The Wayback Machine - https://web.archive.org/web/20240524130247/https://www.cuerpomente.com/salud-natural/tratamientos/medicina-int…
+

La medicina integrativa frente al cáncer

Ante el cáncer es mucho lo que las terapias naturales pueden hacer para mejorar el pronóstico y aliviar los efectos secundarios de los tratamientos convencionales.



Claudina Navarro Walter

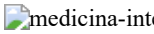
Fisioterapeuta y periodista



Manuel Núñez

Periodista especializado en salud y ecología

19 de mayo de 2020 · 08:14


Katherine Hanlon /Unsplash

Recibir un **diagnóstico de cáncer** supone un mazazo. El paciente se ve en una encrucijada vital y tiene que sacar fuerzas de flaqueza para **afrontar la enfermedad**. Lo mismo les ocurre a sus seres queridos.

Tras la alarma inicial, encauzan todas sus energías para **conseguir el mejor tratamiento**, así como el hospital y el oncólogo más capacitados que estén a su alcance. Para el enfermo, resulta lógico recurrir a todo lo que pueda ofrecerle alguna ayuda.

Sin embargo, se topa con mundos separados: **el de la medicina convencional y el de las terapias naturales.** La mayoría no comenta con su oncólogo que sigue otros tratamientos, porque cree que no le van a comprender y se los van a desaconsejar.

Esta incomunicación puede estresarle cuando menos lo necesita o llevarle a seguir tratamientos contraindicados o ineficaces.

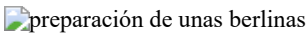
Elegir bien las terapias naturales

La **oncología integrativa** pretende superar estos problemas ofreciendo la posibilidad de combinar todo tipo de terapias que mejoran la calidad de los tratamientos. Esta tendencia se encuentra en nuestro país en sus primeros pasos.

Míriam Algueró, hija de una paciente, fundó junto con sus hermanas, en el año 2014, la Asociación de Oncología Integrativa, en la que participan oncólogos y profesionales de las terapias complementarias y alternativas de reconocido prestigio, con el fin de hacerlas accesibles al mayor número posible de enfermos.

Sus objetivos son ofrecer información sobre terapias y otras medicinas que **mejoran la calidad de vida de los pacientes oncológicos** y orientarlos para que no se lancen a probar todas las terapias, sino que elijan en función del beneficio terapéutico que buscan.

Esta asociación también promueve la realización de estudios científicos que demuestran los **beneficios de las terapias naturales.**



LECTURA RECOMENDADA

Confirmado: la comida muy procesada favorece el cáncer

Mejorar la calidad de vida

Miriam Algueró asegura que "todas las personas con las que hemos estado en contacto y que han utilizado las **terapias complementarias** durante sus tratamientos oncológicos reconocen haberse beneficiado gozando de mejor calidad de vida que otros pacientes".

Parte de los efectos positivos pueden explicarse por una **reducción del estrés**, lo que provoca una respuesta inmunitaria más eficaz. En este sentido destaca la **utilidad del yoga**, la **meditación**, la **kinesiología**, las **flores de Bach** o el **reiki**.

Además subraya como esencial, desde el mismo momento del diagnóstico, seguir una **dieta anticáncer** y recurrir a la homeopatía y la acupuntura para tratar los efectos secundarios de los tratamientos convencionales.

A menudo se argumenta desde las posiciones más ortodoxas de la medicina que las terapias naturales no han demostrado su eficacia, lo que frena el avance del tratamiento integral.

En realidad, **es un obstáculo superado en la práctica**, como muestra la incorporación de los **tratamientos complementarios** en la sanidad holandesa y alemana o la existencia de una agencia para la oncología complementaria y alternativa dentro de la administración pública de los Estados Unidos (OCCAM).

Sería difícil de imaginar que se hubieran puesto en marcha estas iniciativas sin evidencias objetivas. En España algunos centros públicos están avanzando discretamente hacia la **oncología integrativa**.



LECTURA RECOMENDADA

Hallan un posible mecanismo de acción de la homeopatía

La ayuda de la homeopatía

La Dra. Laura Vidal, quien fue responsable del departamento de oncología ginecológica del Hospital Clínic de Barcelona entre los años 2008 y 2015, explica que el 60-70% de sus pacientes utilizaban las terapias complementarias. En su caso no debían temer la reacción de la oncóloga. "Me dedico a la medicina convencional, pero soy abierta y creo que las medicinas complementarias tienen un valor. Por ejemplo, la homeopatía me parece muy positiva para tolerar mejor **efectos secundarios de la quimioterapia**, como náuseas, vómitos y alteraciones intestinales. También he visto casos en que **mejora el nivel de defensas**. En mi consulta comprobé empíricamente que resultaba eficaz".

Fue el caso de una paciente de 72 años con **cáncer de ovario** que reaccionó a la quimio con bajada de defensas y muchas llagas en la boca, trastornos intestinales y eccemas, y que gracias a la homeopatía consiguió terminar el tratamiento sin reducir su intensidad.

> Al menos siete de cada diez enfermos de cáncer recurren a terapias naturales o complementarias.

"Los pacientes se hacen más proactivos, se involucran en el tratamiento y sienten que controlan más el proceso de su enfermedad y viven mejor los efectos secundarios y la enfermedad en sí. No tengo ninguna duda de que esto mejora la tolerancia al tratamiento y el desenlace final", continúa la doctora Vidal, que explicó sus experiencias en la consulta en el libro **Queremos estar contigo** (Ed. Planeta).

Profesionales que sepan

También confía en la **acupuntura** para reducir la necesidad de medicación y **evitar náuseas y vómitos**, o en la reflexología, pero echa de menos puentes entre su **medicina convencional** y la complementaria. "Al menos alguien debería recibir informes de los tratamientos que recibe el

paciente y coordinarlos", sugiere.

Era ella misma quien lo hacía: preguntaba a las pacientes si estaban tomando algo y se aseguraba de que no tenía contraindicaciones. "Cada vez más la gente busca profesionales de las **medicinas complementarias** que realmente sepan, pero si me llegaban con informaciones que habían encontrado en internet o tenían interés, les recomendaba profesionales fuera del servicio público. Recurría al Colegio de Médicos, que forma **acupuntores y homeópatas**, o a médicos que tenían una trayectoria que conocía", explica.

Ni los tratamientos convencionales ni los complementarios funcionan siempre. No se pueden presentar al paciente falsas expectativas, advierte Laura Vidal, pero todo lo que sirva para **mejorar el estilo de vida**, la alimentación y la reflexión va a resultar positivo.

"Las **medicinas complementarias** sirven a lo largo de todo el proceso, desde el diagnóstico hasta el tratamiento y después", añade.

"Sería ideal que existieran centros con un **enfoque integrativo**, como los hay en Alemania. Habría que hablar del factor económico, de si con el dinero que hay se pueden pagar todas las terapias –las mutuas privadas a veces no pagan ni los **tratamientos con quimioterapia**. Si la sanidad pública no se hace cargo de las terapias complementarias, a lo mejor podría facilitar el acceso de los profesionales a los centros con tarifas razonables", propone.

Menos carga tóxica y mayor personalización

Según la doctora Vidal, estamos en un cambio de paradigma. **Cada vez es más importante individualizar**, viendo el tipo de cáncer y de persona para decidir el tratamiento más adecuado. La **quimioterapia tradicional** está pasando a la historia. Se están estudiando las mutaciones genéticas del cáncer para sintetizar fármacos específicos.

Los tratamientos serán menos tóxicos, pero habrá que seguir tratando alteraciones inmunitarias, emocionales, psicológicas o nutricionales, donde la **homeopatía** y otras terapias complementarias pueden desempeñar un papel.

El cambio de paradigma lo personifica la **doctora Natàlia Eres**, oncóloga que ha desarrollado su carrera en diferentes hospitales de Barcelona y que fundó el Instituto Imohe de Barcelona.

LECTURA RECOMENDADA

Estrés, depresión y violencia aumentan el riesgo de cáncer

"En unos años, con el mayor desarrollo de los **fármacos biotecnológicos** como los anticuerpos y los **antiangiogénicos**, **la quimioterapia va a desaparecer**, se tenderá a combinar fármacos muchos más específicos con remedios naturales mejor conocidos en cuanto a su acción y optimizados", explica.

"Las medicinas complementarias están muy en sus inicios en descubrir hasta dónde puedan llegar. Quizás en un futuro serán una alternativa; de momento, son un complemento. El área donde existen más estudios son los suplementos y la **fitoterapia**. Respecto a la homeopatía y la acupuntura, la mayoría de estudios están relacionados con la **paliación** de efectos secundarios y el manejo de síntomas con contraindicaciones mínimas", añade.

Nuestro organismo como ecosistema

Para la doctora Eres, el enfoque integrativo se caracteriza por el tratamiento global de la salud física y mental del paciente, teniendo en cuenta las emociones, el entorno y sobre todo las relaciones íntimas entre todos los sistemas corporales.

"**Nuestro organismo es un ecosistema**. Somos sistemas de procesamiento de información. Mantenemos un intercambio con nuestro exterior a través de lo que comemos, respiramos, sentimos, pensamos y hacemos. Y lo mismo ocurre en nuestro interior, donde funcionamos como una sociedad. Nuestro cuerpo mantiene relaciones entre sus tejidos. Mi trabajo con un paciente con cáncer es ayudarle a restablecer sus procesos de comunicación, a todos los niveles", describe.

LECTURA RECOMENDADA

5 buenos hábitos para prevenir el cáncer

Enfoque multidisciplinar

El doctor José Antonio Ortega es Jefe del servicio de Oncología del Hospital Quironsalud Málaga y otorga a las terapias complementarias un papel fundamental a la hora de **tratar al paciente como un todo con aspectos físicos**, psíquicos, sociales y familiares: "En un abordaje multidisciplinar e integral, pueden ayudar a controlar los síntomas, mejorando la calidad de vida y contribuyendo a la **salud global del paciente**".

En este sentido destaca el trabajo de la unidad de psicooncología para tratar la ansiedad y las consecuencias emocionales de la enfermedad, tanto en el paciente como en sus familiares.

LECTURA RECOMENDADA

Medicina 'alternativa' vs medicina oficial

"Todos los oncólogos sabemos que muchos de nuestros pacientes **utilizan terapias complementarias en la enfermedad**, y tenemos que escucharlos, observar si hay interacciones, y **también aprender de ellos**, creando reuniones de formación y foros de aprendizaje", añade el doctor Ortega.

"Yo les diría a los pacientes que hablen abiertamente con su oncólogo, que siempre quiere lo mejor para sus pacientes y puede aconsejarle. Es fundamental **recuperar la empatía y la amistad entre el oncólogo**, el paciente y su familia. No tiene ningún sentido ocultar o mentir. Prefiero que mis pacientes me hablen con toda confianza de que toman tal o cual producto para el sistema inmunitario, o un **tratamiento biológico con fitoterapia**, y revisarlo por si hubiese interacción farmacológica", explica.

La importancia de la dieta

Del aspecto dietético de los tratamientos en la Clínica Quirón se hizo cargo hace unos años la **doctora Odile Fernández**, autora del exitoso libro ***Mis recetas anticáncer*** (Ed. Urano), que combinando terapia convencional y cambios en la alimentación se curó contra todo pronóstico de un **tumor de ovario con metástasis**.

Dos años después de su diagnóstico dio a luz a su hijo Iker. Cuando enfermó, la doctora Fernández no recibió ningún consejo dietético de la medicina convencional. Ella misma no había estudiado en la universidad nada sobre las **propiedades anticancerígenas de ciertos alimentos**.

Tuvo que aprender rápido y se propuso dar a conocer **la importancia deuna alimentación sana y equilibrada** para **tratar el cáncer.**

Empezó con un blog, luego continuó su divulgación con libros y cursos, y finalmente pudo hacerlo en la consulta en una clínica. Su trayectoria resume seguramente la evolución de la **oncología integrativa** y lo que puede llegar a ser en el futuro.

- Cáncer
- Terapias
- Medicina integrativa
- Homeopatía
- Fitoterapia
- Salud

También te interesa

Terapias naturales

Niños y homeopatía: los 10 medicamentos más habituales

Dr. Josep Sala (médico homeópata)

Medicina integrativa

Un hospital público canario usa el yoga contra el cáncer

Claudina Navarro

Tratamiento integrativo

Un ayuno de 24 horas favorece la curación del intestino

Claudina Navarro

Remedios naturales

Este ingrediente que tienes en la cocina es mano de santo para las hemorroides

Lo más visto

01

Crema de calabacín: la tradicional de la abuela y otras recetas originales y deliciosas

02

Cómo afecta la cocción a los nutrientes de los alimentos (y 3 ideas para poner más crudos en tu dieta)

03

Este hábito muy común deteriora tus huesos y es muy fácil de corregir

04

Este ingrediente que tienes en la cocina es mano de santo para las hemorroides

05

Daniel Goleman: "El primer paso para tener inteligencia emocional y poder gestionar las emociones es tomar conciencia de ellas"

Newsletter

Los apasionados por la salud integral y la alimentación natural no pueden perderse nuestros correos exclusivos

APÚNTATE AHORA

SUSCRÍBETE

Papel + Digital

-33% en tu suscripción a la revista + REGALO.

SUSCRÍBETE

Edición digital

La revista siempre disponible en tu dispositivo favorito.

SUSCRÍBETE

Guía de alimentos

- Avena
- Jengibre
- Aguacate
- Quinoa
- Arándanos

Guía de plantas

- Zarzaparrilla
- Castaño de Indias
- Citronela
- Hinojo
- Albahaca

Recetas

- Platos
- Postres
- Bebidas
- Zumos y smoothies
- Infusiones
- 80 recetas saludables y fáciles
- 100 recetas vegetarianas fáciles, sanas y deliciosas: ideas para cada ocasión
- 100 desayunos saludables, fáciles y rápidos
- 90 recetas para niños: saludables, fáciles y rápidas

MenteSana

- Psicología

- Salud Mental
- Entrevistas
- Frases
- Frases de amor
- 25 cuentos cortos de Francesc Miralles
- 251 Frases de la vida motivadoras (y para Instagram)
- Ver más

Y además...

- Meditación
- Calendario lunar diciembre 2022
- 13 cenas rápidas y ligeras
- Frutas y verduras de temporada mes a mes
- 15 enfermedades silenciosas y silenciadas
- Maderoterapia
- 10 alimentos para combatir la anemia
- Freidora de aire: 3 razones por las que no merece la pena comprarla
- Ayuno intermitente
- Ver más

Síguenos

CuerpoMente

MenteSana

Cuerpomente

Cuerpomente es una web de información divulgativa sobre alimentación y salud y los artículos no sustituyen las recomendaciones o el diagnóstico realizado por un profesional. Consulta con tu médico ante cualquier problema de salud.

- Aviso legal
- Política de privacidad
- Contacto
- Publicidad
- Staff
- Notificaciones
- Política de Cookies
- Gestión de Cookies
- Política de Afiliación
- Canal ético

RBA

Lecturas Semana El Mueble InStyle National Geographic Viajes NG Historia NG Clara Arquitectura y Diseño Saber Vivir Tienda revistas Escuela Cuerpomente Listísima Speak Up Interiores

OFERTA ESPECIAL

Tu revista con por solo 4,2€ al mes + regalo