



Septiembre de 2017

TERAPIAS ALTERNATIVAS: QUE NO TE DEN GATO POR LIEBRE

Es probable que en alguna ocasión hayas oído hablar de las terapias alternativas y de que alguna persona, famosa o no, ha recurrido a ellas como “tratamiento” de un cáncer. Por ello, vamos a intentar explicarte en qué consisten y por qué NO son una buena opción.

Empezamos aclarando un par de términos, **¿qué son las terapias alternativas y las terapias complementarias?**

- Las terapias alternativas son aquellas que se ofrecen como sustitutas de los tratamientos convencionales (cirugía, quimioterapia y radioterapia) y prometen la cura del cáncer.

- Las terapias complementarias son las que se utilizan conjuntamente con la medicina convencional; por tanto, no se ofrecen como una cura al cáncer sino como una ayuda para mejorar los efectos secundarios de los tratamientos, generar bienestar, reducir el dolor o bien para aumentar las probabilidades de recuperación.

¿CUÁNTOS TIPOS HAY?

Existe una gran variedad de técnicas y procedimientos dentro de este tipo de enfoque, pero para darte algunos ejemplos, vamos a seguir la clasificación que establece el Centro Nacional de Medicina Alternativa y Complementaria de Estados Unidos:

➤ **Sistemas integrales o completos.** Aquí se incluyen la Homeopatía, la Naturopatía, el Ayurveda y la Medicina Tradicional China..

➤ **Terapias biológicas.** Utilizan sustancias como hierbas, alimentos y vitaminas.

➤ **Métodos de manipulación y basados en el cuerpo.** Son los que se centran en el movimiento de una o más partes de cuerpo, como la quiropráctica, la osteopatía, la quiropraxia, reflexología, shiatsu, aromaterapia y masajes.



¿Quieres recibir nuestros consejos cada mes?

SUSCRÍBETE

Te interesa...



Falta de eficacia de las terapias alternativas



TU APORTACIÓN NOS DA VIDA con tu ayuda podemos financiar investigación, asistir a personas afectadas por cáncer y trabajar en prevención.
HAZTE SOCIO AHORA

Archivo



Consulta las ediciones anteriores de “Consejos de Salud” en nuestra web.

IR AL ARCHIVO

► **Enfoques sobre la mente y el cuerpo.** Hacen referencia a la interacción entre la mente, el cuerpo y el comportamiento, y técnicas de control mental que afectan a las funciones físicas y promueven la salud. Ejemplos de estas prácticas son el yoga, la meditación, la oración, la curación mental y terapias creativas relacionadas con el arte, la música y la danza. En este enfoque también se incluyen aquellas que defienden el origen emocional de la enfermedad y por tanto, la curación mediante la resolución del conflicto (Nueva Medicina Germánica del Dr. Hamer, bioneuroemoción, biodescodificación, bioprogramación, etc.).

► **Terapias sobre la base de la energía.** Se basan en el empleo de supuestos campos de energía para influir en el estado de salud, como hacen el Tai Chi, Reiki, Qi gong (chi-kung), terapia floral o toque terapéutico.



DESCARGAR CONTENIDO
COMPLETO EN PDF

¿SON SEGURAS LAS TERAPIAS ALTERNATIVAS?

Todos los tratamientos, tanto si son de medicina convencional, alternativa o complementaria, pueden presentar riesgos para la salud. Por ello, es fundamental que cuenten con estudios científicos de calidad y haber sido aprobados por las autoridades sanitarias. Los tratamientos que utiliza la medicina convencional cuentan con estos avales. Las terapias alternativas NO.

Por tanto, rotundamente: no son seguras. Mención especial merecen las denominadas “pseudociencias” y “productos milagro” de los que no hay ninguna evidencia científica. El riesgo de estos productos radica en que, en ocasiones, impide que el paciente reciba la terapia adecuada para su enfermedad o abandone el tratamiento establecido por su oncólogo por uno alternativo.

¿SON ÚTILES PARA PACIENTES CON CÁNCER?

NO, NO Y NO. La medicina alternativa no cuenta con evidencia científica, por lo que su uso, sustituyendo a los tratamientos oncológicos convencionales, puede ser altamente perjudicial para los pacientes con cáncer.

Por tanto, rotundamente: desaconsejamos su utilización. Por todo ello desde la AECC recomendamos a los pacientes con cáncer que no tomen ningún tipo de sustancia o producto natural, que no realicen ninguna terapia sin conocimiento de su oncólogo y que nunca abandonen su tratamiento oncológico.

IMPORTANTE

- Hay que alejarse de las terapias no convencionales que prometen curar el cáncer.
- Algunas terapias se promocionan como complementarias pero lo que aconsejan es que se vayan abandonando poco a poco los tratamientos convencionales. Es importante tener claros los riesgos de abandonar el tratamiento oncológico habitual.
- Las actividades que consiguen un efecto de bienestar psicológico (meditación, mindfulness, reiki, etc.) no solucionan los problemas psicológicos cuando existen. Por lo tanto, si el paciente opta por acudir a este tipo de actividades, estas deberán ser siempre complemento de una terapia psicológica completa llevada a cabo por profesionales de la psicología.
- Se puede buscar el bienestar general con terapias complementarias pero también existen muchas otras actividades habituales que pueden generar esa misma sensación de relajación y agrado como, por ejemplo, ver una película, charlar con un amigo, cocinar, dar paseos por el campo, etc., sin que supongan un gasto económico.
- Se debe informar al médico siempre que se vaya a empezar una terapia complementaria. Algunas podrían ser perjudiciales para la salud e interferir con el tratamiento médico.
- Recuerda, el hecho de que un producto sea “natural” no significa que sea inocuo.



PARTICIPA

Navega por esta “Guía de terapias integrativas” en la cual encontrarás información de calidad y aprende un poco más sobre este tema

[Más información](#)

< anterior

siguiente >

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR



Glosario de términos

Explicación de diferentes términos relacionados con las terapias alternativas.



¿Están reguladas por la ley de nuestro país?

El sol tiene una gran importancia para la salud del hombre.