

Reportaje

Las terapias alternativas

Eduardo Casillas González
Master en Bioética

Se llama terapia 'alternativa' o 'complementaria' a los tratamientos que no «encajan» en la práctica estándar de medicina occidental. Éstas pueden ser:

- Prácticas de curación tradicionales, como la ayurveda, acupuntura china y prácticas de los nativos indígenas americanos.
- Terapias físicas, como la quiropráctica, masajes y yoga.
- Homeopatía.
- Hierbas o flores.
- Trabajos de «energía», como la «terapia de polaridad» o reiki.
- Técnicas de relajación, como meditación y visualización.

Muchos médicos están en desacuerdo con las terapias alternativas. Creen que no se han hecho suficientes estudios sobre ellas y piensan que los pacientes responden mejor a las medicinas occidentales.

Otros prefieren combinar terapias alternativas con la medicina occidental. Creen que los tratamientos alternativos reducen el estrés, alivian efectos secundarios de antivirales o brindan otros beneficios.

¿Qué riesgos tienen?

Las terapias alternativas pueden producir efectos secundarios. Las expresiones «natural» o «no es un medicamento», no garantizan que estén libres de riesgos. La Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos de Norteamérica (FDA por sus siglas en inglés) no aprueba suplementos ni vigila su contenido o seguridad.

¿Por qué no se hacen más estudios?

La mayoría de los estudios son para una enfermedad o condición específica, y son posibles cuando cada paciente obtiene exactamente el mismo tratamiento, lo cual puede no ser así en las terapias alternativas.

Algunos tratamientos alternativos tratan a la persona en su totalidad, no a una enfermedad. Pueden restaurar la armonía, el balance o el flujo normal de energía. Los acupunturistas, por ejemplo, utilizan el pulso para determinar si la energía del cuerpo está balanceada. La acupuntura se basa en la energía individual de cada persona y no en su patología: los tratamientos pueden resultar benéficos a pesar de que no están diseñados para una enfermedad específica.

Muy pocos tratamientos alternativos están estandarizados. Las diferentes marcas de medicamentos herbales pueden tener distintas cantidades de los ingredientes activos. La acupuntura, quiropráctica y otras terapias no son estándares, se ajustan a cada paciente. Hacer investigaciones es muy difícil cuando los tratamientos no están estandarizados.

No hay una certificación de tratamientos libres de riesgos: la FDA, o su equivalente en cada país, debe confirmar que un medicamento es seguro antes de averiguar si funciona. Incluso

si un medicamento ha sido estudiado por años sin que se hayan descubierto problemas, la FDA requiere estudios científicos para demostrar que no hay peligro en usarlos. Las terapias alternativas, en su mayoría, no pasan por estos estudios.

Los costos del estudio: los estudios científicos son muy caros. Los fabricantes de tratamientos alternativos no pueden solventar estudios científicos. El gobierno prefiere cubrir los costos de estudios sobre medicamentos occidentales porque aparentan ser más efectivos. Las patentes permiten que los fabricantes obtengan grandes ganancias, mientras que la mayoría de los tratamientos alternativos no puede ser patentada.

A pesar de todo, algunas terapias alternativas han sido cuidadosamente estudiadas. Generalmente, este tipo de investigaciones se ha hecho fuera de EEUU y quizás la FDA no los considere confiables. Las hojas informativas sobre cada tratamiento alternativo mencionan si se han hecho estudios sobre los mismos.