

InfoCiencias

COMPARTIENDO CIENCIA



“LA MEDICINA NATURAL Y TRADICIONAL: DE LA SABIDURÍA POPULAR AL QUEHACER CIENTÍFICO”

SUMARIO:

1. TÉRMINOS Y DEFINICIONES
2. BREVE RESEÑA HISTÓRICA: ORÍGENES Y EVOLUCIÓN
3. USO Y DESARROLLO EN CUBA
4. CONVERSANDO CON EL EXPERTO

• SEPTIEMBRE 2021 •



UNIVERSIDAD
DE PINAR DEL RÍO
RECONQUISTAS 50200 APT. 101



MEDICINA TRADICIONAL Y NATURAL

1. TÉRMINOS Y DEFINICIONES

¿Medicina natural, tradicional, complementaria, no convencional o alternativa?

Medicina Natural y Tradicional

La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) define el concepto de Medicina Tradicional/Medicina Complementaria y Alternativa (MT/MCA) como prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación para mantener el bienestar, además de tratar, diagnosticar y prevenir las enfermedades. En Cuba algunas de estas modalidades se engloban en el término Medicina Tradicional y Natural (MTN), contando para su desarrollo con un apoyo gubernamental declarado a través del Acuerdo 4282 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros. Igualmente, a nivel del Ministerio de Salud Pública, existe un Programa Nacional de Medicina Tradicional y Natural, resolucionado en 1997.

Fuente: <https://instituciones.sld.cu/cpicmmtz/medicina-natural-y-tradicional/>

Medicina tradicional

Según la definición de la OMS, la **medicina tradicional** es:

La suma total de conocimientos, habilidades y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias oriundos de las diferentes culturas, sean o no explicables, y usados en el mantenimiento de la salud, así como en la prevención, diagnóstico o tratamiento de las enfermedades físicas o mentales.

De acuerdo al epistemólogo argentino Mario Bunge, las medicinas tradicionales no distinguen el síntoma subjetivo del signo o indicador objetivo, no miden ninguna variable y no hacen ensayos clínicos ni disponen de estadística; además, con excepción de ciertos consejos profilácticos y dietéticos, la medicina contemporánea no usa casi ninguno de los conocimientos de las medicinas tradicionales.

Sistemas médicos tradicionales

Las civilizaciones urbanas, desde la egipcia y la mesopotámica, desarrollaron sistemas de medicina, que incluían un cuerpo conceptual o teórico, unas prácticas más o menos normalizadas, la regulación de la educación médica, de la pertenencia a la profesión y de las responsabilidades del médico.

La medicina occidental siguió un camino equivalente,

donde el máximo peso le correspondía a la tradición, hasta el Renacimiento, cuando comenzó un auge de la investigación anatómica, y sobre todo hasta el desarrollo de las ciencias de la materia, como la química y la física, en el siglo XVIII, y de la biología fundamental, a partir del XIX. Solo en los últimos años la idea de que la teoría médica debe desarrollar sus conceptos científicamente, ha empezado a avanzarse que también la práctica médica, desde el diagnóstico hasta el seguimiento del paciente, pueden sacar ventaja de los procedimientos rigurosos de la ciencia. La medicina tradicional occidental, de origen grecolatino, ha sido desplazada en sus conceptos teóricos por la inspirada biológicamente.

La medicina egipcia era una medicina socialmente muy organizada, con profesionales y lugares específicos, pero siempre muy vinculada a la religión y al oficio sacerdotal. Ha dejado muy poca huella en las medicinas posteriores.

Otros sistemas han perdurado hasta nuestros días, y los sistemas de salud de los países correspondientes los han integrado en diversa medida. Son los siguientes:

- El ayurveda o medicina ayurvédica. Originada en la India en un tiempo indeterminado. A pesar de su nombre, no se menciona ninguna de sus medicinas en ninguno de los *Vedas*. Ha penetrado en algunos ambientes occidentales, donde representa una forma de medicina alternativa.
- La medicina tradicional china. Surgida en China hacia los siglos XIV o XIII a. C., era una práctica esencialmente mágica que, bajo la influencia del taoísmo y el confucianismo, evolucionó y adoptó una farmacopea
- La medicina grecoárabe o unani (lo que en árabe significa 'griego'). Los hospitales que surgieron bajo su influencia atendían a los enfermos con independencia de su estatus social o religión. Eran instituciones laicas, pero en cualquier caso aprobadas y valoradas por el islam.
- La Medicina tradicional andina sustenta la salud en el equilibrio cálido/frío y el pensamiento animista del mundo, su metodología parte de explicar el sentido holístico de la vida, los agentes tradicionales de salud asumen su rol como un don divino y basan su intervención en la restitución del equilibrio con rituales y plantas medicinales. La medicina kallawaya surgida en épocas pre-incaicas en los Andes que hoy son Bolivia, tiene una de las

farmacopeas más ricas del mundo, motivo por el cual la UNESCO declaró la cosmovisión kallawaya como patrimonio cultural de la humanidad en 2003. El curanderismo norteño se refiere a un sistema de creencias y prácticas de la medicina tradicional de corte chamánico que utiliza el cactus de San Pedro (*Echinopsis pachanoi*) y combina elementos originarios de Sudamérica y cristianos.

En el caso de Mesoamérica el mejor ejemplo es Don Juan Badiano y don Martín de la Cruz.

Etnomedicina

La etnomedicina es una especialidad de la antropología médica que estudia las medicinas tradicionales, especialmente las que carecen de fuentes escritas, con énfasis en los aspectos culturales, más que en los biomédicos.

Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Medicina_tradicional

Medicina alternativa

Medicina alternativa es toda práctica que afirma tener los efectos sanadores de la medicina, pero que no está apoyada por pruebas obtenidas mediante el método científico, por lo que su efectividad no ha sido probada científicamente más allá del efecto placebo. Consiste en un amplio rango de prácticas, productos y «terapias». En esta denominación se incluyen prácticas pseudomédicas nuevas y tradicionales como homeopatía, naturopatía, quiropraxia, curación energética, ozonoterapia, radiestesia, acupuntura, medicina tradicional china, medicina ayurvédica, curación por la fe, junto a otros tratamientos que no son parte de la medicina científica.

La **medicina complementaria** es medicina alternativa empleada junto a la medicina basada en hechos bajo la creencia, no probada por métodos científicos, que "complementa" el tratamiento. **MAC** (o CAM en inglés) es la abreviación para **medicina alternativa y complementaria**. La medicina integrativa es la combinación de prácticas y métodos de la medicina alternativa con la medicina científica.

Aunque la idea popular es que estas técnicas son más inocuas que las de la medicina convencional, su uso representa diversos riesgos para la salud, como la ingestión de sustancias que pueden originar efectos no deseados, interacciones e incluso toxicidad. Algunas

manipulaciones sobre el cuerpo pueden causar lesiones, por ejemplo, daños renales y hepáticos producidos por productos vendidos como nutrimentales naturales. Además, el usar terapias no efectivas puede producir un retraso en empezar el tratamiento adecuado o su abandono. Un ejemplo son los movimientos antivacunas, que en diciembre de 2014 provocaron el inicio de un virulento brote de sarampión en Disneylandia (Estados Unidos) y la muerte de un niño enfermo de difteria en Cataluña (España), en junio de 2015.

Los diagnósticos y tratamientos de la medicina alternativa no son incluidos usualmente en las licenciaturas de las facultades de Medicina ni usados en la práctica médica, pues en lugar de ello se utilizan tratamientos cuya eficacia y seguridad han sido probadas científicamente. Las terapias alternativas carecen de validez científica y sus afirmaciones no han sido demostradas o se han demostrado erradas. La medicina alternativa usualmente se basa en la religión, la tradición, la superstición, la creencia en energías sobrenaturales, pseudociencia, errores de razonamiento, propaganda o fraude. La regulación y autorización de la medicina alternativa y sus practicantes varían de país en país y de estado en estado. No existe una regulación global en ningún país occidental, si bien algunos han regulado aspectos parciales. Actualmente, muy distintos tipos de personas actúan en el ámbito de las terapias alternativas, con diferentes niveles de formación, de las cuales un importante número no son médicos, ni poseen ningún tipo de titulación oficial en ciencias de la salud.

La comunidad científica ha criticado a la medicina alternativa de basarse en afirmaciones engañosas, *quackery*, pseudociencia, anticencia, fraude o una metodología científica defectuosa. Se ha advertido de promover la alternativa medicina como peligroso y no ético. La experimentación, cuando la hay, en la medicina alternativa es considerada como un desperdicio de los recursos dedicados a la investigación médica. Incluso se ha criticado la terminología empleada, pues “realmente no existe tal cosa como *medicina alternativa*, solo hay medicina que funciona y medicina que no” o “¿Puede existir alguna ‘alternativa’ razonable [a la medicina basada en hechos]?”. Una revisión de su literatura revela que está repleta de prácticas pseudocientíficas, ineficaces, poco éticas y potencialmente peligrosas, algunas contradictorias entre sí, sin ninguna base real y que incluso contradicen los conocimientos científicos actuales.

[...] “Medicina alternativa” es un término engañoso para crear la ilusión de que un tratamiento desacredi-

tado o no comprobado es realmente una alternativa a otro establecido por la medicina científica. Al agregar “medicina complementaria” a su repertorio de términos engañosos, los proveedores de fraudes médicos han mejorado la ilusión de que sus remedios de alguna forma potencian o mejoran los efectos de los tratamientos médicos basados en hechos.

Entrada en *The Skeptic's Dictionary*

Es hora de que la comunidad científica deje de darle vuelo a la medicina alternativa. No puede haber dos tipos de medicamentos: convencionales y alternativos. Sólo existe la medicina que ha sido probada adecuadamente y la que no, la medicina que funciona y la que puede o no funcionar. Una vez que el tratamiento ha sido probado rigurosamente, ya no importa si fue considerada alternativa al comienzo. Si se encuentra que es razonablemente seguro y eficaz, que sea aceptado. Pero aseveraciones, especulaciones y testimonios no sustituyen los hechos. Los tratamientos alternativos deben ser sometidos a pruebas científicas no menos rigurosas que el exigido para los tratamientos convencionales.

M. Angell,

Definición y tipos

La expresión medicina alternativa no tiene una definición única universalmente aceptada, debido al amplio número de prácticas que engloba y la imprecisión de sus límites. La gran heterogeneidad de las técnicas dificulta delimitar su alcance y no resulta fácil su enumeración exhaustiva. A esta confusión se añade que en algunas zonas se llama “alternativa” a la medicina tradicional.

Estas prácticas engloban, entre otras, la acupuntura, la quiropráctica, la ozonoterapia, el masaje o la homeopatía. Cuando se usan solas se las suele llamar “alternativas”. Cuando se usan junto con la medicina convencional, se las suele llamar “complementarias”. La lista de lo que se considera medicina complementaria y alternativa cambia continuamente, ya que una vez se comprueba que una terapia determinada es eficaz e inocua, ésta debe incorporarse al tratamiento convencional de la salud, dejando de ser alternativa, al igual que cuando surgen enfoques nuevos para la atención sanitaria. Desde los años noventa se ha promovido la evaluación de estas modalidades de tratamiento con métodos objetivos o científicos, con un resultado extremadamente pobre.

Las terapias alternativas se basan en la consideración de la persona como un todo (enfoque holístico), en interacción continua y cambio con el entorno, integrando aspectos físicos, genéticos, mentales, emocionales, espirituales, medioambientales y sociales. No obstante, actualmente en la atención sanitaria convencional también es clave el enfoque biopsicosocial.

A partir del decenio de 1990, se ha producido un resurgimiento de su empleo en muchos países desarrollados y en vías de desarrollo.

Las pruebas y observaciones científicas disponibles sobre su eficacia son muy escasas. No obstante, esta ausencia de demostración de su eficacia no es siempre sinónimo de ineficacia. Muchos pacientes refieren cierta percepción de mejoría de los síntomas, de su bienestar o de su calidad de vida, sin bien por lo general no se dispone de estudios que permitan determinar si esta mejoría es debida al tratamiento o a un efecto placebo.

Otros procedimientos se basan en argumentos místicos, tanto de las religiones orientales como de las occidentales. Diagnósticos o tratamientos que serían calificados de mala praxis y sancionados en muchos países si fueran ejecutados por un médico, en otros lugares pasan inadvertidos al ser aplicados por un practicante no titulado.

Diferencias entre medicina convencional, complementaria, alternativa e integrativa

- La **atención médica convencional** es la medicina practicada por quienes tienen titulación de Doctor en Medicina o Doctor en Medicina Osteopática. También la practican otros profesionales médicos como fisioterapeutas, asistentes médicos, psicólogos y enfermeras tituladas. La medicina convencional también es llamada medicina alopática, occidental, ortodoxa, regular y biomedicina. Algunos practicantes de la medicina convencional también practican medicina complementaria y alternativa. La **medicina complementaria** se utiliza conjuntamente con la medicina convencional. Un ejemplo de terapia complementaria es el uso de acupuntura para mitigar los efectos secundarios del tratamiento del cáncer.
- La **medicina alternativa** se utiliza en lugar de la medicina convencional. Un ejemplo de una terapia alternativa es el empleo de una dieta especial para el tratamiento del cáncer en lugar de la cirugía,

la radiación o la quimioterapia recomendados por un médico convencional.

- La **medicina integrativa**, según la definición de NCCAM, combina terapias médicas formales y terapias de la medicina complementaria y alternativa para las que existen pruebas científicas de alta calidad sobre su seguridad y eficacia.

Los practicantes de medicinas alternativas suelen referirse a la medicina convencional con términos a veces despectivos entre los que se incluyen:

- medicina alopática (nombre creado por los homeópatas);
- medicina científica;
- medicina formal;
- medicina occidental;
- medicina ordinaria;
- medicina ortodoxa.

Principales tipos de medicina complementaria y alternativa, tradicional e integrativa

El NCCAM (National Center for Complementary and Alternative Medicine —Centro Nacional de Medicina Alternativa y Complementaria) de los Estados Unidos— clasifica las terapias de la medicina complementaria y alternativa en cinco categorías o dominios:

- Sistemas médicos alternativos
- Enfoque sobre la mente y el cuerpo
- Terapias biológicas
- Métodos de manipulación y basados en el cuerpo
- Terapias sobre la base de la «energía»

Sistemas médicos alternativos

Los sistemas médicos alternativos se construyen en torno a sistemas completos de teoría y práctica. A menudo, estos sistemas han evolucionado de manera separada del enfoque médico convencional. Ejemplos de sistemas médicos alternativos occidentales son la naturopatía y la medicina naturista. En menor medida, dado su carácter pseudocientífico, se podría también

citar la homeopatía.

La homeopatía busca estimular la capacidad del cuerpo de curarse a sí mismo, a través del empleo de dosis muy pequeñas de sustancias altamente diluidas. La medicina naturista basa su terapéutica en el apoyo a la tendencia espontánea a la curación y la higiene, a través de un modo de vida saludable. La naturopatía pretende estimular la capacidad de autocuración del organismo, mediante modificaciones en la nutrición y el estilo de vida.

Ejemplos de sistemas que se han formulado en culturas no occidentales abarcan la medicina china tradicional y una de sus técnicas, la acupuntura, que estimula puntos anatómicos del cuerpo. Otro ejemplo es el ayurveda, originado en la India, cuyo objetivo es integrar cuerpo, mente y espíritu para prevenir y tratar las enfermedades.

Enfoque sobre la mente y el cuerpo

La medicina de la mente y el cuerpo utiliza una variedad de técnicas diseñadas con el fin de afianzar la capacidad de la mente para afectar la función y los síntomas corporales. Algunas técnicas que se consideraron medicina complementaria y alternativa anteriormente se han formalizado (por ejemplo, grupos de apoyo a pacientes y terapia cognitiva y conductual). Otras técnicas para la mente y el cuerpo aún se consideran medicina complementaria y alternativa, incluida la meditación, la oración, la curación mental y las terapias que emplean soluciones creativas como el arte (arteterapia), la música (musicoterapia) o la danza.

Otras prácticas que pueden incluirse en este grupo son el yoga, la kinesiología, la hipnoterapia y la sofronización.

Terapias biológicas

Las prácticas biológicas utilizan sustancias presentes en la naturaleza, empleadas por su sabor, aroma o posibles propiedades terapéuticas, tales como hierbas, hojas, flores, cortezas de árboles, semillas, frutas, tallos y raíces, alimentos y vitaminas. Engloban la fitoterapia, la terapia nutricional alternativa y los tratamientos con suplementos nutricionales y vitaminas. Algunas de estas técnicas incluyen el uso de suplementos dietéticos, productos de herboristería y otros productos denominados «naturales», en su mayoría no probados desde el punto de vista científico (por ejemplo, el uso

de cartilago de tiburón en el tratamiento del cáncer).

Algunos usos de los suplementos dietéticos forman parte de la medicina convencional. Por ejemplo, los científicos han descubierto que el ácido fólico previene ciertos defectos congénitos en el feto durante el embarazo y un régimen de vitaminas y zinc puede retardar el avance de una enfermedad ocular denominada degeneración macular asociada a la edad.

La nutrición y dietética, tal y como se enseña en las universidades, es ejercida por profesionales titulados y competentes, y forma parte de la medicina convencional. Sin embargo, diversas técnicas y protocolos que no se sitúan dentro de la prueba científica, como la dieta alcalina o la dieta para curar el cáncer, pertenecen al campo de las terapias alternativas.

Métodos de manipulación y basados en el cuerpo

Estas prácticas se basan en la teoría de que todos los sistemas del cuerpo trabajan conjuntamente de forma integrada, por lo que los trastornos en un sistema pueden afectar el funcionamiento en otras partes del cuerpo.

Los métodos de manipulación (terapias manipulativas o de manipulación) y basados en el cuerpo en la medicina complementaria y alternativa hacen énfasis en la manipulación o en el movimiento de una o más partes del cuerpo. Algunos ejemplos incluyen quiropráctica, osteopatía y masaje, aunque cabe destacar que muchas de las terapias que se engloban en estos 3 términos también son práctica común y disciplinas competenciales de una profesión sanitaria, científica, reglada y convencional como la fisioterapia así como de la medicina manual u osteopática (realizada por médicos D.O.), por lo que hay que diferenciar claramente si estas terapias las aplica un fisioterapeuta/médico o un profano, masajista, quiromasajista, compenedor o sanador: en el primer caso estaríamos hablando de medicina convencional o científica y en los otros de medicina alternativa.

Otras prácticas que se incluyen en esta clasificación son el drenaje linfático, la reflexología, el shiatsu, el so-tai y la aromaterapia.

Terapias sobre la base de la «energía»

Las terapias sobre la base de alguna clase de «ener-

gía» hipotética son uno de los cinco tipos de medicina complementaria y alternativa según la NCCAM. Se trata de una de las áreas de la medicina complementaria que más controversia provoca, ya que su eficacia no ha sido demostrada más allá del efecto placebo. El NCCAM las divide en terapias de biocampo cuando la energía interviniente es la propia del cuerpo y terapias bioelectromagnéticas cuando se utiliza un equipo o implemento externo capaz de producir energía, como el Tens u otros que generan impulsos eléctricos, magnéticos o electromagnéticos, entre otros.

Las denominadas terapias del biocampo pretenden afectar a los campos de energía que supuestamente rodean y penetran el cuerpo humano (cuya existencia no ha sido probada científicamente) mediante la aplicación de presión o la colocación de las manos en o a través de estos campos. Entre ellas figuran el Qi-Gong (o Chi-kung); el reiki, cuyo objetivo es curar el espíritu y, como consecuencia, el cuerpo; la terapia floral, a través de la intervención energética de las esencias; y el “toque terapéutico” mediante el cual los profesionales pasan sus manos sobre una persona para utilizar su propia energía que se percibe como sanadora, para identificar los desequilibrios de energía y promover su salud.

Las terapias bioelectromagnéticas, también llamadas terapias biomagnéticas o con campos magnéticos, se fundamentan en el uso no convencional de campos electromagnéticos, que son líneas invisibles de fuerza que rodean todos los dispositivos eléctricos, tales como dispositivos electromagnéticos, imanes, etc.

Ejemplos de terapias basadas sobre la «energía» son el reiki, la terapia floral, la terapia biomagnética o con campos magnéticos.

Regulación de las medicinas alternativas

Las distintas jurisdicciones difieren acerca de qué ramas de esta práctica alternativa son legales, cuáles están reguladas y cuáles (si las hay) son prestadas por el servicio sanitario gubernamental o financiadas por el Estado.

Cierto número de partidarios de la medicina alternativa no están de acuerdo con las restricciones de las agencias gubernamentales que regulan los tratamientos médicos —como la FDA (Food and Drug Administration: Administración de Alimentos y Medicamentos) estadounidense— y la adherencia de estas a los métodos de evaluación experimentales.

Afirman que esto impide a los que buscan dar tratamientos y propuestas útiles y eficaces al público, y denuncian que sus contribuciones y descubrimientos son injustamente desestimados, pasados por alto o suprimidos. Los proveedores de medicina alternativa suelen argüir que el fraude en los tratamientos debe abordarse adecuadamente cuando se produzca.

Uso contemporáneo de las medicinas alternativas

Edzard Ernst escribió en el *Medical Journal of Australia* que «cerca de la mitad de la población de los países desarrollados usa medicina complementaria y alternativa» (Ernst 2003), si bien cabe poner en duda lo que los encuestados entendían por «medicina complementaria y alternativa». Una encuesta (Barnes *et al.* 2004) publicada en mayo de 2004 por el NCCAM estadounidense concluía que en 2002 el 36 % de los estadounidenses había usado algún tipo de «terapia alternativa» en los 12 meses anteriores, donde se incluía como tal hasta la práctica del yoga, la meditación, tratamientos herbales e incluso la dieta Atkins. Si la oración era considerada como terapia alternativa, entonces la cifra subía hasta el 62,1 %. Otro estudio de Astin *et al.* (1998) sugiere una cifra parecida del 40 %. Una encuesta telefónica británica hecha por la BBC entre 1209 adultos en 1998 mostraba que cerca del 20 % de los adultos británicos había usado la medicina alternativa en los 12 meses anteriores (Ernst & White 1999), de nuevo con dudas sobre qué entendían los encuestados por «medicina alternativa».

El uso de la medicina alternativa parece ir en aumento. Eisenburg *et al.* llevaron a cabo un estudio en 1998 que mostró que el uso de la medicina alternativa había subido desde el 33,8 % en 1990 hasta el 42,1 % en 1997. En el Reino Unido, un informe de 2000 ordenado por la Cámara de los Lores sugería que «los datos de los que se dispone parecen apoyar la idea de que el uso de la medicina complementaria y alternativa en el Reino Unido es alto y está en aumento», parte de lo cual es explicado por el crecimiento de la población inmigrante extraeuropea que mantiene la utilización de dichas técnicas.

Eficacia de la medicina alternativa

Los partidarios de la medicina alternativa sostienen que los diversos métodos alternativos son eficaces en el tratamiento de un amplio rango de dolencias leves y

graves, y argumentan que trabajos de investigación recientemente publicados (como Michalsen 2003, Gonsalkorale 2003 y Berga 2003) demuestran la eficacia de tratamientos alternativos específicos. Afirman que una búsqueda en PubMed halló cerca de 370 000 artículos de investigación clasificados como medicina alternativa publicados en revistas reconocidas por Medline desde 1966 en la base de datos de la National Library of Medicine (tales como Kleijnen 1991, Linde 1997, Michalsen 2003, Gonsalkorale 2003 y 2003).

Los partidarios de la medicina alternativa sostienen que ésta puede proporcionar beneficios a la salud mediante la participación activa del paciente, ofreciendo más opciones al público, incluidos tratamientos que simplemente no están disponibles en la medicina convencional.

La mayoría de los estadounidenses que consultan a terapeutas alternativos recibirían con entusiasmo la posibilidad de consultar a un médico bien entrenado en la medicina tradicional que tenga también una mentalidad abierta y buen conocimiento de los mecanismos de curación innatos del cuerpo, de la influencia de los hábitos de vida sobre la salud y de los usos apropiados de los complementos dietéticos, hierbas y otras formas de tratamiento, desde la manipulación osteopática hasta la medicina china y ayurvédica. En otras palabras, quieren ayuda competente para moverse por el confuso laberinto de opciones terapéuticas disponibles en la actualidad, especialmente en aquellos casos en los que los enfoques convencionales son relativamente ineficaces o perjudiciales.

Weil Snyderman, 2002

Aunque los partidarios de la medicina alternativa reconocen que el efecto placebo puede desempeñar un papel en el beneficio que proporcionan las terapias alternativas, hay que destacar que el efecto placebo también influye en la medicina convencional. Por tanto señalan que esto no disminuye su validez. Los escépticos afirman que esta declaración es un reconocimiento de la ineficacia de los tratamientos alternativos. Un antibiótico o una vacuna es eficaz sin necesidad de efecto placebo y se puede administrar sin que el paciente lo sepa y sin que sea administrada por un sanador. La llamada medicina alternativa no tiene nada semejante que ofrecer.

Menor riesgo cuando se usa como complemento de la medicina convencional

Una importante objeción a la medicina alternativa es que se practica en lugar de los tratamientos médicos convencionales. Siempre que los tratamientos alternativos se usen junto con los tratamientos médicos convencionales, la mayoría de los médicos hallan la mayor parte de la medicina complementaria aceptable (Vickers 2004). En consonancia con estudios previos, el Centro para el Control de Enfermedades (CDC) estadounidense informó recientemente que la mayoría (54,9 %) de los estadounidenses usaban la medicina alternativa en conjunción con la convencional.

Los pacientes deben, sin embargo, informar siempre a sus médicos de que están usando medicina alternativa. Algunos paciente no lo hacen temiendo que esto dañe la relación con su médico. No obstante, algunos tratamientos alternativos pueden interferir con los tratamientos tradicionales. Un ejemplo es la combinación de quimioterapia y la toma de altas dosis de vitamina C, que puede dañar gravemente los riñones.

El problema de la interferencia entre la medicina alternativa y la convencional se minimiza cuando solo se recurre a la primera tras agotar todas las posibilidades de la segunda. Muchos pacientes creen que la medicina alternativa puede ayudar a sobrellevar enfermedades crónicas para las que la medicina convencional no ofrece cura, sino solo cuidados paliativos. Se está haciendo más común que el propio médico sugiera a sus pacientes alternativas cuando no puede ofrecer un tratamiento.

Algunas de las terapias que más se han estudiado para buscar una prueba científica son la acupuntura, la homeopatía y las terapias físicas y manuales.

Acupuntura

Es una terapia de uso muy extendido para tratar una extensa serie de patologías, muchas de ellas asociadas con el dolor.

Existen pruebas que sugieren que resulta efectiva en el control de las náuseas y vómitos producidos por la quimioterapia y postoperatorios, así como para aliviar el dolor dental tras las intervenciones. Sin embargo, en revisiones sistemáticas y exhaustivas extensas se ha visto que no tienen efecto.

En lo que respecta a los riesgos, los estudios realizados

demuestran que es un tratamiento relativamente seguro, cuyos efectos adversos son menores y limitados, tales como dolor, inflamación, hematoma o sangrado en el lugar de la inyección.

Homeopatía

Esta técnica ha empezado a ser evaluada con criterios de medicina basada en hechos en los últimos años, por lo que su evaluación científica está en sus inicios.

En general, los resultados de los ensayos clínicos son muy contradictorios y las conclusiones de las revisiones realizadas son que la homeopatía no ha probado definitivamente su eficacia en ninguna indicación o situación clínica concreta.

Respecto a los posibles efectos adversos, los medicamentos homeopáticos, en diluciones extremadamente altas, se consideran seguros si son utilizados bajo la supervisión de profesionales.

Terapias físicas y manuales

Actualmente, la investigación científica en estas técnicas es muy escasa, por lo que es preciso realizar más investigaciones.

No obstante, se considera que la manipulación espinal osteopática en pacientes con dolor lumbar inespecífico agudo o crónico puede ser beneficiosa. La terapia manual, incluida la manipulación espinal, podría ser empleada en el manejo temprano del dolor de espalda persistente inespecífico.

Respecto a su seguridad, el riesgo del tratamiento osteopático parece ser bajo, si bien se han documentado efectos adversos como consecuencia de la manipulación espinal.

Críticas a la medicina alternativa

Debido al amplio rango de terapias que se consideran dentro de la «medicina alternativa», pocas críticas se aplican a todas en conjunto. El último trabajo científico serio al respecto que puede citarse es el de Edzard Ernst «Un científico en el País de las maravillas», *A Scientist in Wonderland. A Memoir of Searching for Truth and Finding Trouble* (2015), cuyo equipo de la cátedra de Medicina Complementaria de la Universidad de Exeter ha publicado desde 1993 más de 350 trabajos sobre esta materia sufriendo todo tipo de presiones y censuras. Las críticas dirigidas a terapias

específicas de la medicina alternativa van desde las bastante leves (el tratamiento convencional es más efectivo en un área particular) hasta la incompatibilidad con las leyes de la física y de la química (por ejemplo, en la homeopatía).

Los partidarios de las diferentes formas de medicina alternativa rechazan las críticas por estar supuestamente basadas en prejuicios, intereses económicos o ignorancia. Los opositores a muchas formas de medicina alternativa rechazan buena parte de las «pruebas» a favor por no cumplir las condiciones requeridas por la medicina científica, y la ciencia en general, como los experimentos de doble ciego, por ejemplo.

¿Son los métodos de la medicina complementaria y alternativa peligrosos?

Las terapias de las MCA necesitan evaluarse con el mismo proceso largo y cuidadoso de investigación que se usa para evaluar los tratamientos convencionales. Los tratamientos del cáncer convencionales han sido estudiados, en general, en cuanto a lo nocivos que puedan ser y a su eficacia por medio de un proceso científico intenso que incluye estudios clínicos con un gran número de pacientes. Se conoce menos acerca de la eficacia y de los peligros que pueden presentar muchas terapias de las MCA. La investigación de las terapias de las MCA ha sido más lenta por algunas razones:

- Cuestiones de tiempo y de financiamiento
- Problemas para encontrar instituciones e investigadores oncológicos que trabajen en los estudios
- Cuestiones de reglamentación

Algunas terapias de las MCA se han sometido a una evaluación cuidadosa, mientras que otras han resultado ser ineficaces o posiblemente nocivas.

Natural no significa que no hace daño

Los complementos alimenticios como las hierbas y las vitaminas pueden afectar lo bien que funcionen otras medicinas en su cuerpo. Por ejemplo, la hierba de San Juan o hipérico, la cual se usa para la depresión por alguna gente, puede causar que ciertos fármacos contra el cáncer no funcionen tan bien como deberían.

Los complementos herbarios pueden actuar como fármacos en su cuerpo. Pueden ser nocivos cuando se tomen solos, con otras sustancias o en grandes dosis.

Por ejemplo, algunos estudios han indicado que la kava kava, una hierba que se ha usado para la tensión y la ansiedad, puede causar daño al hígado.

Las vitaminas pueden tener un fuerte efecto en su cuerpo. Por ejemplo, las altas dosis de vitaminas, aun de vitamina C, pueden afectar cómo trabajen la quimioterapia y la radiación. Una cantidad excesiva de una vitamina es peligrosa, aun para una persona sana.

Fuentes:

https://es.wikipedia.org/wiki/Medicina_alternativa

<https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca>

Medicina naturista

La **medicina naturista**, es aquella en la que un médico aplica el criterio naturista de tradición hipocrática. Se fundamenta en el estímulo de la tendencia espontánea del organismo a la curación (*vis medicatrix naturæ* es decir: fuerza curativa de la naturaleza), a través de un estilo de vida que mantenga y robustezca la salud (“vida sana”). Evitar las toxicomanías y las adicciones, y, por lo contrario fomentar desde la infancia modos de vida naturalmente sanos como el moderado ejercicio físico evitando el sedentarismo. La nutrición se basa en el seguimiento de una dieta básicamente ovo-lacto-vegetariana, y se complementa con hidroterapia, sofrología, yoga y cualquier otro tipo de terapia que cumpla con el axioma de estímulo de la capacidad curativa natural del organismo.

Fuente: https://es.wikipedia.org/wiki/Medicina_naturista

Naturopatía

La **naturopatía** o **medicina naturopática** es una forma de medicina alternativa que emplea una variedad de prácticas pseudocientíficas calificadas como «naturales» o «no invasivas» y que promueve la «autocuración». La ideología y los métodos de la naturopatía se basan en el vitalismo y el holismo, a diferencia de la medicina basada en evidencia. Los médicos naturópatas generalmente recomiendan no seguir las prácticas médicas modernas, incluidas, entre otras, las pruebas médicas, los medicamentos, las vacunas y la cirugía. En cambio, el estudio y la práctica naturopáticos se basan en nociones no científicas, que a menudo

llevan a los naturópatas a diagnósticos y tratamientos ineficaces e incluso potencialmente peligrosos para la salud.

Dentro de la profesión médica, la naturopatía, además de muy minoritaria, es considerada inútil y posiblemente dañina, lo que plantea problemas éticos sobre su práctica. Además de los señalamientos de la comunidad médica, como la Sociedad Estadounidense del Cáncer, los naturópatas han sido acusados repetidamente de charlatanería. En algunos países, es un delito penal que los naturópatas se presenten como profesionales médicos. Sin embargo, los naturópatas continúan haciendo campaña para obtener más reconocimiento en los Estados Unidos y en otros países y actualmente la naturopatía es una de las «terapias naturales» más comúnmente usadas en Europa.

El término “naturopatía” se origina en “natura” (raíz latina para el nacimiento) y «pathos» (la raíz griega para el sufrimiento) para sugerir «curación natural». Los naturópatas afirman que el antiguo “padre de la medicina” griego, Hipócrates, fue el primer defensor de la medicina naturópata, antes de que existiera el término.

La naturopatía tiene sus raíces en el movimiento de curación natural europeo del siglo XIX. En Escocia, Thomas Allinson comenzó a abogar por su “medicina higiénica” en la década de 1880, promoviendo una dieta natural y ejercicio, evitando el tabaco y el exceso de trabajo.

El término “naturopatía” fue acuñado en 1895 por John Scheel y comprado por Benedict Lust, a quien los naturópatas consideran el “Padre de la naturopatía estadounidense”. Lust había sido educado en hidroterapia y otras prácticas de salud naturista en Alemania por el padre Sebastian Kneipp. Kneipp envió a Lust a los Estados Unidos para difundir sus métodos curativos sin uso de drogas. Lust definió la naturopatía como una disciplina amplia más que como un método en particular, e incluyó técnicas tales como hidroterapia, hierbas medicinales y homeopatía, además de eliminar el comer en exceso y el consumo de té, café y alcohol. Describió el cuerpo en términos espirituales y vitalistas con «absoluta dependencia de las fuerzas cósmicas de la naturaleza humana».

Según el Diccionario Merriam-Webster, el primer uso conocido de “naturopatía” en forma impresa es de 1901.

En 1901, Lust fundó la American School of Naturopathy en Nueva York. En 1902, las asociaciones Kneipp norteamericanas originales fueron descontinuadas y

renombradas como “Asociaciones Naturopáticas”. En septiembre de 1919, la Naturopathic Society of America se disolvió y Benedict Lust fundó la American Naturopathic Association para reemplazarla. Los naturópatas obtuvieron licencia bajo las leyes de medicina naturopática o sin drogas en 25 estados de EE. UU. en las primeras tres décadas del siglo XX. La naturopatía fue adoptada por muchos quiroprácticos, y varias escuelas comenzaron a ofrecer títulos de Doctor en Naturopatía (ND) y Doctor en Quiropráctica (DC). Las estimaciones de la cantidad de escuelas naturopáticas activas en los Estados Unidos durante este período varían de aproximadamente una a dos docenas de instituciones.

Después de un período de rápido crecimiento, la naturopatía entró en declive durante varias décadas después de la década de 1930. En 1910, la Fundación Carnegie para el Avance de la Enseñanza publicó el Informe Flexner, que criticaba muchos aspectos de la educación médica, especialmente la calidad y la falta de rigor científico. La llegada de la penicilina y otras «drogas milagrosas» y la consiguiente popularidad de la medicina moderna también contribuyeron al declive de la naturopatía. En las décadas de 1940 y 1950, una ampliación en el alcance de las leyes de práctica médica llevó a muchas escuelas de quiropráctica a abandonar sus títulos de ND, aunque muchos quiroprácticos continuaron practicando naturopatía. De 1940 a 1963, la Asociación Médica Americana hizo campaña contra sistemas médicos heterodoxos. En 1958, la práctica de la naturopatía estaba autorizada en solo cinco estados de ese país.

En 1968, el Departamento de Salud, Educación y Bienestar de los Estados Unidos emitió un informe sobre la naturopatía concluyendo que esta no se basaba en la ciencia médica y que la educación naturopática era inadecuada para preparar a los graduados con el fin de que fueran capaces de realizar un diagnóstico apropiado y proporcionar tratamiento médico. El informe recomendó no expandir la cobertura del programa de salud medicare para incluir tratamientos naturopáticos. En 1977, un comité de investigación australiano llegó a conclusiones similares: no recomendó dar licencias para naturópatas.

A partir de la década de 1970, hubo un resurgimiento del interés en los Estados Unidos y Canadá, junto con el movimiento de “salud holística”. Esto ha resultado en que en 2009 quince estados de EE. UU., Puerto Rico, las Islas Vírgenes de EE. UU. y el Distrito de Columbia otorgan licencias para médicos naturópatas, y el estado de Washington exige que las compañías

de seguros ofrezcan reembolsos por los servicios prestados por médicos naturópatas. Sin embargo, algunos estados como Carolina del Sur y Tennessee todavía prohíben la práctica de la naturopatía.

En 2015, Britt Marie Hermes, una exdoctora naturopática estadounidense con licencia, comenzó a escribir muy duramente sobre su experiencia de capacitación y práctica de la medicina naturopática. Convirtiéndose en una vocal crítica de la naturopatía y la medicina alternativa. Es autora de un blog, *Naturopathic Diaries*, donde escribe sobre haber sido entrenada y haber practicado como naturópata con licencia y sobre los problemas con los naturópatas como médicos. Hermes ha sido calificado como un denunciante alertador de la profesión naturopática y una “apóstata de la naturopatía».

Práctica y fundamentos

La práctica de la naturopatía se basa en la creencia en la capacidad del cuerpo para curarse a sí mismo a través de una energía vital especial o de la fuerza que guía internamente los procesos corporales. El diagnóstico y el tratamiento se refieren principalmente a terapias alternativas y métodos «naturales» que, según los naturópatas, promueven la capacidad natural del cuerpo para sanar. Los naturópatas se centran en un enfoque holístico, evitando completamente el uso de cirugía y medicamentos convencionales. Los naturópatas pretenden prevenir enfermedades a través de la reducción del estrés y los cambios en la dieta y el estilo de vida, a menudo rechazando los métodos de la medicina basada en evidencia.

Una consulta generalmente comienza con una larga entrevista con el paciente que se centra en el estilo de vida, el historial médico, el tono emocional y las características físicas, así como un examen físico. Muchos naturópatas se presentan como proveedores de atención médica primaria, y algunos médicos naturópatas pueden llegar a recetar medicamentos, realizar cirugías menores e integrar otros enfoques médicos convencionales, como el asesoramiento sobre dieta y estilo de vida, con su práctica naturopática.

Los naturópatas tradicionales se ocupan exclusivamente de los cambios en el estilo de vida y no diagnostican ni tratan enfermedades. Los naturópatas generalmente no recomiendan el uso de vacunas y antibióticos, basados en parte en las primeras opiniones que dieron forma a la profesión, y pueden proporcionar remedios alterna-

tivos incluso en los casos en que la medicina basada en evidencia ha demostrado ser efectiva.

Métodos

Los naturópatas a menudo se oponen a la medicina convencional y adoptan una postura antivacunas.

Las modalidades particulares utilizadas por un naturópata varían con el entrenamiento y el alcance de la práctica. Estos pueden incluir herbalismo, homeopatía, acupuntura, curas naturales, medicina física, kinesiología aplicada, enemas de colon, terapia de quelación, cromoterapia, osteopatía craneal, análisis de cabello, iridología, análisis de sangre en vivo, ozonoterapia, psicoterapia, medidas de salud pública e higiene, reflexología, rolfeo, terapia de masaje y medicina tradicional china. *Los remedios naturales* incluyen una variedad de terapias basadas en la exposición a elementos naturales como la luz del sol, el aire fresco, calor o frío, así como consejos nutricionales como seguir una dieta vegetariana y de alimentos integrales, ayunar o abstenerse de consumir alcohol y azúcar. La medicina física incluye terapia de manipulación naturopática, ósea o de tejidos blandos, medicina deportiva, ejercicio e hidroterapia. El asesoramiento psicológico incluye meditación, relajación y otros métodos de manejo del estrés.

Una encuesta de 2004 determinó que las terapias naturopáticas prescritas con mayor frecuencia en los estados norteamericanos de Washington y Connecticut eran medicamentos botánicos, vitaminas, minerales, homeopatía y tratamientos para la alergia. Un examen publicado en 2011 de sitios web de clínicas naturopáticas en las provincias canadienses de Alberta y Columbia Británica encontró que las terapias más comúnmente anunciadas eran la homeopatía, la medicina botánica, la nutrición, la acupuntura, el asesoramiento sobre el estilo de vida y la desintoxicación.

Base de evidencia

La naturopatía carece de una base científica adecuada y es rechazada por la comunidad médica. Algunos métodos se basan en “campos de energía vital” inmateriales, cuya existencia no ha sido probada, y existe la preocupación de que la naturopatía como campo tienda a aislarse del discurso científico general. La naturopatía es ampliamente criticada por su dependencia y su asociación con tratamientos médicos alternativos

no comprobados, refutados o controvertidos, y por sus fundamentos vitalistas. Las sustancias naturales conocidas como nutracéuticos son poco prometedoras en el tratamiento de enfermedades, especialmente el cáncer, ya que los experimentos de laboratorio han demostrado un efecto terapéutico limitado en las rutas metabólicas, mientras que los ensayos clínicos demuestran además una escasa biodisponibilidad. Según la American Cancer Society, “la evidencia científica no respalda las afirmaciones de que la medicina naturista puede curar el cáncer o cualquier otra enfermedad». Según Britt Hermes, los programas de estudiantes de naturópatas son problemáticos porque “Como naturópata [estudiante], usted está haciendo justificaciones para establecer las reglas y eludir los estándares de cómo interpretar la investigación durante todo el camino. Porque si no lo haces, básicamente no te queda nada”. En 2015, el Departamento de Salud del Gobierno de Australia publicó los resultados de una revisión de terapias alternativas que buscaban determinar si alguna era adecuada para estar cubierta por el seguro de salud. La naturopatía fue una de las 17 terapias evaluadas para las cuales no se encontró evidencia de efectividad. Kimball C. Atwood IV, médico e investigador norteamericano, escribió en el diario científico *Medscape General Medicine*:

Los doctores naturópatas ahora dicen ser proveedores de atención médica primaria capacitados tanto en la práctica de la “medicina convencional” como de la “medicina natural”. Sin embargo, su capacitación equivale apenas a una pequeña fracción de la de los médicos que proveen atención primaria. Una evaluación de su literatura, además, revela que esta se encuentra repleta de prácticas pseudocientíficas, faltas de ética, carentes de efectividad y potencialmente peligrosas.

En otro artículo, Atwood escribe que “los médicos que consideran a los naturópatas como sus colegas se encuentran en oposición a uno de los preceptos éticos fundamentales de la medicina moderna. Si los naturópatas no van a ser juzgados como “practicantes no científicos”, el término no tiene un significado útil”.

Britt Marie Hermes, doctora en medicina naturopática con licencia ahora retirada, afirma que “cualquier producto que venda un naturópata casi garantiza la ausencia de datos científicos confiables para respaldar las declaraciones de beneficios a la salud que haga, y que mientras algunos naturópatas afirman que solo practican medicina basada en la evidencia, “el problema es que todos los naturópatas de un curso naturopático acreditado tiene como requerimiento estudiar de for-

ma extensiva homeopatía, medicina a base de hierbas, curación energética, técnicas quiroprácticas, terapia con agua” y otras prácticas pseudocientíficas.

Según Arnold S. Relman, el “*Libro de texto de medicina natural*” es inadecuado como herramienta de enseñanza, ya que omite mencionar o tratar en detalle muchas dolencias comunes, enfatiza incorrectamente los tratamientos “que probablemente no sean efectivos” sobre los que son, y promueve remedios herbales no comprobados a expensas de los productos farmacéuticos. Concluye que “los riesgos para muchos pacientes enfermos que buscan atención del médico naturópata promedio superarían con creces cualquier posible beneficio”.

La Sociedad Médica de Massachusetts afirma que “las prácticas naturopáticas permanecen sin cambios a pesar de la investigación científica y siguen siendo una colección de afirmaciones erróneas y potencialmente peligrosas mezcladas con una pizca de consejos dietéticos y de estilo de vida no controversiales”.

Seguridad y riesgos para la salud

Los naturópatas a menudo recomiendan la exposición a sustancias naturales, como hierbas, ciertos alimentos o luz solar, así como actividades que describen como naturales, como el ejercicio, la meditación y la relajación. Los naturópatas afirman que estos tratamientos naturales ayudan a restaurar la capacidad innata del cuerpo para curarse a sí mismo sin los efectos adversos de la medicina convencional. Sin embargo, los métodos y productos químicos “naturales” no son necesariamente más seguros o efectivos que los “artificiales” o “sintéticos”, y cualquier tratamiento capaz de provocar un efecto también puede tener efectos secundarios perjudiciales.

Muchos preparados naturales utilizados en la medicina natural contienen el mismo principio activo o fármaco que los usados en la medicina convencional. No obstante, el contenido en principio activo de los productos a base de plantas medicinales es necesariamente variable, debido a la variabilidad inherente en el crecimiento de las plantas, su recolección, procesamiento y demás manipulaciones. Pese a ello, con la dificultad e incertidumbre que este hecho implica en su correcta dosificación, muchas personas prefieren el uso de estos productos «naturales» en lugar de la correspondiente especialidad farmacéutica que contiene el mismo principio activo.

Asimismo, se han notificado en los productos a base de plantas medicinales problemas de confusión entre unas plantas y otras, además de contaminación con pesticidas, metales pesados y medicamentos. Es necesario el mismo control médico estricto con las plantas medicinales que con los medicamentos de síntesis.

Ciertos tratamientos naturopáticos ofrecidos por los naturópatas, como la homeopatía, el rolfing y la iridología, son considerados pseudociencia o charlatanería. Stephen Barrett de QuackWatch y el Consejo nacional contra el fraude de salud estadounidense (National Council Against Health Fraud) ha declarado que la naturopatía es «simplista y que sus prácticas están plagadas de charlatanería». «Los profesionales de la salud no científicos, incluidos los naturópatas, utilizan métodos y engaños acientíficos en un público que, al carecer de un conocimiento profundo de la salud, debe confiar en la seguridad de los proveedores. La charlatanería no solo daña a las personas, sino que socava la capacidad de realizar investigaciones científicas y los científicos deberían oponerse a ella», dice William T. Jarvis.

En el caso australiano de 2018 contra Marlyin Bodnar, quien aconsejó a una madre que tratara el eczema de su hijo con una dieta de alimentos crudos que casi condujo a la muerte del niño por inanición, el juez Peter Berman dijo: “El consejo bien intencionado, pero seriamente equivocado es, como los hechos de este caso demuestran, capaz de causar grandes daños e incluso la muerte a niños vulnerables”. Además, Britt Hermes critica la “cultura generalizada de culpar al paciente” entre los médicos naturópatas, donde “cuando algo no funciona para el paciente y el paciente no está experimentando todos los efectos positivos y cero efectos secundarios que se prometen con la terapia, nunca es porque la terapia no funciona, es porque el paciente no hizo algo bien”.

Fuentes:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Naturopat%C3%ADa>

<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/medicina-natural>

Medicina Natural

Medicina Natural es un concepto amplio que nos permitirá tratar una gran variedad de medicinas complementarias y alternativas, incluyendo: medicina herbaria, suplementos dietéticos, homeopatía, acupuntura,

terapia neural, biomagnetismo, digitopuntura, y otras de las muchas medicinas alternativas que existen actualmente.

La teoría del poder curativo de la naturaleza comenzó alrededor del siglo V y IV antes del Cristo y fue descrito por seguidores de Hipócrates y Galeno entre los años 460 y 200 A.C.

La doctrina sostiene que la naturaleza dota al organismo humano con poderes internos para restaurarse a sí mismo su salud.

Esta teoría explica la diarrea, la inflamación y la fiebre (entre otros síntomas y signos fisiológicos) como intentos del organismo para alcanzar la homeostasis.

Una teoría más moderna por el Dr. Henry Lindlahr establece que la enfermedad es causada por la desviación de las leyes naturalezas, y que la enfermedad por sí misma es una evidencia del intento del organismo por intentar corregir la situación retornando el organismo a su estado natural, es decir a la homeostasis con su ambiente.

El Dr. Lindlahr postula que la enfermedad tiene una de las siguientes causas: disminución de la vitalidad, intoxicación de la sangre e intoxicación de la linfa.

Otro elemento importante de la Medicina Natural es el principio del tratamiento de la persona total.

La Medicina Natural es el arte del tratamiento de la persona y no la enfermedad, mediante el tratamiento individualizado.

La importancia en la actualidad de la Medicina Natural se evidencia por el alto consumo de los productos recomendados por esta alternativa para el manejo de las enfermedades. En los Estados Unidos¹ un estudio mostró un aumento significativo de los tratamientos médicos alternativos, pasando de un 33.8% en 1990 a un 42.1% en 1997.

El aumento más dramático en ese mismo país se dio con el uso de las hierbas medicinales, cuya utilización pasó de 2.5% en 1990 a un 12.1% en 1997, un aumento de un 380%.

Otro dato encontrado revela que dentro del 44% de los adultos que reportó el uso regular de medicamentos prescritos por el médico, se encontró que el 18.4% también utilizaba, al menos, un producto de la medicina herbaria.

En Inglaterra, un sondeo efectuado por una organización de 28.000 consumidores descubrió que 80 personas de cada 100 habían recurrido a alguna forma de medicina complementaria.

Por otra parte las consultas con médicos homeópatas está aumentando a un ritmo de un 39 por ciento al año y el 42 por ciento de médicos entrevistados, según el British Medical Journal, remitían sus pacientes a médicos homeópatas.

En Francia aproximadamente 11.000 médicos y 20.000 farmacias ofrecen tratamiento homeopático y el 25 por ciento de la población recurre a esta medicina.

En Estados Unidos se incrementaron las ventas de medicamentos homeopáticos en 1.000 por ciento entre finales de los años setenta y principio de los ochenta y una investigación publicada por el Western Journal of Medicine reveló que los pacientes homeopáticos están mejor educados que el estadounidense promedio.

Las razones que motivan este enorme auge de las medicinas alternativas son varias:

- Abordaje integral de la persona
- Mejores y más rápidos resultados en ciertos tipos de enfermedades y padecimientos
- Único tratamiento disponible en algunos trastornos ya que la Medicina convencional sólo ofrece en esos casos un tratamiento para los síntomas.
- Menos complicaciones y menos efectos secundarios
- Algunos tratamientos son menos traumáticos.
- Por lo general son de más bajo costo.

Fuente: <https://www.geosalud.com/medicinatural/medicina%20natural.htm>



INTRODUCCIÓN

La medicina natural y tradicional forma parte del acervo cultural de la humanidad, y se ha desarrollado en muchos países con características propias, en franca tendencia a los recursos disponibles en ellos, sobre la base, además, de la idiosincrasia de sus habitantes; por tanto, es el resultado de una evolución lenta, pero avallada por la experiencia práctica.

El empleo de las plantas para la alimentación del hombre y la curación de diversas enfermedades, se remonta a la creación del mundo. Esta experiencia fue transmitida de generación en generación, a tal punto, que en la actualidad, en pleno siglo XXI, son denominadas plantas de uso tradicional, lo cual continuará hasta el fin de los tiempos.

Al respecto, la medicina herbaria, que también se conoce como medicina botánica, fitoterapia o fitomedicina, es la forma más antigua de atención médica que se ha conocido en la humanidad.

En la actualidad existen extensas documentaciones e investigaciones relacionadas con el uso de las plantas para curar diversas enfermedades.

Cabe agregar que la acción de las plantas indica la manera en que el remedio interactúa con la fisiología humana. En algunos casos dicha acción se debe a la presencia de una determinada sustancia química que se encuentra en sus estructuras, por lo que tiene un impacto directo sobre la actividad fisiológica, si se sabe cuál es el proceso morboso que se desea aliviar y se conocen las propiedades herbarias para lograr el efecto adecuado.

Durante muchos años los seres humanos han utilizado las plantas para tratar las irritaciones de la piel, las heridas, las picaduras de insectos y las mordeduras de víboras. A partir de la década de los 80 del pasado siglo, el interés por conocer las plantas medicinales y sus usos, ha proliferado en todo el mundo. En Oriente y Occidente se aprecia una parte del “renacimiento” de la herbolaria, bajo la motivación de las muertes causadas por reacciones adversas medicamentosas, pues más de 600 personas fallecieron en Inglaterra entre 1986 y 1987, y 200 000 en Estados Unidos.

En 1988 se realizó la Conferencia Internacional sobre Conservación de Plantas Medicinales, en Chiang Mai, Tailandia, con la presencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza y recursos naturales y el

BREVE RESEÑA HISTÓRICA: ORÍGENES Y EVOLUCIÓN

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192014001000019

MEDISAN vol. 18, no. 10, oct. 2014

Algunas consideraciones sobre el surgimiento y la evolución de la medicina natural y tradicional

Autores:

Dianelis Pascual Casamayor,

Yaima Esperanza Pérez Campos,

Ivette Morales Guerrero,

Ivet Castellanos Coloma,

Eugenia González Heredia.

Fondo Mundial para la Vida Salvaje. Como resultado se redactó un manifiesto conocido como la Declaración de Chiang Mai, donde se realiza una severa advertencia: “salvar plantas para salvar vidas”.

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA MEDICINA NATURAL Y TRADICIONAL

• Inicios de la medicina natural

El origen de las ciencias médicas se remonta en los tiempos y es confundido, por una parte, con el empirismo y, por otra, con la superstición. El primero dio nacimiento a la medicina popular, fundamento de la observación rudimentaria de los fenómenos de orden médico, que aún perdura entre los pueblos salvajes; en tanto, la superstición dio lugar a la medicina sacerdotal, que apareció en las primeras edades de todos los pueblos y se explica, también, por la mayor ilustración de los ministros del culto respecto a una masa popular ignorante.

Asimismo, sus inicios en Grecia se dieron con el carácter mitológico personificado, primero en Apolo y después en Esculapio y su hijo. Algunos poetas, como Píndaro, atribuyeron las ciencias médicas de Esculapio al centauro Quirón, su preceptor; también se mencionan como divinidades médicas: Espiones, la mujer de Esculapio y sus hijos Higía, Yaso y Panacea. La leyenda afirma que Macaón y Podalirio asistieron a los griegos en el sitio de Troya; por entonces la medicina se limitaba a arrancar flechas, puntas de lanzas, y a controlar hemorragias y aliviar el dolor.

En cuanto a los médicos de Asclepiades, se establecieron en la vecindad de los templos, como centros de observación de casos clínicos asociados a sus estudios. Por otra parte, filósofos y matemáticos, como Pitágoras, se ocupaban también de la medicina, fundando algunas escuelas tan célebres como la de Crotona en la antigua Grecia; así, se le atribuye a Demócrito la realización de un tratado acerca de la rabia y otro sobre la

influencia terapéutica de la música.

Toda la época griega prehipocrática fue, sin embargo, de escasa influencia sobre la evolución científica de la medicina helénica.

Para iniciar la historia del vitalismo en la medicina hay que referirse a un personaje nacido en el siglo V a.C., quien fuera médico como Hipócrates, poeta como Orfeo, matemático como Pitágoras y físico como Demócrito; al cual admiraron los hombres de la talla de Platón y Aristóteles, y a cuya sabiduría cantó Lucrecia. Se trata de Empédocles, nacido en Agrigento, Sicilia, y de quien la tradición dice que se suicidó al arrojar al Sena. Además de afirmar que los fenómenos naturales corresponden a la mezcla de 4 elementos externos deificados (el fuego: Júpiter, el aire: Juno, el agua: Nestis y la tierra: Plutón), admitía ya, antes de Hipócrates,

que los semejantes eran atraídos por los semejantes.

La visión de Hipócrates reveló un poderoso genio que iluminó toda una época. El criterio racional y natural del llamado “Padre de la medicina”, se manifestó en su observación clínica de la evolución de la enfer-

medad, con discernimientos muy completos; poco se ha añadido a ellos por la ciencia moderna. Entre las causas de las enfermedades se incluyen: la herencia, el clima, el suelo, las aguas, los vientos y la temperatura. Se le concede gran importancia a la balneación, los ejercicios físicos y la dieta; se describen las sangrías, las escarificaciones y las ventosas, y se le atribuye gran importancia al pronóstico, con el establecimiento de reglas generales para este.

En la obra de Hipócrates lo que más se admira es su gran capacidad de observación, que le lleva a definir, con gran acierto, el proceso de la enfermedad, la cual es considerada como un estado existencial muy similar al de la salud, pues en ambas la naturaleza se muestra como un todo. En las afecciones se producen reacciones que se verifican como salvaguarda de la salud; es



decir, “la naturaleza es el médico de las enfermedades”.

Para Hipócrates el precepto inicial y fundamental era “*primum non nocere*” (lo primero es no hacer daño), que equivale a velar porque la terapéutica sea oportuna, que no sea ilusoria, fantástica ni abusiva. Como hombre genial, desarrolló el más concienzudo análisis y expuso la más congruente y utilitaria síntesis de todo lo que constituye el proceso patológico. Se mantenía observando la relación integral de todas las reacciones del ser humano, e insistió siempre sobre la necesidad de ayudar a la naturaleza, con el establecimiento del inicio de la antropología y la biotipología, al clasificar a los individuos de acuerdo con el predominio de sus humores, que marcaba la constitución de predisposición de cada paciente.

Igualmente, reconoció que el principio de contrariedad era aplicable en la medicina, especialmente para las afecciones resultantes de noxas evidentes, obrando sobre el exterior y considerando siempre la fuerza vital o “*dynamis* actuante» en el ser humano y la relación de similitud de la acción de las drogas con la del proceso patológico.

Ofreció el concepto de “*physis*” como fuerza vital que anima y produce todos los estados de existencia en sus diversas variaciones, la fuerza vital conservadora y parte de la naturaleza toda, conceptuada como diversas energías actuantes en forma concurrente, en la reacción de la totalidad del cuerpo humano y de la enfermedad como un proceso encaminado a eliminar el desequilibrio y volver a la salud. Hipócrates es, indudablemente, el genio de la medicina naturalista.

Sus sucesores, como Diocles, Praxágoras, Dexipo y Filistion, se entregaron más que su maestro a la idea sistemática y sobre todo al naturismo. La tradición helénica se continúa en Alejandría, donde brillan los nombres de Herófilo y Erasítrato entre el empirismo y el dogmatismo mecánico. No tardó en fundarse con el nombre de dogmática una escuela que, pretendiendo seguir las tradiciones hipocráticas, la desvirtuó con una serie de fantasías y especulaciones.

La medicina romana comenzó siendo en parte teúrgica y, en parte, empírica, y no tardó, con los progresos de la civilización, en sentirse la influencia helénica. A partir de la época de las guerras púnicas aparecieron ya numerosos médicos griegos, el más célebre fue Asclepiades; sin embargo, no adquirió su verdadero carácter hasta Galeno, que hizo extensos estudios en anatomía y resumió los conocimientos terapéuticos de la época,

al sintetizar pacientemente las obras de Dioscórides, Filón de Alejandría, Pablo de Tarso, Escríbonio Largo, Sestionigele y Andrómaco; en cuanto a la patología, fue partidario de la escuela hipocrática.

Como se ha podido evidenciar, en todas las épocas referidas la medicina ha gozado de una gran tendencia naturalista, imprimida por los fundadores de cada escuela, como figura prima en el desarrollo de esta ciencia a lo largo de los años.

- Reseña sobre el surgimiento de la herbolaria

La medicina herbaria se utiliza desde tiempos remotos para curar o aliviar las dolencias. En este contexto surgen los fitofármacos, que su empleo es válido para mejorar la salud humana, cuenta con bajos costos (ideal para aplicar en atención primaria de salud), su uso es tradicional (el tiempo y la experiencia en miles de personas con antecedentes), se viene desarrollando en todas las universidades y centros de investigación del mundo, y posee un menor índice de toxicidad (en comparación con los productos de síntesis).

Al respecto, la OMS destaca que de los 119 fármacos derivados de las plantas, alrededor de 74% se usan en la medicina moderna, de manera que se correlacionan directamente con los usos tradicionales que las culturas nativas les daban como hierbas medicinales.

La medicina herbaria funciona más o menos de la misma manera que los fármacos farmacéuticos convencionales, o sea, por su composición química. Las hierbas contienen muchísimos compuestos químicos que se dan por sí solos en la naturaleza y que tienen una fuerte actividad biológica. En los últimos 150 años, los químicos y farmacólogos se han dedicado a aislar y purificar los compuestos “activos” de las plantas en un intento para producir fármacos.

De hecho, la herbolaria tiene mucho que ofrecer cuando se usa para curar afecciones crónicas, pues a través de una hábil selección de las hierbas, se puede lograr una profunda transformación de la salud del paciente, con un menor peligro derivado de los efectos colaterales inherentes a los medicamentos farmacológicos.

La medicina herbaria tiene mucho que ofrecer a las personas que acuden a las consultas en busca de tratamiento, donde se tiene la posibilidad de brindar una atención médica más humana y económicamente accesible. La cultura cubana en cuanto al uso terapéutico y profesional de las plantas medicinales, está desempeñando un papel cada vez más importante en la pobla-

ción.

Ramas de la medicina natural y tradicional

Entre las ramas de la medicina natural y tradicional figuran:

- Homeopatía: el significado de la palabra homeopatía proviene de 2 palabras griegas *homeos*, que significa similar, y *pathos*, enfermedad. La homeopatía es un sistema de medicina que trata las enfermedades con cantidades diminutas de un agente o de un fármaco que produce síntomas de la enfermedad cuando se administra a una persona sana. El fundamento de esta práctica es “lo igual se cura con lo igual”. Los remedios homeopáticos provienen de una variedad de plantas, minerales y sustancias químicas.

- Medicina física: se entiende por las medidas físicas que se pueden tomar, con tal de tratar la situación patológica determinada de un individuo. Algunas de las prácticas incluidas en este grupo son:

- La fisioterapia: comprende los ultrasonidos, la diatermia y otros agentes de energía electromagnética.

- La hidroterapia: se puede definir como el uso del agua de diversas maneras (caliente, fría, vapor y hielo) y aplicaciones (baños de espuma o de burbujas, duchas, surtidores, bañeras calientes, cataplasmas, vendas, fomentos, baños de pies, entre otras), para mantener o fomentar la salud. Es uno de los tratamientos más antiguos que se conoce, y en muchas culturas, entre ellas las de Egipto, Asiría, Persia, Grecia, Israel, India y China, ya se servían de este método para curar las enfermedades y heridas.

- El ejercicio terapéutico.

- El masaje.

- La movilización de articulaciones (manipulación) y las técnicas de inmovilización.

- Dietoterapia o tratamiento dietético: es la base de la medicina natural. Cada vez son más las personas que conocen sus propiedades y consumen alimentos integrales y suplementos dietéticos, para conservar la salud y como tratamiento coadyuvante de enfermedades.

- Acupuntura: es una rama de la medicina natural y tradicional cuyo vocablo se deriva del latín *acus*, que significa aguja, y *pungere*, punción. Es el nombre que se le ha dado al procedimiento terapéutico chino Tshen Zin, el cual consiste en la aplicación de agujas muy

finas en determinados puntos de la piel, que se caracterizan por presentar baja resistencia eléctrica y alta conductividad, con el objetivo de regularizar la energía que fluye por los meridianos de acupuntura (canales bioeléctricos) y alcanzar resultados de prevención o tratamiento, así como una acción analgésica y reguladora de las funciones fisiológicas.

- Terapia floral: las esencias florales tienen la capacidad de curar porque “son parte de la infinita energía universal, energía positiva extraída de los capullos de flores silvestres que ayudan a desandar un camino equivocado, fortaleciendo y estimulando las cualidades positivas que tiene el ser humano dentro de sí”. Alrededor del año 1930, el médico galés Edward Bach, se dedicó a estudiar las propiedades medicinales de estas flores y con ellas organizó su propuesta terapéutica.

- Fitoterapia: es la utilización de plantas, o partes de ellas, con fines terapéuticos, y viene siendo utilizada por los animales y el propio hombre desde la Prehistoria. De hecho, la mayor parte de los fármacos actuales están basados en los principios activos de las plantas. Es la ciencia que estudia de una manera científica el uso de las plantas que tradicionalmente se han usado como tratamiento. Al respecto, la medicina herbaria es la forma más antigua de atención médica que ha conocido la humanidad.



USO Y DESARROLLO EN CUBA

EN TORNTO AL PROGRAMA PARA EL DESARROLLO Y LA GENERALIZACIÓN DE LA MEDICINA TRADICIONAL Y NATURAL EN CUBA

Como parte de los objetivos de Salud para Todos en el año 2000, la Organización Mundial de la Salud, al finalizar la Conferencia Internacional sobre Atención Primaria, celebrada en 1978, emitió su conocida Declaración de Alma Atá, la que entre diversas propuestas, realizó un importante llamado internacional para incorporar las medicinas alternativas y terapias tradicionales, con eficacia científicamente demostrada, a los Sistemas Nacionales de Salud.

La OMS conceptúa la Medicina tradicional (MT) y medicina complementaria o alternativa (MCA): como un término general que abarca diversas formas de medicina autóctona y los sistemas de medicina tradicional como la medicina tradicional china, la medicina ayurvédica de la India y la medicina unani árabe. La medicina tradicional puede basarse principalmente en la medicación, la administración de medicamentos herbarios, partes de animales o minerales— o en intervenciones —sin recurrir a la medicación—, como sucede con la acupuntura. En los países donde predomina la medicina alopática o donde la medicina tradicional no se ha incorporado en el sistema nacional de asistencia sanitaria, se la suele llamar medicina «complementaria», «alternativa» o «no convencional».

En Cuba se emplean las modalidades de la MNT que tienen validación científica y tradicional.



Actualmente la OMS continúa dando seguimiento al desarrollo de las Medicinas Naturales y Tradicionales elaborando una estrategia de trabajo a nivel global.

Aunque en Cuba se venían introduciendo diversas aplicaciones de la Medicina Tradicional y Natural en clínicas seleccionadas, desde 1996 se acometió un pro-

grama con un conjunto de objetivos estratégicos y acciones de diversa índole, dirigidos a desarrollar estas técnicas y procedimientos. En la actualidad, después de 12 años, estas disciplinas se encuentran definitivamente insertadas, como una especialidad más, dentro del Sistema Nacional de Salud, con la denominación de Medicina Tradicional y Natural (MTN).

El resultado más significativo del desarrollo alcanzado por este Programa en Cuba, en los últimos años, es quizás el de haber materializado, de forma estable y escalonada, la integración de los recursos de la MTN a los Servicios de Salud, con una amplia cobertura tanto en la Atención Primaria de Salud (APS), como en la Atención hospitalaria. También cuenta con centros especializados llamados Centros para el Desarrollo de la MTN, y los servicios de rehabilitación Integral, lo que impacta de forma positiva en la eficiencia y calidad de los servicios de salud y permite un trabajo más integrador con la comunidad, en la prevención diagnóstico, tratamiento y rehabilitación.

Ofrece además una variante de solución menos dañina y más eficiente desde el punto de vista económico, por el ahorro de medicamentos químico industriales y se reportan menor cantidad de reacciones adversas.

Para la dirección y coordinación de todas las actividades relacionadas con el Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de la Medicina Tradicional y Natural, se creó la Comisión Nacional de Medicina Tradicional y Natural presidida por el Ministro de Salud; como coordinador el Director Nacional de Medicina Tradicional y Natural e integrada por los Ministros de la Agricultura y el de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y el de la Industria Medico-Farmacéutica, a la cual se integraran representantes de los Organismos y Organizaciones que aseguran y desarrollan las acciones fuera del Sistema Nacional de Salud.

al incremento de la eficacia y el poder de resolutivez del Sistema, hacen necesario del mismo modo la actualización y reordenamiento de funciones, estructura y organización del trabajo del Programa Nacional de Medicina Tradicional y Natural, dentro y fuera del Sistema Nacional de Salud.

La actualización del Programa Nacional vigente, sobre la base de las experiencias adquiridas desde su implementación, se realizará con el propósito de establecer un documento de trabajo que de forma estandarizada establezca los objetivos fundamentales del Programa, las modalidades y técnicas aprobadas y las pautas para su empleo en el Sistema Nacional de Salud, la organización del trabajo en la red asistencial, la definición precisa de las tareas y funciones de todos los sectores participantes, las estrategias para la formación de recursos humanos, la investigación, la comunicación social y gestión de la información en Medicina Tradicional y Natural, estableciendo los parámetros para la evaluación y control de la actividad y el subsistema de información estadística.

MISIÓN: Conducir metodológicamente el Programa para el Desarrollo y Generalización de la Medicina Natural y Tradicional; la prescripción de productos naturales, las buenas prácticas clínicas y quirúrgicas de las modalidades y técnicas de Medicina Natural y Tradicional en los servicios de salud. Influir en la calidad de vida de la población cubana a través de educación promoción y prevención; mediante el empleo de estilos de vida saludables y naturales. Fortalecer la defensa con el empleo de la Medicina Natural y Tradicional ante situaciones de desastres naturales y bélicos.



PUBLICACIONES CIENTÍFICAS EN TORNO AL TEMA

Revista Cubana de Medicina General Integral 2019;35(2):e754

Artículo de revisión

La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades

Autoras:

Claribel Plain Pazos

Anisbel Pérez de Alejo Plain

Yeilyn Rivero Viera

Filial de Ciencias Médicas "Lidia Doce Sánchez". Sagua la Grande. Villa Clara, Cuba.

INTRODUCCIÓN

La medicina es producto de la actividad del hombre, de su desarrollo social, y se origina cuando su instinto de conservar la vida y aliviar dolores lo impulsa a influir sobre la naturaleza. A lo largo de la historia, el hombre se ha planteado la problemática del equilibrio entre la salud y la enfermedad. Inicialmente se pensaba que las enfermedades eran originadas por el descontento de los dioses o por los demonios.

Hace 2500 años aproximadamente, en las antiguas civilizaciones china, india y griega, la creencia en lo sobrenatural fue sustituida por la creencia de que la salud era el resultado de un equilibrio de las fuerzas naturales en el cuerpo, y que la enfermedad era la evidencia de su pérdida.

El origen de la Medicina Natural y Tradicional (MNT) está íntimamente unido al de la humanidad y a la historia del hombre en su lucha por la supervivencia. Está considerada como la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo.

La MNT, conocida internacionalmente como alternativa, energética y naturalista, o complementaria, forma parte del acervo de la cultura universal, es decir, de conceptos y prácticas que se han heredado de generación en generación.

En ella se incluye la homeopatía, fitoterapia, acupuntura, ozonoterapia, apiterapia, moxibustión, entre otras.

La acupuntura es parte de la Medicina Tradicional China y de los países del extremo oriente, y se extendió desde hace más de un siglo a todo el mundo occidental. Es la medicina más antigua de todos los tiempos. Nació y se desarrolló en China hace más de 3000 años, en el Valle del Huang-Ho o Río Amarillo. El hombre primitivo, en su primer dolor, llevó la mano instintivamente a la zona dolorida y trató de calmarlo masajeándola, presionándola, constituyendo esta la primera maniobra de digitopresura, luego utilizó espinas de bambú o de pescado hasta el descubrimiento de los metales, empleando agujas de oro y plata dando paso a la acupuntura. Otros países asiáticos en donde se desarrolló la acupuntura fueron Corea y Vietnam. En Occidente, los jesuitas misioneros de la corte de Luis XIV de Francia visitaron China y acuñaron el nombre acupuntura (acus: aguja y puntura: punción). En 1809, Berlioz coloca la primera aguja, se extiende la práctica por toda Europa y actualmente se practica en Alemania, Austria, Rumania, Checoslovaquia, Suecia, Bélgica, Inglaterra, Italia y Rusia.

En la Edad Media no se avanzó demasiado en el conocimiento de las plantas, pero sí se consiguió recopilar información amplia y valiosa que más adelante serviría de gran ayuda para el desarrollo de la fitoterapia.

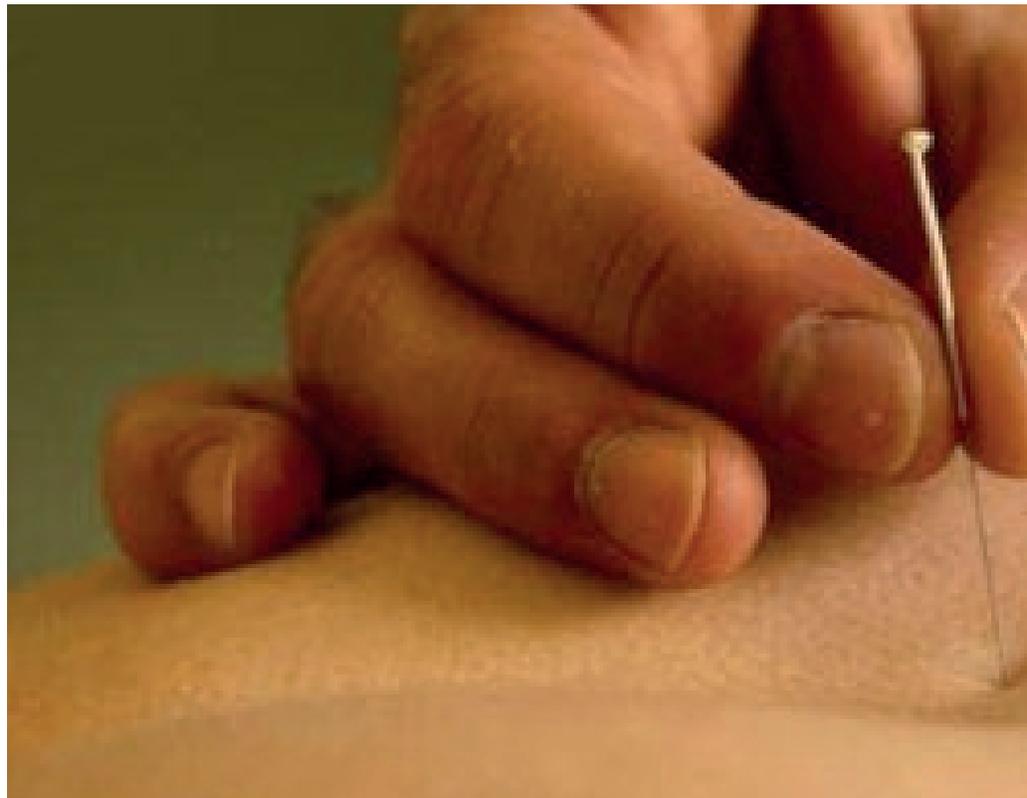
Al principio, las plantas fueron utilizadas como alimento. No se conoce con exactitud cómo surgió la idea de usarlas como medicamentos. Probablemente el hombre empezara a probar plantas desconocidas con el fin de conocer nuevas especies que también se pudieran usar como alimento, y así, experimentar distintos efectos. De esta forma, el hombre adquirió cada vez más conocimiento sobre el uso de las plantas y de manera oral se fue transmitiendo a las diferentes civilizaciones.

Sobre la apiterapia escribió Hipócrates, describiéndola como “la farmacia del cielo”, y hay menciones sobre ella en textos chinos de hace 2 000 años.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el contexto de su 29 Asamblea Mundial, celebrada en 1978

en Ginebra, Suiza, reconoció por primera vez la importancia de los profesionales de la medicina tradicional y natural y la de los medicamentos y técnicas que utilizan; también promueve la utilización apropiada de los sistemas tradicionales de medicina como parte de los programas de asistencia primaria de salud y estimula así el estudio de la utilidad potencial de esta, como uno de los pilares básicos sobre los que debe sustentarse esta atención.

A principios del siglo XX se produce un retroceso en el uso de la medicina natural debido al gran auge de los avances científicos, mayormente, en el ámbito de la



química, por lo que se incrementó el uso de las sustancias de síntesis.

Es importante señalar que la MNT se concibió como patrimonio único del hemisferio oriental; sin embargo, con el decurso del tiempo se ha extendido por el mundo y ya se le puede encontrar con cierta trascendencia en muchos países.

En la Conferencia Internacional sobre Medicina Tradicional para los países de Asia Sudoriental, celebrada en febrero de 2013, la directora general de la OMS, Dra. Margaret Chan, declaró que “las medicinas tradicionales de calidad, seguridad y eficacia comprobada contribuyen a asegurar el acceso de todas las personas a la

atención de salud. Para muchos millones de personas, los preparados a base de hierbas, los tratamientos tradicionales y los prácticos de las medicinas tradicionales representan la principal fuente de atención sanitaria, y a veces la única. Esta forma de atención está próxima a los hogares, es accesible y asequible. Además, es culturalmente aceptada y en ella confían muchísimas personas. La asequibilidad de la mayor parte de las medicinas tradicionales las hace más atractivas en el contexto del vertiginoso encarecimiento de la atención de salud y de la austeridad casi universal. La medicina tradicional se destaca también como un medio para afrontar el incesante aumento de las enfermedades crónicas no

la consolidación de las estrategias y el desarrollo de la MTN.

Este programa está incluido en el Sistema Nacional de Salud, insertado en la Vice-Dirección de Asistencia Médica adjunta a las Direcciones Provinciales de Salud, y tiene carácter multidisciplinario.

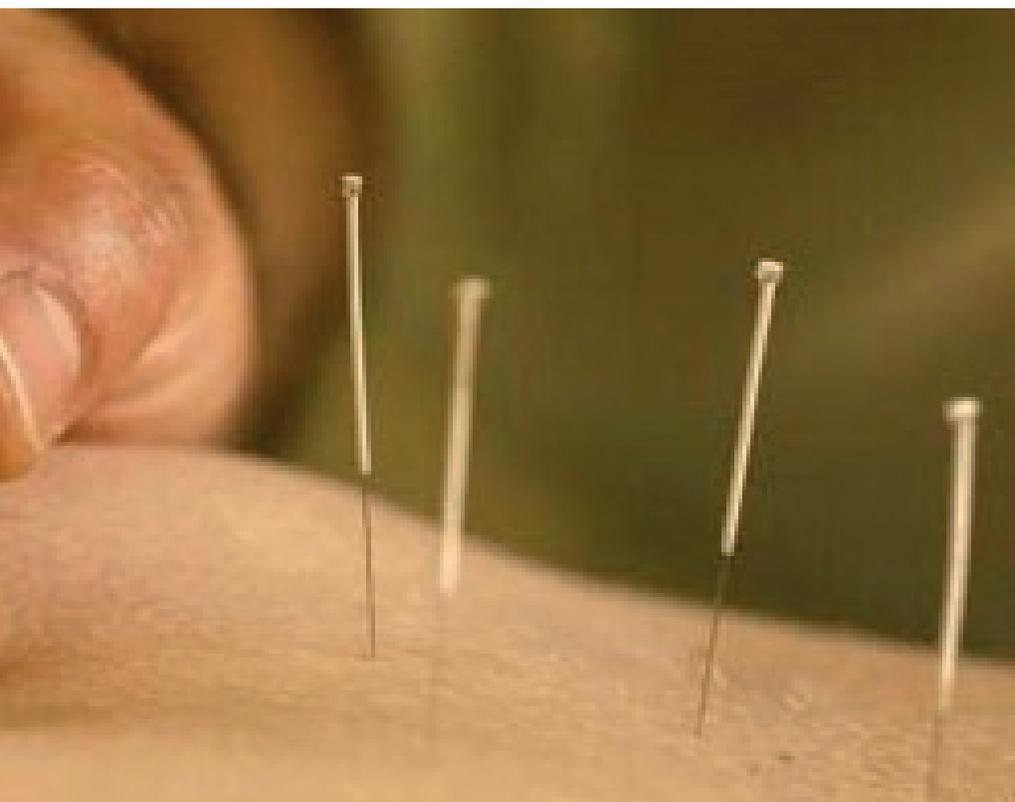
Las modalidades de medicina natural y tradicional se encuentran definidas en la Resolución Ministerial No. 261 del 24 de agosto del 2009, las cuales incluye: fitoterapia, apiterapia, medicina tradicional asiática, ozonoterapia, homeopatía, terapia floral, hidrológica médica, heliotalasoterapia, ejercicios terapéuticos tradicionales y orientación nutricional naturista.

El plan de desarrollo de la MNT fue recientemente refrendado con el número 158 de los Lineamientos de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, aprobados durante el VI Congreso del Partido Comunista de Cuba.

Y en el 2011 se actualizó el Programa Nacional vigente, sobre la base de las experiencias adquiridas desde su implementación, con el objetivo de conducir metodológicamente el Programa para el desarrollo y generalización de la medicina natural y tradicional en Cuba.

La integración de los recursos terapéuticos de la medicina tradicional y natural para la prevención, tratamiento y rehabilitación de un importante número de patologías, se ha desarrollado de forma sostenida y sistemática en el país, desde su incorporación en el sistema nacional de salud. El conocimiento y aplicación de los procederes y técnicas de este tipo de medicina tiene gran importancia, por cuanto es posible generalizar el uso de medicamentos y otros recursos de fácil adquisición, de poco costo y al alcance de todos.

Con el vertiginoso desarrollo de la ciencia y la técnica se ha podido llegar a descubrimientos que, lejos de demeritar las acciones de la MNT han reforzado su importancia, lo que estimula a muchos a unirse en la materia con la concepción de que es fácilmente integrada a la medicina moderna y se puede utilizar combinada



transmisibles”. Independientemente de los motivos por los que se recurre a la Medicina Natural y Tradicional, es indudable que el interés por ellas ha aumentado, y seguramente seguirá incrementándose en todo el mundo.

Al respecto, en Cuba se aprobó en 1996 el Programa para el Desarrollo de la Medicina Tradicional y Natural y en el año 2002 se adoptó el Acuerdo No. 4282 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, que establece un conjunto de medidas, entre las que se destaca la creación de un Centro Nacional para el Desarrollo de la MTN, rector de todas las actividades del programa en el país, además de establecer las disposiciones para

con ésta para lograr una mayor eficacia en sus resultados terapéuticos.

En Cuba, el Ministerio de Salud Pública ha desarrollado un grupo de tareas encaminadas a lograr potenciar el Programa Nacional de Desarrollo de la MNT, el cual involucra además a otros organismos de la Administración Central del Estado, así como otras instituciones y organizaciones políticas y de masas. Un elemento prioritario ha sido el de la producción, comercialización y uso racional de los productos naturales, por tal motivo se incentiva en todo el país a la siembra y mantenimiento de las plantas medicinales en organopónicos y canteros de instituciones de salud, y desde el año 2013 se incluyen en el Cuadro Básico de Productos Naturales no solo las habituales producciones locales de 34 fito-apifármacos, sino que se suman 34 productos elaborados a escala industrial, donde se encuentran varias líneas de apifármacos, fitofármacos y productos homeopáticos.

Estos medicamentos se encuentran a disposición de la población en todas las farmacias del país.

(...)

DESARROLLO

La Medicina Natural y Tradicional es ampliamente utilizada en todo el mundo. La acupuntura se emplea por la Medicina Tradicional China para el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades por medio de la estimulación de determinados puntos del cuerpo con diferentes tipos de agujas.

Según la Medicina Tradicional China, todas las afecciones y dolores se deben a la disfunción de los meridianos por donde circula la energía vital y las agujas en la acupuntura actúan sobre el meridiano en el que se aplican y propician su buen funcionamiento, por lo que resultan útiles en el tratamiento de varias enfermedades.

Dentro de sus efectos beneficiosos, se describe la neutralización de la fiebre, regula la temperatura del organismo, sirve para tratar el estreñimiento, las diarreas, la pérdida de la conciencia, el insomnio, actúa en la remisión del dolor, influye en las funciones respiratorias, cardíacas y renales, estimula la acción de las glándulas endocrinas y del sistema inmunológico.

Aunque se han comprobado todos estos efectos beneficiosos con el uso de esta terapia, es importante destacar que la misma debe ser aplicada por personal calificado y con experiencia, ya que en manos inexpertas puede

actuar negativamente, debilitar el cuerpo y provocar enfermedades en vez de curar. En Cuba se promueve el uso de esta técnica con la creación de salas de rehabilitación en todo el país, donde se brinda atención especializada por personal capacitado, además, como plantean Acosta y otros, en las carreras de medicina, enfermería y estomatología se capacita tempranamente a los futuros profesionales de la salud en el uso de la MNT, lo cual está contemplado en sus planes de estudio.

En China, según el libro blanco de los herbolarios y las plantas medicinales, el número de fabricantes de productos utilizados en la medicina tradicional china en todo su territorio se acerca ya a 1500 y un total de 41 programas vinculados a este tipo de medicina han sido incluidos en la Lista de Patrimonio Inmaterial de ese país, el cual firmó acuerdos de cooperación en este ámbito con más de 70 países. También cooperó con la aplicación de esta medicina en el extranjero, lo que hace que más de 160 regiones en el mundo tengan acceso a este tipo de tratamiento.

Aunque el origen de la MNT está en China, actualmente esta modalidad se extiende a todo el mundo y existen evidencias concretas de su uso globalizado.

En España, Colombia y Chile existen trabajos que demuestran el auge en el uso de la MNT en los últimos años, la cual se extiende desde el 2000 en adelante, la MNT es una alternativa de tratamiento en la medicina actual, con la cual se obtiene muy buenos resultados.

Fitoterapia

En la fitoterapia, el uso de las plantas medicinales varía en dependencia de la parte de la planta que se utiliza en la preparación del producto, las cuales pueden ser: la planta en su totalidad, los tallos, las hojas, las flores, las semillas o las raíces.

También varía su uso en dependencia de la forma de indicación, como: material vegetal fresco o seco, preparaciones galénicas indicadas por el médico y confeccionadas por el propio paciente, especialidades fitoterapéuticas elaboradas por centros especializados y distribuidas a las farmacias por lotes para su venta y la extracción química de principios activos para uso de la ingeniería genética u otros procedimientos como es el ejemplo del PPG compuesto por principios activos (alcoholes) extraídos de la corteza de la caña de azúcar, estos últimos con gran demanda a nivel mundial. Es de gran importancia que la población conozca no solo que los productos naturales provenientes de las plantas son

elaborados y comercializados de forma industrial, sino que muchos pueden ser confeccionados por el propio paciente a partir de la indicación médica, lo que hace muy fácil y económica su obtención.

El uso de la fitoterapia se amplía últimamente a partir de diferentes descubrimientos, por ejemplo, el hecho de que las hormonas de origen vegetal o fitoestrógenos imitan la acción de las hormonas sexuales humanas (estrógeno y progesterona) y ofrecen tan buenos resultados como los que se obtienen con los fármacos, pero sin sus efectos secundarios. Se demostró también el papel positivo de algunas plantas en el control de la concentración de colesterol en sangre, dentro de las que se destacan: ajo, aguacate, cebolla, ajonjolí, girasol y soya; y en el tratamiento de algunos cánceres; en este último aspecto se destaca la soya que se caracteriza por ser rica en isoflavonas.

Existen plantas ampliamente usadas por sus efectos beneficiosos en diferentes sistemas, como:

Ajo

Actúa como expectorante y antiasmático en el sistema respiratorio, antiamebiano y antihelmíntico en el sistema digestivo, como antihemorroidal, antihipertensivo y protector de pequeños vasos en el sistema circulatorio, diurético en el sistema urinario, hipocolesterolemiantes en el sistema endocrino, antifúngico y antiinflamatorio en la piel y preventivo de cáncer de pulmón, próstata y colon en el sistema inmunológico.

Cebolla

Actúa como protector de pequeños vasos en el sistema cardiovascular, diurético en el sistema urinario, hipocolesterolemiantes en el sistema endocrino.

Salvia

Actúa como expectorante y antiasmático en el sistema respiratorio, antiséptico en el sistema digestivo y en el sistema urinario, antifúngico y antiinflamatorio en la piel.

Cítricos

Actúan como antiespasmódicos, coleréticos y eupépticos en el sistema digestivo, protector de pequeños vasos en el sistema circulatorio, diuréticos en el sistema urinario, antifúngicos y antisépticos en la piel, analgésicos y antiinflamatorios en el sistema osteomioarticular, preventivo de cáncer de colon en el sistema inmu-

nológico.

Los preparados a partir de estas plantas son frecuentemente usados por la población, por su fácil acceso y por el conocimiento previo de sus funciones transmitido de generación en generación. Aunque es pertinente decir que su uso no debe ser indiscriminado, a pesar de que sus efectos adversos son mucho menores que los medicamentos sintéticos, estos también pueden producirlos; como se demuestra en estudios realizados por Ruiz y otros y en la Guía para la prescripción de productos naturales, la cual es una herramienta de trabajo para el médico de la Atención Primaria de Salud, en ella se describen la composición, indicaciones, posología, efectos adversos y contraindicaciones de los productos contemplados en el Cuadro Básico de Productos Naturales en Cuba.

Por ejemplo, los preparados a base de ajo pueden provocar, cuando es usado tópicamente, irritación local, rash, dermatitis, reacción alérgica y por vía oral: vómitos, epigastralgia, dolor abdominal, y se contraindican en el hipertiroidismo y la úlcera gastroduodenal. Los compuestos cítricos pueden provocar dermatitis, fotosensibilidad, dolor abdominal, vómitos, diarreas y náuseas, y está contraindicado en las personas alérgicas a la planta.

Existen también fitofármacos compuestos por varias plantas con funciones similares, como por ejemplo: el Imefasma, utilizado para el tratamiento del asma, tiene entre sus componentes plátano, majagua y sábila; el jarabe antiasmático, otro fármaco usado también en esta enfermedad, está compuesto por caña santa, sábila y orégano francés.

Estos compuestos fitofármacos están disponibles en todas las farmacias del país, en forma liberada, y tienen gran aceptación por la población.

Apiterapia

La apiterapia también es una de las modalidades de la MNT ampliamente usada en el mundo y que en los últimos tiempos ha tenido un gran auge. El uso de la miel y otros derivados apícolas como apitoxinas, polen, propóleo y jalea real, solos o asociados, demuestran gran eficacia para tratar diferentes enfermedades.

La miel es un producto fabricado por las abejas a partir del néctar de las flores y se utiliza en diferentes culturas desde hace miles de años. Existen referencias sobre su uso que datan del año 3000 a.C. y tanto la Biblia como el Corán hacen mención a sus propiedades curativas.

Su empleo como sustancia terapéutica ha sido retomada en la medicina profesional por su efecto como inmunobiológico, antiinflamatorio, regenerativo, expectorante, analgésico, sedativo, hipersensibilizador y como agente antimicrobiano.

Uno de los usos tradicionales más arraigados en la sociedad es para aliviar el dolor de garganta y la tos, gracias a sus propiedades antiinflamatorias y demulcentes.

En un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) se indica que un té caliente con miel y limón ayuda a paliar el dolor de garganta y la tos nocturna gracias a su efecto demulcente (incrementa la producción de saliva y tragar, interfiriendo con el reflejo de la tos). Además, puede cubrir los receptores periféricos sensoriales que inician la tos. También existen estudios que asocian su ingesta a mejoras en la sexualidad.

Torres y otros, y Varela y otros demostraron su capacidad antimicrobiana frente a distintas bacterias como: *Estafilococo áureos*, *Escherichia Coli* y *Klepsiella pneumoniae*.

En las últimas décadas, el propóleo, otro de los productos de la abeja, ha llamado la atención de los investigadores. Se han desarrollado numerosos estudios que le atribuyen una amplia gama de propiedades biológicas, entre las que están, actividad antimicrobiana, antiviral o antiparasitaria. Sus propiedades bactericidas han sido probadas tanto en experimentos "in vitro" como en experimentos en vivo, demostrándose su eficacia sobre estafilococos, estreptococos y salmonellas.

La apitoxina, veneno producido por la abeja africana *Apis mellifera*, que en su composición contiene péptidos y enzimas con potentes propiedades antiinflamatorias, se utiliza en la ciudad de Beijing, China, para el tratamiento de la artritis. Mientras que, en Estados Unidos, algunas compañías farmacéuticas lo manipulan con la finalidad de elaborar medicamentos para enfermedades como la esclerosis múltiple. En el siglo XIX se publican los primeros estudios clínicos con respecto a la influencia de las picaduras de abejas en enfermedades reumáticas.

Varios son los medios de su aplicación, entre ellas se encuentran: La picadura directa de la abeja, los comprimidos sublinguales, las inyecciones, las pomadas y la acupuntura.

La acción del tratamiento con apitoxinas es el resultado de la suma de sus propiedades y de la interacción de

todas ellas.

Su efecto es acumulativo, por eso la aplicación depende del metabolismo del paciente.

En Cuba se encuentran registrados en el Cuadro Básico de Productos Naturales varios preparados apifármacos, dentro de los que se destacan: Abexol formado de alcoholes provenientes de la cera de la abeja y se usa como suplemento nutricional antioxidante; Asmacán, que contiene una mezcla de principios activos extraídos de las especies vegetales majagua, sábila y plátano las cuales se combinan con propóleos y miel de abejas y tiene efecto antiasmático y antioxidante; Hipolip II (melito de ajo), que contiene tintura de ajo y miel de abeja y es usado en la amebiasis, constipación, hipertensión, asma bronquial, edemas y trastornos respiratorios; Propolina tintura, formada por mezcla de propóleos en solución hidroalcohólica y con propiedades antimicóticas, cicatrizante, antiinflamatoria y giardicida.

Homeopatía

La homeopatía es un método terapéutico que consiste en dar al enfermo dosis bajas o infinitesimales de una sustancia que, administrada en dosis altas y a sujetos sanos, provoca en ellos síntomas semejantes a los del enfermo.

Ejemplo de ello es la Ipeca que en dosis elevada provoca náuseas y vómitos; en cambio, a dosis infinitesimales, elimina las náuseas y los vómitos; los derivados del cornezuelo de centeno provocan toxicológicamente hipotensión, vasodilatación encefálica y cefalea, pero en dosis muy bajas se utilizan para el tratamiento de cefaleas, jaquecas y trastornos circulatorios cerebrales.

Algunos de los productos comercializados y elaborados en Cuba a base de este principio y que se encuentran registrados en la Guía para la prescripción de productos naturales, a disposición de todos los médicos del país, son: AliviHo-Asma, como tratamiento auxiliar para la crisis de asma incluyendo la tos y la dificultad para respirar; AliviHo-Cefalea, adecuado para el tratamiento analgésico auxiliar para dolores agudos de diferente naturaleza; AliviHo-Conjuntivitis, recomendado como tratamiento auxiliar en las enfermedades oculares relacionadas con las conjuntivitis y sus secuelas; AliviHo-Energía, como estimulante de la energía física y mental; AliviHo-Herida, en el tratamiento de infecciones, inflamaciones y dolor en heridas, quemaduras y pinchazos, AliviHo-Menstrual, aconsejado para los dolores agudos relacionados con la menstruación.

Todos los productos que se encuentran en la Guía para la prescripción de productos naturales son fabricados en Cuba por industrias mundialmente conocidas como LABIOFAM y dispensarios locales certificados, y su actividad biológica ha sido ampliamente demostrada.

Moxibustión

La moxibustión es un método de tratamiento cuyo origen proviene de la Medicina Tradicional China y que consiste en dar calor quemando un bastón de moxa de una planta (*Artemisa vulgaris*) acercándolo a 1-2 cm de distancia de la piel en el punto de acupuntura indicado.

Aunque también se puede aplicar quemando la moxa directamente encima del punto en la piel y quemándola completamente lo cual dejaría cicatriz en el sitio de aplicación.

En Cuba es utilizado fundamentalmente el tabaco o bastón de moxa, y se aplica a cierta distancia del punto. Su función principal es tratar las enfermedades provocadas por frío, influyendo positivamente en la circulación de la sangre y la energía, neutralizando el enfriamiento de la sangre y aliviando el dolor. Si se queman más de 0,05 gramos de picadura de artemisa aumenta el número de leucocitos y acelera su velocidad de locomoción, incrementando su función de fagocitosis; si se aplica continuamente por seis días, aumenta el número de eritrocitos y la hemoglobina, estimula la inmunidad bacteriológica, regula los movimientos peristáltico a la vez que aumenta la secreción de bilis, influye en el crecimiento y desarrollo.

También se han visto resultados positivos en la aplicación de la misma con el objetivo de corregir la presentación no cefálica del feto.

Ozonoterapia

La ozonoterapia es la terapia realizada con ozono. Su empleo mejora la calidad de vida y normaliza las funciones básicas de nuestro ecosistema, puede ser aplicada en forma individual o complementario con otras terapias, actuando de forma sinérgica. El ozono posee propiedades antivíricas, antiinfecciosas, antimicóticas, antibacterianas y antiinflamatorias. Su aplicación tiene efectos beneficiosos en el organismo. Dentro de sus indicaciones está el empleo en heridas, úlceras, escaras, maculopatías oftalmológicas por su acción regenerativa y cicatrizante sobre células y tejidos, en infecciones virales, bacterianas y micóticas por su acción germicida, en dolores agudos por su efecto analgésico, en enfermedades arteriales y venosas periféricas por

su acción de incrementar el metabolismo del oxígeno, aumentando su absorción y liberación por los glóbulos rojos a los tejidos, mejorando así la circulación sanguínea y la oxigenación celular.

En general podemos resumir que la ozonoterapia hace que los procesos fisiológicos normales del organismo trabajen con eficiencia, optimizándolos y retardando el deterioro que se produce con el envejecimiento. Gracias a estas propiedades, el ozono puede aplicarse en varias enfermedades y es un gran aliado para conseguir resultados más rápidos, duraderos y mejores.



Todas estas modalidades de la MNT son aplicadas en Cuba, muchas de ellas a nivel de los consultorios médicos de familia y otras en los centros de rehabilitación, policlínicos y hospitales de todo el territorio nacional. Los productos homeopáticos, apifármacos y fitofármacos que se describen en la “Guía para la prescripción de productos naturales”, se encuentran disponibles para la venta a la población en la red de farmacias del territorio. En los momentos actuales, en que aun Cuba es sometida al férreo bloqueo por parte de Estados Unidos, que impide la compra de materia prima necesaria para la fabricación de medicamentos sintéticos de primera línea, los productos naturales que se describen en la presente revisión constituyen una buena opción de tratamiento.

**Revista Cubana de Salud Pública, vol. 45, no. 2,
abr.-jun. 2019**

Integración de la medicina natural y tradicional cubana en el sistema de salud

Autores:

Pedro López Puig

Ana Julia García Millian

Liuba Alonso Carbonell

Johann Perdomo

Alina Segredo Pérez

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza la Medicina tradicional (MT) y medicina complementaria o alternativa (MCA): como un término general que abarca diversas formas de medicina autóctona y los sistemas de medicina tradicional como la medicina tradicional china, la medicina ayurvédica de la India y la medicina unani árabe. La medicina tradicional puede basarse principalmente en la medicación-administración de medicamentos herbarios, partes de animales o minerales- o en intervenciones -sin recurrir a la medicación-, como sucede con la acupuntura. En los países donde predomina la medicina alopática o donde la medicina tradicional no se ha incorporado en el sistema nacional de asistencia sanitaria, suele llamársele medicina “complementaria”, “alternativa” o “no convencional”.

La medicina tradicional de calidad, seguridad y eficacia comprobadas contribuye a asegurar el acceso de todas las personas a la atención de salud. Ofrece, además, una variante de solución menos dañina y más eficiente desde el punto de vista económico, por el ahorro de medicamentos químico industriales y se reportan menor cantidad de reacciones adversas.

La OMS continúa dando seguimiento al desarrollo de las medicinas naturales y tradicionales elaborando una estrategia de trabajo a nivel global. Muchos países reconocen actualmente la necesidad de elaborar un enfoque coherente e integral de la atención de salud, que facilite a los gobiernos, los profesionales sanitarios y, muy especialmente, a los usuarios de los servicios de salud, el acceso a la medicina natural y tradicional (MNT) de manera segura, respetuosa, asequible y efectiva.

En Cuba se emplean las modalidades de la medicina natural que tienen validación científica y tradicional. Aunque en el país se utilizaban diversas técnicas de la medicina tradicional y natural en clínicas seleccionadas, desde 1996 se acometió un programa con un conjunto de objetivos estratégicos y acciones de diversa índole, dirigidos a desarrollar los conocimientos y procedimientos, relacionados con la MNT.

Para la ejecución de todas las actividades relacionadas con el Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de la MNT, se creó una comisión presidida por el Ministro de Salud; como coordinador, el Director Nacional de Medicina Tradicional y Natural; e integrada por los Ministros de la Agricultura, el de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y el de la Industria Médico-Farmacéutica, a la cual se integraran representantes de los organismos y organizaciones que aseguran y desarrollan las acciones fuera del Sistema Nacional de Salud (SNS).

Los profesionales cubanos proceden bajo los principios de actuación en que se basan las prácticas naturales y tradicionales en el SNS: seguridad, eficacia, eficiencia, científicidad, integratividad, sistematicidad, ética y profesionalidad. En el año 1991 se orientó iniciar en el país un programa que incluyera el uso científico de las plantas medicinales. De esa manera surgió el Programa de Plantas Medicinales. Posteriormente fue dictada la Directiva N.º 8/1993, que constituyó la primera regulación para la implementación de la MNT. En 1995, la Directiva N.º 26 del Ministro de las Fuerzas Armadas Revolucionarias (FAR) reguló la generalización del empleo de la MNT en el país.

Teniendo en cuenta la extensión de su uso y los resultados obtenidos, fue dictada la Resolución Ministerial N.º 9/1999, que puso en vigor el Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de la MNT, con la participación prioritaria de los Ministerios de Salud Pública, Agricultura, Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente y de las FAR. Este Programa permitió la organización y perfeccionamiento del empleo de la MNT en la red asistencial, y sentó las pautas en el país para la capacitación, aseguramiento e investigación en la especialidad.

El desarrollo creciente de la Salud Pública en Cuba, y la reorganización de los servicios asistenciales con vistas al incremento de la eficacia y el poder de resolutivez del Sistema, hicieron necesaria la actualización y reordenamiento de funciones, estructura y organización del trabajo del Programa Nacional de MNT, dentro y

fuera del SNS. La actualización del Programa Nacional vigente, sobre la base de las experiencias adquiridas desde su implementación, se realiza con el propósito de establecer un documento de trabajo que, de forma estandarizada, establezca los objetivos fundamentales del programa, las modalidades y técnicas aprobadas y las pautas para su empleo en el SNS. Además, rige la organización del trabajo en la red asistencial, la definición precisa de las tareas y funciones de todos los sectores participantes, las estrategias para la formación de recursos humanos, la investigación, la comunicación social y la gestión de la información en MNT. También estableció los parámetros para la evaluación y control de la actividad y el subsistema de información estadística.

Muchos países reconocen actualmente la necesidad de elaborar un enfoque coherente e integral de la atención de salud, que facilite a los gobiernos, los profesionales sanitarios y muy especialmente a los usuarios de los servicios de salud, el acceso a la medicina tradicional complementaria de manera segura, respetuosa, asequible y efectiva. En tal sentido, y dada la carencia en el contexto nacional de estudios al respecto, el artículo se propone identificar el nivel de integración de la MNT a los servicios de salud según la perspectiva sus directivos.

(...)

DISCUSIÓN

Hasta la fecha [2017], solo 25 de los 191 estados miembros de la OMS desarrollan una política nacional de medicina tradicional y complementaria (MTC), entre ellos se encuentra Cuba, donde existe un marcado interés gubernamental por potenciar el empleo de la MNT desde la década de los noventa del pasado siglo, lo que exige, cada vez más, de una integración eficaz de los servicios de MNT en la red de servicios de salud.

En este sentido, en los últimos años se trazan diversas estrategias que persiguen la integración de forma estable y escalonada de los recursos de la MTN a los Servicios de Salud, con una amplia cobertura, tanto en la atención primaria de salud (APS), como en la atención hospitalaria. A pesar de esto, se pueden identificar en la práctica de los servicios de MNT brechas que atentan contra la necesaria integración, tanto horizontal (entre servicios del mismo nivel de atención) como vertical (aquella que se establece entre servicios de distinto nivel de complejidad). La investigación realizada muestra que el 86,6% de los directivos provinciales

consideran que los mecanismos para que el servicio de MNT coordine casos en todos los niveles se encuentran poco desarrollados.

Por otra parte, las estrategias deben encaminarse a ofrecer servicios de MNT enfocados en la promoción y prevención de salud. Al respecto, la creación de servicios de referencia provincial y las consultas de MNT en los servicios de rehabilitación integral, pudieran impactar de forma positiva en la organización, eficiencia y calidad de los servicios de salud y permitir un trabajo más integrador con la comunidad en la prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de pacientes.

Según la percepción de los entrevistados, el primer nivel de atención no juega el rol de puerta de entrada al sistema de manera eficaz para este tipo de servicio. Lo anterior parece estar relacionado con varios elementos, entre ellos: la no garantía de los recursos humanos y materiales destinados al servicio de MNT en este nivel. Por otro lado, esta percepción de fragmentación pudiera ser resultado de que la generalización del empleo de la MNT en el país trae aparejado la necesidad de elaborar políticas, leyes y reglamentos nacionales que dispongan la adecuada regulación de las modalidades y técnicas a emplear en el Sistema Nacional de Salud. De manera que los profesionales sanitarios confíen en esta práctica y la vean como segura y eficaz. La falsa idea de que es inocuo también pudiera ser una consecuencia de su uso como automedicación o autotratamiento y no por prescripción facultativa, elemento este que también distancia esta práctica de los principios de seguridad en el uso de terapias alternativas.

La percepción de integración en la meta relacionada con existencia de programas, normas y guías pudiera ser resultado del desarrollo alcanzado por la MNT en Cuba. Se dispone de un programa que tiene la misión de conducir metodológicamente su desarrollo y generalización; la prescripción de productos naturales y las buenas prácticas clínicas y quirúrgicas de las modalidades y técnicas de la MNT en los servicios de salud. Influir en la calidad de vida de la población cubana a través de educación, promoción y prevención, mediante el empleo de estilos de vida saludables y naturales. Fortalecer la defensa con el empleo de la Medicina Natural y Tradicional ante situaciones de desastres naturales y bélicos; así como el abordaje de epidemias. Sin embargo, más de la mitad de los encuestados consideran que dicho programa no está al alcance de todos los prestadores y directivos relacionados con su gestión, lo que entorpece su conocimiento cabal y, por ende, influenciará negativamente en la calidad en su cumpli-

miento.

Como en el resto de los servicios de salud, resulta de extraordinaria importancia la implementación de sistemas de mejoramiento continuo de la calidad de los servicios. Las instancias normativas y los usuarios deberían examinar de qué manera esta puede mejorar la experiencia del paciente y la salud de la población. En este aspecto la participación social resulta de vital importancia, en especial, importantes cuestiones relativas al acceso, que debería tomar en cuenta los criterios de los usuarios en cuanto a su experiencia con los servicios, los horarios de atención, privacidad y tipos de técnicas a utilizar para el mejoramiento de las dolencias.

Algunos estudios revelan que las personas recurren a esta práctica por diversos motivos, tales como una mayor demanda de todos los servicios de salud, un deseo de obtener más información para aumentar los conocimientos sobre las opciones disponibles, insatisfacción con los servicios de atención de salud existentes, y un renovado interés por la "atención integral de la persona" y la prevención de enfermedades, aspectos frecuentemente asociados a esta. Además, la MNT reconoce la necesidad de hacer hincapié en la calidad de vida cuando la curación no es posible.

Según la OMS, a pesar de los importantes progresos realizados en la aplicación de estrategias en todo el mundo, los Estados miembros siguen teniendo problemas en relación con:

- El desarrollo y la aplicación de políticas y reglamentos;
- la integración, en particular, en lo concerniente a la identificación y evaluación de estrategias y criterios para incorporar la medicina tradicional en la atención primaria de salud (APS) en el ámbito nacional;
- la seguridad y la calidad, en lo que respecta a evaluación de productos y servicios, calificación de profesionales, metodología y criterios para evaluar la eficacia;
- la capacidad para controlar y reglamentar la publicidad y las afirmaciones de la medicina tradicional y la medicina complementaria (MTC);
- las actividades de investigación y desarrollo;
- la formación y capacitación de profesionales de MTC; y,

- la información y comunicación, incluido el intercambio de información sobre políticas, reglamentos, características de los servicios y datos de investigaciones y la obtención de recursos de información objetivos y fiables para los usuarios.

La coincidencia de esas dificultades, con lo referido por los países miembros de la OMS, caracteriza la situación de esta práctica y muestra la necesidad de desarrollar estrategias encaminadas a la construcción de la base de conocimientos, lo que permitirá gestionar activamente la MTC por medio de políticas nacionales apropiadas, que tengan en cuenta y reconozcan su papel y posibilidades. Se aspira al fortalecimiento de la garantía de calidad, seguridad, uso adecuado y eficacia, mediante la reglamentación de los productos, sus prácticas y el manejo que hagan de ellos los profesionales. De estos, se espera una adecuada formación y capacitación sistemática, el desarrollo de aptitudes para ofrecer mejores servicios y tratamientos. La OMS propone a sus Estados miembros fomentar de la cobertura sanitaria universal a través de la integración de la MTC en la prestación de servicios de salud y la autoatención de salud, aprovechando sus posibilidades para contribuir a mejorar los servicios y los resultados sanitarios y asegurar que los usuarios puedan tomar decisiones con conocimiento de causa en lo que concierne al cuidado de su propia salud.

En la actualidad, en Cuba, esta disciplina se encuentra definitivamente insertada, como una especialidad más dentro del SNS, con la denominación de MNT, por lo que no se explica la percepción de un elevado porcentaje de los directivos de que no existe una adecuada capacitación que permita disponer de recursos humanos con competencias creadas para el trabajo a realizar. Sin embargo, pudiera ser consecuencia de la fragmentación derivada de la inestabilidad de los recursos humanos y materiales destinados a mantener el funcionamiento del servicio. Otro elemento a considerar es el número de especialistas de MNT, quienes no satisfacen las demandas de los servicios que se brindan, y la formación básica elemental del personal no especialista que presta este tipo de servicios.

Pese a la existencia y utilización continua durante años y su popularidad y gran difusión durante el pasado decenio, la medicina tradicional no está oficialmente reconocida en la mayoría de los países. En consecuencia, la educación, la capacitación y la investigación en ese sector no reciben la atención y el apoyo que merecen. No obstante, a que esta situación no se da en Cuba, la

cantidad y la calidad de los datos sobre la inocuidad y eficacia de la medicina tradicional distan mucho de ser suficientes para satisfacer los criterios necesarios con vistas a apoyar su utilización a escala nacional, con criterios basados en evidencia aportada por ensayos clínicos. La falta de datos de investigación se debe no solo a las políticas de asistencia sanitaria, sino también a la falta de una metodología de investigación adecuada o aceptada para evaluar la medicina tradicional. Tales investigaciones necesitan contar con un enfoque intersectorial, a fin de garantizar la capacitación para el desarrollo de competencias de vinculación intersectorial en los servicios de MNT, uno de los aspectos en los que el presente estudio detectó fragmentación.

El imperativo es que se vea porque sea utilizada adecuadamente la medicina tradicional, mientras que se procura determinar cómo se debe hacer su investigación y su evaluación de manera integrada, como una sola disciplina. Vista la medicina integrativa como la consideración de un amplio rango de terapias, seleccionando aquellas que tienen la mejor evidencia de seguridad y eficacia en un contexto de tratamiento holístico. La medicina integrativa lleva la medicina basada en la evidencia un paso más allá, incluyendo consideraciones de todas las terapias potenciales, y no solo en las que forman parte de la práctica médica convencional.

Estos resultados muestran la necesidad de desarrollar estrategias para alcanzar la integración global de esta práctica al SNS, máxime cuando los directivos de la misma la perciben como parcialmente integrada.

No obstante, los autores consideran que, dentro de esta práctica, la prescripción, consumo, seguridad e investigaciones preclínicas y fármaco-epidemiológicas sobre fitofármacos, es una de las modalidades de la MNT más utilizadas en el país y con mayor integración al sistema. Esto pudiera ser consecuencia de su uso milenario, pues las plantas constituyen el recurso más utilizado por la humanidad para comer, vestirse y curar sus enfermedades. Durante los últimos 20 años crece en gran medida el interés en torno a las plantas medicinales en la sociedad occidental; desde la utilización de productos sobre la base de hierbas, como son los cosméticos naturales y para el consumo propio del público; hasta la investigación científica, por sus efectos biológicos en los seres humanos.

De igual modo, la actitud de la industria farmacéutica ante estas investigaciones cambió. Hace dos décadas ninguna de las 250 compañías más importantes del mundo presentaba un programa investigativo con la

participación de plantas, pero en la actualidad, más de la mitad, cuentan con estos tipos de programas.

En conclusión, existen reservas de mejora para la integración de la MNT en la red de prestación de servicios, que deben ser tomadas en cuenta para el desarrollo de estrategias de intervención. Se recomienda realizar una intervención en los diferentes niveles del sistema, para lograr una integración de ambos servicios.

Fuente: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So864-34662019000200006

CONVERSANDO CON EL EXPERTO

Entrevista al MSc. Carlos César Callava Couret, funcionario que atiende la actividad de Medicina Natural y Tradicional en la Dirección Provincial de Salud Pública en Pinar del Río

Por el MSc Luis Pérez González



MSc. Carlos César Callava Couret.

Decidí orientar mi conversación tomando como base los siguientes tópicos:

I. CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN DEVENIDAS FORTALEZAS PARA LA LABOR ESPECIALIZADA QUE REALIZAS.

No sé cómo comenzar, pero como tú eres el editor quitas el polvo y la paja que encuentres.

Estaba estudiando el décimo grado en el preuniversitario Bloque 3 de Tarará en el año 1965, allí fui llamado al Servicio Militar Obligatorio, eso explica el porqué de algunas fechas un poco corridas de tiempo. Salido del SMO en 1968, me casé con Gisela y formé familia con ella y mis dos hijos Carlos Germán y Giana Cristina, comencé a trabajar en el Taller de Electromedicina y luego estudié Técnico de Farmacia, graduándome en 1972. Al graduarme me quedé en la Escuela como profesor Coordinador de los Cursos de Farmacia, estudié en la Facultad Obrero Campesina, luego pasé a trabajar en la Dirección Provincial de Salud y en la Empresa de Medicamentos. Mi aspiración era poder estudiar Me-

dicina, pero al presentarme en la Universidad de Ciencias Médicas de La Habana en 1977, me dicen que mi título no era idóneo para los estudios de Medicina, por lo que me fui a la Universidad de La Habana y matriculé la Carrera de Bioquímica, en la Escuela de Biología y me gradué en el año 1982, de Licenciado en Ciencias Farmacéuticas, cuestión de la cual no me arrepiento, pues encontré mi verdadero camino y muy buenas experiencias allí. Los estudios en la Universidad los realicé acogido a la Resolución 254 del Ministerio del Trabajo, que me pagaba un subsidio de 130 pesos, al estar casado y tener dos hijos.

A mi regreso trabajé de nuevo en la Dirección Provincial de Salud, como jefe del Departamento de Farmacia. Llegados los años 90, y el periodo especial comencé mi aproximación con las plantas medicinales, simultaneando mis responsabilidades de farmacia con la coordinación de la Directiva 26 que desarrollaba las experiencias con las plantas medicinales. En esta época dediqué mucho tiempo a la autopreparación, en ese campo, soy Diplomado en Medicina Natural y Tradicional en 1999, en Terapia Floral en 2001, en Homeopatía en 2013 y en los Principios básicos para garantizar la seguridad y eficacia de los productos con Plantas medicinales en el año 2018, este último Diplomado en la Facultad de Ciencias Médicas Salvador Allende de Ciudad de La Habana. También cursé la Maestría en Ciencias, en Medicina Natural y Tradicional obteniendo el título de Master en el año 2010. Soy profesor Asistente de la Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Retiro, la preparación de forma autodidacta ha sido decisiva para poder desempeñarme con buenos resultados en mis responsabilidades. He sido seleccionado trabajador Destacado en múltiples oportunidades, siendo Vanguardia Nacional del Sindicato de la Salud en dos ocasiones, en el 1995 y en el 2003. Tengo “un puñado” grande de Reconocimientos, me encanta participar en eventos científicos nacionales e internacionales, en los que paso de 100 participaciones, una de ellas en Suiza en 1983. (Congreso Internacional de Farmacias FIP.)

II. PRINCIPALES EXPERIENCIAS ACUMULADAS EN ESTE QUEHACER PROFESIONAL.

Al principio de mi trabajo en la Dirección Provincial de Salud, me di a la tarea de fortalecer las jefaturas de las Farmacias de los hospitales provinciales y de los responsables de medicamentos de los municipios, para mejorar los resultados del trabajo. Para esto participamos en reuniones nacionales, muchos entrenamientos, organizamos seminarios y cursos de superación para los técnicos de Farmacia, participé en la forma-

Otra cuestión a destacar está en mi participación en la preparación de la Clase de OPCION CERO, en el Hospital Comandante Pinares de San Cristóbal, en 1990, para exponer las experiencias del funcionamiento de un hospital en condiciones de guerra, con el uso de las plantas medicinales, la producción de sus fitomedicamentos, la creación de un organopónico de plantas medicinales en el ámbito del hospital y la proyección de la fabricación de sueros en tiempo de guerra.

También he dedicado mis mejores esfuerzos a la producción de la Fábrica de medicamentos naturales de Pinar del Río.

Al producirse el terremoto en Haití, en enero de 2010, fui convocado a participar en las labores de recuperación, fui Vice Coordinador General de Medicamentos de la Misión Médica Cubana, organicé todo el almacenamiento de los medicamentos, los insumos y equipos médicos, participé en la lucha contra la epidemia de cólera. Tuve la oportunidad de participar como organizador del Primer Fórum sobre Medicina Tradicional en Haití, patrocinado por el Ministerio de Salud y Población, allí presenté la experiencia cubana en el Programa de Medicina Natural y Tradicional, regresé de este país en el año 2012.

III. PRÁCTICAS DE MAYOR FRECUENCIA DE USO EN ESTE CAMPO.

Sin lugar a dudas, las prácticas con las plantas medicinales constituyen una tradición del campo cubano y de las familias pobres que no tenían otro recurso a su disposición antes del 59. Las abuelas tienen ahí su papel fundamental.

Además de la tradición, hay que anotar el renacimiento de las medicinas alternativas y tradicionales a partir de los años 70, promovido por la Organización Mundial de la Salud, en su declaración de la Atención Primaria de Salud, ya que la mayoría de la población mundial no tenía acceso a los medicamentos modernos y, por otro lado, la cada vez más abundante cantidad de reacciones adversas a los medicamentos industriales, cuya definición dice: La Medicina Tradicional es la suma completa de conocimientos, técnicas y prácticas fundamentadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas y que se utilizan para mantener la salud y prevenir, diagnosticar, mejorar o tratar trastornos físicos o mentales.

Foto por Brooke Lark en Unsplash



Todo esto coincide con la década del 90 y el periodo especial, momento en el que se emitió la Directiva 26 del MINFAR, que estableció el uso de las plantas medicinales y la creación de Comisiones Provinciales de la D 26 y esto dio origen al Programa de Medicina Natural y Tradicional, hasta nuestros días.

La definición cubana de Medicina Natural y Tradicional concibe la especialidad de perfil amplio, con enfoque integrador y holístico de los problemas de salud, que emplea métodos de promoción de salud, prevención de las enfermedades, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación de los pacientes. Comprende 11 modalidades: Fitoterapia (plantas), Apiterapia (Abejas), Medicina Tradicional Asiática: (Acupuntura, Digitopuntura, Microsistemas), Ozonoterapia, Homeopatía, Terapia Floral de Bach, Hidrología Médica: Aguas y fangos Minero medicinales, Elio Talasoterapia (Medio ambiente), Ejercicios terapéuticos tradicionales, Orientación nutricional naturista, Medicina ayurvédica. (Esta última solo en La Habana, en Las Praderas).

Todas las modalidades antes expuestas se practican en todas las Salas de Rehabilitación de los policlínicos de la provincia donde están los Departamentos de Medicina Natural Tradicional.

De todas maneras vale aclarar, como dije al principio, que las plantas medicinales son la modalidad que más usa la población cubana, por la práctica de la tradición y porque son fáciles de obtener.

IV. IMPORTANCIA DEL EMPLEO DE LA MEDICINA VERDE EN EL CONTEXTO PANDÉMICO QUE ENFRENTAMOS.

Considero que en este contexto pandémico ha ocurrido como una especie de reactivación en su uso.

A nuevos imperativos tenemos que responder con mucha creatividad, incluso para llenar vacíos que de otra forma serían insalvables: ante el incuestionable déficit de medicamentos tradicionales, hay que buscar y encontrar alternativas oportunas y valiosas.

Ese es el caso del eucaliptus citriodora o de limón que tiene hojas finas y que puede ser utilizado para las inhalaciones que ayudan a prevenir el contagio con la Covid. En otro orden, están la infusión de manzanilla como antiinflamatorio inmunomodulador y antioxidante, así como el cocimiento de hojas de guayaba y de naranja con las mismas propiedades ya enunciadas.

A ello se unen otras plantas muy conocidas como la

moringa, el mango y la guanábana solo por mencionar algunas.

El propóleo, a pesar de no ser una planta medicinal, tiene iguales propiedades, pues las abejas liban de las yemas de los árboles sus secreciones, las mezclan con su saliva y cera, y proporciona grandes beneficios.

El prevengHo-vir es un complejo homeopático diseñado contra las infecciones virales.

Creo que lo expuesto convence a cualquier escéptico.

V. MENSAJE QUE CONSIDERAS OPORTUNO TRANSMITIR A LOS PINAREÑOS EN TORNO AL TEMA QUE NOS OCUPA.

Nadie puede defender una idea si no la conoce bien primero. Los conocimientos de las plantas medicinales en nuestros médicos y otros profesionales de la salud, aún son muy insuficientes, a pesar de los programas de estudio en los que ya se introducen los elementos de las Medicina Natural y Tradicional.

El mensaje entonces va centrado, tanto para especialistas como población en general, a la preparación y el estudio en este sentido; documentarse con fuentes actualizadas para conseguir una incorporación cada vez más responsable y basada en el verdadero conocimiento.

Únicamente así se irá consolidando una sólida cultura en esta temática y se transformará en modos de actuación a favor de nuestra salud y mayor calidad de vida.



Foto: Nuestro entrevistado visita un dispensario de productos farmacéuticos naturales.

Fuente: Tomado de Periódico Guerrillero digital.



Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz Montes de Oca”
Vicerrectoría de Investigación, Informatización y Posgrado
Dirección Editorial Universitaria

Consejo Editorial

Dirección General:
Dr.C. Maidelyn Díaz Pérez
(maidelyn@upr.edu.cu)

Editor:
MSc. Luis Pérez González
(luis@upr.edu.cu)

Maquetado:
Ing. Pablo Ramón Brizuela Chirino
(pablo.brizuela@upr.edu.cu)

Colaborador:
Dr.C. Sandys Menoya Zayas
(sandys@upr.edu.cu)



Calle Martí 300 e/González Alcorta y 27 de noviembre
Pinar del Río
CP 20100
Teléfono: (+53) 48 728642
Sitio web: <http://serco.progintec.upr.edu.cu/>