

# Terapias Complementarias

## Oncología integradora: un paso más hacia la concepción holística de la salud

El paciente proactivo y el oncólogo informado son la base para el desarrollo óptimo de las terapias complementarias

POR PAOLA GARCÍA COSTAS

Según un estudio realizado por la Sociedad Española de Oncología Médica, entre el 60% y 88% de los pacientes oncológicos utiliza terapias complementarias. De todos, solo un 40% lo comunica a su oncólogo. El resto no lo hace, porque no lo cree necesario, porque su médico no se lo ha preguntado o por miedo al rechazo.

“La oncología integradora es una disciplina que tiene en cuenta tanto el tumor como al enfermo, pero de forma completa, en toda su dimensión física, psicológica y social. A los tratamientos convencionales se suman tratamientos o medicinas complementarias que ayudan a la persona a luchar contra el cáncer”, explica Miriam Algueró, presidenta de la Asociación Oncología Integradora, una entidad sin ánimo de lucro nacida en Barcelona en noviembre de 2013.

Desde la homeopatía a la kinesiología, pasando por la acupuntura, la hidroterapia de colon, la dieta anticáncer, la psicooncología, el arteterapia, la ozonoterapia, la hipertermia, el muérdago, el reiki, el yoga o la meditación. Existe un amplio abanico de terapias en las que apoyarse. “Son tantas las posibilidades, que los pacientes y sus familiares, por desconocimiento,



pueden sentirse tentados a probarlas todas, en plan pica-pica, pero lo óptimo es elegir la que más confianza nos inspire en función del beneficio terapéutico que se espera obtener”, dice Miriam Algueró. Minimizar los efectos secundarios de la quimio y la radioterapia, disminuir el estrés y mejorar el descanso nocturno, ganar vitalidad, gestionar el impacto que supone el diagnóstico de la enfermedad y resolver conflictos emocionales, así como minimizar el dolor y mejorar el estado de ánimo son objetivos de estas nuevas formas de abordaje de la enfermedad, para que sumen en la curación.

Aún faltan estudios científicos para demostrar la eficacia científica de estas terapias, “a pesar de que muchas de ellas cuentan con una historia de cientos de años y que en la actualidad muchos pacientes se apoyan en ellas”, dice la presidenta de esta asociación. Y añade que, “a excepción de la homeopatía, la dieta y algún estudio realizado con acupuntura, no existe más evidencia que la manifestada por los afectados y sus familiares”.

Según el doctor Pere Gascón, jefe del Servicio de Oncología del Instituto Clínico de Enfermedades Hematológicas y Oncológicas (ICMHO)



“La falta de informes de calidad para evaluar la eficacia de las terapias médicas no convencionales no significa que no sean eficaces”

de Barcelona, “la gran desventaja de las medicinas alternativas respecto a la ortodoxa, es que las grandes industrias privadas farmacéuticas no investigan en ellas. No les interesan porque no pueden patentar sus moléculas, que son universales”. Y explica que faltan estudios realizados con un número elevado de pacientes; ya que los estudios que hay están hechos por universidades, por centros con menos recursos, y por lo tanto, sobre un número limitado de personas. “Es la evidencia practicada por los pacientes lo que acaba por generalizar su uso”, dice este especialista, quien se define como “abierto, curioso y cartesiano”. Comenta que le interesan, sobre todo, las interacciones de absorción entre las sustancias de las medicinas complementarias y los tratamientos convencionales; “si su consumo hace que haya poca o mucha absorción de la quimioterapia”, destaca.

Desde hace unos meses, el Hospital Clínico de Barcelona, del que forma parte, ofrece a los pacientes ingresados la posibilidad de hacer arteterapia y reiki. Esta última significa ‘energía vital universal’ en japonés, y consiste en una técnica de imposición de manos. El reiki es una terapia energética reconocida por la misma Organización Mundial de la Salud, y que algunos centros hospitalarios están usando de forma experimental. Los enfermos de cáncer del Hospital Puerta de Hierro de Madrid, por ejemplo, tienen desde hace tres años la posibilidad de recibirla.

La falta de informes de calidad para evaluar la eficacia de las terapias médicas no convencionales no significa

que no sean eficaces. Es una de las conclusiones a las que llegó el Ministerio de Sanidad hace ya más de dos años en el único documento oficial sobre terapias naturales, que identificaba y analizaba 139 técnicas en este ámbito. “Hace 20 años, la acupuntura era una medicina relacionada casi con lo esotérico; en la actualidad, la avala el Colegio Oficial de Médicos de Cataluña”, dice Pere Gascón. En Estados Unidos, los grandes hospitales oncológicos, como el Memorial Sloan Kettering Cancer Center, ofrecen terapias complementarias a sus pacientes, sobre todo, dirigidas a la gestión de las emociones y al estrés. “De esta forma, aseguramos que el paciente tenga un servicio contrastado, pues en la medicina integradora hay terapias con evidencia científica y otras que no la tienen; es un cajón de sastre. Se quiere evitar que personas con falta de rigor ético abusen de la vulnerabilidad de un enfermo”, señala el jefe de Servicio de Oncología del ICMHO.

Maria Josep Sebastià es naturópata, nutricionista y profesora de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universitat Ramon Llull de Barcelona. Esta especialista trata a pacientes de cáncer con la dieta desde hace 19 años y forma a oncólogos y profesionales en oncología integradora con el fin de trabajar aprovechando sinergias. “Muchas personas han mejorado y han reestablecido su salud gracias a una dieta importante. La dieta anticáncer es imprescindible como complemento a los otros tratamientos que se estén siguiendo”, dice Maria Josep Sebastià. Hace dos

décadas, la alimentación era una herramienta dirigida principalmente a evitar la desnutrición; hoy, es un instrumento básico considerado por el oncólogo. “Los estudios apuntan que la mala alimentación puede ayudar a desarrollar el 60% de los cánceres, entonces, es muy sencillo pensar que si revertimos, seguro que estamos mejorando la calidad de vida del paciente, y al mismo tiempo estamos yendo contra la enfermedad”, precisa esta experta.

Además de los beneficios físicos, las terapias complementarias dotan al paciente de una actitud activa que suma. “Cuando le das herramientas para que pueda cuidarse, lo involucras en el cuidado su bienestar. Esto es importante porque, a veces, desde las formas de medicina convencionales el paciente es pasivo. Una persona activa, que se siente responsable, que no culpable, pienso que se cura mejor”, dice esta nutricionista. De forma directa o indirecta, las terapias complementarias parten de una pregunta y son de alguna forma una invitación al enfermo a participar en su salud: “¿Si mi cuerpo ha producido esta enfermedad, cómo puedo yo ayudar a la quimioterapia y a la radioterapia a erradicarla?”, dice Miriam Algueró.

Todos los profesionales consultados coinciden, por un lado, en que hay que respetar el derecho del enfermo a buscar información y decidir de cara a su enfermedad; y por otro, en que cuanto mejor informados estén los oncólogos sobre las medicinas complementarias, mayor será la mejoría en el tratamiento y la seguridad para sus pacientes.