



1^{ER} CONGRESO NACIONAL DE AYURVEDA

AYURVEDA EN EL TRATAMIENTO DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO EN VETERANOS DE GUERRA DE MALVINAS AUTOR: LIC. EDUARDO M. FLORES ALLENDE

La Guerra de Malvinas involucró a un gran grupo humano afectando su salud física y emocional. El ambiente geográfico hizo que los participantes sufrieran lo agresivo del clima y del suelo. En su mayoría hoy se acercan a los 60 años de edad. Un alto porcentaje de ellos fue movilizadado contra su voluntad y a los profesionales militares lo soperesivo de la operación les afectó negativamente. Tanto unos como otros sufren Trastorno de Estrés Postraumático manifestándolo de diferentes maneras. En lo físico presentan patologías relacionadas mayormente con el aparato digestivo y circulatorio o el sistema osteoarticular. En el plano emocional la depresión y la ansiedad son las más comunes. Ayurveda se presenta en la atención de los pacientes y sus familiares a través de sus fundamentos, técnicas y rutinas diarias; propias e intransferibles que la distinguen de otras disciplinas. El diagnóstico ayurvedico encuentra desequilibrios comunmente no descubiertos. Así, se complementa la acción de la medicina convencional con las rutinas diarias de alimentación, automasajes, ejercitaciones yoga terapéutico o yogaterapia. El área de la psicología con la respiración consciente, meditación y atención plena. La visión holística del Ayurveda contribuye con el área trabajo social en el asesoramiento y asistencia del grupo familiar reforzando los vínculos en el hogar, trabajo y otros espacios.

CONCLUSIONES

Ayurveda atiende el estrés postraumático con técnicas sutiles y naturales determinando aquello que necesita cada paciente. Siguiendo la frase “Existen tantas Malvinas como pacientes” los Veteranos de Guerra y sus familiares son atendidos según su historia de vida, desde el conflicto armado, los orígenes de su vida, el presente y hasta el transgeneracional. Los resultados llegan lentamente con menor necesidad de farmacología, disminución de fatiga y peso, relaciones armónicas; pero por sobre todo el interés de volver a la consulta Ayurvédica.

PALABRAS CLAVE: Malvinas – Estrés Postraumatico

* Licenciado en Estrategia y Organización. Formación Ayurveda. Subdirector del Centro de Salud Mental de Veteranos de Guerra de Malvinas – Córdoba Estado Mayor Conjunto de las Fuerzas Armadas. Jefe de la Sección Terapias Complementarias de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Militar Central y Docente de FUSEA en Cuidados de Final de Vida en el Hospital Militar “Córdoba”