

Importancia de las terapias tradicionales, complementarias y alternativas en el restablecimiento de la salud

María Magdalena Lozano Zúñiga¹, Evelia Sarahí Figueroa Gutierrez¹, Beatriz Esmeralda Lozano Navarro¹

¹ Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Correo de autor principal:

maria.lozano@umich.mx

Resumen

Introducción. Las medicinas complementarias o alternativas son prácticas sanitarias que no son parte de aquellas sanitarias estándar de un país. Si bien es cierto que no existe una categorización formalizada, la literatura presenta categorías basadas en productos naturales, medicina de la mente y el cuerpo y prácticas de manipulación basadas en el cuerpo para brindar un mayor orden y funcionalidad. **Objetivo general:** Identificar la evidencia científica que sustente la importancia de las terapias tradicionales, alternativas y complementarias en el restablecimiento de la salud. **Objetivos específicos:** Explorar diversas bases de datos para la recopilación de información referente a las terapias tradicionales, alternativas y complementarias en salud. Indagar sobre las bases científicas que sustentan la importancia de las terapias tradicionales, alternativas y complementarias en el restablecimiento de la salud. **Metodología:** Se realizó una revisión narrativa de artículos; el criterio de selección se basó en que los documentos se publicaron en un tiempo no mayor a cinco años, es decir, desde 2018 hasta 2023. Se utilizaron los términos Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) “terapias tradicionales”, “terapias complementarias”, “restablecimiento de la salud”, “salud”, “recuperación” y “tratamientos médicos”. **Resultados:** 95% de los artículos muestran resultados positivos en cuanto al uso de los MTC en el campo médico. El 5% restante muestra un panorama distinto que, sin embargo, sólo hacen considerar el aspecto complementario de las medicinas aplicables. De los 22 artículos, 41% habla de mejora fisiológica, 13% de salud mental, 32% sobre el impacto institucional y 14% ayuda a aportaciones finales. **Conclusiones:** Las MTC tienen una relevancia significativa en el restablecimiento de la salud, abarcando diversos ámbitos y mejorando la calidad de vida de los pacientes en todas las etapas del desarrollo humano. **Palabras clave:** Salud, Recuperación, Tratamientos Alternativos, Medicina complementaria.

Abstract

Complementary or alternative medicines are healthcare practices that are not part of a country's standard healthcare practices. While it is true that there is no formalized categorization, the literature presents categories based on natural products, mind-body medicine, and body-based manipulation practices to provide greater order and functionality. **General objective:** Identify the scientific evidence that supports the importance of

traditional, alternative and complementary therapies in restoring health. **Specific objectives:** Explore various databases for the collection of information regarding traditional alternative and complementary health therapies. Inquire about the scientific bases that support the importance of traditional alternative and complementary therapies in the restoration of health. **Methodology:** A narrative review of articles was carried out in the electronic databases; the selection criteria was that the documents were written no more than five years ago from 2018 to 2023. The terms Descriptors in Health Sciences (DeCS) were used: "traditional therapies", "complementary therapies", "reestablishment of health", "health", "recovery" and "medical treatments". **Results:** 95% of the articles show positive results regarding the use of TCMs in the medical field. The remaining 5% show a different panorama that, however, only makes us consider the complementary aspect of the applicable medicines. Of the 22 articles, 41% talk about physiological improvement, 13% about mental health, 32% about the institutional impact and 14% help us with final contributions. **Conclusions:** TCMs have significant relevance in restoring health, covering various areas and improving the quality of life of patients at all stages of human development.

Keywords: Health, Recuperation, Alternative treatments, Complementary medicine.

Introducción

Para dar inicio, es preciso que se retome primeramente la conceptualización básica de los términos utilizados. Para ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS), define la medicina complementaria o alternativa como un amplio grupo de prácticas sanitarias que no son parte de las prácticas sanitarias estándar, es decir, son prácticas que no pertenecen a la tradición de un propio país o que no se integran a un sistema sanitario prevaleciente, que se relaciona además, con prácticas culturales ancestrales y que implementan herramientas herbolarias, físicas y espirituales (OMS, 2014, como se citó en Gobierno de México, Dirección General de Planeación y Desarrollo en Salud, 2023).

Es importante agregar que, este tipo de medicina se ve involucrada en un campo muy amplio y que se encuentra en constante evolución. Para ello, el Centro Nacional de Medicina complementaria y alternativa (NCCIH, 2023), hace puntualizaciones extras; dichas prácticas no responden a aquellas empleadas convencionalmente en el occidente y si bien, de forma popular se utilizan de manera indistinta lo complementario está ligado directamente al uso estándar de la medicina. Si un enfoque no convencional se utiliza en lugar de la medicina convencional se llamará alternativo.

Además de los diversos tipos de medicina complementaria y alternativa que existen según diversos grupos, mismos que se encuentran en categorías muy amplias como los productos naturales, medicina de la mente y el cuerpo y prácticas de manipulación basadas en el cuerpo. Es preciso puntualizar que las categorías, si bien no están definidas formalmente, resultan de utilidad para la descripción de las prácticas mismas que además pueden encasillarse en diversas categorías a la vez (Institutos Nacionales de la Salud [NIH] y Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos [HHS], 2011).

La descripción de cada categoría se ve acompañada por diversas prácticas o elementos que son funcionales cuando se habla de Medicina Tradicional y Complementaria

(MTC); por ejemplo, en la categoría de productos naturales son considerados los productos herbales o botánicos, vitaminas y minerales, además de los suplementos y los probióticos, entre otros. Por otro lado, la meditación, el yoga, la acupuntura, los ejercicios de respiración profunda, la ensoñación dirigida, la hipnoterapia, la relajación progresiva, el qi gong y el tai chi responden a la medicina de la mente y el cuerpo. La manipulación de la columna vertebral y la terapia de masaje practicada por algunos profesionales responden a las prácticas de manipulación y basadas en el cuerpo. Del mismo modo, existe también variedad de terapias alternativas y complementarias centradas en el movimiento, bajo métodos orientales y occidentales para, finalmente, encontrar las prácticas de los curanderos tradicionales basados en aspectos culturales de regiones indígenas (NIH y HHS, 2011).

La práctica de la medicina tradicional y complementaria se ha extendido en la cultura popular, esto no refiere necesariamente a que la exigencia, metodología o rigurosidad científica no estén presentes para su desarrollo y empleamiento, es decir, actualmente se cuentan con leyes y marcos legales y normativos que regulan y explican su funcionalidad. Por ejemplo, la Ley Marco en Materia de Medicinas Complementarias dispone los lineamientos de regulación y modulación de la práctica, enseñanza e investigación de dichas prácticas, además fortalecer y garantizar la atención y derechos de la población (Parlamento Latinoamericano, 2009).

En conclusión, la importancia de las terapias tradicionales, complementarias y alternativas en temas de salud fungen como un eje central para el cumplimiento de las necesidades de las poblaciones, además, salvaguarda aspectos históricos milenarios y culturales que permiten un enriquecimiento mayor del conocimiento, así como un aumento en la disponibilidad para personas de bajos recursos.

Objetivo general

Identificar la evidencia científica que sustente la importancia de las terapias tradicionales y complementarias en el restablecimiento de la salud.

Objetivos específicos

1. Buscar en diversas bases de datos para la recopilación de información referente a las terapias tradicionales y complementarias en salud.
2. Indagar sobre las bases científicas que sustentan la importancia de las terapias tradicionales y complementarias en el restablecimiento de la salud.

Metodología

Se realizó una revisión narrativa de artículos en las bases de datos electrónicas: Scopus, Latindex, Redalyc, Dialnet, Scielo y el buscador de Google Scholar; en ese sentido, se utilizaron los términos Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) “terapias tradicionales”, “terapias complementarias”, “restablecimiento de la salud”, “salud”, “recuperación” y “tratamientos médicos” para la recopilación de documentos que resultaran funcionales.

Se definieron como criterios de inclusión: artículos publicados a partir del 2018 hasta 2023 que incluyeran temas relacionados a la importancia de los tratamientos tradicionales,

alternativos y complementarios en el restablecimiento de la salud; los idiomas considerados fueron español e inglés y los enfoques de investigación de los artículos recabados eran cuantitativos, cualitativos y mixtos. Se excluyeron estudios con otras variables y que tuvieran una publicación mayor a cinco años.

Resultados

Mediante la búsqueda de material científico se recopilaron un total de 27 artículos y/o documentos académicos relacionados al uso de las terapias tradicionales, complementarias y alternativas. Una vez utilizados los parámetros de inclusión y exclusión los artículos se redujeron a 22. Los principales hallazgos se categorizarán según el área de uso de las MTC: mejora fisiológica o biológica, salud mental, impacto en instituciones y aportaciones finales a considerar.

En ese sentido, las aportaciones sobre el rubro de la mejora fisiológica o biológica determinan, por ejemplo, que en enfermedades recientes como el COVID-19 el denfing como terapia homeopática es coadyuvante en la recuperación integral de la salud de los pacientes teniendo un 95.68% de efectividad de recuperación sin complicaciones. Además, existe evidencia científica de que tiene repercusiones, por ejemplo, en malestares postquirúrgicos, en las que más del 90% presentaron mejora significativa respecto a la presencia sintomatológica del dolor (Rodríguez-Díaz et al., 2019; Romero-Urréa et al., 2020).

Por supuesto, que el beneficio de las prácticas realizadas por las medicinas tradicionales, complementarias y alternativas tienen beneficios en una diversidad de problemáticas como el cáncer, la fibromialgia, Parkinson, obstrucción pulmonar, burnout, estrés, dolor de espalda crónico, dolor cervical, osteoartritis, fatiga, depresión, tratamientos de endodoncia y problemas cardiovasculares sobre todo a mediano y largo plazo ya que su actuación se ejerce principalmente sobre bacterias, hongos, protozoos y virus (Deusdará Paixão et al., 2021; Francielle Toneti et al., 2020; Martínez Ramírez et al., 2023; Mullo-Guapi y Oñate-López, 2023).

Por otro lado, estudios determinaron que el uso de técnicas como la acupresión mejora la producción de leche en mujeres postparto, añadiendo que técnicas como la aromaterapia mejoran las condiciones atmosféricas de las mujeres pre, post y durante el parto disminuyendo la ansiedad, el dolor, el estrés, disminución de incomodidad por episiotomía mejorando el estado físico, anímico y del sueño ayudando además en el proceso acotando las etapas de parto y disminuyendo la intensidad de las contracciones, sumando además un valor importante en el tratamiento pediátrico (Calderón Castiblando, 2020; Lazo Apaza y Tucno Pomino, 2020; Martínez Pizarro, 2020).

Con respecto al rubro de la salud mental, se ha demostrado que las técnicas presentadas por las MTC son una alternativa viable para el acompañamiento y afrontamiento de la soledad, ansiedad y depresión sobre todo en adultos mayores, generando así un alza en la autoestima y autopercepción estableciendo puentes que reestablecen la salud psicológica, emocional y social de las personas que padecen, por ejemplo, Alzheimer, demencia, ansiedad, estrés, esquizofrenia y depresión (Castella-Centeno, 2021; Lagos Calderón et al., 2023; Vásquez et al., 2022).

Adicionalmente, con respecto al impacto en las instituciones es importante tener en consideración que las MTC no se reducen únicamente a la práctica médica, sino que es importante, además, incorporarlas en ámbitos institucionales académicos para el mejoramiento holístico de la salud para favorecer una sanación que mejore el estilo de vida y no solo genere la supresión sintomática del malestar (Alonso Roa et al., 2020). También, integrar estas herramientas y prácticas de una manera más formal propiciará la incorporación y enriquecimiento de las prácticas médicas convencionales, ya que aportará conocimiento valioso para la mejora de las condiciones médicas; además, ayudará a corregir la percepción de una asistencia fragmentada que no considera procesos empáticos y humanizados (Díaz Zuleta et al., 2019; Erazo Estrella, 2021; Peña Martínez et al., 2018).

Agregando a lo anterior la práctica de las MTC tiene una repercusión también en la práctica de la enfermería, ya que las profesionales de esta área están asumiendo un rol de liderazgo en el ejercicio práctico propiciando una mejora en los tratamientos clínicos (Tácula-Calderón et al., 2023; Viorato Romero, et al., 2021). De igual forma, el uso de material natural, o recursos físicos propiciará una mejora en la práctica médica basada en la economía (Cantú-Martínez et al., 2020).

Para finalizar, y como parte de las aportaciones finales es preciso puntualizar que si bien es cierto que la actualidad social manifiesta panoramas alentadores en el campo de aceptación de la MTC sobre todo cuando pensamos en que los productos naturales, la medicina de la mente y el cuerpo, así como los masajes son concurrenciosos (Cruz et al., 2019); (Lima López, et al., 2022) es importante rescatar la idea de que una medicina no sustituirá a la otra, sino que deben trabajar de manera complementaria y conjunta (Pedraza Castañeda et al., 2021).

Conclusiones.

1. Las medicinas tradicionales, complementarias y alternativas son de suma relevancia para el restablecimiento de la salud en diversas afecciones tanto médicas como psicológicas y sociales.
2. Las técnicas de las MTC cumplen con una función activa en diversos ámbitos de la vida humana lo que propicia una atención mejor diseñada, con mayor calidad y que considera ser un servicio más humano posibilitando un restablecimiento de salud holístico.
3. Las prácticas de las MTC abren la posibilidad de ejercer libremente la Enfermería, generando, independencia profesional que además salvaguarda y vela por las consideraciones empáticas dentro del proceso clínico. Además, Es una variable de utilidad para modificar la visión actual de la medicina como una rama científica poco flexible, intransigente y en exceso técnica, generando, mayores posibilidades de alivio mediante un ambiente tranquilo.
4. Debido a que el trabajo de las MTC repercute de manera positiva en todas las etapas del desarrollo (niños, adultos y adultos mayores), su uso tiene aspectos valiosos en la salud de las personas.

Referencias

- Alonso Roa, N., Jurado Briceño, G. M., Rodríguez Rojas, A. y Aguirre Valencia, S. (2020). Sistematización de la experiencia sanarte, un servicio en salud y bienestar integral en la comunidad UNAD. *Revista EducAcción Sentipensante*, 2(1), 39-52. https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/educ_sentipensante/article/view/6249/5855
- Calderón Castiblanco, C. C. (2020). *Utilidad de la aromaterapia en el parto y postparto* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Ciencias aplicadas y ambientales, Colombia]. <https://repository.udca.edu.co/handle/11158/4346>
- Cantú-Martínez, P. C., y Guzmán Lucio, M. A. (2020). Biorecursos para el tratamiento complementario de la diabetes mellitus. En P. Cantú Martínez Editor (Ed), *Bienestar y Salud Social* (455-473). Editorial Universidad Autónoma de Nuevo León. <https://www.researchgate.net/publication/343700395>
- Centella-Centeno, D. M. (2021). Musicoterapia en la salud mental: una alternativa de solución. *Investigación e Innovación*, 1(2), 172-179. <https://doi.org/10.33326/27905543.2021.2.1235>
- Centro Nacional de Medicina complementaria y alternativa. 10 de agosto de 2023). Salud complementaria, alternativa o integral: ¿Qué hay detrás de estos nombres? <https://www.nccih.nih.gov/health/espanol/salud-complementaria-alternativa-o-integral-que-significan-estos-terminos>
- Cruz, N., López, S. M., Medina A. A. y Sánchez K. F. (2019). Terapias alternativas que se implementan como estrategias para el abordaje del dolor crónico. Jujuy. *Crear en Salud*, (14), 35-48. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revcs/article/view/31484>
- Deusdará Paixão, L., Dietrich, L., Barboza Martins, L. H. y Viviane de Barros, D. (2021). Terapias alternativas na endodontia- ozonioterapia: revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 10(6), 1-8. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15710>
- Díaz Zuleta, A. y Guarnizo Tole, M. (2019). Terapias alternativas no invasivas realizadas por el profesional de enfermería en el manejo del dolor durante el trabajo de parto. *Revista Salud, Historia y Sanidad On Line*, 14(1), 51-56. <https://agenf.org/ojs/index.php/shs/article/view/306/296>
- Erazo Estrella, A. A. (2021). *Experiencias con la terapia complementaria de biomagnetismo: un estudio cualitativo entre pacientes adultos que acuden a la consulta de enfermería en el valle de los chillos durante el año 2020*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <http://repositorio.puce.edu.ec:80/handle/22000/18922>
- Francielle Toneti, B., Mendes Barbosa, R. F., Yukio Mano, L., Okino Sawada, L., Goulart de Olivera I. y Okino Sawada, N. (2020). Benefits of Qigong as an integrative and complementary practice for health: a systematic review. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 28, 1-12. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3718.3317>
- Gobierno de México. Dirección General de Planeación y Desarrollo en Salud.. (5 de julio de 2023). Medicinas complementarias. <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/medicinas-complementarias-313623?state=published>

- Institutos Nacionales de la Salud y Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (2011). *¿Qué es la medicina complementaria y alternativa?* [archivo pdf]. <https://files.nccih.nih.gov/s3fs-public/informaciongeneral.pdf>
- Lagos Calderón, A. C. y Oliva Ortiz, B. M. (2023). *Práctica de terapias alternativas y su relación con el nivel de autoestima, adultos mayores. Centro de Medicina Complementaria EsSalud Trujillo 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6617115>
- Lazo Apaza, E. L. y Tucno Plomino, M. (2020). *Efectividad de la medicina alternativa y complementaria en pacientes pediátricos con otitis media* [Tesis de Licenciatura, Universidad Norbert Wiener, Perú]. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3150582>
- Lima López, Y., Guzmán Guzmán, V., López Linares y Satchwell Robinson, R. (2022). La medicina tradicional herbolaria en los sistemas de salud convencionales. *Humanidades Médicas*, 19(1), 201-218. <https://www.medigraphic.com/pdfs/hummed/hm-2019/hm191m.pdf>
- Martínez Pizarro, S. (2020). *Incremento de la producción de leche materna postparto mediante acupresión* [Archivo pdf]. https://revistacientificasanum.com/pdf/sanum_v4_n2_a1.pdf
- Martínez Ramírez, Y. B. (2023). *Terapias complementarias para el manejo del dolor oncológico* [Universidad Regional Autónoma de los Andes "Unidades, Ecuador]. <https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/16224>
- Mullo-Guapi, E. F. y Oñate-López, G. P. (2023). Yoga como terapia alternativa en el cuidado al paciente oncológico con ansiedad. *Dom. Cien*, 9(1), 239-264. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i1>
- Parlamento Latinoamericano. (2009). *Anteproyecto para la Ley Marco en Materia de Medicinas Complementarias*. <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/37974/LeyMarcoMedicinasComplementarias.pdf>
- Pedraza Castañeda, Ma. C., Pérez Jiménez, G., Solís Flores, L., Barrera Arenas, J. E., Hernández, Jiménez, P., Xochingua Angulo, Ma. V. y Meléndez Mier, G. (2021). Coste-efectividad de la terapia avanzada con productos de cura en ambiente húmedo comparada con terapia tradicional en el tratamiento de úlceras por presión de categorías I y II. *Medes. Medicina en español*, 32(3), 199-204. <https://medes.com/publication/164013>
- Peña Martínez, A. C. y Casillas Santana, M. L. (2018). *Integración de las terapias alternativas y complementarias en el sistema nacional de Salud* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Madrid]. https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/685022/pena_martinez_ana%20cristinatfg.pdf
- Rodríguez-Díaz, J. L., Galván-López, G. P., Pacheco-Limbeida, M. X. y Parcon-Bitanga, M. (2019). Evaluación del dolor postquirúrgico y el uso de terapias complementarias

- por enfermería. *Rev. Arch Med Camagüey*, 23(1), 53-63. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552019000100053
- Romero-Urréa, H., Echeverría Caicedo, K. P., Romero-Veloz, L. V. y Mullo Ochoa, G. K. (2020). Denfing terapia coadyuvante en casos covid-19, Ecuador 2020. *Boletín de malariología y salud ambiental*, 60(2), 19-30. <http://iaes.edu.ve/iaespro/ojs/index.php/bmsa/article/view/27/8>
- Soto Vásquez, M., Vidal Fuentes, B., Cortés González, M., Guajardo Jara, C. y Hernández Rodríguez, J. (2022). La soledad en la persona mayor en contexto de pandemia por covid-19 y el uso de terapias complementarias. *Notas de enfermería*, 36-40. <https://doi.org/10.59843/2618-3692.v.n.38802>
- Tácuna-Calderón, A., Monca-Mapelli, E., Lens-Sardón, L., Huaccho-Rojas, J., Gamara-Castillo, F. y Salazar-Ganara, A. (2023). *Estrategias de la Organización Mundial de la Salud en Medicina Tradicional y Reconocimiento de Sistemas de Medicina Tradicional* [Archivo pdf]. <http://dx.doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2020.131.633>
- Viorato Romero, N. S. y Arenas Montaña, G. (2021). Vivencias de enfermeras relacionadas con el ejercicio libre de la profesión, utilizando terapias complementarias. *CuidArte*, 10(19), 20-28. <http://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2021.10.19.76708>