

LOS RETIROS MÁS PELIGROSOS PARA LA SALUD



SALUD
SIN BULOS

LOS RETIROS MÁS PELIGROSOS PARA LA SALUD



Este verano son tendencia los retiros espirituales por numerosos lugares de España. Dichas actividades prometen numerosos beneficios para el cuerpo y el espíritu pero, en realidad, muchas de ellas esconden dañinas pseudoterapias. El Instituto #SaludsinBulos, en colaboración con el psicólogo Carlos Sanz Andrea y el investigador e integrante de la Red Iberoamericana de Estudio de las Sectas (RIES) Luis Santamaría del Río han elaborado un listado de las principales pseudoterapias que sustentan estos retiros, cómo captan a sus clientes y cómo podemos identificar su peligrosidad.

TIPOS DE **PSEUDOTERAPIAS** TRAS LOS RETIROS ESPIRITUALES MÁS FRECUENTES

BIONEUROEMOCIÓN Y DERIVADOS

1 La bioneuroemoción es la pseudoterapia más presente detrás de los retiros espirituales que se anuncian en redes sociales este verano. Se basa, sin ninguna evidencia científica, en que las enfermedades graves se originarían a partir de un “shock” emocional y que la reacción de, enfermedad sería la “respuesta del cuerpo para sanarse”. Así, casi siempre es posible identificar varios problemas emocionales en la vida de las personas y, si no es así, el participante en bioneuroemoción se encargará de fabricarlo o atribuirlo a su “inconsciente”.

GRADO DE PELIGROSIDAD

Crear en esta pseudoterapia implica embarcarse en costosos cursos, ideas de pensamiento mágico, culpabilización, vinculaciones ilusorias, intrusismo profesional, perdida de contacto social y familiar y, finalmente, en los casos más graves colaborar a fallecimientos evitables al tratar de aplicar a otros o autoaplicarse la pseudoterapia en casos en los que existe una cura posible en la Medicina. Su máximo representante en España es el psicólogo catalán Enric Corbera.



MMS/CDS o “solución mineral milagrosa”

2 Difundida principalmente en nuestro país por el agricultor Josep Pámies, se trata de compuestos químicos que pertenecen a la familia de las lejías, son altamente oxidantes y se utilizan para blanquear, desinfectar y eliminar manchas. En los retiros espirituales impulsados por el grupo del agricultor aprovechan para difundir las supuestas bondades de este compuesto, diluido, para curar enfermedades, totalmente falsas.



GRADO DE PELIGROSIDAD

Puro es 60 veces más tóxico que la lejía del hogar. Por su riesgo solo se utiliza industrialmente, carece de aplicación terapéutica en humanos, cualquier indicación al contrario conlleva o bien ignorancia o bien mala fe.

3 AYUNOS (con agua, zumos o caldos)

Se trata de una tendencia bastante polémica pues algunos estudios, realizados en animales, lo defienden. Sin embargo, es precipitado recomendarlo e irresponsable como práctica general.



GRADO DE PELIGROSIDAD

Este tipo de prácticas puede conllevar riesgo de complicaciones si son realizadas por personas con otras enfermedades (diabetes, etc.) e incluso disparar sintomatologías de trastornos mentales (trastornos de conducta alimentaria) Toda mejora que pueda derivarse está relacionada con la reducción de la ingesta excesiva y los ayunos deben hacerse siempre bajo supervisión médica y con perspectivas razonables, nunca con medidas de ayuno intermitente o radical.

REIKI contra la depresión o la ansiedad

Las llamadas terapias energéticas siguen siendo similares a la imposición de manos, pero no en una derivación religiosa en la que tradicionalmente se oraba por la persona afligida, sino con la intencionalidad de convertirse en el canal de una presunta energía.



GRADO DE PELIGROSIDAD

El reiki está siendo progresivamente expulsado de entornos sanitarios ya que no existe prueba alguna de sus beneficios contra patologías como la depresión o la ansiedad. Algunos de sus practicantes lo usan para aprovechamiento de personas vulnerables.

CONSTELACIONES FAMILIARES

Bert Hellinger se sitúa en el centro de esta presunta terapia que es una mezcla de lo aprendido en su deambular vital. Los seguidores de esta pseudoterapia deben aportar altas sumas de dinero en un sistema piramidal de formación con diversos grados de participación.



GRADO DE PELIGROSIDAD

La carencia de titulación sanitaria o médica para realizarla y los altos grados demostrados en sus publicaciones de uso de presión, machismo, homofobia y culpabilización, así como justificaciones aberrantes (como, por ejemplo, la violación como sanación del clan) convierte a las constelaciones familiares en una de las terapias presentes en los retiros espirituales más descontroladas y peligrosas del panorama actual.

TERAPIA GESTALT

Esta pseudoterapia se nutre de la filosofía oriental y el psicoanálisis, entre otras fuentes, para teóricamente desarrollar el potencial humano y el crecimiento personal. En realidad, no tiene ningún tipo de evidencia científica para abordar trastornos psicológicos y lo que busca en realidad es alterar la personalidad del paciente y dejarle a merced del pseudoterapeuta y su búsqueda de lucro económico.



GRADO DE PELIGROSIDAD

La terapia Gestalt funciona como una secta destructiva y ha llevado a muchas personas a la ruina económica y la dependencia emocional.



SANACIÓN DEL ÚTERO

7 Es una forma de retorno a una forma retocada de misticismo pagano usando una presunta reivindicación de la feminidad y de las fases de pubertad, menstruación, menopausia o embarazodifuso y promesas de obtención de poderes místicos. El objeto es crear una red de supuestas facilitadoras (Moon Mothers) que se encargarían de acompañar y extender esta red para implantar rituales new age contenido difuso y promesas de obtención de poderes místicos.



GRADO DE PELIGROSIDAD

El objetivo es el lucro económico, prometiendo beneficios espirituales imposibles de cumplir.

TERAPIAS DE SONIDO

8 Existen multitud de reclamos tanto en plataformas de Youtube como en streaming, en forma de vídeos o sonidos que dicen poder hacer cosas tan variadas como abrir los chakras, provocar viajes astrales, reparar el ADN, eliminar la depresión o la ansiedad, e incluso funcionar como una droga sin sustancia. Ninguno de estos reclamos tiene fundamento.



GRADO DE PELIGROSIDAD

Los presuntos beneficios que promulgan o experiencias no se dan en ningún caso y la respuesta de relajación puede obtenerse de muchas formas sin que las melodías especiales impliquen ningún beneficio añadido.



¿CÓMO CAPTAN A SUS CLIENTES?

LOS SESGOS

Los seres humanos no podemos rendir tiempo suficiente sin descanso o sin comida (ver retiros) igual que nuestro cuerpo físico necesita descanso y nutrición nuestra mente muchas veces no puede manejar la variedad de estímulos y la sobreinformación para tomar lo que llamamos decisiones optimas, para ello recurrimos a sesgos que históricamente nos han ayudado a sobrevivir. Ello inevitablemente ha traído también ciertas generalizaciones o tendencias que, aún hoy, cuando aún no debemos huir de depredadores o luchar a vida o muerte, siguen influyéndonos en la vida diaria.

Hemos acumulado, por ejemplo, la idea de que lo tradicional es necesariamente correcto debido a que se ha hecho así “toda la vida” (terapias ancestrales). También nos fiamos del criterio de los demás, especialmente si es mayoritario. Tenemos una tendencia a la conformidad y damos confianza y admiración a figuras relevantes o con autoridad. Este aspecto es invertido por los grupos alternativos generando una sospecha hacia la Medicina (usando los presuntos abusos de la industria farmacéutica) y vendiendo la devoción a un gurú o naturista, vendiendo así una faceta “revolucionaria.”

Desde el más humilde vendedor hasta un gurú de un grupo coercitivo es consciente de que en las situaciones más vulnerables, cuando hemos perdido a un ser querido, cuando hemos sufrido un despido, una situación de separación de vínculos (divorcio, etc.) o bien cuando nos sentimos perdidos en busca de respuestas que nos den un sentido general y a ser posible total a nuestra vida podemos ser víctimas de estos grupos.



3 CLAVES PARA IDENTIFICAR UN RETIRO PELIGROSO



1 NUTRICION

Eliminan grupos de alimentos (la debilidad en retiros se consigue suministrando una dieta limitada, generalmente baja en carbohidratos y falta de sueño, así como sesiones de desgaste y largas meditaciones). Esto se combina a veces con actividades exhaustivas, casi ninguna en soledad para evitar que la persona tenga capacidad autorreflexiva sobre lo que está pasando.

2 AISLAMIENTO

Retiran los móviles (cortan la comunicación para convertirse en la única fuente fiable de información). Aislar de los móviles puede ser percibido en las primeras fases como una “liberación”. Las necesidades de estos grupos son ambivalentes, por un lado necesitan producir el aislamiento del sujeto para poder aumentar su control sobre él, por el otro sin embargo tienen la necesidad de exagerar sus logros y divulgar sus bondades para seguir captando nuevos adeptos



3 BENEFICIOS ESPIRITUALES

Prometen numerosos beneficios que no pueden ser contrastados ni verificados, enganchan con la necesidad de sentirse bien consigo mismo y de cambiar de hábitos de vida durante unos días.

