

Editorial

Vis Medicatrix Naturae y biofilia Vis Medicatrix Naturae and biophilia

El concepto de *Vis Medicatrix Naturae* se ha repetido mucho en la Medicina Naturista y hoy nos puede aportar claridad y nuevas perspectivas en el diagnóstico y la terapia médica. No sólo se refiere a la gran capacidad curativa que tiene el propio cuerpo, sino que también sirve para entender cómo los síntomas de la enfermedad se producen con un propósito de evolución hacia la curación o hacia la degeneración y muerte, para comprender cómo se estimula esa capacidad curativa en contacto con la naturaleza (1), la importancia de los bosques como terapia (2) o de introducir el clima del bosque en el clima urbano, en definitiva el contacto con el medio como parte importante de esta capacidad preventiva y curativa.

J. Arthur Thomson en 1914, en su discurso de apertura en la Reunión Anual de la Asociación Médica Británica, habla de la *vis medicatrix naturae* como una referencia a la capacidad natural del cuerpo para curarse a sí mismo y también de una interpretación adicional de la palabra naturaleza como el medio físico natural, incluidos los bosques, parques urbanos, zonas marítimas y regiones silvestres relativamente intactas (3) como parte influyente en la nuestra propia curación.

Ya Claude Bernad, en su libro y su aplicación del Método Científico en Medicina (4), nos muestra el cuerpo como una unidad interna, nos dice que funciona como un todo, pero justamente desde entonces hemos comenzado a estudiar al ser humano por partes, células, órganos, aparatos, sistemas y, queramos o no, lo hemos estudiado así. En 1929, Canon propuso su teoría de mecanismos de homeostasis como “la tendencia a equilibrar el medio interno con independencia del exterior” (5). Conde Andreu (1931), uno de los primeros médicos naturistas españoles, nos recuerda que para obtener una nueva visión del organismo tenemos que convencernos de que la anatomía y fisiología la hemos de contemplar desde otros puntos de vista que los que actualmente manejamos en medicina. Nos dice “En el organismo, cada función influye en todas las demás y depende de todas las demás. La actividad vital es un proceso continuo; he aquí el principio de la unidad funcional” (6).

El organismo constituye un sistema autoorganizado, integrado por subsistemas (células, tejidos, órganos, aparatos o sistemas de órganos) con un comportamiento global que no se explica por la suma de las partes.

Ejemplos de autorregulación (7):

- El pecho de la madre adaptándose a las necesidades vitales del niño.
- Todos los mecanismos de regulación interna e interna-externa dependen del factor tiempo.
- Adaptación del cuerpo al esfuerzo, a la profundidad, a la altura.
- Adaptación de la piel a la luz solar.
- Osificación después de una fractura.
- La capacidad de adaptación del ojo humano.
- Adaptación al frío o al calor: termorregulación-fiebre (8).
- Mecanismos contra infección: fiebre, astenia, anorexia, aumento de las secreciones mucosas, tos, vómito, diarrea.
- El dolor, la impotencia funcional.
- El efecto placebo, mecanismos endorfinas.
- Las benzodicepinas naturales.
- El sueño y los ensueños como mecanismo de compensación de sobrecargas psíquicas (9).

En 1963 Rosembueth A. abre la fisiología humana y el estudio del organismo a la teoría general de sistemas. Nuestro cuerpo mantiene sus constantes con un equilibrio interno que a su vez depende del equilibrio externo. Las constantes que mantienen los organismos vivos no son estáticas, sino estados de equilibrio dinámico, por cuanto los seres vivos son sistemas abiertos, sometidos a intercambios continuos de materia y energía con el medio externo, que tienden a alterar el valor de las constantes. La teoría general de sistemas sigue encajando hoy día en la explicación de lo que sería la *vis medicatrix* romántica (10).

El proceso de curación o *vis medicatrix* coincide en este caso con la autopreservación equifinal de Bertalanffy “los seres vivos son sistemas semiabiertos pero dotados de dispositivos de autocontrol que le dan estabilidad o capacidad de volver al estado estable ante una perturbación” (11).

De estos dos razonamientos, podemos reflejar:

1) Respecto a la individualidad, cada ser humano es único en su constitución somática y psíquica, o que formaría un sistema de identidad propio, formado a su vez por otros sistemas inmunológico, genético, endocrino, termorregulador, conductual.

2) Inseparabilidad del hombre de su medio ambiente, por tanto, el medio ambiente y la conducta humana son parte del equilibrio de este sistema. Sobre todo el mundo microbiológico de nuestro entorno como parte de ese equilibrio y el medio ambiente que nos rodea, parques, jardines, bosques, cada día se demuestra más su importancia a la hora de equilibrar nuestro organismo, aportando el nuevo concepto de biofilia, como la gran influencia a todos los niveles que tiene para nosotros el contacto con la naturaleza (12).

Con esta base, el concepto de la *vis medicatrix* entra de lleno en el concepto actual de salud y de los grandes factores de la misma: la herencia genética, el medio ambiente y la educación.

Entendiendo la capacidad terapéutica desde este concepto, ya en 1939 Eduardo Alfonso comenta “No hay verdaderas funciones patológicas, sino que cuantos mecanismos y fenómenos se observan en la enfermedad tienen su representación en el estado de salud, variando sólo el ritmo o la intensidad con que se producen. Hay que emplear como medios terapéuticos los mismos que sostienen las funciones normales del organismo” (13).

Zajicek interpreta el principio fundamental de la medicina antigua griega “La naturaleza es el médico de todas las enfermedades”, como un corolario de la teoría de la evolución según la cual, con el fin de sobrevivir, el organismo tiene que anticiparse a la amenaza ambiental. Su reserva genética almacena los programas necesarios para resistir todos los problemas encontrados por la especie hasta el presente para ser implementados en caso de necesidad como una estrategia de defensa. La enfermedad representa la interacción observada entre la amenaza del medio ambiente y la estrategia adecuada reclutada por el organismo para soportarla. Así, según la teoría de la evolución, con el fin de sobrevivir, cada especie tiene que saber cómo curarse, de lo contrario hubiera sido eliminada. La etiología nos mostraría no sólo los agentes patógenos sino también la enfermedad como una estrategia que el organismo tiene para defenderse de éstos. Sugiere que la neoplasia puede ser una estrategia óptima de la *vis medicatrix naturae* para resistir el efecto nocivo de sustancias cancerígenas (14).

También Zajicek T. amplía el concepto de enfermedad, como el conjunto de atributos que cruzan el nivel crítico, en el cual unos requieren tratamiento por el médico y otros no requieren su intervención. La primera se define como enfermedad, y en el segundo caso, como *vis medicatrix*. La terapia es la restauración de estos atributos “enfermos” por debajo de sus niveles críticos (15).

Los síntomas de la enfermedad se presentan con reacciones orgánicas que intentan restaurar un equilibrio perdido a todos los niveles, y permiten conocer a fondo los signos y síntomas, las reacciones orgánicas, la biología, fisiología, patología y, en general, los mecanismos de la salud y enfermedad desde una perspectiva que ayuda a tratar al enfermo.

Este concepto nos abre las puertas para comprender también los mecanismos del placebo, entendiendo éste como una respuesta óptima ante la reacción adversa de la enfermedad y de la curación espontánea (16), como algo muy normal en la respuesta del organismo y como factor importante a tener en cuenta desde nuevas perspectivas enriquecedoras para la medicina.

Ante todo esto surge cómo conocer y poner en marcha estos mecanismos de autorregulación, cómo entrenarlos y aumentar su capacidad.

La terapia naturista va a tener una función importante, siempre que apliquemos técnicas que ayuden a estos mecanismos autorreguladores o técnicas de higiene de vida y costumbres a mantener en buen estado la capacidad vital de nuestro organismo o del organismo de nuestro paciente.

Por ello hay que diseñar lo que serían hábitos saludables para el individuo: ejercicio, alimentación, reposo adecuado, contacto con los elementos naturales (17); todas las actitudes que favorezcan la capacidad de nuestro cuerpo de responder ante modificaciones que se le presenten, es decir, la capacidad de responder ante la enfermedad.

No se trata de confiar en una *vis medicatrix* mágica y desconocida, sino que se trata de confiar en lo que conocemos e intentar descubrir o aprender lo que desconocemos y, ante el desconocimiento, actuar con humildad y respeto ante la persona enferma.

BIBLIOGRAFÍA

1. Logan AC, Selhub EM. Vis Medicatrix naturae: does nature “minister to the mind”? *Biopsychosoc Med.* 2012 Apr 3; 6 (1): 11.
2. Park BJ, Tsunetsugu Y, Kasetani T, Kagawa T, Miyazaki Y. The physiological effects of shinrin-yoku (taking in the forest atmosphere or forest bathing): evidence from field experiments in 24 forests across Japan. *Environ Health Prev Med.* 2010; 15: 18-26.
3. Thomson JA. The popular lecture: vis medicatrix naturae. *BMJ.* 1914; 2: 277-279.
4. Bernad, C. Leçons sur les phénomènes de la vie communs aus animaux et aux végétaux. Bailliére. Paris, 1885.
5. Cannon, W.B. *Physiol, Rev.* 9. 339.1.929.
6. Conde Andreu. El principio de la unidad individual. *Rev. Natura Medicatrix*, 1991, nº 25. Primavera, 6-20.
7. Vernon Coleman. El poder autocurativo del cuerpo. Ed. Martínez Roca.
8. Uriarte, Xabier. La fiebre como mecanismo regulador. *Rev. Natura Medicatrix*, nº 30, 1992, 26-32.
9. Agnati LF, Barlow PW, Baluška F, Tonin P, Guescini M, Leo G, Fuxe K. A new theoretical approach to the functional meaning of sleep and dreaming in humans based on the maintenance of 'predictive psychic homeostasis'. *Commun Integr Biol.* 2011 Nov 1; 4 (6): 640-54.
10. Casado Martín. La teoría general de sistemas y su relación con la Medicina Natural. *Rev. Natura Medicatrix*, nº 9. Primavera 1985.
11. L. Bertalanfly. *Perspectivas en la teoría general de sistemas.* Madrid. Alianza editorial, 1979.
12. Selhub Eva M. Logan Alan C. *El poder curativo de la naturaleza.* Ed, RBA. Barcelona, 2013.
13. Eduardo Alfonso. *40 lecciones de Medicina Natural.* Ed. Kier. Buenos Aires, 1942.
14. G. Zajicek. The fundamental principle of medicine. *Medical Hypotheses.* Volume 6, Issue 6, June 1980, Pages 665–670.
15. Zajicek G. On the inadequacy of the concept of disease. *Med Hypotheses.* 1982 Aug; 9 (2): 169-77.
16. Well. *Curación espontanea.* Ed Urano.
17. Li Q. Kawada. Effect of forest environments on human natural killer (NK) activity. *Int J Immunopathol Pharmacol.* 2011; 24 (1 Suppl): 39S-44S.

Pablo Saz Peiró
Médico Naturista