

PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024



POSITIVA
COMPAÑIA DE SEGUROS

suma 5.0



educa

22

Comunidad Nacional de
Conocimiento en:

PREVENCIÓN DE PELIGROS EN EL SECTOR SALUD

El cuidado de sí
suma a tu vida



Sociedad Colombiana
de Medicina del Trabajo



COLOMBIA
POTENCIA DE LA
VIDA

SESIÓN 3: EFECTIVIDAD DE LAS TERAPIAS ALTERNATIVAS EN EL MANEJO DE PATOLOGÍAS EN S.S.T

Experto Líder:

Cristian Alonso Ramírez

Perfil Profesional:

Médico Universidad Nacional Postgrado Salud Ocupacional UJTL. Maestría de Educación con énfasis en Investigación Cualitativa U de la Sabana. Diplomado Promoción de la Salud CIP-SALUD, U. de Antioquia, EVES - España Asesor internacional de Calificación de Invalidez y Origen, Certificador de Discapacidad, Profesor de Postgrado y Maestría U Externado de Colombia, U Nacional UDES, UJTL, U DE Cuenca Ecuador



cristianalonso_r@Hotmail.com



3165292972



Ruta del conocimiento



Ruta del conocimiento

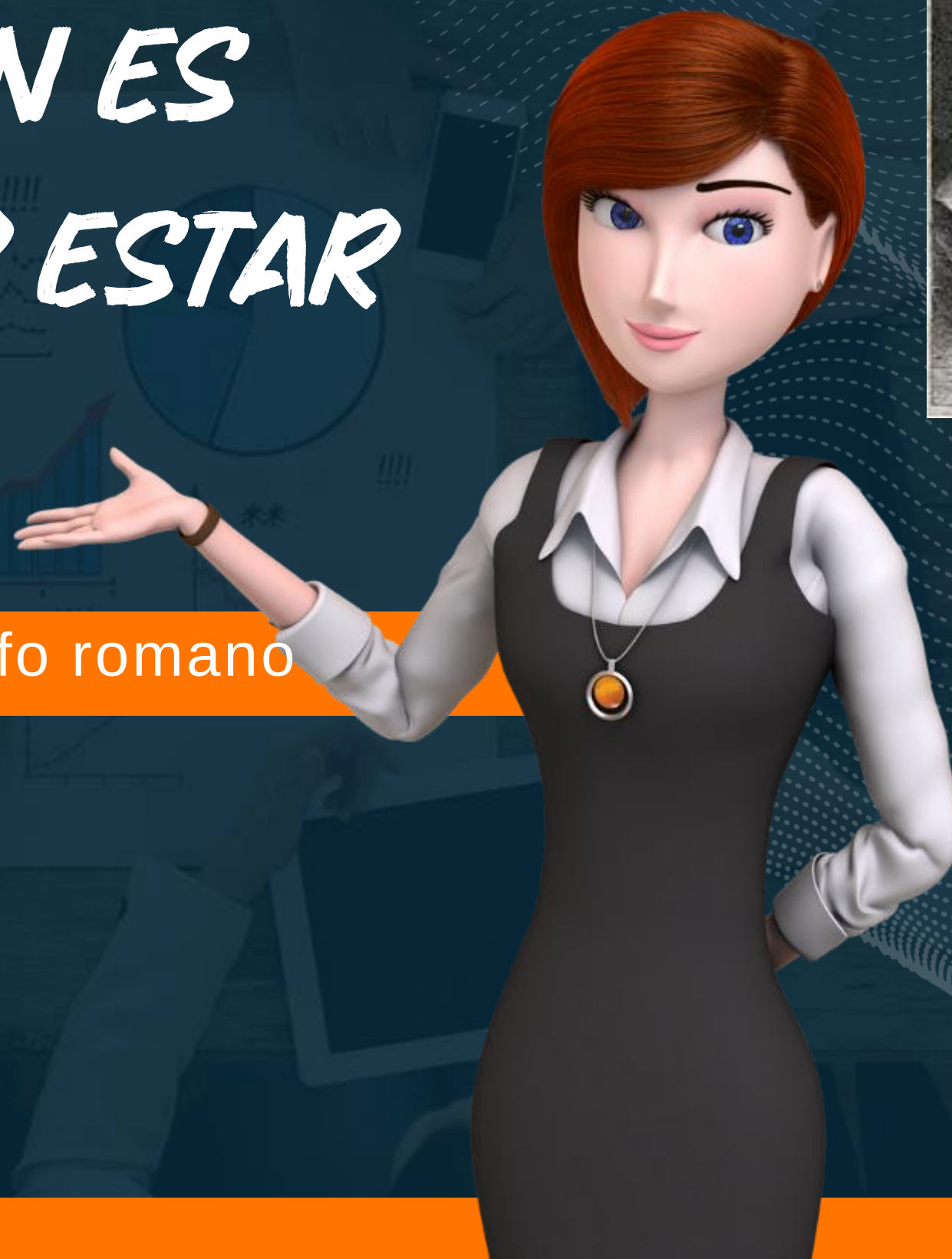
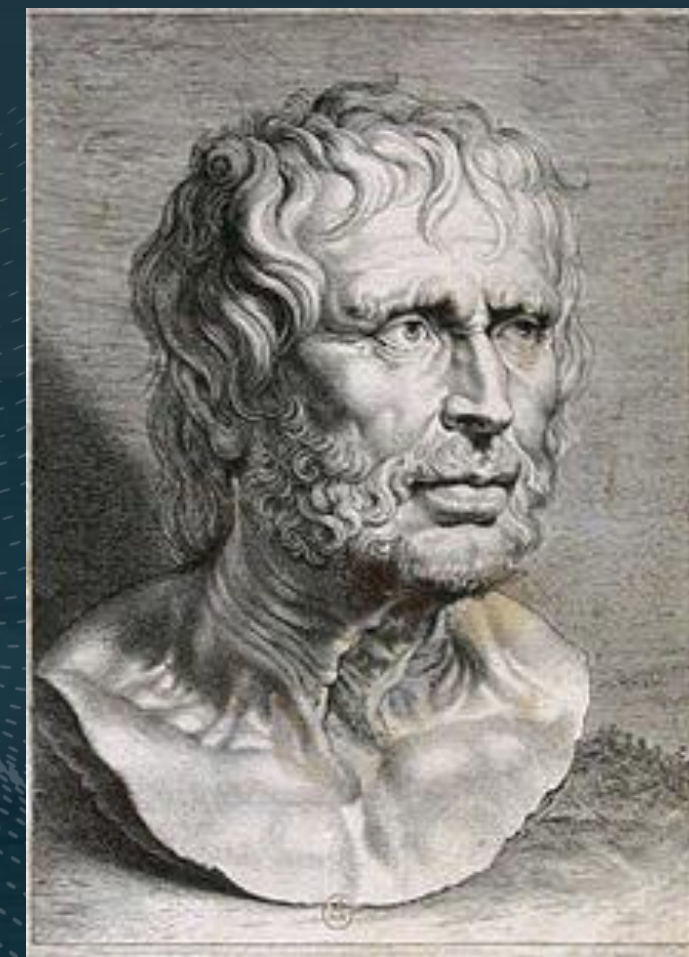


Evaluémonos



**“EL DESEAR ESTAR BIEN ES
UNA PARTE DE LOGRAR ESTAR
BIEN”**

Seneca Filósofo romano



Objetivo general

Revisar los conceptos básicos de la medicina alternativa, cuales son, cual es su uso en SST.



Objetivos específicos



Que es la
medicina
alternativa



Eficiencia
Seguridad



Algunos ejemplos de medicina
alternativa : descripción, usos,
efectos adversos.

A que se denomina Medicina Alternativa

a

- La medicina integradora y la salud y la medicina alternativa y complementaria (MAC) incluyen estrategias de curación y terapias que en la historia no han sido incluidas en la medicina convencional occidental dominante.

B

- La MAC a menudo se considera la disciplina que no se basa en los principios de la medicina occidental convencional. Sin embargo, esta descripción no es estrictamente precisa.



A que se denomina Medicina Alternativa

a

Una diferencia clave entre la medicina alternativa complementaria y la medicina convencional es la fuerza de la evidencia que respalda las mejores prácticas. Cuando es posible, la medicina convencional basa sus prácticas solo en la evidencia científica más concluyente.

b

En cambio, la medicina alternativa complementaria basa sus prácticas en procesos que fueron evaluados y tienen informes de evidencias asociados, por la evidencia, prácticas basadas en la mejor evidencia disponible, (evidencia no cumple con los criterios más altos y estrictos de eficacia y seguridad).

c

Sin embargo, algunas prácticas de medicina alternativa complementario, incluyendo el uso de algunos suplementos dietéticos, han sido validados por criterios científicos tradicionales.



La medicina complementaria

- se refiere a prácticas no convencionales usadas *junto con* la medicina convencional.

La medicina alternativa

- se refiere a prácticas no convencionales utilizadas *en lugar de* la medicina convencional.

La medicina integradora

- es la atención sanitaria que utiliza todos los abordajes terapéuticos adecuados (convencionales y no convencionales) en un marco que se centra en la salud, la relación terapéutica y la persona como un todo



Cuales son las terapias alternativas:

- Acupuntura
- Ayurveda
- Bioretroalimentación
- Terapia Quelante
- Quiropraxia
- Homeopatía
- Homotoxicología
- Magnetoterapia
- Meditación
- Moxibustión
- Naturopatía
- Reflexología
- Reiki
- Técnicas de Relajación
- Medicina Tradicional China



Cuales usan mas las personas

National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES),

- Hasta el 38% de los adultos y el 12% de los niños han usado MAC en algún momento.

Encuesta de nacional de entrevistas de salud (2012) indicó que las terapias de MAC que se usan con mayor frecuencia incluyen:

- Ejercicios de respiración profunda (11%)
- Yoga, tai chi y qi gong (10%)
- Terapia de manipulación (8%)
- Meditación (8%)
- Yoga (6,1%).
- Homeopatía (2,2%),
- Naturopatía (0,4%) y
- Curación con energía (0,5%).
- En los Estados Unidos, el 57,6% de los adultos utilizó al menos un suplemento dietético en los últimos 30 días



Diferencias entre la medicina convencional y integrativa

Factor	Medicina convencional	Medicina integradora
Definición de salud	Estado de bienestar físico, mental y social y ausencia de enfermedad y de otras anomalías	Equilibrio óptimo, capacidad de tolerar situaciones que pueden ser dañinas e integridad del cuerpo, la mente y el espíritu y sus interrelaciones
Definición de enfermedad	Disfunción de órganos, procesos bioquímicos desordenadas o síntomas indeseables	Trastorno basado en el síntoma sobre una base individual: desequilibrio entre el cuerpo, la mente y el espíritu
Concepto de fuerza vital	Procesos vitales que se basan en las leyes físicas conocidas e involucran eventos físicos y bioquímicos	Una energía que fluye con libertad y une la mente y el cuerpo; es la base de la salud (a menudo llamada qi, que se pronuncia "chi")

*Vithoulkas G, Muresanu DF: Conscience and consciousness: a definition. J Med Life. 15; 7(1): 104–108, 2014.

Diferencias entre la medicina convencional y integrativa

Factor	Medicina convencional	Medicina integradora
Comprensión de la consciencia	Resulta sólo de procesos físicos en el cerebro	Puede comprometer más que procesos físicos en el encéfalo*Puede ejercer efectos curativos en el cuerpo
Método de tratamiento	Cualquier intervención basada en la evidencia, incluyendo medicamentos, cirugía, radioterapia, tratamientos eléctricos, dispositivos médicos, fisioterapia, ejercicio e intervenciones nutricionales y del estilo de vida	Incluye métodos de medicina convencional además de prácticas de curación natural sobre la base de evidencias y la capacidad intrínseca del paciente para autocurarse
Dependencia de la evidencia científica	Cumplimiento estricto de los principios establecidos de la evidencia científica	Uso más flexible de la evidencia científica; en cambio, los tratamientos a menudo se basan en la tradición y/o soporte científico de menor calidad

*Vithoulkas G, Muresanu DF: Conscience and consciousness: a definition. J Med Life. 15; 7(1): 104–108, 2014.

Eficacia

En 1992, se formó la Office of Alternative Medicine de los National Institutes of Health (NIH) para estudiar la eficacia y la seguridad de las terapias alternativas.

En 1998, esta oficina se convirtió en el Centro Nacional para la Medicina Alternativa y Complementaria (NCCAM)

y en 2015 se convirtió en el National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH). Otras agencias de los NIH (p. ej., National Cancer Institute) también financian algunas investigaciones de MAC. El NCCIH maintains a list of research outcomes en este campo.

• [Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.](#)



NCCIH

financia una amplia variedad de estudios de investigación , centrándose principalmente en tres áreas:

- prácticas corporales y mentales,
- productos naturales y
- dolor.

También realizan investigaciones en los laboratorios de los Institutos Nacionales de Salud en Bethesda, Maryland.

Esta página proporciona resúmenes en lenguaje sencillo de algunos de los estudios que el NCCIH ha apoyado o realizado. (ordenados por fecha, empezando por los estudios más recientes). estudios de investigación publicados financiados por el NCCIH en PubMed .

Eficacia

Hay 3 tipos de apoyo para las terapias de MAC:

- Eficacia en los resultados clínicos como se muestra en los ensayos clínicos controlados (considerada la evidencia más fuerte para el uso clínico)
- Evidencia de mecanismos de acción fisiológicos establecidos (p. ej., modificación de la actividad del ácido gamma-aminobutírico [GABA] en el cerebro por la valeriana), aunque la evidencia a favor de un mecanismo de acción fisiológico validado no indica en forma necesaria que sea eficaz en los resultados clínicos
- Uso durante períodos que van desde décadas a siglos (considerada evidencia de menor calidad)



Que se ha encontrado

Muchas terapias de la MAC se han estudiado y se descubrió que son:

- Eficaces y/o comparables con el tratamiento convencional,
- Pero algunas resultaron ineficaces o cuyos resultados son contradictorios e inconsistentes.



Algunas terapias de MAC no han sido probadas en ensayos clínicos definitivos.

Los factores que limitan esta investigación incluyen los siguientes:

- Las modalidades holísticas o de todo el sistema (p. ej., un patrón de dieta saludable) abarcan un gran número de variables, muchas de ellas o todas no controladas.
- En cambio, la medicina basada en la evidencia enfatiza una o una pequeña cantidad de variables, en forma ideal intervenciones controladas (p. ej., medicamentos o procedimientos).
- Las terapias de MAC tienden a ser de bajo costo y su cobertura es inadecuada, lo que limita los incentivos financieros para promover la investigación.
- La regulación de los productos y las terapias de la MAC no requiere una demostración de eficacia específica para la enfermedad.

FDA (U.S. Food and Drug Administration)

permite la comercialización de suplementos dietéticos y el uso de dispositivos de MAC basada en el Dietary Supplement Health and Education Act (DSHEA) de 1994, pero restringe significativamente las afirmaciones sobre la eficacia.

Los fabricantes de suplementos dietéticos pueden promover el beneficio en la estructura o la función del cuerpo (p. ej., mejora la salud cardiovascular) sin tener que proporcionarle a la FDA evidencias que avalen su seguridad o su eficacia, pero no el beneficio en el tratamiento de la enfermedad (p. ej., trata la hipertensión).

En 2019, la FDA anunció su compromiso de fortalecer el DSHEA y su regulación de los suplementos dietéticos.



Seguridad

La seguridad de la mayoría de las terapias de MAC no ha sido estudiada en ensayos clínicos, muchas de ellas tienen un historial de buena seguridad.

- Muchas terapias de MAC (p. ej., plantas medicinales no tóxicas, técnicas para la mente y el cuerpo como la meditación y el yoga, prácticas basadas en el cuerpo como el masaje) se han utilizado durante miles de años con escasas pruebas de causar daño, y muchas parecen tener poco daño potencial.



Seguridad

Consideraciones de seguridad:

- **Uso de un abordaje alternativo para tratar un trastorno potencialmente letal** que puede ser tratado en forma eficaz con métodos convencionales (p. ej., meningitis, cáncer)—tal vez el riesgo máximo de la medicina alternativa, en lugar del riesgo de daño directo de una terapia específica
- **Toxicidad** de ciertos preparados botánicos o complementarios (p. ej., hepatotoxicidad de alcaloides de la pirrolizidina, *Atractylis gummifera*, chaparral, carrasquilla (germander), celidonia mayor (*Chelidonium majus*), Jin Bu Huan, kava, poleo u otros; nefrotoxicidad por *Aristolochia*; estimulación adrenérgica por efedra)
- **Contaminación** (p. ej., la contaminación de metales pesados de algunos preparados de hierbas chinas y ayurvédicas; contaminación de otros productos, como PC-SPES y algunas hierbas chinas, con otros fármacos)



Consideraciones de seguridad:

- **Interacciones** entre terapias de MAC (p. ej., hierbas, micronutrientes, otros suplementos dietéticos) y otros fármacos (p. ej., inducción de enzimas de citocromo P-450 [CYP3A4] por la hierba de San Juan, que produce la reducción de la actividad de antirretrovirales, inmunosupresores y otros fármacos), sobre todo cuando el fármaco tiene un índice terapéutico estrecho
- **Lesiones por manipulación física del cuerpo** (que incluye técnicas convencionales como fisioterapia), lesiones (p. ej., daños nerviosos o medulares debidos a la manipulación de la columna vertebral en pacientes con riesgo, hematomas en aquellos con trastornos hemorrágicos).



Seguridad



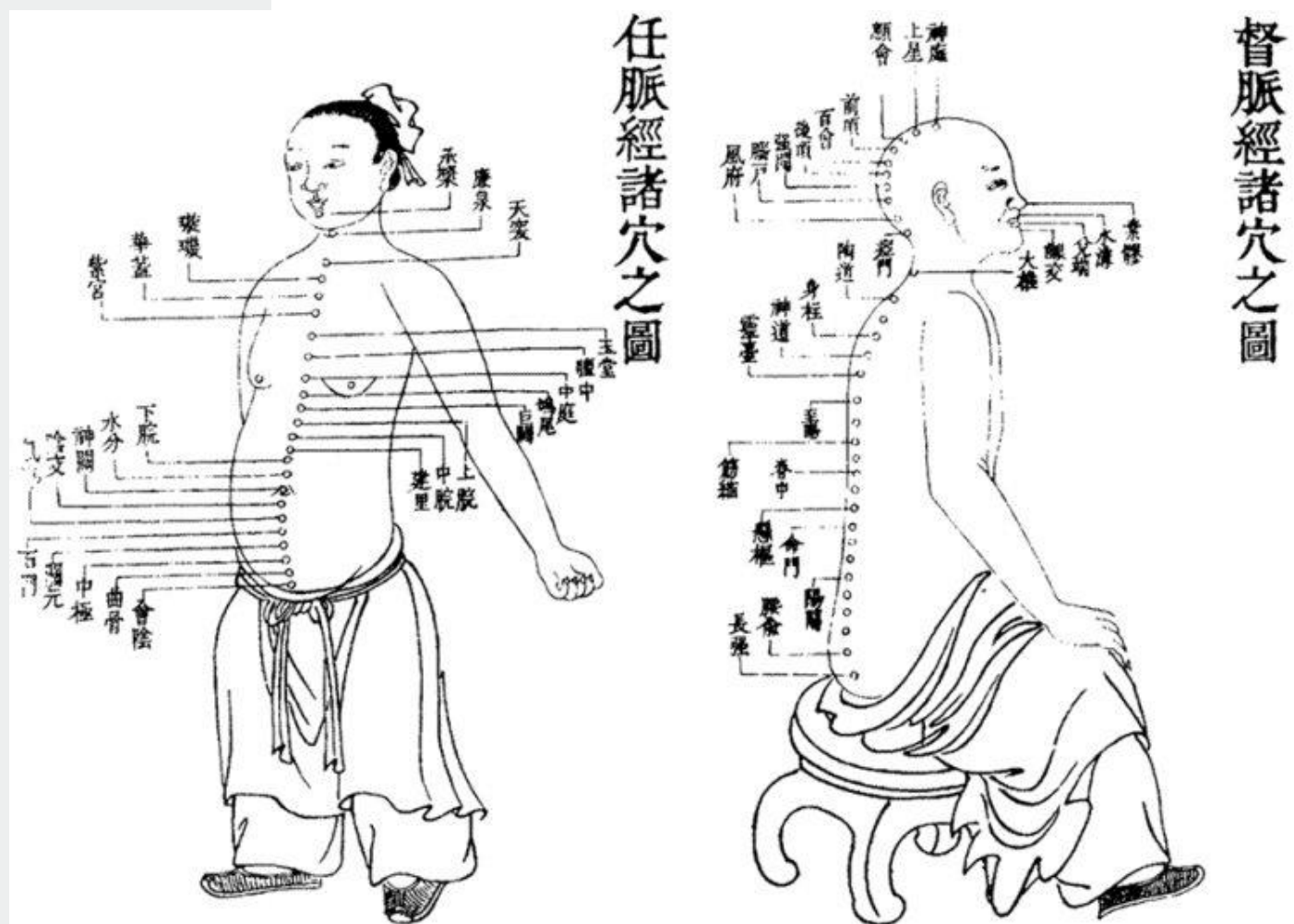
En el sitio web de la FDA se pueden encontrar alertas acerca de los suplementos alimentarios dañinos ([Safety Alerts and Advisories](https://www.fda.gov/food/recalls-outbreaks-emergencies/alerts-advisories-safety-information)).

Se ha encontrado que algunos están diluidos o contaminados.

- Un estudio de 2013 encontró que el 32% de las hierbas medicinales (no limitadas a suplementos de MAC) no contenía el ingrediente activo principal en la etiqueta,
- El 20% contenía contaminantes (compuestos fisiológicamente activos distintos de los ingredientes deseados o mencionados en la etiqueta),
- 21% contenía excipientes que no figuraban en la etiqueta

FDA ahora exigen el cumplimiento de prácticas de fabricación que mejoran la calidad y la seguridad de los suplementos y se dispone de productos de alta calidad.

Acupuntura



Acupuntura, terapia dentro de la medicina tradicional China, es uno de los componentes más ampliamente aceptados de las terapias integradoras en el mundo occidental.

- Se estimulan puntos específicos en el cuerpo, en general mediante la inserción de agujas finas en la piel y los tejidos subyacentes. Se considera que la estimulación de estos puntos específicos afecta el flujo de qi (una fuerza universal) a lo largo de las vías de energía (meridianos) y así restablece el equilibrio.
- El procedimiento no suele causar dolor, pero sí una sensación de hormigueo. A veces, la estimulación se incrementa retorciendo, calentando o manipulando de algún otro modo la aguja.
- Los puntos de acupuntura también pueden ser estimulados por
- Presión (llamada acupresión)
- Láseres (también llamados terapia con láser de bajo nivel)
- Una corriente eléctrica de muy bajo voltaje (llamada electroacupuntura) aplicada a la aguja

Acupuntura

Evidencia y usos

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha ayudado con este desafío clínico al emitir un [list of conditions](#) para las cuales existe evidencia fuerte o disponible que avala la eficacia, pero para las que se recomienda un estudio adicional, que incluye

- Síntomas del tratamiento oncológico
- Depresión
- Dismenorrea
- Dolor
- Cefalea
- Hipertensión
- Síntomas posoperatorios
- Algunas complicaciones del embarazo

Posibles efectos adversos y contraindicaciones

Los efectos adversos de la acupuntura son difíciles de cuantificar y, aunque los tratamientos son generalmente seguros, la habilidad y la atención varían entre los profesionales. Una revisión sistemática de 2013 de los efectos adversos raros (1,3 cada 1.000 tratamientos) después de la acupuntura incluyó los siguientes ([1](#)):

- Infección
- Hematoma epidural y de otro tipo
- Parálisis del nervio periférico
- Taponamiento cardíaco
- Seudoaneurisma

Aunque algunos de estos efectos adversos son graves, el 95% de los efectos adversos totales



a.1. [Xu S, Wang L, Cooper E, et al](#): Adverse events of acupuncture: a systematic review of case reports. *Evid Based Complement Alternat Med* 581203, 2013. doi:10.1155/2013/581203

Ayurveda

El sistema de medicina tradicional de la India, se originó hace más de 4.000 años.

- Base teoría de que la enfermedad está causada por un desequilibrio de la fuerza vital del cuerpo (prana).

Objetivo es restablecer el equilibrio dentro del cuerpo.

- La armonía del prana está determinada por el equilibrio de las 3 cualidades corporales (doshas): vata, pitta y kapha.
- La mayoría de las personas tienen un dosha dominante; el equilibrio específico es único para cada persona..



Ayurveda

Evidencia de Ayurveda

- Se ha estudiado en rinitis alérgica, esquizofrenia, afecciones neurológicas, dolor, artritis, y diabetes

Usos de Ayurveda

- Después de determinar el equilibrio de los doshas, los profesionales diseñan un tratamiento adaptado de modo específico para cada paciente. El Ayurveda utiliza dieta, hierbas, masaje, meditación, movimiento y desintoxicación terapéutica (panchkarma) —en general con enemas, masajes con aceites o lavado nasal— para restablecer el equilibrio dentro del cuerpo y con la naturaleza.

Posibles efectos adversos

- En algunas de las combinaciones de hierbas utilizadas, se usan metales pesados (sobre todo plomo, mercurio y arsénico).
- Varios estudios encontraron que las hierbas naturales ayurvédicas contienen metales pesados en dosis que podrían causar toxicidad .
- Se han notificado casos de toxicidad por metales pesados.
- Algunos médicos recomiendan controlar la albúmina en la orina como medio de detectar una posible toxicidad.



Desarrollada en Alemania a fines del siglo XVIII,

- Es un sistema médico que se basa en el principio de que lo similar cura lo similar (ley de los similares).
- Una sustancia que cuando se administra en grandes dosis causa un cierto conjunto de síntomas se cree que cura los mismos síntomas cuando se administra en dosis desde diminutas hasta nulas.
- Se considera que las dosis diminutas estimulan los mecanismos curativos del cuerpo.
- Los tratamientos se basan en las características únicas del paciente:
 - la personalidad
 - el estilo de vida,
 - síntomas y el estado general de salud.
- La homeopatía tiene como objetivo restablecer el flujo de energía del cuerpo; no se basa en los principios de la química o la fisiología.
- Los remedios utilizados en homeopatía derivan de sustancias naturales (extractos de plantas y minerales).
- Cuanto más se diluye el remedio homeopático, es más fuerte.
- Son tan diluidas que no contienen moléculas cuantificables del ingrediente activo.



Homeopatía

Lo remedios homeopáticos están regulados por la FDA. Solo se pueden fabricar remedios homeopáticos aprobados por la FDA. La FDA exime a los remedios homeopáticos de una serie de requisitos que existen para otras drogas:

- La identidad y la fuerza de cada ingrediente activo no tienen que ser confirmadas por un laboratorio antes de que se distribuya el remedio.
- Los fabricantes de productos homeopáticos no tienen que proporcionar evidencias de eficacia.
- Los remedios homeopáticos han sido temporalmente exentos de los límites en la cantidad de alcohol (el diluyente habitual) que pueden contener.

Se exige que en el rótulo se indique:

- Fabricante
- Término “homeopático”
- Al menos una indicación
- Instrucciones para el uso seguro
- A menos que esté específicamente exceptuado, el producto activo y el grado de dilución



Evidencia a favor de la homeopatía

- Principios: "lo semejante cura lo semejante" y la dilución hace que las preparaciones sean más fuertes.
- Se ha estudiado en forma amplia la eficacia de los medicamentos homeopáticos para diversos trastornos. Un análisis de 2010 de las revisiones sistemáticas encontró que la homeopatía no es más eficaz que el placebo para cualquier indicación,
- House of Commons Science and Technology Committee del Reino Unido después de una revisión exhaustiva de las evaluaciones sistemáticas y metanálisis sobre homeopatía (2010) .
- La revisión exhaustiva del gobierno australiano de la evidencia clínica a favor de la homeopatía (2013) encontró que para 61 indicaciones, hubo evidencia de la falta de eficacia de la homeopatía, y para otras 7 indicaciones, no hubo evidencia de buena calidad .
- La homeopatía continúa siendo explorada debido a su efecto delicado y a la baja probabilidad de toxicidad.
- En algunas enfermedades que carecen de estrategias de medicina convencional claramente beneficiosas, como la fibromialgia, la homeopatía podría considerarse dado el posible alivio de los síntomas y la ausencia de daño.

Usos de la homeopatía

- Para tratar diversos trastornos, como alergias, rinitis y síntomas respiratorios, problemas digestivos, dolor musculoesquelético y vértigo.

Posibles efectos adversos

- Reacción alérgica o tóxica.
- Reacciones directas a los tratamientos homeopáticos, presumiblemente debido a los ingredientes activos
- Daños indirectos causados por la sustitución con homeopatía del tratamiento convencional eficaz



Reiki



Se originó en Japón, es un tipo de medicina energética.

El profesionales intentan canalizar la energía a través de sus manos y la transfieren al cuerpo del paciente para promover la curación.

Una revisión sistemática de Reiki en el tratamiento del dolor y la ansiedad sugirió resultados beneficiosos.

Sin embargo, los ensayos clínicos de alta calidad sobre el Reiki son limitados, y la evidencia es mixta.

Otras revisiones sistemáticas no han mostrado un beneficio en la depresión u otras condiciones clínicas.

Practica con base en la manipulación del cuerpo: se considera que la relación entre la estructura de la columna vertebral y otras superficies articulares y su interacción con el sistema nervioso es la clave para mantener o restablecer la salud.

- El método principal para restaurar esta relación es la manipulación de la columna vertebral, otras articulaciones y tejidos blandos.

Los quiroprácticos pueden ofrecer fisioterapias (p. ej., calor y frío, estimulación eléctrica, estrategias de rehabilitación), masaje y acupresión y pueden recomendar ejercicios, medidas ergonómicas o cambios en el estilo de vida.

- Algunos quiroprácticos hacen hincapié en la medicina vitalista (la capacidad del cuerpo para curarse a sí mismo).

Utilizan manipulación para corregir desajustes hipotéticos en las vértebras en un intento de restaurar el flujo de la energía de la vida (llamada innata).

- Ellos creen que este método puede curar a la mayoría de los trastornos. Otros quiroprácticos rechazan esta idea en diversos grados; algunos de ellos se limitan a tratamientos basados en la evidencia del aparato locomotor.



Quiropraxia

Usos de quiropráctica

- La evidencia (calidad moderada) para la manipulación quiropráctica es suficiente para
- Lumbalgia
- Tratamiento de la cefalea, en particular la migraña, aunque los beneficios no son duraderos y aun se necesitan evidencias de alta calidad.
- En Cervicalgia. La terapia de manipulación (que se incluye en la osteopatía y la terapia quiropráctica).
- No es concluyente y no se avala su eficacia en; asma, enuresis, tortícolis, y otitis media en niños.

Posibles efectos adversos

- Complicaciones graves como resultado de la manipulación de la columna vertebral (p. ej., dolor lumbar, daño a los nervios cervicales o a las arterias del cuello).
- No se recomienda este tipo de manipulación en pacientes con osteoporosis o síntomas de neuropatía (p. ej., parestesias, pérdida de fuerza en un miembro).
- No está claro si es segura para los que han sido sometidos a cirugía de columna vertebral o sufrido accidente cerebrovascular o que presentan un trastorno vascular.



a.1. [Coulter ID, Crawford C, Hurwitz EL, et al](#): Manipulation and mobilization for treating chronic low back pain: a systematic review and meta-analysis. Spine J18(5):866-879, 2018. doi: 10.1016/j.spinee.2018.01.013

Reflexología

Es una práctica de manipulación basada en el cuerpo es una variante de la [masoterapia](#) que se basa en la presión manual aplicada a áreas específicas de la palma o el pie; se considera que estas áreas corresponden a diferentes órganos o sistemas del cuerpo a través de los meridianos.

Se cree que la estimulación de estas áreas elimina el bloqueo de la energía que determina el dolor o los síntomas en la parte correspondiente del cuerpo.

Reflexología se considera una terapia basada en el homúnculo porque presume que todo el cuerpo está representado en la planta de los pies o la superficie de la palma.

En la mayoría de los estudios clínicos sobre reflexología y los resultados tienden a ser efectos inespecíficos sobre los síntomas subjetivos (p. ej., que causan relajación, indistinguible de la ocasionada por el masaje).

Una revisión sistemática de ensayos clínicos aleatorizados concluyó que la mejor evidencia clínica disponible no apoya la eficacia de la reflexología como tratamiento para cualquier indicación; la revisión también observó que la metodología en los estudios de la reflexología es a menudo pobre.

[Ernst E, Posadzki P, Lee MS](#): Reflexology: an update of a systematic review of randomised clinical trials. Maturitas 68(2):116–20, 2011.



Técnicas de relajación

Es un tipo de mente cuerpo, son prácticas diseñadas específicamente para aliviar la tensión y el estrés. La técnica específica puede orientarse a

- Reducir la actividad del sistema nervioso simpático
- Bajar la tensión arterial
- Relajar la tensión muscular
- Enlentecer los procesos metabólicos
- Alterar la actividad de las ondas cerebrales

La terapia de relación o la relajación aplicada es eficaz para reducir la ansiedad y algunos tipos de dolor. La terapia de relajación también puede ser útil en la depresión. Muchos estudios sobre terapias de relajación aplicadas a condiciones clínicas son pequeños y de menor calidad.

- Las técnicas de relajación pueden utilizarse con otras como la meditación, la imaginería guiada o la hipnoterapia.

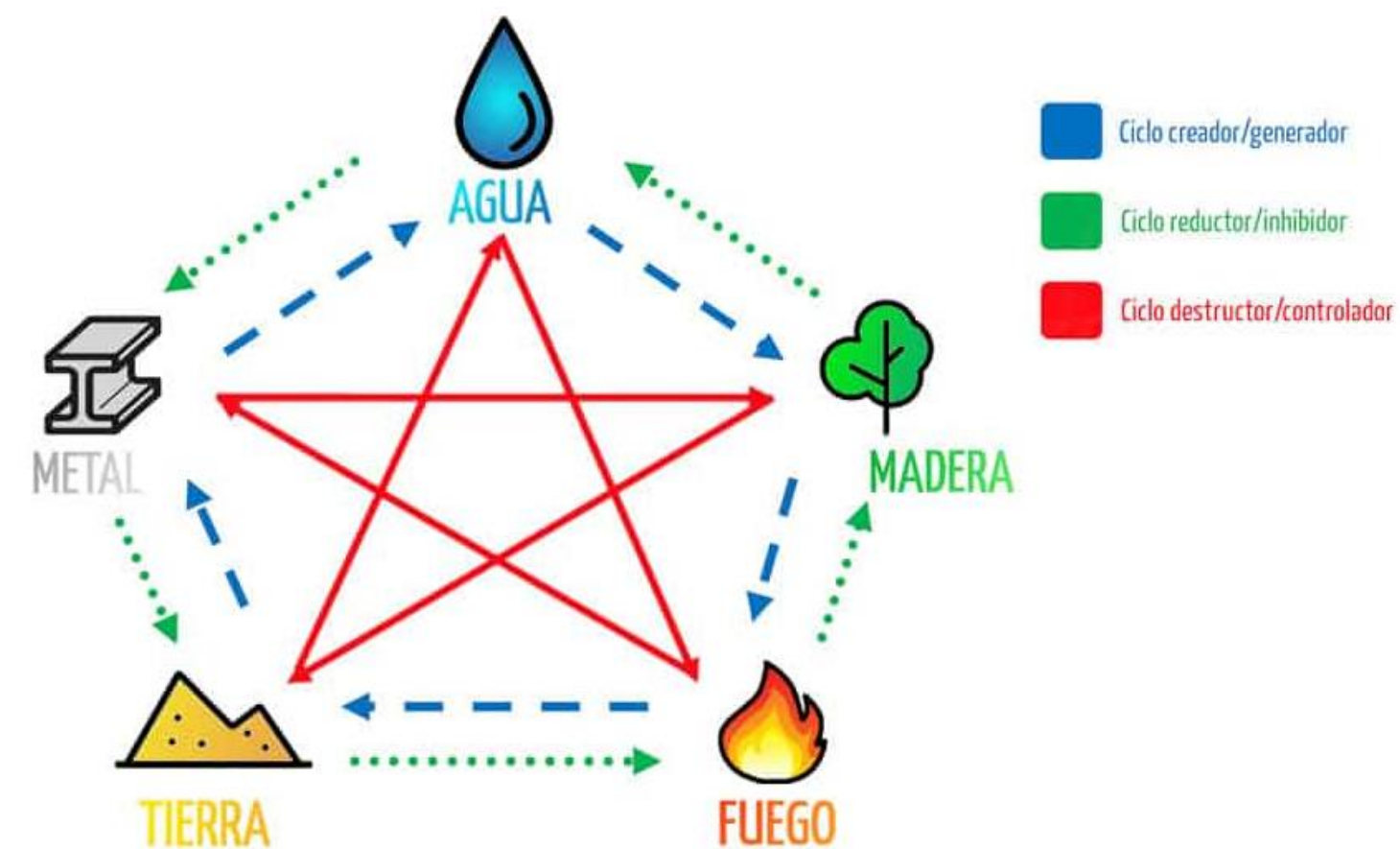


La medicina tradicional china (MTC)

Originada hace más de 2.000 años, se basa en la filosofía de que la enfermedad es consecuencia del flujo inadecuado de la fuerza vital (qi). Se restablece la circulación de qi mediante el equilibrio de las fuerzas opuestas del yin y el yang, que se manifiestan en el cuerpo como frío y calor, interno y externo, y deficiencia y exceso.

- Se utilizan diversas prácticas para preservar y restaurar el qi y por lo tanto la salud. Los más comúnmente utilizados son
- [Hierbas medicinales](#)
- [Acupuntura](#)
- Otras prácticas incluyen dieta, masaje y ejercicio de meditación llamada qi gong.

La MTC utiliza a menudo categorías de diagnóstico que no se corresponden con los conocimientos científicos actuales de la biología y de la enfermedad (p. ej., deficiencia general, exceso de yin o yang).



Medicina Tradicional China (MTC)

Evidencia sobre medicina tradicional china

- Pruebas de alta calidad es difícil, sobre todo porque los ingredientes activos de las hierbas de MTC no se purifican, menudo no se identifican y pueden ser numerosas.
- Determinación de la dosis es difícil o imposible y la dosis puede variar de una fuente herbácea a otra.
- La información sobre biodisponibilidad, farmacocinética y farmacodinámica no suele estar disponible.
- Los ingredientes activos pueden interactuar entre sí de manera compleja y variable.
- Tradicionalmente, la medicina china con hierbas utiliza fórmulas que contienen mezclas de hierbas para tratar diversos trastornos. Las fórmulas tradicionales se pueden estudiar en conjunto o bien se puede estudiar cada hierba de la fórmula individualmente.
- Una hierba, usada por sí sola, no puede ser tan eficaz y puede tener efectos adversos. Sin embargo, la investigación convencional actual favorece el estudio de hierbas individuales para poder controlar mejor las variables.
- Gran número de mezclas de hierbas que podrían ser estudiadas.

Revisiones sistemáticas y los metanálisis de los estudios (la mayoría realizados en China) han demostrado evidencia que avala la eficacia en:

- Síntomas del síndrome de Tourette
- Enfermedad renal crónica, cuando se combina con la medicina occidental
- Depresión después de un accidente cerebrovascular, cuando se combina con la medicina occidental
- Posiblemente depresión durante la menopausia y la perimenopausia, cuando se combina con acupuntura
- Posiblemente ciertos resultados en COVID-19 (p. ej., resolución de los hallazgos en los estudios de diagnóstico por imágenes del tórax y de la tos), cuando se combina con la medicina occidental
- Posiblemente, artritis gotosa aguda
- Posiblemente, calidad de vida y manejo de los síntomas en el cáncer de pulmón microcítico
- Muchas de estas revisiones mostraron limitaciones significativas, lo que sugiere la necesidad de confirmación con otros estudios prospectivos.
- Los estudios de hierbas de MCT y mezclas de hierbas para el síndrome del intestino irritable han tenido resultados mixtos, y una revisión de estos estudios concluye que son necesarios estudios más rigurosos.



[Wang N, Qin DD, Xie YH, et al](#): Traditional Chinese Medicine strategy for patients with Tourette syndrome based on clinical efficacy and safety: A meta-analysis of 47 randomized controlled trials. *Biomed Res Int* 6630598, 2021. doi: 10.1155/2021/6630598

[Wang YT, Zhang RQ, Wang SF, et al](#): A systematic review and meta-analysis of integrated traditional Chinese medicine and Western medicine in treating glomerulosclerosis. *Medicine (Baltimore)* 100(7):e24799, 2021. doi: 10.1097/MD.00000000000024799

Posibles efectos adversos

Problema es la estandarización y el control de calidad de las hierbas chinas.

- Muchas no están reglamentadas en Asia; pueden estar contaminadas con metales pesados del agua del suelo o ser adulteradas con fármacos, como antibióticos o corticosteroides.
- Los ingredientes a menudo se sustituyen, en parte debido a que los nombres de las hierbas son traducidos incorrectamente.
- En mezclas de hierbas, los efectos adversos también pueden deberse a las interacciones entre los ingredientes activos.
- También pueden producirse interacciones entre las hierbas de la medicina tradicional china y los medicamentos.



Medicina homotoxicológica

Es una rama de la medicina biológica que estudia cómo las homotoxinas afectan los procesos fisiológicos y generan un estado alterado de salud, conocido como enfermedad.

- Esta medicina utiliza medicamentos biorreguladores homeopáticos para estimular la capacidad curativa natural del ser humano. Los medicamentos antihomotóxicos estimulan y promueven la resolución de los problemas de salud de manera fisiológica y natural.
- Mejores técnicas de fabricación y mayor cantidad de estudios sobre su uso



1. Ernst, E.; Schmidt, K. (2004-07). «Homotoxicology--a review of randomised clinical trials». *European Journal of Clinical Pharmacology* **60** (5): 299-306. ISSN 0031-6970. PMID 15197516. doi:10.1007/s00228-004-0776-6. Consultado el 17 de febrero de 2021.

Bibliografía

-  <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-internacional-acupuntura-279-articulo-sintesis-evidencia-cientifica-acupuntura-S1887836918300711>
-  <https://www.nccih.nih.gov/research/research-results>
-  <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/tratamiento/mca>
-  1. Ernst, E.; Schmidt, K. (2004-07). «Homotoxicology--a review of randomised clinical trials». *European Journal of Clinical Pharmacology* **60** (5): 299-306. ISSN 0031-6970. PMID 15197516. doi:10.1007/s00228-004-0776-6.



Evaluémonos





¿Preguntas?



Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



<https://posipedia.com.co/>



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



¡SÍGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular