

# Diferencia y riesgos de la medicina alternativa

---

Publicado el: 29-05-2018

Las terapias alternativas suelen distinguirse por sus métodos holísticos. Esto significa que el doctor trata a "toda" la persona y no únicamente la enfermedad o afección. En la medicina alternativa, muchos profesionales también abordan las necesidades emocionales y espirituales de los pacientes. Este enfoque "altamente humano" difiere de la técnica "altamente tecnológica" de la medicina tradicional, que tiende a concentrarse en el aspecto físico de la enfermedad.

La mayor parte de las técnicas alternativas no han logrado ingresar en los hospitales o consultorios convencionales, por eso es que, probablemente, usted o el médico de su hijo no estén al tanto de ellas. No obstante, existen nuevos centros de medicina integradora que ofrecen una combinación de tratamientos tradicionales y alternativos. Allí, tal vez reciba una receta de un medicamento para el dolor (como el que obtendría de un médico tradicional) y masoterapia para tratar un problema crónico de espalda.

Estos centros suelen contar con doctores en medicina y con especialistas licenciados o matriculados en las distintas terapias alternativas.

A pesar de su crecimiento, los seguros médicos no cubren la mayoría de las terapias alternativas. Esto se debe principalmente a que se han realizado pocos estudios científicos para comprobar si los tratamientos son eficaces (a diferencia de la medicina tradicional, que se basa fundamentalmente en estudios). Por el contrario, la mayoría de las terapias alternativas se basan en la práctica de años y en las historias de éxito que van de boca en boca.

## ¿Cuáles son los riesgos?

La falta de estudios científicos significa que puede resultar difícil identificar algunos posibles problemas asociados con las terapias alternativas. Por otra parte, los estudios realizados se han llevado a cabo en adultos; la investigación de los efectos de la medicina alternativa en los niños es escasa. Si bien los métodos tales como la oración, los masajes y los cambios en el estilo de vida suelen considerarse complementos seguros del tratamiento médico convencional, algunas terapias (particularmente los remedios a base de hierbas) pueden implicar riesgos.

A diferencia de los medicamentos de venta libre y con receta, la FDA no controla de manera rigurosa los remedios a base de hierbas. No pasan por pruebas rigurosas antes de ser comercializados y no deben cumplir con una norma de calidad. Esto significa que cuando uno compra un frasco de cápsulas de ginseng, es posible que no sepa lo que está comprando: es posible que la cantidad de hierba varíe de una píldora a otra; y en consecuencia, algunas cápsulas contienen mucha menos hierba activa de la que se indica en la etiqueta. Dependiendo del origen de la hierba, también podría haber otras plantas, incluso drogas como los esteroides, mezcladas en las cápsulas. Las hierbas provenientes de países en desarrollo, en ocasiones, están contaminadas con pesticidas y metales pesados.

Lo "natural" no equivale a "bueno" y muchos padres no tienen en cuenta que los remedios a base de hierbas pueden, realmente, causar problemas de salud en sus niños. Si se medica a un niño sin consultar a su médico, es posible que le haga daño. Por ejemplo, algunos remedios a base de

hierbas provocan hipertensión, lesiones hepáticas o reacciones alérgicas graves. Piense en estos ejemplos:

La efedra, también denominada "efedrina", que suele venderse como la hierba china Ma Huang, se comercializó durante años hasta que se la relacionó con varias muertes de personas con problemas cardíacos. La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos decidió que los riesgos asociados con la efedra eran demasiado serios y prohibió la sustancia en diciembre de 2003.

Solos o combinados con medicamentos recetados, varios suplementos dietarios ?como chaparral, consuelda, germandrina y efedrina? han resultado asociados a enfermedades graves, daños en el hígado e incluso la muerte.

Los padres también podrían darles a sus hijos una hierba en cantidades muy superiores a las recomendadas, pensando que por ser natural, una dosis más elevada no les hará ningún daño. Pero muchas plantas contienen sustancias químicas potentes; de hecho, aproximadamente el 25% de todos los medicamentos con receta derivan de plantas.

La elección de un profesional también puede resultar problemática. Si bien muchos estados cuentan con juntas certificadoras para especialistas en acupuntura o masajes, por ejemplo, no existe ninguna organización en los Estados Unidos que controle a quienes brindan atención alternativa o que fije normas de tratamiento. Básicamente, casi cualquiera está en condiciones de asegurar ser un profesional, si tiene algún tipo de entrenamiento.

Sin embargo, tal vez, el mayor riesgo sea la posibilidad de que la gente retrase o detenga su tratamiento médico tradicional por utilizar una terapia alternativa. Las enfermedades tales como la diabetes y el cáncer requieren la atención de un médico. Confiar exclusivamente en terapias alternativas para cualquier dolencia aguda o crónica severa sólo pondrá en riesgo la salud de su hijo.

### **La atención médica alternativa ¿puede ayudar a su hijo?**

Muchos padres recurren a una taza de té de manzanilla o jengibre como primer tratamiento contra la gripe o las náuseas. Los niños ansiosos pueden aprender a relajarse con la ayuda de la meditación o el yoga. Estos tipos de terapias alternativas complementan la atención tradicional, y es posible que usted y su hijo tengan una mayor sensación de control sobre su salud.

Si desea probar la medicina alternativa en su niño, primero debe hablar sobre el tratamiento propuesto con el médico de su hijo o hablar con un farmacéutico para asegurarse de que no sea peligroso o que no resultará incompatible con cualquier tratamiento tradicional que esté recibiendo su hijo. Probablemente, el médico le dé información acerca de opciones de tratamiento y, tal vez, le recomiende un especialista confiable. Si combina la atención alternativa y la tradicional, no tiene que decidirse por una de ellas en forma exclusiva. Por el contrario, es posible obtener lo mejor de ambas.

### **AVISO LEGAL**

Toda la información que se brinda en esta nota está destinada al conocimiento general. En ningún caso sustituye el asesoramiento de un médico. No olvide consultar a su médico ante cualquier duda que pudiera tener con relación a su estado de salud.