres, los jugos, todo viene con azúcar...

–Mira. Se trata de crear hábitos y disminuir lo más posible. Esta medicina no busca apartar a las personas de su entorno, sino que se integren bien. Si estás en una situación social en la que se come algo que habitualmente no pruebas, lo haces. Obviamente, la idea no es ir a comer al McDonald's todos los días pero, si se da la situación, no hay que comportarse como un raro. Lo que pasa con los niños es que un 95 por ciento de las veces comen en su casa, y ahí puedes cuidarles mucho la alimentación.

–O sea que un niño en tratamiento por hiperactividad puede ir a un cumpleaños y comer dulces, cheetos y patatas fritas...

–Sí, que coma cualquier porquería. Esas fiestas son excepciones. Pero en la casa hay que protegerlo.

–¿Y basta con la dieta para tratar un niño hiperactivo?

–No, hay también medicamentos antroposóficos. Y en cuanto a la parte psicológica, yo jamás mando a un niño al siquiatra, porque esta disciplina no separa la parte síquica de la física. Yo los derivo a terapias complementarias como la euritmia curativa, la musicoterapia, la cabalgata terapéutica y la artística.

SÍ A LA FIEBRE

Otra de las razones por las cuales cada vez más pacientes están recurriendo en Chile a la medicina antroposófica es la prevalencia de enfermedades respiratorias, sobre todo en Santiago: niños con infecciones recurrentes como faringitis, laringitis, bronquitis, sinusitis y otitis, cuyas madres ya están cansadas de darles antibióticos a cada rato sin que se solucione el problema de fondo.

–¿Por qué tú postulas que la medicina antroposófica es más eficaz que la alópata para tratar estas afecciones?

–Es que es otra manera de comprender la enfermedad. Nosotros postulamos que hay que dejar que las enfermedades hagan su proceso.

Si apagas mucho las dolencias agudas, si quitas la fiebre con antipiréticos, das antitusivos, antiinflamatorios, anti, anti, anti, lo que logras es acelerar la aparición de enfermedades crónicas, porque tu organismo no aprende a defenderse. Por eso yo les digo a las mamás que esta medicina es más difícil: ella y el niño van a tener que aguantar la fiebre: a lo mejor pasarán tres noches en vela pero si el niño supera una infección con medicina antroposófica, se fortalece.

–¿Sí?

–En general, las enfermedades típicas, agudas, con fiebre, son importantes procesos de desarrollo. Después de un fiebrón, muchos niños se pegan un estirón, como dicen en el campo. Yo he tenido pacientes tartamudos que, tras vivir un fiebrón alto, han dejado de serlo. Los niños crecen cuando se enferman.

–Pero, por mucho que se fortalezcan, la bacteria o el virus pueden volver a aparecer.

–Es que el problema no es la bacteria o el virus. Con el antibiótico matas la bacteria, pero ella no es más que un síntoma... Como decía Pasteur, uno de los principales estudiosos de este tema: "los gérmenes no son nada, el terreno lo es todo". Bacterias y virus hay por todas partes, ¡imagínate! Lo que importa es mejorar el terreno.

–¿Cómo se logra eso?

–En la cancha. Si tú de verdad quieres fortalecer tu sistema inmune tienes que enfrentarlo a una batalla. ¿Cómo vas a tener buenos soldados si no los mandas a la guerra? El sistema inmune está lleno de soldaditos –los glóbulos blancos, etc– a los que tienes que entrenar. Cuando un niño con otitis recurrente pasa una otitis con medicina antroposófica, sale fortalecido. En toda mi experiencia, creo que sólo a una sola paciente la tuve que mandar a operar de colleras. Esta medicina no hace milagros; por el contrario: implica esfuerzo, conciencia, compañía, pero cuando logras un resultado, es de verdad.

–Y entre tanto pañito helado, si un niño ya está con más de 40 grados de fiebre, ¿no das paracetamol?

–En general, la fiebre no la bajo. La fiebre peligrosa constatada científicamente es de 42 grados: ahí puede haber un daño neuronal. Nunca dejo que lleguen a esa temperatura. Cuando los niños pasan los 40, les envolvemos los pies hasta las pantorrillas con unas compresas de agua con limón y con eso les disminuye medio grado. Así los alejo de los 42, los vuelvo a los 39,5; pero les puedes dar apis belladona...

–¿Apis? ¿Un compuesto que viene de las abejas?

–Claro. La medicina antroposófica tiene sus propios medicamentos. Uno de ellos es ése, que ayuda al proceso de fiebre. Las mamás se atacan la primera vez, pero si lees cualquier texto de pediatría clásica, por ejemplo el Nelson dice: "La fiebre es buena, es un mecanismo inmunológico de defensa, no hay que bajarla". Los médicos dan remedios para bajarla por comodidad, porque así la madre no está llamando al pediatra cada media hora.

–¿Cómo tratas otras enfermedades más graves? Por ejemplo, ¿un niño con diabetes infantil?

–Un niño con diabetes obviamente necesita insulina, pero si se acompaña con medicina antroposófica, con euritmia, con terapia de baños, con una dieta especial y medicamentos antroposóficos, es probable que no necesite tanta insulina o que su requerimiento sea menor que el de un niño sin ese tratamiento.

–Entonces, hay casos en los que la medicina antroposófica acompaña a un tratamiento alopático tradicional.

–Sí. Es súper importante aclarar que la medicina antroposófica no es una medicina alternativa. Busca ampliar la medicina alópata tradicional. Para hacer medicina antroposófica tienes que ser médico recibido, no puedes ser un curandero. Tienes que tener todos los conocimientos que te da la ciencia tradicional y ojalá una especialidad. Uno es médico y tiene el ojo para saber cuando un niño está complicado y hay que darle antibióticos –porque a veces hay que darlos– o mandarlo a un servicio de urgencia. Pero con la medicina antroposófica uno puede resolver el 95 por ciento de los problemas sólo con sus medicamentos.

–Diriges un grupo de estudio sobre medicina antroposófica para médicos, ¿a qué se debe este interés de profesionales alópatas?

–Los médicos que han llegado generalmente lo han hecho como papás. Se han dado cuenta de que no quieren darles más drogas a sus hijos. Sienten que los niños no avanzan. Ellos, que son los que más conocen la medicina, perciben que algo falta. Creo que ningún médico piensa que la medicina tradicional está errada, sino que falta algo para completar una visión más amplia del ser humano.

–Perdona la curiosidad pero, ¿tu mamá nunca volvió a tener cáncer?

–No. Y de eso ya hace 26 años. Esperamos a los 10, a los 15 años, atentos a la posibilidad de que reapareciera. Pero nada. Es divertido, pero el médico naturista que la trató es ahora antropósofo. Eso sí que es curioso, ¿no?